

**#ALBEINMALGA**  
**Malga Lozen**  
**Loc. Lozen - mt 1.493**

## PROGRAMMA

### **Venerdì 26 luglio 2019**

Ore 18.00 – Ritrovo presso il Rifugio Lozen per chi trascorrerà la notte in quota nelle camere messe a disposizione dal Rifugio (su prenotazione per le prime 20 persone). Qui si arriva in macchina, seguendo le indicazioni da Lausen – frazione di abitato che troviamo prima di arrivare a Canal San Bovo.

Elisa e la sua famiglia ci daranno il benvenuto e ci faranno sistemare nelle stanze. Ore 19.00 – Ora di cena! In montagna, si sa, si mangia presto, soprattutto chi la mattina dopo deve alzarsi di buon'ora!

### **Sabato 27 luglio 2019**

**Ore 04.45** – Ritrovo presso Malga Lozen, raggiungibile in macchina sia per chi dorme al Ristorante Lozeno che per chi ci raggiunge direttamente al mattino. Dopo un rigenerante caffè e le presentazioni di rito, subito al lavoro con il recupero degli animali al pascolo per condurli nella stalla per la mungitura.

**Ore 5.30** circa – Rimboccatevi le maniche! Avete mai provato a mungere una mucca? Bè, c'è sempre una prima volta... Inoltre accompagnerete Silvia e la sua famiglia in tutte le attività mattutine: la pulizia e sistemazione dei piccoli animali da cortile: conigli, anatre, galline e maiali. Qui ce n'è per tutti i gusti!

**Ore 7.00** - Si torna al lavoro: Gianni ci farà vedere come si faceva una volta la tosèla in malga, il tipico formaggio fresco del Primiero, buono fritto con un po' di burro in padella, ma ottimo se assaggiato fresco di giornata!

**Ore 8.00** – Qui una bella colazione rinforzata ci sta; è proprio quello che ci vuole! ...pane, latte, formaggio, salumi e tanto altro ancora.

A seguire escursione in compagnia di Giacomo, Accompagnatore di Media Montagna, che ci farà scoprire uno degli scorci più belli di questa vallata: arriveremo con una semplice passeggiata (dislivello 150 mt) fino al lago di Calaita, per godere dello splendido panorama sulle Pale di San Martino, gruppo delle Dolomiti Patrimonio Unesco.

Rientro previsto alla Malga per le ore 13.00, dove per chi vuole ci sarà la possibilità di pranzare (per sicurezza vi consigliamo di prenotare il pranzo insieme all'alba).

**Costo iniziativa: € 20,00** (comprensivo di tutte le attività in malga e colazione), bambini fino ai 7 anni gratuiti, bambini tra gli 8 e i 12 anni **€ 10,00**.

**Costo per chi pernotta presso il Rifugio Lozen:** (max 20 posti letto): **€ 68,00** adulti; **€ 37,50** bambini dagli 8 ai 12 anni, **€ 27,50** per bambini dai 4 ai 7 anni (mentre per i più piccolini, fino a 3 anni, l'iniziativa è gratuita dormendo con un genitore) comprensivi di cena, pernottamento, colazione e attività in malga. Disponibili 11 posti letto, 4 doppie e 1 tripla.

Eventuale, ma consigliatissimo, pranzo a Malga Lozen a **€ 18,00** (prezzo per un secondo piatto – polenta, salsiccia e Tosèla, un dolce a scelta tra quelli in carta comprensivo di acqua e caffè). Chi volesse fruire del pranzo in malga è pregato di comunicarlo al momento della prenotazione.

## Info e prenotazioni

Apt San Martino di Castrozza Passo Rolle Primiero e Vanoi  
Tel. +39 389 4885911 - [segreteria@sanmartino.com](mailto:segreteria@sanmartino.com)

## VADEMECUM, OVVERO ALCUNI SUGGERIMENTI PER VIVERE LA MALGA

### Come raggiungere alla Malga e il Ristorante Lozen

Malga Lozen si trova nel comune di Mezzano, in loc. Lozen, ma per raggiungerla si passa da Canal San Bovo. All'altezza di loc. Masi di Imer si imbecca il traforo del monte Totoga che porta verso Canal San Bovo e circa 300 metri dopo l'uscita dalla galleria, prendere la S.P. 79. Successivamente la S.P. 239 seguendo le indicazioni per Lago di Calaita e, in seguito, per Malga Lozen. Proprio sulla strada per arrivare alla malga, troviamo anche il Rifugio Lozen.

Da Canal San Bovo calcolate circa 20 minuti per raggiungere il Ristorante e 30 minuti per raggiungere la malga.

Coordinate GPS Malga Lozen: 46.190880, 11.785143

Coordinate GPS Ristorante Lozen: 46.175277, 1.777521

### Abbigliamento e attrezzatura

Sarete in malga, a circa 1.500 mt di quota. Consigliamo un abbigliamento comodo e caldo al tempo stesso. Più strati in montagna non guastano mai: dalla maglietta, al pile, fino alla giacca a vento, una mantella per la pioggia... a seconda di come gira il tempo tutto può servire!

Il classico abbigliamento a cipolla è la soluzione ideale. Come calzature consigliamo un paio di scarponcini impermeabili, ma comodi per camminare. All'alba i prati sono piuttosto bagnati, portatevi un cambio sia di scarpe (sempre comode e sportive) che di calzini.

### Ricordarsi un **FRONTALINO!**

### Escursione

Si tratta di un'escursione media, con 150 mt. di dislivello, per un tempo di percorrenza di circa un'ora. Sarete guidati da Giacomo, Accompagnatore di Media Montagna del Trentino.

### Conessioni e linea telefonica

I telefoni cellulari prendono solo all'esterno della malga.

### Social: le vostre **ALBEINMALGA** su Facebook e Twitter!

Se volete condividere la vostra esperienza di "albeinmalga" prima, durante (conessioni permettendo!) e dopo vi invitiamo ad utilizzare i seguenti strumenti:

Facebook → postando sulla pagina Strada dei formaggi delle Dolomiti e ApT Smart

Instagram o Twitter → #ALBEINMALGA, menzioni consigliate @GustoDolomiti @visitsanmartino @Visittrentino

## SPUNTI DI GUSTO PER PROSEGUIRE LA GIORNATA

...non vorrete mica tornare a letto?!

- Visita all'agriturismo **Maso Santa Romina** (Zortea) dove producono piccoli frutti e tisane con erbe di montagna.
- A **Caoria**, visita alla Casa del Sentiero Etnografico e al Museo della Grande Guerra [www.ecomuseo.vanoi.it/](http://www.ecomuseo.vanoi.it/)
- A **Canal San Bovo**, visita alla casa dell'Ecomuseo [www.ecomuseo.vanoi.it](http://www.ecomuseo.vanoi.it)
- A **Zortea**, Stanza del Sacro presso la casa della cultura

## EVENTI VALLE DEL VANOI

- 27 luglio – Cheese Taste con F. Gubert ore 15.00 – Caoria Ponte Stél, info e prenotazioni 0439-719106
- 27 luglio - Una montagna di Birra - Prade dalle ore 18.00
- 28 luglio - In giro tra Circo e Tosèla - ritrovo a Zortea alle ore 9.30 info e prenotazioni 0439 719041
- 28 luglio – Gira la ruota taglia la Sega - Caoria Ponte Stél - dalle ore 14.30

Consulta gli eventi in programma in tutte le località del nostro ambito sul sito [www.sanmartino.com](http://www.sanmartino.com)

Per approfondire:

il territorio: [www.sanmartino.com](http://www.sanmartino.com)

la gastronomia: [www.stradadeiformaggi.it](http://www.stradadeiformaggi.it)

la cultura: <http://www.parcopan.org>