

Esperienza Valsugana

Mille e un'attività per
vivere e amare la tua
vacanza in Valsugana!

AN ACTIVITY ALBUM
TO LIVE AND LOVE
YOUR HOLIDAY!





Certified by Vireo www.Vireosrl.it

SCOPRI ALTRE ATTIVITÀ
DISCOVER OTHER ACTIVITIES



Per alcune attività è richiesta la prenotazione e il pagamento online.
For some activities booking and payment online are needed.

Vivi e ama la tua vacanza!

LIVE AND LOVE YOUR HOLIDAY!



Benvenuti in Valsugana, la prima destinazione al mondo certificata per il turismo sostenibile secondo i criteri del GSTC. Il territorio di questa splendida valle offre un'infinità di proposte per rendere la vostra vacanza indimenticabile. Per chi desidera totale relax i laghi più caldi d'Europa, il Lago di Caldonazzo e il Lago di Levico, offrono delle spiagge per tutti i gusti. Per chi invece è più attivo, le montagne dei dintorni offrono molti sentieri a piedi o in mountain bike, oppure si può partire alla scoperta dei pittoreschi villaggi o andare a visitare le città d'arte di Trento, Verona o Venezia, il tutto senza mai allontanarsi dalla prorompente bellezza della natura che vi circonda. Non perdetevi le proposte che trovate su questa guida per approfittare di tutte le possibilità e scoprire tutte le informazioni su servizi, attività, escursioni e attrattive della Valsugana.

Welcome to Valsugana, the first destination in the world to be certified for sustainable tourism according to the criteria of the GSTC. Valsugana offers almost infinite possibilities to explore during your holiday. Relax on the warmest lakes of Italy, tame one of the mountains on foot or by bike, discover the picturesque villages, make a trip to nearby cultural cities like Trento, Verona and Venice, but don't forget to enjoy the beauty of the wild nature. Use this guide to enjoy a fun and informative overview of the many amenities, activities, excursions and attractions this region has to offer.

IT CONSULENZA MOTORIA IN SPIAGGIA

- ★ **LUGLIO:** il 3, il 4, il 10, l'11, il 17 e il 18 orario 9.00/12.00 mentre il 2, il 6, il 13 e il 16 orario 17.00/20.00
- ★ **AGOSTO:** il 16 e il 17 orario m 9.00/12.00 mentre il 4, 6, 7, l'8, l'11, il 13, il 14 e il 15 orario 17.00/20.00

GB MOTOR CONSULTATION ON THE BEACH

- ★ **JULY:** the 3rd, 4th, 10th, 11th, 17th, and the 18th schedule 9 AM/12 PM whereas the 2nd, the 6th, the 13th, and the 16th **schedule 5 PM/8 PM**
- ★ **AUGUST:** the 16th and the 17th schedule 9 AM/12 PM whereas the 4th, 6th, 7th, 8th, 11th, 13th, 14th, and the 15th **schedule 5 PM/8 PM.**

Attività di consulenza sull'utilizzo delle attrezzature situate nella spiaggia libera del lago di Levico terme.

Consultation activity about the use of the equipment situated on the free beach of Levico Terme lake.

**GREEN
EXPERIENCE
VALSUGANA**

IT PASSEGGIATA A MISURA DI BAMBINO - L'ESPERTO RACCONTA



- ★ Il punto di ritrovo sarà comunicato al momento della prenotazione
- ★ Necessario abbigliamento sportivo da montagna con scarponcini da trekking, l'attività sarà svolta in Tesino
- ★ Prenotazione obbligatoria entro le ore 12 del giorno precedente l'attività presso Apt Castello Tesino



9.00



12/07
30/08



Gratuita
Free

Facili passeggiate didattiche alla scoperta del territorio tesino in compagnia di esperti.

Easy didactic strolls, discovering Tesino land with some experts.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730

GB STROLL PERFECT FOR CHILDREN - THE EXPERT TELLS



- ★ The meeting point will be communicated at the booking time
- ★ Mountain sports clothes are required with trekking shoes
- ★ You must have a reservation before 12 PM of the previous day of the activity at Castello Tesino APT

IT HATHA YOGA



- ★ L'attività ha una durata di 1 ora circa
- ★ Attività adatta a persone con età superiore ai 16 anni
- ★ Materiale necessario: tappetino, coperta, cuscino, abbigliamento comodo
- ★ Prenotazione (consigliata) entro le ore 12 del giorno dell'attività
- ★ Ritrovo presso il parco di Sant'Ippolito di Castello Tesino (in caso di maltempo presso la palestra comunale di Castello Tesino)

18.15

19/07
16/09



€ 5 ad incontro
(+5 euro di tessera associativa una tantum)
€ 5 each session
(+5 euro for the association card of tantum)

Attraverso posture (asanas) e respiro (pranayama), lo yoga ci porta ad ascoltare il nostro corpo, a conoscerlo e ad esplorarne i limiti. Una pratica di consapevolezza che porta beneficio al corpo, migliorandone flessibilità e scioltezza, e al mentale, donando quiete e presenza.

Yoga leads us to listen to our body, to know our body, and to discover its limits through different postures (asanas) and the breath (pranayama). An awareness activity that leads to the benefit of our body, improving its flexibility and agility, and on the mental side, it gives your body quiet and presence.

**PRENOTAZIONE (CONSIGLIATA):
RESERVATION (SUGGESTED):**

Donatella - Tel. +39 348 2932661

INFO:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730

GB HATHA YOGA



- ★ The activity lasts about an hour
- ★ The activity is suitable for people older than 16
- ★ Necessary material: yoga mat, blanket, pillow, comfortable clothes
- ★ Reservation (suggested) before 12 PM of the day of the activity
- ★ The meeting point is at the park of Sant'Ippolito in Castello Tesino (if the weather is bad the meeting point is moved to the Castello Tesino council gym)

IT VISITA GUIDATA ALLE TERME DI LEVICO CON IL DIRETTORE SANITARIO

- ★ Gradita prenotazione allo + 39 0461 706077
- ★ Punto di ritrovo direttamente alle terme

17.30

21/06
15/9



Gratuita
Free

Visita guidata all'interno delle Terme di Levico con il Direttore Sanitario Dott.ssa Patrizia Manica, per scoprire i trattamenti termali, le proprietà terapeutiche dell'Acqua Forte e gli altri utilizzi dell'acqua termale di Levico per la cura e il benessere della persona.

Guided visit of the Levico thermal baths with the sanitary director Doct. Patrizia Manica, discovering the thermal treatments, the Acqua Forte therapeutic properties, and the uses of the Levico thermal water for the cure of yourself and the person's wellness.

**INFO E PRENOTAZIONE:
INFO AND RESERVATIONS:**

Terme di Levico - Tel. +39 0461 706077

GB GUIDED VISIT OF THE LEVICO THERMAL BATHS WITH THE SANITARY DIRECTOR

- ★ Reservation (suggested) at + 39 0461 706077
- ★ Meeting point directly at the Thermal Baths

▶ IT YOGA AL LAGO DI LEVICO

- ★ L'attività ha una durata di 1 ora e mezzo
- ★ Attività adatta a persone con età superiore ai 16 anni
- ★ Materiale necessario: tappetino, abbigliamento comodo
- ★ Prenotazione entro le ore 18 del giorno precedente
- ★ Ritrovo presso il pontile della Spiaggia Libera di Levico
- ★ In caso di maltempo l'attività non verrà svolta

▶ GB YOGA AT LAKE LEVICO

- ★ The activity lasts about an hour and a half
- ★ The activity is suitable for people older than 16
- ★ Necessary material: yoga mat, comfortable clothes
- ★ Reservation before 18 PM of the day before of the activity
- ★ Meeting point at the free beach of Lake Levico
- ★ In case of bad weather the activity will not take place

▶ IT VISITA GUIDATA ALLE GROTTE DI CASTELLO TESINO

- ★ L'escursione ha una durata di 3,5 ore
- ★ Altezza min. per accedere alle grotte: 110 cm
- ★ Temperatura interna alla grotta: 8 gradi costanti
- ★ Si richiede abbigliamento da montagna, scarponcini obbligatori ed impermeabile
- ★ Per garantire la massima sicurezza verranno forniti i caschi
- ★ Trasferimenti con mezzi propri
- ★ All'entrata della grotta ci si incontrerà con la guida per iniziare la visita all'interno della grotta
- ★ Iscrizioni entro le ore 12.00 del giorno precedente all'attività
- ★ Attività svolta con min. 5 iscritti ed un max di 8 iscritti
- ★ Ritrovo presso Ufficio Apt Castello Tesino - Via Dante 10

▶ GB GUIDED TOUR OF THE CASTELLO TESINO CAVES

- ★ The excursion lasts about 3 hours and a half
- ★ Minimum height to access the caves: 110 cm
- ★ Inside temperature of the caves: 8 degrees.
- ★ Transfer by own means of transport
- ★ At the entrance of the cave you will meet the guide to begin the visit inside the cave
- ★ We recommend mountain clothing, hiking boots and a raincoat
- ★ Registrations by 12 am on the day before the activity
- ★ Minimum number of participants 5, max 8
- ★ Meeting point at the Information Office Apt Castello Tesino - Via Dante 10



▶ IT ALLA SCOPERTA DEI FIORI DEL LUNGOLAGO DI LEVICO

- ★ Prenotazione entro le ore 18.00 del giorno precedente
- ★ L'attività durerà circa tre ore
- ★ Ritrovo presso Ufficio informazioni - APT Valsugana Levico Terme
- ★ Breve passeggiata fino al lago e giro del lungolago

▶ GB DISCOVERING FLOWERS ON THE LEVICO LAKESHORE

- ★ Reservation must be done before 6 PM of the previous day
- ★ The activity lasts about three hours
- ★ The meeting point is at the information office - APT Valsugana Levico Terme
- ★ Short stroll up to the lake and walk on the lakeshore

			
07.00	20/07 07/09		€10 a persona per person

PRENOTAZIONE: RESERVATION:

Lorenzo - Tel. +39 3921172362

09.00
e/and
14.00

20/07
28/09



€20
a persona
per person
€17
bambini
children
fino ai 12 anni
up to 12
years

Scoperta nel 1927, questa grotta di natura carsica si apre alla quota di 960 m e serpeggia nella montagna per circa 400 m. Dopo un trasferimento di circa 6 km con mezzi propri, inizia la passeggiata con un sentiero di avvicinamento (in discesa) che dura circa 40 minuti. La visita guidata all'interno della grotta dura 1 ora e mezza, il sentiero di ritorno è in salita e dura circa 1 ora.

Discovered in 1927, this karst cave is at an altitude of 960 m and winds in the mountain for about 400 m. After a transfer with own mean of about 6 km, starts a downhill hike of about 40 minutes. The guided tour inside the cave lasts about 1 hour and a half and the return uphill path will be tackled in about 1 hour.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

APT Valsugana - Ufficio di Castello Tesino
Tel. +39 0461 727730
oppure online su www.livelovevalsugana.it

9.30

20/07
07/09



€5
a persona
per person

Giro naturalistico del lungolago di Levico alla scoperta delle varietà floreali che lo ricoprono.

Naturalist stroll of the Levico lakeshore, discovering the different kinds of flowers that cover it.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

Apt Ufficio di Levico - Tel. +39 0461 727700
oppure online su www.livelovevalsugana.it

IT MTB VAL DI SELLA

- ★ Ritrovo presso Negozio InBike Valsugana, Viale Venezia 50 - Levico Terme
- ★ Difficoltà: Persone allenate
- ★ Dislivello: 700 m
- ★ Lunghezza: Circa 25 km
- ★ Abbigliamento consigliato: Abbigliamento sportivo comodo o preferibilmente da ciclismo, con scarpe da ginnastica, zainetto con acqua e snack.
- ★ Partecipanti: min 5 persone

			
8.30	21/06 30/09		€80 comprendivo di guida, noleggio bici e pranzo <i>guide, bike rent, and lunch are included</i>

GB MTB VAL DI SELLA

- ★ The meeting point is at InBike Valsugana store, Viale Venezia 50 - Levico Terme
- ★ Difficulty: trained people
- ★ Difference in height: 700 meters
- ★ Length: about 25 km
- ★ Suggested clothing: sports and comfortable clothing or, better, for cycling, with running shoes, backpack with water and some snacks.
- ★ Participants: at least 5 people

Giro per ciclisti allenati con buona tecnica di discesa, nella suggestiva e affascinante conca della Val di Sella. Percorso panoramico.

Nice ride for good cyclists on the suggestive and fascinating Val di Sella.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Entro le ore 12 del giorno precedente
Before 12 PM of the previous day of the activity
Inbike Valsugana Tel. +39 0461 191 7329

IT VISITA BOTANICA AL PARCO DELLE TERME

- ★ L'attività ha una durata di circa due ore
- ★ Iscrizioni entro le ore 12 del giorno dell'attività
- ★ In caso di maltempo l'attività viene annullata
- ★ Ritrovo presso l'ingresso principale del parco, Viale Rovigo - Levico Terme alle ore 16
- ★ Partecipanti: max 15 persone

16.00	19/06 07/09		Gratuita Free
--------------	------------------------	---	--------------------------

Passeggiata lungo i vialetti del parco, vero e proprio arboreto di oltre 120.000 mq, creato più di 100 anni fa come cornice agli stabilimenti delle cure termali. L'itinerario proposto offre la possibilità di ammirare e conoscere i principali alberi del parco, in tutta sicurezza e rispettando le distanze. A cura di Nicola Curzel - APPA - Settore informazione, formazione e educazione ambientale Agenda 2030 e Michela Luise Studio Le Driadi

Strolling along the park paths, it is a real arboretum with more than 120.000 mq, made more than 100 years ago as the frame for the establishment of the thermal therapies. The proposed itinerary offers the possibility to admire and know the main trees of the park, in a safe way and with social distance. By Nicola Curzel - APPA - Information sector, formation and ambiental education Agenda 2030 and Michela Luise Studio Le Driadi.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:

INFO AND MANDATORY RESERVATION:

Apt Ufficio di Levico - Tel. +39 0461 727700

GB BOTANICAL VISIT AT THE THERMAL PARK

- ★ The activity lasts about two hours
- ★ Reservation must be done before 12 PM of the day of the activity
- ★ If the weather is bad the activity will be deleted
- ★ The meeting point is at the main entrance of the park, Viale Rovigo - Levico Terme
- ★ Participants: max 15 people



IT MALGHESE PER UN GIORNO

- ★ Prenotazione obbligatoria
- ★ Iscrizioni entro le ore 18 del giorno precedente l'attività
- ★ Ritrovo direttamente in malga

LUGLIO >> martedì 6: Malga Palù / **giovedì 8:** Malga Trenca / **martedì 13:** Malga Pletzn / **giovedì 15:** Malga Cavallara / **martedì 20:** Malga Casabolenga / **giovedì 22:** Malga Montagna Granda / **martedì 27:** Malga Zochi / **giovedì 29:** Malga Trenca

AGOSTO >> martedì 3: Malga Valfontane / **giovedì 5:** Malga Valcoperta / **martedì 10:** Malga Valsolero / **martedì 17:** Malga Casapinello / **giovedì 19:** Malga Telvagola / **martedì 24:** Malga Cenon di Sopra / **giovedì 26:** Malga Arpaco / **martedì 31:** Malga Scura

GB FARMER FOR A DAY

- ★ Booking necessary within 6 pm of the day before the activity
- ★ Meeting point at the hut

JULY >> tuesday 6: Malga Palù / **thursday 8:** Malga Trenca / **tuesday 13:** Malga Pletzn / **thursday 15:** Malga Cavallara / **tuesday 20:** Malga Casabolenga / **thursday 22:** Malga Montagna Granda / **tuesday 27:** Malga Zochi / **thursday 29:** Malga Trenca

AUGUST >> tuesday 3: Malga Valfontane / **thursday 5:** Malga Valcoperta / **tuesday 10:** Malga Valsolero / **tuesday 17:** Malga Casapinello / **thursday 19:** Malga Telvagola / **tuesday 24:** Malga Cenon di Sopra / **thursday 26:** Malga Arpaco / **tuesday 31:** Malga Scura

IT EDUCARE ALLA NATURA 2.0



- ★ Attività per bambini e ragazzi 6-12 anni
- ★ Punto di ritrovo in Loc. San Rocco a Castello Tesino (in caso di pioggia presso il Centro Flora e Fauna)
- ★ Prenotazione obbligatoria entro le 12 del giorno precedente l'attività presso ufficio APT Castello Tesino

GB EDUCATION OF NATURE 2.0



- ★ Activity for children and kids between 6 and 12
- ★ Meeting point at Loc. San Rocco a Castello Tesino (if the weather is bad the meeting point is at Centro Flora e Fauna)
- ★ The reservation is mandatory before 12 PM of the previous day of the activity at the APT Castello Tesino office

IT GINNASTICA POSTURALE



- ★ Ritrovo presso l'Arboreto del Tesino a Pieve Tesino alle ore 10 (in caso di pioggia palestra comunale di Pieve)
- ★ L'attività ha una durata di un'ora
- ★ Necessario tappetino e abbigliamento comodo
- ★ Prenotazione consigliata telefonando al numero 335 6426593 (Roberto Fontanella)

GB POSTURAL GYMNASICS



- ★ Meeting point at the Arboretum of Tesino in Pieve Tesino at 10 AM (if the weather is bad the meeting point is at the council gym)
- ★ The activity lasts an hour
- ★ A mat and comfortable clothing are necessary
- ★ We suggest you to call 335 6426593 (Roberto Fontanella) to get your reservation

IT VISITA GUIDATA ALLA SCOPERTA DEL BORGO DI PERGINE VALSUGANA

- ★ L'attività ha una durata di circa un'ora e mezza
- ★ In caso di forte pioggia la visita sarà cancellata
- ★ Prenotazione entro le ore 12.00 del giorno dell'attività
- ★ Ritrovo presso il parcheggio di Piazza Serra
- ★ Massimo 20 persone

GB GUIDED TOUR TO DISCOVER THE VILLAGE OF PERGINE VALSUGANA

- ★ The activity lasts about an hour and a half
- ★ In case of heavy rain the visit will be canceled
- ★ Reservation until 12 am on the day of the activity
- ★ Meet at the parking lot of Piazza Serra
- ★ Maximum 20 people

9.00	06/07 31/08		Gratuita Free

Un'esperienza unica nel suo genere, la possibilità per grandi e piccini di vivere da vicino il mondo del latte: conoscerete le nostre montagne, la vita delle malghe, la produzione di latte, formaggio, secondo metodi antichi. Potrete seguire l'intero viaggio del latte, dalla mungitura al formaggio con passeggiate, incontri, assaggi, mille occasioni in cui a farla da padrone sarà l'oro bianco della montagna.

Dimonstration of hut milk production and tasting, in the huts of the "Adopt a cow" project. Meet the owners of an authentic mountain dairy, listen to their stories and go with them to milk the cows. Enjoy the fresh milk's flavor, attend to the traditional cheese making and, why not, taste the curd! Let's discover how do they make butter from cream. Go up to the pasture and learn how to distinguish the wild grasses' ...

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700
oppure online su www.livelovevalsugana.it

16.00	13/07 31/08		Gratuita Free
-------	----------------	--	------------------

Laboratori giocosi con Valentina Zotta per bambini e ragazzi (6-12 anni) per conoscere la natura e scoprire i segreti del territorio del Tesino.

Playful laboratories with Valentina Zotta for children (between 6 and 12) to know nature and to find out the secrets of the Tesino territory.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730

10.00	20/07 31/08		€ 5 + € 5 prima lezione per tesseramento first lesson for the membership
-------	----------------	--	--

Conosciamo meglio le caratteristiche della nostra migliore postura e apprendiamo qualche consiglio da applicare nella quotidianità.

Knowing better the characteristics of our best posture and learning some advices to apply every day.

INFO: / INFO:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730

17.00	06/07 31/08			Gratuita Free
-------	----------------	--	--	------------------

Ritrovo ore 17.00 davanti alla biblioteca di Pergine Piazza Serra per la scoperta del maniero insieme alla nostra guida Paola. Sarà una piacevole passeggiata per rivivere scorci di storia del borgo di Pergine, ora città.

Meeting at 5 pm in front of the library of Pergine Piazza Serra to discover the manor together with our guide Paola. It will be a pleasant walk to relive glimpses of the history of the village of Pergine, now city.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

APT Valsugana - Ufficio di Pergine Valsugana
Tel. +39 0461 727760
oppure online su www.livelovevalsugana.it

IT "RESPIRO E RADICAMENTO" PRESSO IL COLLE SAN BIAGIO

- ★ Ritrovo presso parcheggio Ristorante Prime Rose Parco Belvedere
- ★ Passeggiata per raggiungere il colle
- ★ Partecipanti: max 15 persone
- ★ L'attività ha durata di circa due ore

GB "RESPIRO E RADICAMENTO" AT COLLE SAN BIAGIO

- ★ Meeting point at restaurant "Prime Rose" - Loc. Parco Belvedere Torricelle, 4 Levico Terme
- ★ Reservation must be done before 6 PM of the previous day of the activity
- ★ Participants: max 15 people
- ★ The activity lasts about 2 hours



IT TOUR MTB CINQUE CROCI

- ★ Ritrovo presso Negozio InBike Valsugana, Viale Venezia 50 - Levico Terme
- ★ Difficoltà: Da definire in base ai partecipanti
- ★ Dislivello: Da definire in base ai partecipanti
- ★ Lunghezza: Da definire in base ai partecipanti
- ★ Abbigliamento consigliato: Abbigliamento sportivo comodo o preferibilmente da ciclismo, con scarpe da ginnastica, zainetto con acqua e snack.
- ★ Partecipanti: min 4 - max 7 persone

GB TOUR MTB CINQUE CROCI

- ★ Meeting point at InBike Valsugana store, Viale Venezia 50 - Levico Terme
- ★ Difficulty: to define depending on the participants
- ★ Difference of height: to define depending on the participants
- ★ Length: to define depending on the participants
- ★ Suggested clothing: comfortable clothing or, better, cycling one, with running shoes and a backpack with water and some snacks
- ★ Participants: at least 4 people - at most 7 people

IT TOUR IN BARCA A VELA SUL LAGO DI CALDONAZZO

- ★ Ritrovo presso il pontile della spiaggia Ekon - S.Cristoforo
- ★ Età minima 6 anni
- ★ Bambini sotto i 10 anni gratis
- ★ Max 5 persone
- ★ Per il serale aperitivo compreso
- ★ Durata attività 2 ore

GB BOAT TOUR ON THE CALDONAZZO LAKE

- ★ Meeting point at the jetty of Ekon S.Cristoforo beach
- ★ 6 years olds or older
- ★ Free for children under 10 years old
- ★ Max 5 people
- ★ Possibility to personalize your tour

9.00	07/07 08/09		€5 a persona per person

Togliamo le scarpe, allegeriamoci del fardello che la quotidianità porta con sé. Viaggiamo leggeri, nella semplicità ed entriamo in una dimensione di contatto profondo con Madre Terra, la Natura e noi stessi. Ad ogni passo assaporiamo le sensazioni che le piante dei piedi ci trasmettono, ci regalano, per rigenerarci, caricarci, radicarci. Attraverso il respiro lasciamo andare pesantezza, tensioni, fatica.

Let's take off our shoes, let's lighten ourselves from the burden that everyday life carries with it. We travel light, in simplicity and enter into a dimension of deep contact with Mother Earth, Nature, and ourselves. At every step, we taste the sensations that the soles of our feet transmit to us, give us, to regenerate, load, and root us. Through the breath, we let go of heaviness, tension, fatigue.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Entro le ore 18 del giorno precedente
Entro le ore 18 del giorno precedente
APT Valsugana - Tel. +39 0461 727700
oppure online su www.livelovevalsugana.it

8.30	21/06 30/09		€ 100 comprensivo di guida, noleggio bici, pranzo e trasporto guide, bike rent, lunch and transport are included
------	----------------	--	---

Tour panoramico tra i boschi e i rifugi del Lagorai.

Panoramic tour among the woods and lodges of Lagorai.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Entro le ore 12 del giorno precedente
Before 12 PM of the previous day of the activity
Inbike Valsugana - Tel. +39 0461 191 7329

10.00, 14.00 e 16.00 3 uscite giornaliere** 3 daily lake tours**	01/07 30/09	 	€ 35 a persona per person
--	----------------	------	------------------------------------

** Meteo permettendo / Weather permitting

Tour a vela sul Lago di Caldonazzo con skipper certificato: esperto velista LNI, monitour Glenanse, RYA yachtmaster offshore.

A sailboat tour of Caldonazzo lake with a certified skipper: LNI skipper expert, monitour Glenanse, RYA yachtmaster offshore.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND BOOKING:

Entro le ore 18 del giorno precedente
Before 6 PM of the previous day of the activity
Tel. +39 389 1727450 - kciurletti@gmail.com

IT VISITE GUIDATE ALLA CHIESETTA DI SANT'IPPOLITO

- ★ L'attività ha una durata di circa 1 ora
- ★ Ritrovo c/o la chiesa di Sant'Ippolito e Cassiano - Castello Tesino
- ★ Attività senza obbligo di prenotazione
- ★ Possibilità di visita al Museo del Legno alle ore 17

GB GUIDED VISITS AT CHIESETTA DI SANT'IPPOLITO

- ★ The activity lasts about an hour
- ★ Meeting point at Sant'Ippolito e Cassiano church - Castello Tesino
- ★ Activity without requirement of a reservation
- ★ Chance to visit the Wood Museum at 5 PM



15.00	12/05 31/10		Gratuita Free

Visita guidata alla chiesetta di Sant'Ippolito e Cassiano, la quale venne costruita nel 1436 sopra il dosso sovrastante Castello Tesino su iniziativa del notaio Donato Pelloso e, nei due anni successivi, venne interamente ornata ad affresco. A metà del 1600, per ordine del Vescovo di Feltre, la chiesa fu completamente intonacata ed imbiancata e nei secoli successivi si perse la memoria delle rappresentazioni artistiche della chiesa.

Guided visit at the Sant'Ippolito and Cassiano church, that was built in 1436 above the bump overhead Castello Tesino on the initiative of the notary Donato Pelloso, and in the next two years, it was internally decorated at fresco.

INFO: / INFO:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730 oppure online su www.livelovalsugana.it

IT VISITA AL MUSEO DEL LEGNO E MUSEO D'ARTE MODERNA DI SCULTURA LIGNEA

- ★ L'attività ha una durata di circa 1 ora
- ★ Attività senza obbligo di prenotazione
- ★ Obbligo di mascherina

GB VISIT AT THE WOOD MUSEUM AND AT THE LIGNEA SCULPTURE MODERN MUSEUM

- ★ The activity lasts about an hour
- ★ The activity does not need a reservation
- ★ Face masks are required

17.00	12/01 27/10		Gratuita Free
-------	----------------	--	------------------

Unica esposizione.

Only one exhibition.

INFO: / INFO:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730 oppure online su www.livelovalsugana.it

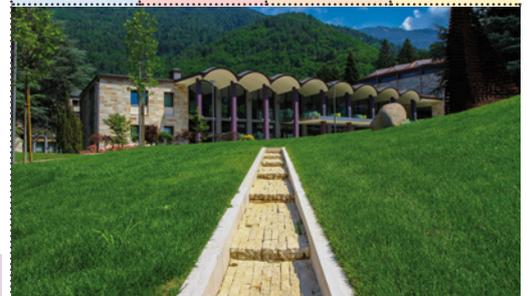
IT GLI SPECIALISTI DELLE TERME INCONTRANO GLI OSPITI

09/06: Dott.ssa Justina Claudatus: "Gestire lo stress; la resilienza" / **16/06:** Dott.ssa Alessandra Crestani: "Terapie non convenzionali in menopausa" / **23/06:** Dott. Alessandro Simoni: "Effetto immunomodulante dell'agopuntura" / **30/06:** Dott. Emanuele De Nobili: "La nutrizione: un alleato della salute" / **07/07:** Dott. Giuseppe Frattin: "Promuovere il movimento per guadagnare salute e qualità di vita" / **14/07:** Dott.ssa Maria Concetta Morabito: "Rinosinusite: cos'è e come trattarla" / **21/07:** Dott.ssa Justina Claudatus: "Allergie e intolleranze sulla pelle" / **28/07:** Dott. Giorgio Pedrotti: "L'osteoartrosi: prevenzione e cura" / **04/08:** Dott. Alessandro Simoni: "Le potenzialità terapeutiche dell'agopuntura nel trattamento delle patologie reumatologiche" / **11/08:** Dott. Giuseppe Frattin: "La sarcopenia: una pericolosa sconosciuta" / **18/08:** Dott. Pasquale D'Alessandro: "Rischio e prevenzione cardiovascolare" / **25/08:** Dott.ssa Giulia Orsingher: "Vitamina D: why not?" / **01/09:** Dott.ssa Maria Andreatta: "Antibiotici: uso e abuso"

GB THE SPECIALIST OF THE THERMAL BATHS MEET THE HOSTS

09/06: Dott.ssa Justina Claudatus: "Gestire lo stress; la resilienza" / **16/06:** Dott.ssa Alessandra Crestani: "Terapie non convenzionali in menopausa" / **23/06:** Dott. Alessandro Simoni: "Effetto immunomodulante dell'agopuntura" / **30/06:** Dott. Emanuele De Nobili: "La nutrizione: un alleato della salute" / **07/07:** Dott. Giuseppe Frattin: "Promuovere il movimento per guadagnare salute e qualità di vita" / **14/07:** Dott.ssa Maria Concetta Morabito: "Rinosinusite: cos'è e come trattarla" / **21/07:** Dott.ssa Justina Claudatus: "Allergie e intolleranze sulla pelle" / **28/07:** Dott. Giorgio Pedrotti: "L'osteoartrosi: prevenzione e cura" / **04/08:** Dott. Alessandro Simoni: "Le potenzialità terapeutiche dell'agopuntura nel trattamento delle patologie reumatologiche" / **11/08:** Dott. Giuseppe Frattin: "La sarcopenia: una pericolosa sconosciuta" / **18/08:** Dott. Pasquale D'Alessandro: "Rischio e prevenzione cardiovascolare" / **25/08:** Dott.ssa Giulia Orsingher: "Vitamina D: why not?" / **01/09:** Dott.ssa Maria Andreatta: "Antibiotici: uso e abuso"

17.30	09/07 01/09		Gratuita Free
-------	----------------	--	------------------



Gli specialisti delle terme incontrano gli ospiti per un ciclo di incontri gratuiti, ognuno alla scoperta di una particolare tematica.

The thermal baths specialists meet the hosts for some free meetings, each of those has a particular topic.

INFO E PRENOTAZIONE CONSIGLIATA: INFO AND RESERVATION:

Terme di Levico - Tel. +39 0461 706077

IT ESCURSIONE AD ARTE SELLA

- ★ Ritrovo presso Villa Strobele
- ★ Spostamento con mezzi propri fino al Parcheggio "Carlone"
- ★ Il rientro è previsto per le ore 19
- ★ Dati tecnici: prima parte 40 min., lunghezza 500 m / seconda parte 2 ore, lunghezza 3 km
- ★ È consigliato un abbigliamento consono alla montagna con scarpe da trekking, ventina, qualcosa da bere/mangiare
- ★ Iscrizioni entro le ore 18 del giorno precedente all'attività
- ★ Max 15 partecipanti

GB EXCURSION AT ARTE SELLA

- ★ Meeting point at Villa Strobele
- ★ Transfer to "Carlone" parking place with your own vehicle
- ★ Return will be around 7 PM
- ★ Technical informations: first part 40 min., length 500 m / second part 2 hours, length 3 km
- ★ We suggest to wear mountain clothing with trekking shoes, a wind jacket, something to drink/eat
- ★ Reservation before 6 PM of the previous day of the activity
- ★ Max 15 participants

			
14.00	07/07 15/09		€ 15 * a persona perperson € 8 ragazzi fino a 16 anni ragazzi under 16

*Adulti (€ 8 + visita guidata), Bambini (€ 4 + visita guidata). / Adults (€ 8 + guided tour). Children (€ 4 + guided tour)

Visita guidata al percorso espositivo Arte Sella.
Guided visit around the expositive itinerary of Arte Sella.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700
oppure online su www.livelovevalsugana.it

IT VIVERE IL PARCO - LABORATORI PER ADULTI A TEMATICA NATURALISTICA

- ★ L'attività ha una durata di circa 2 ore
- ★ Iscrizioni entro le ore 18 del giorno precedente all'attività
- ★ Ritrovo presso la terrazza della serra del Parco - Levico Terme
- ★ Massimo 10 partecipanti

GB VIVERE IL PARCO - LABORATORIES FOR ADULTS WITH NATURALISTICS TOPICS

- ★ The activity lasts about 2 hours
- ★ Reservation must be done before 6 PM of the previous day of the activity
- ★ Meeting point at the terrace of the park greenhouse - Levico Terme
- ★ Max 10 participants

14-21- 28/07, 4-25/08, 15/09	30/06 16/09		Gratuita Free
---------------------------------------	----------------	---	------------------

I laboratori sono rivolti a tutti coloro che vogliono rilassarsi a diretto contatto con la natura riscoprendo la propria vena naturalistica e artistica.
The laboratories are for everyone who wants to relax close to the nature, discovering his own naturalistic and artistic streak.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700
Parco di Levico - Tel. +39 0461 706824
parco.levico@provincia.tn.it

IT CAMMINATA E MEDITAZIONE CON IL MONACO



- ★ Ritrovo ore 15.00 presso fermata corriere di Cinte Tesino - spostamento con mezzi propri
- ★ Rientro previsto alle ore 18.00
- ★ Si consiglia abbigliamento comodo per un'escursione in montagna, scarponcini da trekking, acqua, telo o cuscino per la meditazione
- ★ Prenotazioni entro le ore 18.00 del giorno precedente presso APT Castello Tesino

GB WALKING AND MEDITATION WITH THE MONK



- ★ Meeting at 15.00 at the bus stop of Cinte Tesino - moving by own means
- ★ Expected return at 18.00
- ★ We recommend comfortable clothing for a hike in the mountains, hiking boots, water, towel or pillow for meditation
- ★ Bookings within 18.00 of the previous day at APT Castello Tesino

15.00	14/07 01/09		€ 5 offerta per il Tempio offer for the Temple
-------	----------------	---	--

Passeggiata di media difficoltà con accompagnatore di media montagna e meditazione con il monaco Buddhista Seiun.
Medium difficulty walk with medium mountain guide and meditation with the Buddhist monk Seiun.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730

IT ESCURSIONE IN NOTTURNA AL FORTE DELLE BENNE

- ★ L'attività ha una durata di circa 2 ore e mezza
- ★ Si consiglia abbigliamento sportivo e di portarsi qualcosa da bere
- ★ Si consiglia di portare con se il frontalino
- ★ Iscrizioni entro le ore 18 del giorno precedente all'attività
- ★ Ritrovo presso l'ufficio Apt, viale Vittorio Emanuele 3 - Levico Terme
- ★ Partecipanti: max 15 persone

GB GUIDED NIGHT WALK AND VISIT TO FORT COLLE DELLE BENNE

- ★ The activity lasts about 2 hours and half
- ★ We recommend sports clothing and to bring a water bottle
- ★ Headlight/torch necessary
- ★ Registrations by 6 pm on the previous day of the activity
- ★ Meeting point at the Valsugana Tourism Board Info point (Apt), viale Vittorio Emanuele 3 - Levico Terme
- ★ Participants: max 15 people

20.00	07-21/07 e / and 11-25/08		€ 10 a persona perperson
-------	---------------------------------	---	--------------------------------

Passeggiata di 45 minuti per raggiungere il Forte e a seguire visita guidata. Rientro previsto per le ore 22.30.

Night walk with a local guide up to "Colle delle Benne" hill and visit to the Fort.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700

IT CANYONING VALSUGANA LAGORAI

- ★ COMPRESO: Muta in neoprene da 5mm e calzari, casco, imbragatura e longe. Accompagnamento e servizio da parte della Guida Alpina UIAGM
- ★ COSE DA PORTARE: costume da bagno e t-shirt in tessuto sintetico da indossare sotto la muta, scarpe da ginnastica o da trekking da usare per percorrere il canyon, asciugamano, cambio completo e busta in plastica per riporre vestiario bagnato a fine attività.
- ★ DURATA: 2 ore
- ★ RITROVO: Malga Sorgazza <https://goo.gl/maps/awsFkj6qUFXa8c5M6>
- ★ Possibilità di mangiare a Malga Sorgazza
- ★ L'attività prosegue alle ore 13.00
- ★ Prenotazione entro le 18.00 del giorno precedente all'attività

GB CANYONING VALSUGANA LAGORAI

- ★ INCLUDED: 5mm neoprene jumpsuit and shoes, helmet, sling, and lanyards. Accompaniment and service by the UIAGM Alpine Guide
- ★ THINGS TO BRING: Synthetic fabric swimsuit and t-shirt to wear under the suit, sneakers or trekking shoes to use to travel the canyon, towel, full change, and plastic bag to store wet clothes at the end of the activity.
- ★ DURATIONS: 2 hours
- ★ MEETING POINT: Malga Sorgazza <https://goo.gl/maps/awsFkj6qUFXa8c5M6>
- ★ Possibility to eat at Malga Sorgazza
- ★ The activity continues at 1 PM
- ★ Reservation must be done by 6 PM of the previous day

			
9.30 e/and 13.30	24/06 16/09		€ 65 adulti adults € 55 bambini sotto i 15 anni under 15

Seguire il percorso scavato dall'acqua nelle rocce, tuffarsi nelle pozze limpide, scivolare sui "toboga" naturali, calarsi con la corda sotto affascinanti cascate in completa sicurezza di una Guida Alpina UIAGM con specializzazione canyoning internazionale: questo è il Canyoning, un'attività sportiva alla portata di tutti. Non è richiesta nessuna preparazione particolare.

Follow the path carved out by water in the rocks, dive into the clear pools, slide on the natural "tobogues" and go down with the rope under fascinating waterfalls in complete safety of a UIAGM Alpine Guide with international canyoning specialization: This is canyoning, a sport that everyone can enjoy.

**INFO E PRENOTAZIONE:
INFO AND RESERVATIONS:**
Patrick Gasperini - +39 351 9230411
gasperinipatrick@gmail.com

IT TOUR IN BARCA A VELA SUL LAGO DI CALDONAZZO

- ★ Ritrovo presso il pontile della spiaggia Ekon - S.Cristoforo
- ★ Età minima 6 anni
- ★ Bambini sotto i 10 anni gratis
- ★ Max 5 persone
- ★ Per il serale aperitivo compreso
- ★ Durata attività 2 ore

GB BOAT TOUR ON THE CALDONAZZO LAKE

- ★ Meeting point at the jetty of Ekon S.Cristoforo beach
- ★ 6 years olds or older
- ★ Free for children under 10 years old
- ★ Max 5 people
- ★ Possibility to personalize your tour

10.00, 14.00 e 16.00 3 uscite giornaliere** 3 daily lake tours**	01/07 30/09		€ 35 a persona per person
---	------------------------	---	--

** Meteo permettendo / Weather permitting

Tour a vela sul Lago di Caldonazzo con skipper certificato: esperto velista LNI, monitour Glenanse, RYA yachtmaster offshore.

A sailboat tour of Caldonazzo lake with a certified skipper: LNI skipper expert, monitour Glenanse, RYA yachtmaster offshore.

**INFO E PRENOTAZIONE:
INFO AND BOOKING:**
Entro le ore 18 del giorno precedente
Entro le ore 18 del giorno precedente
Tel. +39 389 1727450 - kciurletti@gmail.com

IT VISITA GUIDATA AL MUSEO DE GASPERI E AL GIARDINO D'EUROPA 

- ★ Ritrovo presso Museo De Gasperi, in via De Gasperi 1 a Pieve Tesino
- ★ Rientro previsto alle ore 18.00
- ★ Difficoltà: facile
- ★ Massimo 10 partecipanti

GB GUIDED TOUR OF DE GASPERI MUSEUM AND THE GARDEN OF EUROPE 

- ★ Meeting point at Museo De Gasperi, in via De Gasperi 1 in Pieve Tesino
- ★ Expected return at 18.00
- ★ Difficulty: easy to use
- ★ Maximum of 10 participants

15.00 (Museo) 16.30 (Giardino)	01/07 23/09		€ 2 a persona per person
---	------------------------	---	---------------------------------------

Ore 15 visita guidata alla casa natale di Alcide De Gasperi e a seguire, ore 16.30, visita al Giardino d'Europa: una passeggiata semplice alla scoperta delle bellissime fioriture e dei tanti significati simbolici dell'unico giardino italiano dedicato all'Europa.

15 hours guided tour to the birthplace of Alcide De Gasperi and then, at 16.30, visit to the Garden of Europe: a simple walk to discover the beautiful blooms and the many symbolic meanings of the only Italian garden dedicated to Europe.

**PRENOTAZIONE (CONSIGLIATA):
RESERVATION (SUGGESTED):**
Fondazione De Gasperi
Tel. 366 6341678 - museo.fdg@degasperitn.it
www.degasperitn.it

IT ALLA SCOPERTA DEI TESORI DI BORGO VALSUGANA

- ★ Durata escursione 2 ore circa
- ★ Ritrovo presso Ufficio informazione - APT Valsugana Borgo Valsugana
- ★ Partecipanti: max 15 persone

			
17.00	08/07 16/09	 	€3

Visita al centro storico di Borgo Valsugana (centro storico, portici, corso, convento per rientrare al punto di partenza).

Visit at the Borgo Valsugana old town center (old town center, portico, convent to return at the starting point).

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Entro le ore 18 del giorno precedente
Before 6 PM of the previous day of the activity
 Ufficio Borgo Valsugana
 Tel. +39 0461 727740 - Tel. +39 0461 727700
 oppure online su www.livelovevalsugana.it

GB DISCOVERING THE BORGO VALSUGANA TREASURES

- ★ The excursion lasts about 2 hours
- ★ Meeting point at the information office - APT Valsugana Borgo Valsugana
- ★ Participants: max 15 people

IT SULLE TRACCE DELLA STORIA A LEVICO TERME

- ★ Durata escursione 3,5 ore circa.
- ★ Ritrovo presso Ufficio informazione - APT Valsugana Levico Terme
- ★ Partecipanti: max 15 persone

14.30	08/07 16/19		€5
-------	----------------	---	----

Visita al centro di Levico Terme per arrivare a Castel Selva e ritorno al punto di incontro.

Visit at the Levico Terme town center to arrive at the Castel Selva and come back at the meeting point.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Entro le ore 18 del giorno precedente
Before 6 PM of the previous day of the activity
 Ufficio APT Valsugana - Tel. +39 0461 727700
 oppure online su www.livelovevalsugana.it

GB DISCOVERING THE LEVICO TERME HISTORY

- ★ The excursion lasts 3 and a half hours
- ★ Meeting point at the information office - APT Valsugana Levico Terme
- ★ Participants: max 15 people

IT DEGUSTAZIONE DI VINI CANTINA ROMANESE LEVICO TERME

- ★ L'attività ha una durata di circa 1,5 ore
- ★ In caso di pioggia non verrà fatta la visita al vigneto
- ★ Ritrovo presso Cantina Romanese S.P. per Vetriolo, 52 - Levico Terme

18.00	02/07 01/10	  	€15 a persona per person
-------	----------------	---	--------------------------------

Visita in cantina e spiegazione delle diverse fasi della vinificazione. Momento conviviale con degustazione dei vini prodotti in azienda in abbinamento a prodotti gastronomici locali.

Visit to the wine cellar and explanation of the different stages of wine production. The activity will end enjoying wine and local products.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:

INFO AND MANDATORY RESERVATION:
 Giorgio - Azienda Agricola Romanese
 Tel. +39 347 3817590 - info@cantinaromanese.it

GB WINE TASTING ROMANESE LEVICO TERME

- ★ The activity lasts about an hour and a half
- ★ If it rains the visit at the vineyard will be deleted
- ★ Meeting point at the Cantina Romanese S.P. per Vetriolo, 52 - Levico Terme

IT "CAMMINARE TRA GLI ALBERI E L'ELEMENTO ACQUA "AL TORRENTE MAGGIORE DI LEVICO TERME

- ★ Ritrovo presso Ufficio APT Levico Viale Vittorio Emanuele
- ★ Partecipanti: max 15 persone
- ★ L'attività avrà una durata di circa due ore

9.00	01/07 09/09		€5 a persona per person
------	----------------	---	-------------------------------

Assaporare i doni sensoriali della Natura ad ogni passo. Facciamo tre respiri profondi, lasciamo temporaneamente andare i pensieri e le preoccupazioni, ed entriamo in uno spazio dove poter godere dell'abbondanza di suoni, forme, profumi che ci dona la Natura, camminando lungo il torrente Maggiore di Levico. I partecipanti verranno stimolati a portare l'attenzione ai propri sensi per rilassare la mente, cogliere e sentire la comunione con l'ambiente naturale, mentre camminiamo.

Savor the sensory gifts of Nature at every step. Let's take three deep breaths we temporarily let it go of thoughts and people, and enter a space where we can enjoy the abundance of sounds, shapes, scents that Nature gives us, walking along the Maggiore di Levico stream. Participants will be stimulated to bring attention to their senses to relax the mind, grasp and feel the communion with the natural environment, while we walk.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Entro le ore 18 del giorno precedente
Before 6 PM of the previous day of the activity
 Ufficio APT Valsugana - Tel. +39 0461 727700
 oppure online su www.livelovevalsugana.it

GB "WALKING AMONG THE TREES AND THE WATER ELEMENT "AT THE MAJOR LEVICO TERME STREAM

- ★ Meeting point at the information office - APT Levico, Viale Vittorio Emanuele
- ★ Participants: max 15 people
- ★ The activity lasts about 2 hours



IT ALLA SCOPERTA DEL TESINO IN E-BIKE



- ★ Ritrovo presso APT Castello Tesino, via Dante 10
- ★ Si richiede vestiario adeguato ad un'escursione in bicicletta (anche una giacca antivento), occhiali da sole, zainetto, borraccia o bottiglia d'acqua, barretta energetica o di cioccolato
- ★ Caschetto obbligatorio
- ★ Possibilità di noleggio e-bike
- ★ Età minima 10 anni
- ★ Massimo 6 persone per accompagnatore
- ★ L'attività avrà una durata di circa 2,5 ore
- ★ I percorsi saranno scelti in base alle capacità tecniche del gruppo (difficoltà facile/media)
- ★ Prenotazione obbligatoria entro le ore 18 del giorno precedente



8.45



17/06
09/09



€ 10 a persona per person
Noleggio e-bike e caschetto a pagamento
E-bike and helmet rent for a fee

GB DISCOVERING TESINO WITH E-BIKE



- ★ Meeting point at the Castello Tesino APT, via Dante 10
- ★ We require appropriate clothing for a bike excursion (wind coat too), sunglasses, backpack, water bottle, energetic or chocolate bar.
- ★ The helmet is mandatory
- ★ It is possible to rent a bike (extra cost)
- ★ Minimum age: 10
- ★ Max 6 people per each instructor
- ★ The activity lasts about 2,5 hours
- ★ The paths will be chosen depending on the group technical abilities
- ★ Mandatory reservation before 6 PM of the previous day

Escursione in mountain bike a pedalata assistita alla scoperta dei percorsi della Tesino Bike assieme ad un accompagnatore della Scuola Italiana E-Bike s.i.e.b.

Mountain bike excursion with assisted pedal, discovering the Tesino Bike paths with a tour guide from the Italian E-Bike s.i.e.b. School.

INFO: / INFO:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730 oppure online su www.livelovevalsugana.it

IT PILATES AL PARCO DELLE TERME

- ★ L'attività ha una durata di 1 ora circa
- ★ Attività adatta a persone con età superiore ai 16 anni
- ★ Materiale necessario: tappetino, abbigliamento comodo
- ★ Prenotazione entro le ore 18 del giorno precedente
- ★ Ritrovo presso il Bar del Parco delle Terme
- ★ In caso di maltempo l'attività non verrà svolta

18.00

15/07
12/09



€ 10 a persona per person

PRENOTAZIONE: RESERVATIONS:

APT Valsugana - Tel. +39 0461 727700

GB PILATES AT THE SPA PARK

- ★ The activity lasts about an hour
- ★ The activity is suitable for people older than 16
- ★ Necessary material: yoga mat, comfortable clothes
- ★ Reservation before 18 PM of the day before of the activity
- ★ The meeting point is at the bar of the Spa Park
- ★ In case of bad weather the activity will not take place

IT HATHA YOGA



- ★ L'attività ha una durata di 1 ora circa
- ★ Attività adatta a persone con età superiore ai 16 anni
- ★ Materiale necessario: tappetino, coperta, cuscino, abbigliamento comodo
- ★ Prenotazione (consigliata) entro le ore 12 del giorno dell'attività
- ★ Ritrovo presso il parco di Sant'Ippolito di Castello Tesino (in caso di maltempo presso la palestra comunale di Castello Tesino)

18.15

19/07
16/09



€ 5 ad incontro
(+5 euro di tessera associativa una tantum)
€ 5 each session
(+5 euro for the association card of tantum)

Attraverso posture (asanas) e respiro (pranayama), lo yoga ci porta ad ascoltare il nostro corpo, a conoscerlo e ad esplorarne i limiti. Una pratica di consapevolezza che porta beneficio al corpo, migliorandone flessibilità e scioltezza, e al mentale, donando quiete e presenza.

Yoga leads us to listen to our body, to know our body, and to discover its limits through different postures (asanas) and the breath (pranayama). An awareness activity that leads to the benefit of our body, improving its flexibility and agility, and on the mental side, it gives your body quiet and presence.

PRENOTAZIONE (CONSIGLIATA): RESERVATION (SUGGESTED):

Donatella - Tel. +39 348 2932661

INFO:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730

GB HATHA YOGA



- ★ The activity lasts about an hour
- ★ The activity is suitable for people older than 16
- ★ Necessary material: yoga mat, blanket, pillow, comfortable clothes
- ★ Reservation (suggested) before 12 PM of the day of the activity
- ★ The meeting point is at the park of Sant'Ippolito in Castello Tesino (if the weather is bad the meeting point is moved to the Castello Tesino council gym)

IT DEGUSTAZIONE DI GRAPPE E LIQUORI TARENTINI

- ★ Ritrovo in centro a Levico presso "Il Ponte dei Sapori"
- ★ Prenotazioni entro le 18.00 del giorno precedente dell'attività

19.00

01/07
30/09



€ 10 a persona per person

Percorso di degustazione di grappe e liquori tipici del Trentino.

Taste itinerary of grappa and typical liquor from Trentino.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Tel. +39 347 9397232

GB TASTING OF GRAPPA AND LIQUOR FROM TRENTINO

- ★ Meeting point at Levico town center at "Il Ponte dei Sapori"
- ★ Reservation must be done before 6 PM of the previous day of the activity

IT GINNASTICA DOLCE

- ★ L'attività ha una durata di 1 ora circa
- ★ Ritrovo al giardino dello stabilimento delle Terme di Levico

GB GYMNASTICS WARM UP

- ★ The activity lasts about 1 hour
- ★ Meeting point at the Levico thermal baths



09.00

09/07
10/09



€ 2 ad incontro each session

Attività di ginnastica dolce nel giardino dello stabilimento delle Terme di Levico.

Gentle gymnastics activity in the garden of the Terme di Levico establishment.

INFO: / INFO:

Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700

IT VISITA GUIDATA ALLE GROTTE DI CASTELLO TESINO

- ★ L'escursione ha una durata di 3,5 ore
- ★ Altezza min. per accedere alle grotte: 110 cm
- ★ Temperatura interna alla grotta: 8 gradi costanti
- ★ Si richiede abbigliamento da montagna, scarponcini obbligatori ed impermeabile
- ★ Per garantire la massima sicurezza verranno forniti i caschi
- ★ Trasferimenti con mezzi propri
- ★ All'entrata della grotta ci si incontrerà con la guida per iniziare la visita all'interno della grotta
- ★ Iscrizioni entro le ore 12.00 del giorno precedente all'attività
- ★ Attività svolta con min. 5 iscritti ed un max di 8 iscritti
- ★ Ritrovo presso Ufficio Apt Castello Tesino - Via Dante 10

GB GUIDED TOUR OF THE CASTELLO TESINO CAVES

- ★ The excursion lasts about 3 hours and a half
- ★ Minimum height to access the caves: 110 cm
- ★ Inside temperature of the caves: 8 degrees.
- ★ Transfer by own means of transport
- ★ At the entrance of the cave you will meet the guide to begin the visit inside the cave
- ★ We recommend mountain clothing, hiking boots and a raincoat
- ★ Registrations by 12 am on the day before the activity
- ★ Minimum number of participants 5, max 8
- ★ Meeting point at the Information Office Apt Castello Tesino - Via Dante 10

09.00
e/and
14.00

20/07
28/09



€ 20 a persona per person
€ 17 bambini children
fino ai 12 anni up to 12 years

Scoperta nel 1927, questa grotta di natura carsica si apre alla quota di 960 m e serpeggia nella montagna per circa 400 m. Dopo un trasferimento di circa 6 km con mezzi propri, inizia la passeggiata con un sentiero di avvicinamento (in discesa) che dura circa 40 minuti. La visita guidata all'interno della grotta dura 1 ora e mezza, il sentiero di ritorno è in salita e dura circa 1 ora.

Discovered in 1927, this karst cave is at an altitude of 960 m and winds in the mountain for about 400 m. After a transfer with own mean of about 6 km, starts a downhill hike of about 40 minutes. The guided tour inside the cave lasts about 1 hour and a half and the return uphill path will be tackled in about 1 hour.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

APT Valsugana - Ufficio di Castello Tesino
Tel. +39 0461 727730

IT VISITA GUIDATA AL FORTE DELLE BENNE

- ★ Massimo 15 persone a turno
- ★ Adatta a bambini, disabili (è possibile raggiungere il Forte in macchina, visitabile solo il piano terra).



GB GUIDED VISIT AT THE FORTE DELLE BENNE

- ★ Max 15 people each turn
- ★ Good for children, disable people (it is possible to reach the Forte with the car, visitable just at the ground floor).

10.00
18.00**

04/06
29/08



€ 5 intero,
€ 2 ridotto*
Gratis Free
per bambini, disabili e accomp. disabili under 6, disable people and their partner.

*(6-18 anni, over 65 e residenti nel comune di Levico)
*(6-18 years, over 65 and Levico residents)

****Turni di visita / Turns:**

10.15 - 11.15 / 11.30 - 12.30 / 14.00 - 15.00
15.15 - 16.15 / 16.30 - 17.30

Visita la Forte delle Benne, recentemente restaurato ed ora aperto al pubblico. È possibile visitare il Forte tramite prenotazione all'ufficio di Levico dell'Azienda per il Turismo Valsugana.

Visit of the Forte delle Benne, that was recently restructured and it is now open to the public. It is possible to visit the Forte with a reservation at the Levico Tourist Office.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

Prenotazione obbligatoria entro le 18 del giovedì
Mandatory reservation before Thursday at 6 PM
Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700

▶ IT **ORTO PER BAMBINI**



- ★ L'attività ha una durata di circa 1 ora e 30
- ★ Attività adatta ai bambini dai 4 ai 12 anni
- ★ Massimo 8 partecipanti
- ★ Prenotazione obbligatoria entro le ore 18.00 del giorno precedente presso APT Valsugana
- ★ Ritrovo presso il Centro Flora e Fauna di Castello Tesino (Loc. Le Parti)



10.00



02/07
03/09



Gratuita
Free

Ad ogni bambino il suo piccolo orto! Entriamo in contatto con la terra imparando a coltivare e a far conoscere i nostri fiori e le nostre piante.

To every child his little garden! We come into contact with the earth learning to cultivate and to make known our flowers and plants.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730

▶ GB **VEGETABLE GARDEN FOR CHILDREN**



- ★ The activity lasts about 1 hour and 30
- ★ Suitable for children from 4 to 12 years
- ★ Maximum 8 participants
- ★ Booking required by 18.00 the previous day at APT Valsugana
- ★ Meeting at the Centro Flora e Fauna di Castello Tesino (Loc. Le Parti)

▶ IT **DEGUSTAZIONE DI VINI CANTINA ROMANESE LEVICO TERME**

- ★ Punto di ritrovo in base all'itinerario (verrà comunicato al momento dell'iscrizione)
- ★ Utilizzo del mezzo proprio per gli spostamenti
- ★ Abbigliamento sportivo da montagna con scarponcini da trekking

18.00

02/07
01/10



€15
a persona
per persona

Visita in cantina e spiegazione delle diverse fasi della vinificazione. Momento conviviale con degustazione dei vini prodotti in azienda in abbinamento a prodotti gastronomici locali.

Visit to the wine cellar and explanation of the different stages of wine production. The activity will end enjoying wine and local products.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Giorgio - Azienda Agricola Romanese
Tel. +39 347 3817590 - info@cantinaromanese.it

▶ GB **WINE TASTING ROMANESE WINEMAKER LEVICO TERME**

- ★ The meeting point depends on the itinerary (will be communicated the day you book the activity)
- ★ Use your own vehicle for the transfers
- ★ Sports clothing with mountain trekking shoes

▶ IT **CAMMINANDO IN TESINO**



- ★ Punto di ritrovo in base all'itinerario (verrà comunicato al momento dell'iscrizione)
- ★ Utilizzo del mezzo proprio per gli spostamenti
- ★ Abbigliamento sportivo da montagna con scarponcini da trekking
- ★ Partecipanti: max 15 persone

9.00

18/06
10/09



€10
a persona
per persona

Escursione alla scoperta dei numerosi percorsi trekking dell'Altopiano del Tesino.

Excursion discovering the numerous paths of Tesino.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Entro le ore 18 del giorno precedente
Before 6 PM of the previous day of the activity
Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730
oppure online su www.livelovevalsugana.it

▶ GB **WALKING IN TESINO**



- ★ The meeting point depends on the itinerary (will be communicated the day you book the activity)
- ★ Use your own vehicle for the transfers
- ★ Sports clothing with mountain trekking shoes
- ★ Partecipanti: max 15 people



▶ IT **VIVI UN GIORNO DA APE**

- ★ Prenotazione entro le ore 18.00 del giorno precedente
- ★ L'attività durerà circa due ore
- ★ Ritrovo presso Ufficio informazioni - APT Valsugana Levico Terme
- ★ Passeggiata fino al Colle di San Biagio
- ★ Partecipanti: max 15 persone

16.00

16/07
03/09



€5
a persona
per persona

Attività di immersione nel prato e nell'ambiente naturale delle api. Incontro conoscitivo e divulgativo in cui scopriremo le piante che visitano le api, e i loro amici insetti.

Activity of immersion inside the natural environment of bees, discovering the different kinds of plants.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Apt Ufficio di Levico - Tel. +39 0461 727700
oppure online su www.livelovevalsugana.it

▶ GB **BE A BEE FOR A DAY**

- ★ Reservations must be done before 6 PM of the previous day of the activity
- ★ The activity lasts about 2 hours
- ★ Meeting point at th information office - APT Valugana Levico Terme
- ★ Stroll up to Colle San Biagio
- ★ Participants: max 15 people

IT UN GIORNO DA PASTORE IN VAL DEI MOCHENI

- ★ Ritrovo presso Albergo Rosalpina - Palù del Fersina
- ★ Abbigliamento: scarponi, giacca a vento, zaino, borraccia e ricambio vestiario al seguito.
- ★ Prenotazione entro le ore 18 del giorno precedente

GB SHEPHERD FOR A DAY IN VAL DEI MOCHENI

- ★ Meeting point at Albergo Rosalpina - Palù del Fersina
- ★ We recommend hiking boots, backpack, windbreaker, water bottle and a clothes change.
- ★ Reservations by 6 PM of the previous day of the activity

			
8.30	17/07 04/09	 	€15

Immerso nella natura d'alta quota, vivi la transumanza © Fiume che cammina, patrimonio dell'umanità: un'esperienza unica, emozionante ed ineguagliabile a contatto con la selvaggia ed incontaminata catena del Lagorai.

Surrounded by high altitude nature, experience the transhumance © Fiume che cammina, a world heritage site: a unique, exciting and incomparable experience in contact with the wild and untouched Lagorai chain.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Manuel - Tel. +39 3332615546

IT VISITA GUIDATA ALLE GROTTE DI CASTELLO TESINO

- ★ L'escursione ha una durata di 3,5 ore
- ★ Altezza min. per accedere alle grotte: 110 cm
- ★ Temperatura interna alla grotta: 8 gradi costanti
- ★ Si richiede abbigliamento da montagna, scarponcini obbligatori ed impermeabile
- ★ Per garantire la massima sicurezza verranno forniti i caschi
- ★ Trasferimenti con mezzi propri
- ★ All'entrata della grotta ci si incontrerà con la guida per iniziare la visita all'interno della grotta
- ★ Iscrizioni entro le ore 12.00 del giorno precedente all'attività
- ★ Attività svolta con min. 5 iscritti ed un max di 8 iscritti
- ★ Ritrovo presso Ufficio Apt Castello Tesino - Via Dante 10

GB GUIDED TOUR OF THE CASTELLO TESINO CAVES

- ★ The excursion lasts about 3 hours and a half
- ★ Minimum height to access the caves: 110 cm
- ★ Inside temperature of the caves: 8 degrees.
- ★ Transfer by own means of transport
- ★ At the entrance of the cave you will meet the guide to begin the visit inside the cave
- ★ We recommend mountain clothing, hiking boots and a raincoat
- ★ Registrations by 12 am on the day before the activity
- ★ Minimum number of participants 5, max 8
- ★ Meeting point at the Information Office Apt Castello Tesino - Via Dante 10

09.00 e/and 14.00	20/07 28/09	 	€20 a persona per persona €17 bambini children fino ai 12 anni up to 12 years
-------------------------	----------------	---	---

Scoperta nel 1927, questa grotta di natura carsica si apre alla quota di 960 m e serpeggia nella montagna per circa 400 m. Dopo un trasferimento di circa 6 km con mezzi propri, inizia la passeggiata con un sentiero di avvicinamento (in discesa) che dura circa 40 minuti. La visita guidata all'interno della grotta dura 1 ora e mezza, il sentiero di ritorno è in salita e dura circa 1 ora.

Discovered in 1927, this karst cave is at an altitude of 960 m and winds in the mountain for about 400 m. After a transfer with own mean of about 6 km, starts a downhill hike of about 40 minutes. The guided tour inside the cave lasts about 1 hour and a half and the return uphill path will be tackled in about 1 hour.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
APT Valsugana - Ufficio di Castello Tesino
Tel. +39 0461 727730



IT CAMMINATA DEL GUSTO



- ★ Punto di ritrovo in base all'itinerario (vedi sotto) ore 8.45
- ★ Rientro previsto ore 12/13
- ★ Prenotazione obbligatoria entro le ore 12 del giorno precedente l'attività presso APT Castello Tesino

GB WALKING AND TASTING



- ★ Meeting point according to itinerary (see below) 8.45
- ★ Scheduled return at 12/13
- ★ Booking required by 12 noon of the day before the activity at APT Castello Tesino

09.00	17/07 04/09		€5 per degustazione per tasting
-------	----------------	---	---------------------------------------

Passeggiata medio - facile con accompagnatore di media montagna e degustazione di prodotti locali presso malghe e aziende agricole del territorio.

Medium walk - easy with medium mountain guide and tasting of local products at pastures and farms in the area.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
APT Valsugana - Ufficio di Castello Tesino
Tel. +39 0461 727730

IT VISITA GUIDATA ALLA TORRE BELVEDERE

- ★ Il secondo gruppo delle ore 10.45 si terrà solo con un numero minimo di 5 persone prenotate.
- ★ Le prenotazioni si chiudono entro le ore 12 di venerdì

GB GUIDED VISIT AT TORRE BELVEDERE

- ★ The second group of 10.45 AM will be taken just with a minimum number of 5 people that have a reservation
- ★ The reservations will close on Friday at 12 PM



10.00 e/and 10.45	03/07 28/08		€31° turno 1° turn €2 ridotto reduced €13 2° turno 2° turn €12 ridotto reduced

Si svolgeranno due turni di visita:

- **Primo turno:** dalle 10.00 alle 10.30, solo visita guidata. Visita guidata 3€ (over 18, under 65), ridotto 2€ (6-18 anni, over 65, residenti Levico Terme). Minimo 2 massimo 7 persone.

- **Secondo turno:** dalle 10.45 alle 11.30, visita guidata + brindisi (Calice Cantina Romanese e assaggio). Visita guidata + degustazione vino €13 (over 18, under 65) ridotto 12 € (6-18 anni, over 65, residenti Levico Terme). Minimo 5 massimo 7 persone (nel caso in cui non si raggiunga il numero minimo di 6 persone si farà soltanto la visita come al primo turno).

There will be 2 visit turns:

- **First turn:** from 10 AM PM to 10.30 AM, only guided visit. Guided visit 3€ (over 18, under 65), reduced 2€ (6-18 anni, over 65, Levico Terme residents). Min. 2 max. 7 people

- **Second turn:** from 10.45 AM to 11.30 AM, guided visit + drink toast (Glass Cantina Romanese and tasting). Guided visit + wine tasting €13 (over 18, under 65). Reduced 12 € (6-18, over 65, Levico Terme residents). Min. 5 max. 7 people (if we are not able to reach the minimum number of 6 people there will just be the visit like the first turn).

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700

IT VISITA GUIDATA AL TRINCERONE DI GRIGNO

- ★ Il tempo di visita è di circa 1h
- ★ Entrata presso la confluenza del torrente Grigno con il fiume Brenta nei pressi della ciclabile
- ★ In caso di forte maltempo la trincea rimane chiusa

GB GUIDED VISIT AT TRINCERONE OF GRIGNO

- ★ The activity lasts about an hour
- ★ Meeting point near the cycle path
- ★ In case of bad weather, the attraction is close

10.00 16.00	03/07 29/08		€2 a persona per person Gratuita Free fino 14 anni up to 14 years
--------------------	--------------------	--	---

Scopri la bellezza del Trincerone di Grigno, fortificazione della Grande Guerra.

Discover the fortification of Grigno, built during the World War.

INFO E PRENOTAZIONE:

INFO AND RESERVATIONS:

Apt Ufficio di Levico - Tel. +39 0461 727700

IT VISITA GUIDATA AL FORTE BUSA GRANDA

- ★ Ingresso 5 € intero, 2 € ridotto
- ★ Massimo 15 persone a turno
- ★ Prenotazione consigliata entro le 18 del giorno precedente l'attività
- ★ Turni di visita: 10.15 - 11.05 | 11.15 - 12.05 | 12.15 - 13.05 | 14:00 - 14:50 | 15:00 - 15:50 | 16:00 - 16:50

GB GUIDED TOUR FORTE BUSA GRANDA

- ★ 5 € full, 2 € reduced
- ★ Maximum 15 people
- ★ Reservation suggested before 6 pm of the previous day of the activity
- ★ Visits: : 10.15 - 11.05 | 11.15 - 12.05 | 12.15 - 13.05 | 14:00 - 14:50 | 15:00 - 15:50 | 16:00 - 16:50

10.00 17.00	03/07 28/08		€5 intero / full €2 ridotto reduced
--------------------	--------------------	--	---

INFO:

Apt Ufficio di Levico - Tel. +39 0461 727700
info@visitvalsugana.it

IT BABY SUP - STAND UP PADDLE

- ★ Ritrovo presso spiaggia libera di Levico Terme
- ★ Attività per ragazzi fino a 18 anni, max 4 partecipanti
- ★ Prenotazione entro le ore 18 del giorno precedente

GB BABY SUP - STAND UP PADDLE

- ★ Meeting point at the public beach of Levico Terme
- ★ Activity for children up to 18 years old, max 4 participants
- ★ Reservations by 6:00 pm on the day before of the activity



11.00



17/07
12/09



€ 20

Solcheremo le placide acque del lago utilizzando delle tavole da SUP surfing (tavola da surf molto grande e stabile e una pagaia) in pieno relax godendo appieno della natura che ci circonda potendola osservare da una prospettiva differente.

SUP surfing, enjoy this relaxing sport that allow you to watch the landscape from a different point of view. SUP surfing consists in standing on a surfboard and paddling yourself around. Stand Up Paddle surfboards are much longer, wider and more buoyant than 'normal' surfboards, enabling you to comfortably balance on them and propel yourself.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Tel. +39 329 4084106

IT DEGUSTAZIONE DI FORMAGGI IN ABBINAMENTO AD ALTRI PRODOTTI LOCALI

- ★ Ritrovo in centro a Levico presso "Il Ponte dei Sapori"
- ★ Prenotazioni entro le 18.00 del giorno precedente dell'attività

GB CHEESE TASTING WITH SOME OTHER LOCAL PRODUCTS

- ★ Meeting point at Levico town center at "Il Ponte dei Sapori"
- ★ Reservations must be done before 6 PM of the previous day of the activity

18.00

03/07
02/10



€ 10
a persona
per person

Percorso di degustazione alla scoperta dei formaggi e dei prodotti locali.

Cheese tasting with some other local products.

**INFO E PRENOTAZIONE:
INFO AND RESERVATIONS:**
Tel. +39 347 9397232

IT DEGUSTAZIONE DI VINI CANTINA CENCI CASTELNUOVO

- ★ L'attività ha una durata di circa 3 ore
- ★ In caso di pioggia non verrà fatta la visita al vigneto
- ★ Ritrovo presso Cantina Cenci a Castelnuovo

GB WINE TASTING CANTINA CENCI CASTELNUOVO

- ★ The activity lasts about 3 hours
- ★ If it rains the visit at the vineyard will be deleted
- ★ Meeting point at Cantina Cenci in Castelnuovo

9.00

TUTTO
L'ANNO
ALL
YEAR



€ 15
a persona
per person

Visita al vigneto e degustazione di vini della Cantina Cenci Castelnuovo.

Visit at the vineyard and wine tasting of Cantina Cenci Castelnuovo.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
Silvia - Cantina Cenci - Tel. +39 338 7580333

IT VISITA GUIDATA ALL'OSSERVATORIO ASTRONOMIC DEL CELADO

- ★ Iscrizioni entro le ore 12.00 del giorno precedente la visita
- ★ In caso di tempo nuvoloso la visita si limiterà alla visione di filmati e argomentazioni in aula nonché alla visita della struttura
- ★ Su richiesta per gruppi l'attività potrà essere svolta in lingua inglese
- ★ Ritrovo presso Osservatorio Astronomico - Altipiano di Celado (km 7,8 da Castello Tesino)
- ★ Max 15 partecipanti (non è richiesto il nr minimo)
- ★ Gli animali non possono entrare nell'osservatorio

GB GUIDED VISIT TO THE ASTRONOMICAL OBSERVATORY IN CELADO

- ★ Reservations by 12:00 pm on the day of the activity at APT Castello Tesino
- ★ In case of bad weather the visit will be limited to the vision of videos and the visit of the structure
- ★ On request the activity can be organized for English groups
- ★ Meeting point at the observatory - Altipiano di Celado (km 7,8 from Castello Tesino)
- ★ Max 15 participants

Dalle / from
22.00
alle / to
24.00*

03/07
28/08



Inglese a
richiesta
English on
request

€ 8
a persona
per person
€ 5 ragazzi
6 - 17 anni
from 6 - 17
years old
gratis
free
bambini fino
ai 5 anni
under the
age of 5

*Sabato 21 e 28 agosto dalle 21.30 alle 23.30
*Saturday 21st and 28th august from
9.30 PM to 11.30 PM

Serata dedicata alla visita dell'Osservatorio Astronomico del Celado con presentazione della struttura, osservazione telescopica e proiezione di filmati. Si osserveranno i corpi celesti più spettacolari che si renderanno visibili (luna e pianeti, ammassi stellari aperti e globulari, nebulose, galassie).

Evening dedicated to the visit of the Astronomic Observatory of Celado with presentation of the structure, telescopic observation and videos pojection. You'll have the opportunity to look at the moon, stars' cluster, nebulose and galaxies.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**
APT Valsugana - Ufficio di Castello Tesino
Tel +39 0461 727730
castellotesino@visitvalsugana.it



IT VISITA GUIDATA ALLE GROTTE DI CASTELLO TESINO

- ★ L'escursione ha una durata di 3,5 ore
- ★ Altezza min. per accedere alle grotte: 110 cm
- ★ Temperatura interna alla grotta: 8 gradi costanti
- ★ Si richiede abbigliamento da montagna, scarponcini obbligatori ed impermeabile
- ★ Per garantire la massima sicurezza verranno forniti i caschi
- ★ Trasferimenti con mezzi propri
- ★ All'entrata della grotta ci si incontrerà con la guida per iniziare la visita all'interno della grotta
- ★ Iscrizioni entro le ore 12.00 del giorno precedente all'attività
- ★ Attività svolta con min. 5 iscritti ed un max di 8 iscritti
- ★ Ritrovo presso Ufficio Apt Castello Tesino - Via Dante 10

GB GUIDED TOUR OF THE CASTELLO TESINO CAVES

- ★ The excursion lasts about 3 hours and a half
- ★ Minimum height to access the caves: 110 cm
- ★ Inside temperature of the caves: 8 degrees.
- ★ Transfer by own means of transport
- ★ At the entrance of the cave you will meet the guide to begin the visit inside the cave
- ★ We recommend mountain clothing, hiking boots and a raincoat
- ★ Registrations by 12 am on the day before the activity
- ★ Minimum number of participants 5, max 8
- ★ Meeting point at the Information Office Apt Castello Tesino - Via Dante 10

IT VISITA GUIDATA AL FORTE DELLE BENNE

- ★ Massimo 15 persone a turno
- ★ Adatta a bambini, disabili (è possibile raggiungere il Forte in macchina, visitabile solo il piano terra).

GB GUIDED VISIT AT THE FORTE DELLE BENNE

- ★ Max 15 people each turn
- ★ Good for children, disable people (it is possible to reach the Forte with the car, visitable just at the ground floor).



09.00 e/and 14.00	20/07 28/09		€ 20 a persona per person € 17 bambini children fino ai 12 anni up to 12 years

Scoperta nel 1927, questa grotta di natura carsica si apre alla quota di 960 m e serpeggia nella montagna per circa 400 m. Dopo un trasferimento di circa 6 km con mezzi propri, inizia la passeggiata con un sentiero di avvicinamento (in discesa) che dura circa 40 minuti. La visita guidata all'interno della grotta dura 1 ora e mezza, il sentiero di ritorno è in salita e dura circa 1 ora.

Discovered in 1927, this karst cave is at an altitude of 960 m and winds in the mountain for about 400 m. After a transfer with own mean of about 6 km, starts a downhill hike of about 40 minutes. The guided tour inside the cave lasts about 1 hour and a half and the return uphill path will be tackled in about 1 hour.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:
APT Valsugana - Ufficio di Castello Tesino
Tel. +39 0461 727730

10.00 18.00**	04/06 29/08		€ 5 intero, € 2 ridotto* Gratuita Free per bambini, disabili e accomp. disabili under 6, disable people and their partner.
----------------------	--------------------	--	--

* (6-18 anni, over 65 e residenti nel comune di Levico)
* (6-18 years, over 65 and Levico residents)

****Turni di visita / Turns:**
10.15 - 11.15 / 11.30 - 12.30 / 14.00 - 15.00
15.15 - 16.15 / 16.30 - 17.30

Visita la Forte delle Benne, recentemente restaurato ed ora aperto al pubblico. È possibile visitare il Forte tramite prenotazione all'ufficio di Levico dell'Azienda per il Turismo Valsugana.

Visit of the Forte delle Benne, that was recently restructured and it is now open to the public. It is possible to visit the Forte with a reservation at the Levico Tourist Office.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:
Prenotazione obbligatoria entro le 18 del sabato
Mandatory reservation before Saturday at 6 PM
Apt Valsugana - Tel. +39 0461 727700

IT VISITA GUIDATA AL TRINCERONE DI GRIGNO

- ★ Il tempo di visita è di circa 1h
- ★ Entrata presso la confluenza del torrente Grigno con il fiume Brenta nei pressi della ciclabile
- ★ In caso di forte maltempo la trincea rimane chiusa

GB GUIDED VISIT AT TRINCERONE OF GRIGNO

- ★ The activity lasts about an hour
- ★ Meeting point near the cycle path
- ★ In case of bad weather, the attraction is close

			
10.00 16.00	03/07 29/08		€2 a persona <i>per person</i> Gratuita <i>Free</i> fino 14 anni <i>up to 14</i> years

Scopri la bellezza del Trincerone di Grigno, fortificazione della Grande Guerra.

Discover the fortification of Grigno, built during the World War.

**INFO E PRENOTAZIONE:
INFO AND RESERVATIONS:**

Apt Ufficio di Levico - Tel. +39 0461 727700



Foto: Andrea Comini
https://www.andreascomini.com

IT VISITA AL FORTE BUSA GRANDA

- ★ Ingresso 3 € intero, 1 € ridotto
- ★ Visita libera
- ★ Non è necessaria la prenotazione, basta recarsi direttamente sul luogo

GB TOUR FORTE BUSA GRANDA

- ★ 3 € full, 1 € reduced
- ★ Without guide
- ★ Reservation not required

10.00 17.00	03/07 28/08		€3 intero / full €1 ridotto reduced
----------------	----------------	---	---

INFO:

Apt Ufficio di Levico - Tel. +39 0461 727700
info@visitvalsugana.it

IT BABY SUP - STAND UP PADDLE

- ★ Ritrovo presso spiaggia libera di Levico Terme
- ★ Attività per ragazzi fino a 18 anni, max 4 partecipanti
- ★ Prenotazione entro le ore 18 del giorno precedente

GB BABY SUP - STAND UP PADDLE

- ★ Meeting point at the public beach of Levico Terme
- ★ Activity for children up to 18 years old, max 4 participants
- ★ Reservations by 6:00 pm on the day before of the activity

11.00	17/07 12/09		€20
-------	----------------	---	------------

Solcheremo le placide acque del lago utilizzando delle tavole da SUP surfing (tavola da surf molto grande e stabile e una pagaia) in pieno relax godendo appieno della natura che ci circonda potendola osservare da una prospettiva differente.

SUP surfing, enjoy this relaxing sport that allow you to watch the landscape from a different point of view. SUP surfing consists in standing on a surfboard and paddling yourself around. Stand Up Paddle surfboards are much longer, wider and more buoyant than 'normal' surfboards, enabling you to comfortably balance on them and propel yourself.

**INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA:
INFO AND MANDATORY RESERVATION:**

Tel. +39 329 4084106

IT VISITA GUIDATA AL MUSEO CASA DE GASPERI

- ★ La visita non prevede un numero minimo di partecipanti
- ★ Prenotazione obbligatoria entro il giorno precedente
- ★ L'attività ha una durata di circa 1 ora (a museo)
- ★ Attività adatta ai bambini sopra i 6 anni di età
- ★ Ritrovo presso il Museo Casa De Gasperi, Via Alcide De Gasperi, 1 / Museo per Via, Via Alcide De Gasperi 6/A - Pieve Tesino

GB GUIDED VISIT AT CASA DE GASPERI MUSEUM

- ★ The tour does not require a minimum number of participants
- ★ Reservation required within the previous day
- ★ The activity lasts about 1 hour (at museum)
- ★ Activities suitable for children over 6 years of age
- ★ Meeting at the Museum Casa De Gasperi, Via Alcide De Gasperi, 1 / Museum per Via, Via Alcide De Gasperi 6/A - Pieve Tesino

IT VISITA GUIDATA AL MUSEO PER VIA DI PIEVE TESINO

- ★ La visita non prevede un numero minimo di partecipanti
- ★ Prenotazione **OBBLIGATORIA** entro il giorno precedente
- ★ L'attività ha una durata di circa 1 ora (a museo)
- ★ Attività adatta ai bambini sopra i 6 anni di età
- ★ Ritrovo presso il Museo Per Via, Via Alcide De Gasperi, 6/A - Pieve Tesino

GB GUIDED VISIT AT MUSEO PER VIA OF PIEVE TESINO

- ★ The tour does not require a minimum number of participants
- ★ Reservation required within the previous day
- ★ The activity lasts about 1 hour (at museum)
- ★ Activities suitable for children over 6 years of age
- ★ Meeting at the Museum per Via, Via Alcide De Gasperi 6/A - Pieve Tesino

			
15.00	13/06 26/09		€ 4 intero, complete, € 3 ridotto* reduced*

Biglietto unico valido per il Museo De Gasperi e per il Museo Per Via - Intero: 6,00 euro / Ridotto: 4,00 euro

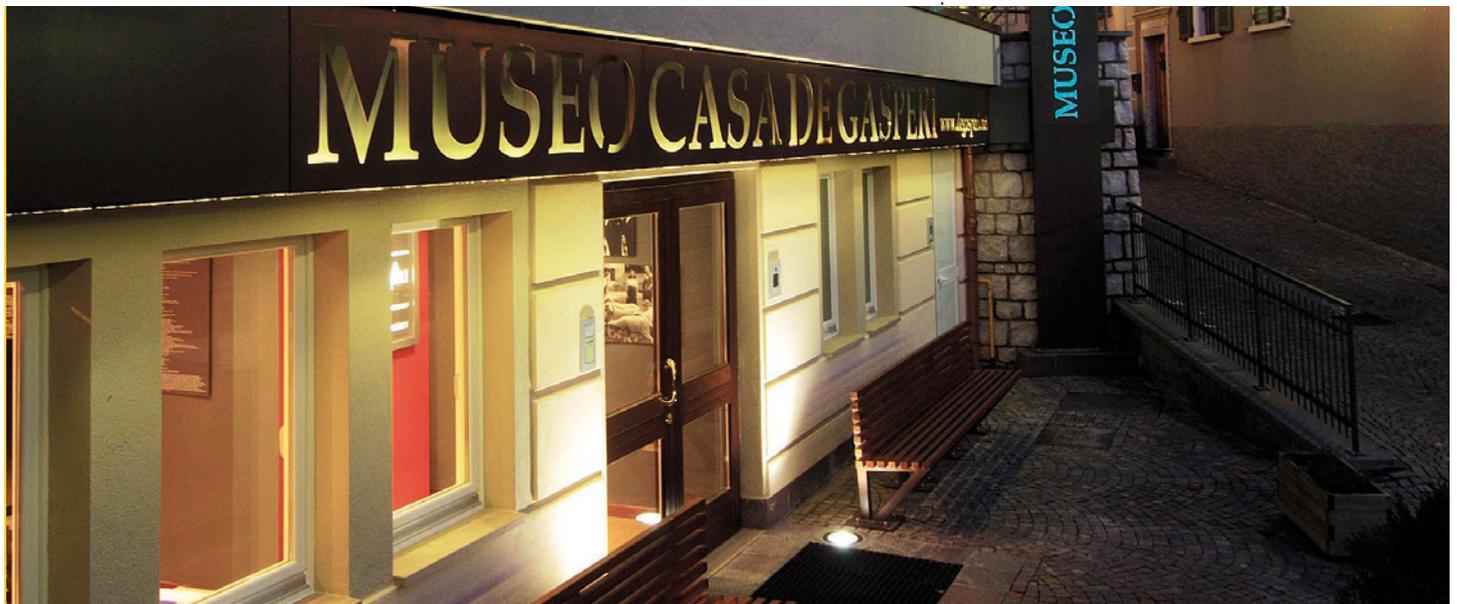
Le riduzioni sono valide in entrambi i casi per le seguenti categorie: under 18; over 65; studenti universitari muniti di tessera.

Ticket valid for either Degasper Museum and Per Via Museum - Complete: 6,00 euros / Reduced: 4,00 euros.

The reductions are valid in either way for these categories: under 18; over 65; university students who have their card.

INFO E PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA: INFO AND MANDATORY RESERVATION:

Tel. 366 6341678 (anche / also sms o whatsapp) museo.fdg@degasperitn.it - info@museopervia.it



IT GINNASTICA POSTURALE



- ★ Ritrovo presso l'Arboreto del Tesino a Pieve Tesino alle ore 10 (in caso di pioggia palestra comunale di Pieve)
- ★ L'attività ha una durata di un'ora
- ★ Necessario tappetino e abbigliamento comodo
- ★ Prenotazione consigliata telefonando al numero 335 6426593 (Roberto Fontanella)

GB POSTURAL GYMNASTICS



- ★ Meeting point at the Arboretum of Tesino in Pieve Tesino at 10 AM (if the weather is bad the meeting point is at the council gym)
- ★ The activity lasts an hour
- ★ A mat and comfortable clothing are necessary
- ★ We suggest you to call 335 6426593 (Roberto Fontanella) to get your reservation

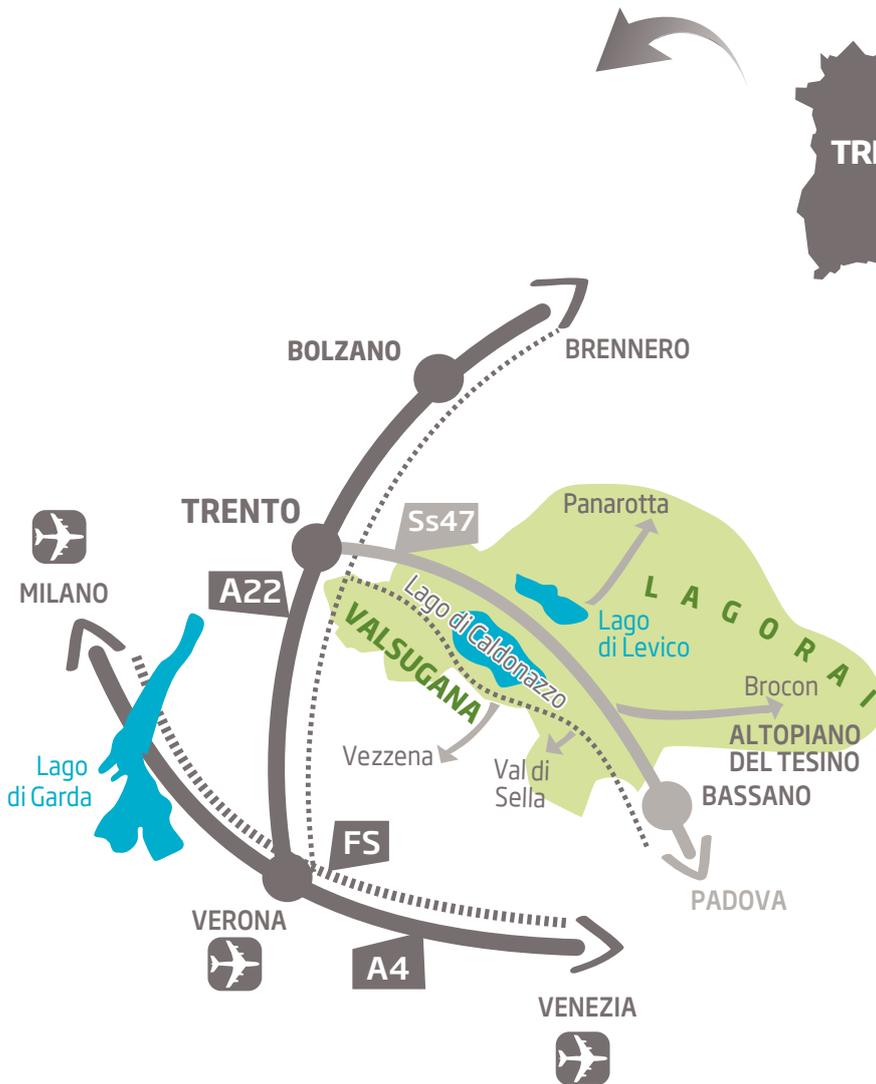
10.00	20/07 31/08		€ 5 + € 5 prima lezione per tesseramento first lesson for the membership
-------	----------------	---	--

Conosciamo meglio le caratteristiche della nostra migliore postura e apprendiamo qualche consiglio da applicare nella quotidianità.

Knowing better the characteristics of our best posture and learning some advices to apply every day.

INFO: / INFO:

Apt Ufficio di Castello Tesino - Tel. +39 0461 727730



- LAGO DI GARDA:** 60 km
- VERONA:** 120 km
- VENEZIA:** 140 km
- INNSBRUCK:** 190 km
- MILANO:** 250 km
- MÜNCHEN:** 320 km
- STUTTGART:** 480 km
- UTRECHT:** 1000 km



#livelovevalsugana

SCOPRI DI PIÙ SU / FIND OUT MORE ON
WWW.VISITVALSUGANA.IT
info@visitvalsugana.it

Seguici su / Follow us on:



INFO: VALSUGANA LAGORAI
AZIENDA PER IL TURISMO
TOURIST BOARD
Tel. +39 0461 727700