

Schlanders – Laas

In der Kulturregion Vinschgau
Silandro–Lasa in Val Venosta, dove la cultura è di casa



Sano Movimento

Alto Adige Balance nell'area vacanze Silandro-Lasa

dal 4 al 30 aprile 2016

1





Trovare l'equilibrio nell'area vacanze Silandro-Lasa

Abbiamo raccolto per voi i migliori consigli per farvi tornare ancora più facilmente in equilibrio. Immergetevi nella natura che si sta risvegliando durante un'escursione guidata sul Monte Sole a Lasa, respirate profondamente l'aria del bosco durante una rilassante passeggiata, aguzzate i vostri sensi e vivete il silenzio della notte durante un'escursione notturna guidata al chiaro di luna.

Con l'ausilio di conferenze o escursioni potrete allargare lo sguardo sulla bellezza e sulla naturalezza del nostro paesaggio, potrete rigenerare il vostro corpo e fare qualcosa per la vostra salute.

Sia che deciderete di farvi guidare da esperti, oppure di scoprire la nostra regione da soli, da noi la primavera comincia con equilibrio.

Sul lato soleggiato della vita

Questa passeggiata vi farà passare in pochissimo tempo dalla vivace vita del paese alla natura pura del Monte Sole di Silandro. Potrete godere di una splendida vista sul paese di Silandro, camminando al di sotto di arroccate vigne e calde rocce.

Un'escursione meravigliosa

Sul sentiero dei Signori sopra Lasa, camminerete lungo un pianeggiante sentiero attraverso il bosco e passando sopra Lasa, il paese del marmo, potrete cercare le tracce della candida meraviglia. Qui, infatti, passa anche la funivia per il trasporto del marmo.

Il sentiero della Meditazione a Tanas

Il sentiero della chiesa da Tanas alla chiesetta di San Pietro è costeggiato da figure lignee intagliate a mano che dovrebbero invitare alla meditazione e alla riflessione. Arrivati alla chiesetta ci si trova in posizione rialzata sulla valle.

Nel bosco

Il "boschetto di Alliz" è una zona di tranquillità per giovani ed anziani. Guardando verso l'alto potrete ammirare le fronde degli alberi danzare nel vento. Nel parco-avventura cambierete la vostra prospettiva e salirete in alto.



MANIFESTAZIONI

ogni giovedì, dal 7 al 28 aprile 2016

Arteria vitale della Val Venosta

Escursione lungo un sentiero della roggia (Waalweg): scoprirete come i canali di irrigazione “nutrono” la Val Venosta.

martedì, 12 aprile 2016

La primavera in fotografia

Il fotografo Gianni Bodini vi condurrà in un viaggio fotografico attraverso la primavera venostana.

venerdì 15, sabato 16 e domenica 17 aprile 2016

Una valle piena di suoni e fiori

In questa escursione dei cori tra gli alberi di albicocca in fiore andrete incontro al suono della primavera.

venerdì, 22 aprile 2016

La notte aguzza tutti i sensi

Immergetevi in questa particolare escursione notturna al chiaro di luna.

sabato, 30 aprile 2016

Alla sorgente di zolfo

L'istruttrice Kneipp Hildegard Kreiter vi condurrà alla vecchia sorgente “Stinkabrunn” (fonte maleodorante) a Lasa.





MANIFESTAZIONI

ogni lunedì, dal 4 al 25 aprile 2016

Esperienza sulle “Leiten” di Lasa

Flora unica nel suo genere nell’arido paesaggio del Monte Sole a Lasa.

ogni martedì, dal 5 al 26 aprile 2016

In forma all’aperto

La natura è la migliore palestra. Qui tonerete in forma.

venerdì, 8 aprile 2016

Risveglio primaverile di tutti i sensi

Sul Monte Sole presso le “Leiten”, la primavera si risveglia in tutto il suo splendore.

venerdì, 15 aprile 2016

Respirare profondamente

Come respirare e come riposarsi nel modo giusto? Ve lo svelerà la guida che vi accompagna.

venerdì, 29 aprile 2016

Percepire gli elementi

Sentire la rugiada, camminare nell’acqua e poi tornare sul solido terreno del Monte Sole.



Per ulteriori informazioni:

www.venosta.net/balance

Area vacanze Silandro-Lasa

Ufficio informazioni di Silandro

Via Cappuccini, 10

39028 Silandro

Tel. 0473 73 01 55

info@silandro-lasa.it

www.silandro-lasa.it

Vinschgau

Kulturregion in Südtirol
Val Venosta - cultura viva in Alto Adige



Alto Adige Balance

Alto Adige Balance in Val Venosta

www.suedtirol.info/balance

Sano piacere, sano movimento...

L'equilibrio in Alto Adige è armonia di contrasti. Salire in vetta con passo saldo. Abbandonarsi alla forza energizzante dell'acqua. Rigenerare la mente con nuove idee. Riconnettere anima e corpo attraverso i piaceri del palato.

E voi, dove trovate l'equilibrio?

In Val Venosta troverete il vostro equilibrio. Queste cinque località di villeggiatura fanno parte di Alto Adige Balance e da aprile a giugno propongono una selezione di eventi per la mente ed il corpo:

Castelbello - Ciardes dal 19 aprile al 5 giugno 2016

Laces - Martello dal 1° aprile al 29 giugno 2016

Silandro - Lasa dal 4 aprile al 30 aprile 2016

Alta Val Venosta dal 14 maggio al 25 giugno 2016

Passo Resia dal 30 maggio al 24 giugno 2016