

# Programma settimanale Estivo

SOCIETÀ COOPERATIVA TURISTICA VAL SENALES 2026

## Lunedì

### Shuttle per la Val di Fosse - esplorate la valle delle malghe

Prendete la nostra navetta per arrivare in questa valle laterale della Val Senales, che è una delle zone più ricche di fauna, flora e di selvaggina di tutta l'Alto Adige. Proprio nel centro del Parco Naturale Gruppo di Tessa potrete godere un'escursione meravigliosa (per conto proprio) e con un po' di fortuna potrete vedere dei camosci e stambecchi.

Giorno: lunedì

Punto di ritrovo per l'andata: ore 10.00 Ufficio Turistico a Certosa

Punto di ritrovo per il ritorno: ore 16.00 maso Vorderkaser/Jägerrast (Casera di Fuori)

Periodo: 04.05.2026 – 26.10.2026

Costo andata e ritorno: € 8,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 12,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni è gratuito

Come arrivare: individualmente in macchina oppure con la linea autobus nr. 261 „Merano-Senales”

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 09.00 del lunedì online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio Turistico

### La forza si trova nel silenzio - Escursione dalla chiesa di Madonna al chiostro di Certosa

Il santuario di Madonna di Senales, che si erge maestoso su una rupe, è il punto di partenza per l'escursione di circa 2,5 ore. Lungo la Via Monachorum passeremo per un antico lariceto senalese, una cascata e le fresche sorgenti di montagna fino a raggiungere l'ex monastero certosino di Monte degli Angeli a Certosa. E lì? Non troverete niente che silenzio, e scoprirete quanto può essere benefico. L'escursione si concluderà con la visita guidata al "paese del silenzio" e l'ex complesso claustrale dei certosini.

Giorno: lunedì

Punto di ritrovo: ore 13:30 alla chiesa santuario a Madonna di Senales

Durata: dalle ore 13.30 alle ore 17.00

Periodo: 11.05.2026 – 05.10.2026

Costo: € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 20,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni è gratuito

Come arrivare: individualmente in macchina oppure con la linea autobus nr. 261 Merano-Senales

Ulteriori informazioni: circa 2,5 ore di cammino; 100 m in salita; 370 m in discesa; circa 6 km;

Percorso: sentiero 21

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 12.00 del lunedì online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio Turistico

Guida escursionistica: Richard Rainer

### La mistica dei monaci - visita guidata nella Certosa

Dal 1326 al 1782 esisteva in Val Senales la „Certosa degli Angeli“. Nel silenzio del prezioso chiostro affrescato si odono ancora i passi leggeri dei monaci in preghiera e il loro soave canto ci accompagna lungo gli antichi archi del portico. Lasciatevi trasportare nel mondo contemplativo e spirituale di questo luogo mistico, dove i monaci si ritrovavano in preghiera e in meditazione al fine di raggiungere la spiritualità totale e l'illuminazione, scopo di tutte le religioni sia occidentali che orientali.

Giorno: lunedì

Punto di ritrovo: ore 16.00 fontana nel centro del paese di Certosa

Durata: dalle ore 16.00 alle ore 17.00 circa

Periodo: 11.05.2026 – 05.10.2026

Costo: € 6,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni è gratuito

Come arrivare: individualmente in macchina oppure con la linea autobus nr. 261 „Merano-Senales“

Ulteriori informazioni: visita guidata bilingue (italiano e tedesco)

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 12.00 del lunedì online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio Turistico

## Aperitivo Ötzi Glacier Tour - Incontro informativo nell'archoParc Val Senales

Volete partecipare al tour guidato al luogo di ritrovamento di Ötzi ma non sapete cosa aspettarvi? Ogni lunedì nella caffetteria dell'archoParc vi aspettano guide alpine, maestri di sci o membri del club alpino per darvi informazioni sul percorso, sulla durata e sui presupposti per partecipare al tour davanti a una tazza di caffè o un bicchiere di vino.

Giorno: lunedì

Punto di ritrovo: ore 16.00 caffetteria dell'archoParc

Durata: dalle ore 16.00 alle ore 16.30

Periodo: 06.07.2026 – 28.09.2026

Costo: gratuito

Come arrivare: individualmente in macchina oppure con la linea autobus nr. 261 „Merano-Senales“

Contatto: archoParc Val Senales - Tel. 0473 676 020

Iscrizione: non richiesta

## Martedì

### Ötzi Glacier Tour

La visita al luogo del ritrovamento di Ötzi al Giogo di Tisa a 3210 m s.l.m. di quota è senz'altro il momento culminante di questa escursione sul ghiacciaio. L'escursione è interessante sia per gli amanti della montagna, dato il bellissimo paesaggio, sia per coloro che sono interessati alla storia e all'archeologia. Inoltre offre la possibilità di sperimentare l'emozione che regala una cordata fra le rocce.

Giorno: martedì

Punto di ritrovo: Meetingpoint Ötzi Glacier Tour Maso Corto

Durata: una giornata intera (circa 4 ore di salita, 3-4 ore di discesa)

Periodo: 07.07.2026 – 27.10.2026

Costo: € 160,00 a persona

Come arrivare: individualmente in macchina

Contatto: archoParc Val Senales - Tel. 0473 676 020

Iscrizione: entro le ore 17.00 del lunedì presso l'archoPac Val Senales oppure sul sito [www.oetzi-glacier-tour.it/it](http://www.oetzi-glacier-tour.it/it)

Guida alpina: Robert Ciatti e il suo team

### Shuttle per l'alta via di Merano - parcheggio maso Schrofl

Prendete la nostra navetta per il punto di partenza dell'Alta Via di Merano a M.S. Caterina o utilizzate il servizio per partecipare all'escursione guidata alla Malga Moar.

Giorno: martedì

Punto di ritrovo: ore 09.45 Ufficio Turistico a Certosa / ore 9.50 fermata autobus a Monte Santa Caterina

Periodo: 12.05.2026 – 06.10.2026

Costo (solo andata): € 5,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni è gratuito

Arrivo: individualmente in auto oppure con la linea n. 261 "Merano-Senales".

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. +39 0473 679 148

Iscrizione: obbligatoria entro le ore 17.00 di lunedì, online, presso il vostro albergatore o presso l'ufficio turistico.

## 50 anni del Parco Naturale Gruppo di Tessa: Alla malga più antica della regione tirolese - Malga Moar (2.095m)

Godetevi la vista meravigliosa e unica dalla più antica malga del Tirolo sulla Val Venosta e sull'ingresso della Val Senales. Il punto di partenza dell'escursione è sopra Monte Santa Caterina, al parcheggio maso Schroflhof (1.708 m s.l.m.). Da qui si segue il sentiero n. 9 in direzione della malga Moar. Dopo una piacevole salita di due ore, avete conquistato circa 470 metri di altitudine e avete raggiunto la Moar Alm. Dopo una meritata pausa, si può tornare al parcheggio passando per la malga Dick e il maso Hühnerspiel o proseguire a piedi fino a Monte Santa Caterina. Durante l'escursione si apprendono fatti interessanti sulla storia della valle.

Giorno: martedì

Punto di ritrovo: ore 9.45 Ufficio Turistico / ore 9.50 fermata autobus M.S. Caterina / ore 10.00 parcheggio Maso Schrofl – Vedi "Shuttle per l'alta via di Merano"

Durata: ore 10.00 – 15.00

Periodo: 12.05.2026 – 06.10.2026

Costo: € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 20,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza la Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni è gratuito

Arrivo: individualmente in auto oppure con la linea n. 261 "Merano-Senales"

Ulteriori informazioni: escursione media difficoltà; è richiesta una buona condizione fisica, tempo di percorrenza: 3 - 4 ore, 410 metri di dislivello in salita e 880 metri di dislivello in discesa, circa 7,5 km; max. 15 partecipanti

Portare con sé: uno zaino, da bere, cibo, impermeabile e buone calzature da trekking. Non c'è nessuna possibilità di ristoro.

Percorso: Sentiero escursionistico n. 9B, 9, 10 B, 10A

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. +39 0473 679 148

Iscrizione: Entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio turistico

Guida escursionistica: Richard Rainer

## Mercoledì

### Escursione dei masi – Finail, Raffein, Tisen

L'escursione tra i masi ricca di storia parte da Maso Corto e conduce a valle fino ai masi cerealicoli un tempo situati alla quota più alta dell'arco alpino, a 1.973 m s.l.m., a Vernago. Qui potrete fare una piacevole pausa al Finailhof, con una vista mozzafiato su tutto il lago artificiale. La discesa prosegue passando per il Raffeinhof e il Tisenhof fino a Vernago. Vi consigliamo di raggiungere Maso Corto in autobus e successivamente rientrare al vostro alloggio. Se invece arrivate in auto, dovrete prendere l'autobus per tornare al punto di partenza (Maso Corto).

Giorno: mercoledì

Punto di ritrovo: ore 10.00 ufficio informazioni a Maso Corto

Durata: ore 10.00 – 15.00

Periodo: 13.05.2026 – 07.10.2026

Costo: € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 20,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni gratuito

Come arrivare: individualmente in auto oppure con la linea n. 261 "Merano-Senales"  
Ulteriori informazioni: escursione di media difficoltà; è richiesta una buona condizione fisica, tempo di percorrenza: 3 - 4 ore, 140 metri di dislivello in salita e 460 metri di dislivello in discesa, circa 8 km; max. 15 partecipanti  
Portare con sé: uno zaino, da bere, cibo, impermeabile e buone calzature da trekking.  
Percorso: Sentiero escursionistico n. 7  
Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. +39 0473 679 148  
Iscrizione: entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio turistico  
Guida escursionistica: Richard Rainer

## Yoga sul prato in montagna

Un invito a vivere pienamente il momento, radicarti e iniziare la giornata con chiarezza e leggerezza.

Inizia la giornata all'aria aperta, immerso nella natura, e prenditi un momento tutto per te. In questa lezione di yoga, movimenti dolci e fluidi si uniscono al respiro per portare corpo e mente in armonia. Si inizia con movimenti naturali e delicati per risvegliare il corpo, mobilitarlo e allungarlo con gradualità. Successivamente si entra in un flow armonioso che ti accompagna nel movimento, aiutandoti a ritrovarti passo dopo passo. Circondato dall'aria fresca e dalla quiete della natura, si crea lo spazio per essere presenti, liberare la mente e ricaricare l'energia. La lezione si conclude con un rilassante Shavasana.

## Yin Yoga

Concediti un momento per rallentare e concludere la giornata in modo dolce con una pratica di Yin Yoga che riequilibra corpo e mente. Durante questa lezione tranquilla e meditativa, manterremo le posizioni per alcuni minuti, favorendo un allungamento profondo e il rilascio delle tensioni nelle fasce. Il pomeriggio è il momento ideale per lasciar andare lo stress, rallentare consapevolmente e riconnetterti con te stesso/a. In un'atmosfera rilassante e con una guida attenta, si crea uno spazio per calma interiore, equilibrio e rigenerazione. La lezione è adatta a tutti i livelli, sia per principianti che per praticanti esperti.  
**Regalati una pausa. Respira. Ritrova te stesso/a.**

Giorno: mercoledì

Punto di ritrovo: ore 10:15 (Yoga sul prato in montagna) & ore 15:15 (Yin Yoga) davanti all'ufficio informazioni a Maso Corto

Durata: ore 10:30 – 11:45 & ore 15:30 – 16:45

Periodo: 01.07.2026 – 09.09.2026:

Il 01.07. | 05.08. | 02.09. – Yin Yoga nel pomeriggio,  
ogni altro mercoledì – Yoga nei prati alpini al mattino

Costi: € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti con il Südtirol Guest Pass Val Venosta, € 20,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza il Südtirol Guest Pass Val Venosta, gratuito per bambini sotto i 10 anni

Arrivo: individuale in auto oppure con la linea extraurbana n. 261 "Merano-Val Senales"

Info aggiuntive: tappetini da yoga forniti; min. 2 partecipanti; max. 16 partecipanti

Da portare: qualcosa da bere

Contatto: Ufficio turistico Val Senales - Tel. +39 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 17:00 del giorno precedente online, presso il vostro alloggio o all'ufficio turistico

Insegnante di yoga: Lisa Platzgummer

## Bikeshuttle da Naturno a Glorenza o a Curon, sul Lago di Resia

Un confortevole pullman Vi porterà, con la Vostra bici al seguito, fino a Curon al Lago di Resia. Godetevi poi una bellissima discesa panoramica con la Vostra bici lungo la pista ciclabile della Val Venosta.

Giorno: mercoledì (si svolge anche il martedì e il giovedì)

Punto di ritrovo: alle ore 9.15 al parcheggio del cimitero a Naturno

Partenza: alle ore 09.30

Periodo: 03.06.2026 – 23.09.2026

Costo: € 20,00 per adulti fino a Glorenza e € 26,00 fino a Curon, € 12,00 per bambini (6-14 anni) fino a Glorenza e € 17,00 fino a Curon, per bambini fino ai 6 anni è gratuito.

Come arrivare: individualmente in macchina

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Prenotazione: online o fino alle ore 17.00 del giorno precedente online, presso vs. albergatore oppure presso l'ufficio turistico

## Dalla vigna alla cantina! Escursione e degustazione di vini presso la cantina "Rebhof"

"Una bella goccia non dovrebbe mancare in nessuna situazione della vita" è il motto dell'azienda vinicola Rebhof. Che si tratti di vino bianco, rosato o rosso, ognuno al Rebhof ha i suoi gusti. Durante un'escursione in vigna imparerai molto sulla viticoltura locale e sui metodi di coltivazione. Poi si va al "santuario" del vignaiolo, la sua cantina. Qui si degustano diversi vini della Val Venosta con Schüttelbrot e formaggio.

Giorno: mercoledì

Punto di ritrovo: ore 15.30 all'azienda vinicola "Rebhof", Colsano.

Durata: dalle ore 15.30 fino alle ore 17.00

Periodo: 06.05.2026 – 11.11.2026

Costo: € 18,00 a persona, per bambini (0-16 anni) è gratuito

Come arrivare: individualmente in macchina

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Prenotazione: entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso vs. albergatore oppure presso l'ufficio turistico.

## Giovedì

### Shuttle per la Val di Fosse - esplorate la valle delle malghe

Prendete la nostra navetta per arrivare in questa valle laterale della Val Senales, che è una delle zone più ricche di fauna, flora e di selvaggina di tutta l'Alto Adige. Proprio nel centro del Parco Naturale Gruppo di Tessa potrete godere di un'escursione meravigliosa (per conto proprio) e con un po' di fortuna potrete vedere dei camosci e stambecchi.

Giorno: giovedì

Punto di ritrovo per l'andata: ore 9.00 Ufficio Turistico a Certosa

Punto di ritrovo per il ritorno: ore 15.00 maso Vorderkaser/Jägerrast (Casera di Fuori)

Periodo: 07.05.2026 – 29.10.2026

Costo per l'andata e il ritorno: € 8,00 per bambini dai 10 anni e con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 12,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni è gratuito

Come arrivare: individualmente in macchina oppure con la linea autobus nr. 261 „Merano-Senales”

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio Turistico

### 50 anni del Parco Naturale Gruppo di Tessa – sull'Alta Via di Merano - da Monte S. Caterina a Unterstell

Un'escursione soleggiata lungo l'Alta Via di Merano. Sempre un'esperienza, soprattutto in primavera. Con la guida Richard si cammina dal pittoresco Monte S. Caterina attraverso un tratto dell'Alta Via di Merano fino al Monte Sole di Naturno. Qui si può godere una vista meravigliosa dalla Val Venosta a Merano e

dintorni. Dopo una piacevole escursione di 2 ore, si raggiunge la funivia Unterstell, che porta a Naturno. Da lì si utilizza l'Alto Adige Guest Pass per tornare al punto di partenza con i mezzi pubblici.

Giorno: giovedì

Punto di ritrovo: ore 10.00 fontana nel centro del paese di Monte S. Caterina

Durata: ore 10.00 – ca. 15.00

Periodo: 14.05.2026 – 25.06.2026 + 03.09.2026 – 08.10.2026

Costi: € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 20,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, gratuito per i bambini sotto i 10 anni, NON inclusa la corsa in funivia Arrivo: individualmente in auto o con la linea n. 261 "Merano-Val Senales" fino a Monte S. Caterina.

Ulteriori Informazioni: escursione di media difficoltà; è richiesta una buona condizione fisica, tempo di percorrenza: 2 ore, 300 metri di salita e discesa, circa 6,5 km; max. 15 partecipanti

Portare con sé: uno zaino, da bere, cibo, impermeabile e buone calzature da trekking.

Percorso: Sentiero escursionistico n. 24

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. +39 0473 679 148

Iscrizione: Entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio turistico

Guida escursionistica: Richard Rainer

## Architettura, arte e storia sul ghiacciaio della Val Senales

Unitevi a noi in una straordinaria escursione che non solo offre panorami mozzafiato, ma combina anche emozionanti esperienze storiche, architettoniche e artistiche. Il nostro tour inizia con un viaggio in funivia fino al Grawand, a 3.212 metri. Da qui si raggiunge la piattaforma panoramica del Picco dell'Uomo venuto dal ghiaccio e un'opera d'arte unica di Olafur Eliasson. Durante la discesa lungo il ghiacciaio, con vista sui laghi glaciali turchesi, apprendiamo molti fatti storici sulla costruzione della funivia per il Grawand, inaugurata 51 anni fa. La discesa termina infine al rifugio Teufelsegg, da dove si prende la seggiovia Roter Kofel per tornare a valle in tutta comodità.

Giorno: giovedì

Punto di ritrovo: ore 09.30 ufficio informazioni a Maso Corto

Durata: ore 09.30 – 15.00

Periodo: 02.07.2026 – 27.08.2026

Costo: € 10,00 per bambini dai 10 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 20,00 per bambini dai 10 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta, per bambini sotto i 10 anni gratuito; NON inclusa la corsa in funivia

Come arrivare: individualmente in auto oppure con la linea n. 261 "Merano-Senales"

Ulteriori informazioni: escursione di media difficoltà; è richiesta una buona condizione fisica, tempo di percorrenza: 4 - 5 ore, 90 metri in salita e 830 metri di discesa, circa 6 km; max. 15 partecipanti

Portare con sé: uno zaino, da bere, cibo, impermeabile e buone calzature da trekking.

Percorso: Sentiero escursionistico n. 3

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. +39 0473 679 148

Iscrizione: entro le 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio turistico

Guida escursionistica: Richard Rainer

## Venerdì

### Esplorare il fascino del mondo dei ghiacciai

Partecipate con la nostra guida alpina Robert Ciatti all'esperienza ghiacciata e sentite il ghiacciaio con tutti i vostri sensi. Da Maso Corto prendete la funivia che porta fino al ghiacciaio. Il resto del percorso vi porterà alla lingua del ghiacciaio. Da qui attraverserete l'Hochjochferner con imbracature, ramponi e in cordata e Vi verranno illustrate le particolarità dell'affascinante mondo del ghiacciaio. I più temerari potranno lasciarsi

calare in corda doppia in un crepaccio. La discesa avviene attraverso il rifugio Bella Vista per tornare a Maso Corto.

Giorno: venerdì

Punto di ritrovo: ore 9.30 davanti all'ufficio informazioni a Maso Corto

Durata: dalle ore 9.30 alle ore 16.30 circa

Periodo: 03.07.2026 – 09.10.2026 (anziché venerdì 4 settembre 2026, mercoledì 2 settembre 2026)

Costo: € 40,00 per ragazzi dai 14 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 60,00 per ragazzi dai 14 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta; **NON inclusa la corsa in funivia**

Come arrivare: individualmente in macchina oppure con la linea autobus nr. 261 "Naturno-Senales"

Ulteriori informazioni: escursione in alta montagna; 300 m di salita e 1500 m discesa, tempo di percorrenza: circa 6-7 ore, inclusa la pratica sul ghiacciaio; sono richieste ottime condizioni fisiche di base, buone calzature e passo sicuro.

Portare con sé: cibo, acqua in abbondanza, prodotti per la protezione dal sole, berretto e guanti; l'attrezzatura (imbracatura, ramponi) è fornita gratuitamente; minimo 2 partecipanti

Percorso: sentiero n. 3 e 3B

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio Turistico

Guida alpina: Robert Ciatti e team

## Prova di arrampicata per bambini e adulti al Maso Marchegg

Seguiti da una guida alpina, grandi e piccoli interessati impareranno i primi passi e le basi dell'arrampicata nella palestra di roccia Marchegg. Accanto alla roccia con diversi livelli di difficoltà si trova un prato che offre spazio per riposarsi e per giocare.

Giorno: venerdì

Punto di ritrovo: palestra di roccia al maso Marchegg

Durata: 2 ore; dalle 10.00 - 12.00, dalle 12.00 - 14.00 oppure dalle 14.00 - 16.00

Periodo: 10.07.2026 – 14.08.2026

Costo: € 15,00 per bambini dai 8 anni e adulti con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 20,00 per bambini dai 8 anni e adulti senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta.

Come arrivare: individualmente in macchina oppure con la linea autobus nr. 261 "Merano-Senales"; possibilità di parcheggiare al maso Marchegg; a piedi: 45 min. circa dall'Hotel Gerstgras oppure da Maso Corto

Ulteriori informazioni: bambini dai 8 anni in su; l'attrezzatura viene messa a disposizione gratuitamente, minimo 4 partecipanti; massimo 6 partecipanti per corso

Portare con sé: del cibo, scarpe da ginnastica o da trekking e abiti comodi

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure nell'Ufficio Turistico

Guida alpina: Robert Ciatti e Team

## Il paese delle mele – Guida e degustazione.

Anja Ladurner Vi avvicinerà al frutto principale del nostro paese. La guida esperta Vi porterà nei campi del maso "Auenheim" e Vi spiegherà tutto sui metodi di coltivazione. Di seguito ci sarà una piccola degustazione.

Giorno: venerdì

Periodo: 10.04.2026 - 17.07.2026 e 04.09.2026 - 30.10.2026

Punto di ritrovo: alle ore 15.00 presso l'Ufficio Turistico di Plaus

Durata: dalle ore 15 fino alle ore 17.00, 2 ore circa

Periodo: 24.07.2026 - 28.08.2026

Punto di ritrovo: alle ore 17.00 presso l'Ufficio Turistico di Plaus

Durata: dalle ore 17 fino alle ore 19.00, 2 ore circa

Costo: bambini (0 – 14 anni) gratuiti, giovani e adulti € 5,00

Come arrivare: individualmente in macchina

Contatto: Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

Iscrizione: entro le ore 9.00 del venerdì online, presso il vostro albergatore oppure presso l'Ufficio Turistico

## Domenica

### Scoprire il mondo della ferroviaria... divertimento per famiglie

Il divertimento è assicurato alla vecchia stazione della Val Senales/Stava. Grazie ad un treno elettrico che copre ben 800m su rotaia, una piccola locomotiva a vapore originale Waldenburg Schweiz, una locomotiva diesel, nonché due vagoni postali delle ferrovie retiche, c'è spazio per rilassarsi e per rinfrescarsi con spuntini e bevande.

Giorno: domenica

Orario: dalle ore 14.00 alle ore 18.00

Periodo: 03.05.2026 – 25.10.2026

Costo: € 1,00 per bambini per viaggio; € 2,00 per adulti per viaggio

Come arrivare: individualmente in macchina fino a Stava poi seguire le indicazioni; in bicicletta sulla pista ciclabile fino a Stava, poi seguire le indicazioni; negli orari d'apertura la ferrovia della Val Venosta si ferma direttamente alla stazione ferroviaria del divertimento.

Ulteriore informazione: visite per gruppi su richiesta anche fuori orario

Contatto: Stazione ferroviaria del divertimento a Naturno - Tel. 0473 664 004 - Cell. 349 442 824 8

Iscrizione: non richiesta

Possibilità di variazioni!

Info: Società Cooperativa Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148, [info@valsenales.cc](mailto:info@valsenales.cc), [www.valsenales.cc](http://www.valsenales.cc)

## Altri Informazioni

### archeoParc

Aperto dal **28 marzo 2026 al 8 novembre 2026**, tutti i giorni dalle **10.00 alle 17.00**.

**Chiuso per ristrutturazione dal 15 giugno 2026 al 30 giugno 2026.**

PREZZI D'INGRESSO:

<b>Ticket Parcours 1</b> Adulti: 8,00 Euro Ridotto: 6,00 Euro Famiglia: 23,00 Euro (family 3: 17,00 Euro)	<b>Ticket Parcours 1, 2 und 3</b> Adulti: 17,00 Euro Ridotto: 15,00 Euro Famiglia: 54,00 Euro (family 3: 42,00 Euro)
--	---

### Link Tool Eventi

<https://www.merano-suedtirol.it/de/schnalstal/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-im-schnalstal.html>

Possibilità di variazioni!

# Top eventi d'Estate 2026

## Transumanza delle pecore – Patrimonio culturale immateriale dell'UNESCO

### Giugno e settembre 2026

I senalesi non sono legati solo alla loro valle e al loro paese, ma anche alle tradizioni: la transumanza delle pecore è una di queste, forse la più spettacolare ed emozionante. Già da molti secoli, ogni anno a metà giugno circa 4.000 pecore dalla Val Senales e dalla Val Venosta raggiungono, oltrepassando il Giogo Alto (2857 m s.l.m) e il Giogo Basso (3019 m s.l.m.), i pascoli estivi nella valle di Vent, in Austria. Pastori e cani seguono il gregge, ed in due giorni percorrono più di 44 km, superando ripidi sentieri rocciosi, nevai, morene ed anche ghiacciai. A metà settembre c'è il rientro delle 4000 pecore, il più delle volte in condizioni migliori che all'andata. Mandriani, pastori unitamente alla gente del luogo ed ai numerosi turisti vengono accolti in valle con festività.

### Date previste per la transumanza delle pecore 2026

Transito delle pecore verso la Valle Ötz da Vernago sabato, 13.06.2026

Transito delle pecore verso la Valle Ötz da Maso Corto sabato, 13.06.2026

Rientro delle pecore dalla malga Niedertal (A) oltrepassando il Giogo Basso nei pressi del Rifugio Similaun con arrivo a Vernago al lago sabato, **12.09.2026**

Rientro delle pecore dalla malga Rofenberg (A) attraverso il Giogo Alto nei pressi del Rifugio Bella Vista con arrivo a Maso Corto domenica, **13.09.2026**

### Escursione in occasione della transumanza

In viaggio con le pecore: la tradizionale transumanza in Val Senales  
Ormai da secoli, ogni anno, circa 1.500 pecore della Val Senales e della Val Venosta attraversano il Giogo Alto all'inizio di giugno per raggiungere i pascoli della Ötztal. Insieme ai pastori accompagniamo il gregge da Maso Corto salendo al Rifugio Bella Vista. Con questa escursione potrete vivere in prima persona una tradizione antichissima e scoprire tante curiosità interessanti. Arrivati al Rifugio Bella Vista, ci rifocilleremo con una tipica zuppa d'orzo. Il ritorno avverrà seguendo lo stesso percorso.

**Data:** sabato, 13.06.2026

**Punto di ritrovo:** ore 5.30 ufficio informazioni Maso Corto

**Durata:** dalle ore 5.30 alle ore 12.00 circa

**Costo:** € 20,00 a persona con Alto Adige Guest Pass Val Venosta, € 30,00 a persona senza Alto Adige Guest Pass Val Venosta.

**Come arrivare:** individualmente in macchina

**Ulteriori informazioni:** escursione di media difficoltà; circa 4-5 ore di cammino; 834 m in salita e discesa; richieste buone condizioni fisiche, assenza di vertigini e scarpe da montagna

**Portare con sé:** acqua in abbondanza, attrezzatura per la protezione dal sole e dalla pioggia; massimo 20 partecipanti

**Contatto:** Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

**Iscrizione:** entro le ore 17.00 del venerdì online, presso il vostro albergatore oppure presso l'ufficio turistico

**Guida escursionistica:** Richard Rainer

Ulteriori informazioni: <https://bit.ly/4c61eTB>

## Slow Food – Percorso del gusto

Evento di apertura sabato, 5 settembre 2026

### La pecora della Val Senales - Specialità culinarie in occasione della transumanza

**5 - 27 settembre 2026**

In Val Senales non si contano le storie che hanno per protagoniste le pecore. Da sempre questi docili animali sono estremamente utili ai contadini per affrontare la dura vita di montagna. Perfettamente integrate nella regione alpina, sui pascoli d'alta montagna le pecore della Val Senales si nutrono del miglior foraggio biologico, ricco di minerali ed erbe aromatiche.

Da millenni, all'inizio dell'estate, i pastori della Val Senales conducono le pecore a Vent, nella Ötztal (Austria), attraversando gioghi e ghiacciai, per poi far ritorno in Italia all'inizio di settembre. Nel corso di questo evento storico, chiamato transumanza, i ristoranti senalesi propongono deliziose specialità a base di carne di pecora della Val Senales. I cuochi della Val Senales si sono fatti ispirare da questo patrimonio e creano piatti ricchi di fantasia. Nel menù dei locali che aprono le loro "Stuben" agli ospiti, accogliendoli con l'ospitalità caratteristica della gente di questa valle, non manca mai l'arrosto di castrato, come antipasto o come portata principale.

Le specialità culinarie sono un'iniziativa dell'HGV (unione albergatori e pubblici esercenti) in cooperazione con la Società Coop. Turistica Val Senales e l'unione di allevamento di pecore.

Ulteriori informazioni: <https://bit.ly/4c61eTB>

### 19991 Schnalstal Val Senales Alpine Trail

**30 luglio – 1 agosto 2026**

19991? Diciannove. Nove. Nove. Uno. No, non stiamo parlando della media dei metri di altitudine che Dani Jung riesce a scalare ogni settimana. Si tratta piuttosto del giorno del ritrovamento di Ötzi. Ötzi? Lo conoscete: l'uomo del Giogo Tisa, l'uomo venuto dal ghiaccio, la mummia del Similaun, probabilmente la più famosa mummia del ghiacciaio dall'età del rame. Ma ciò che è ancora più importante è che lo stesso 19.9.91 è ora anche il nome di una delle gare di trail running più impegnative del calendario agonistico: Val Senales Alpin Trail!

La sede della SAT è l'incantevole Val Senales, nella splendida cornice dell'Alto Adige. L'area è stata set cinematografico di famose produzioni hollywoodiane, come "Everest", e offre davvero tutto ciò che gli appassionati di trail running tecnico e alpino possono apprezzare. Ed è proprio questo terreno di alta montagna che aspetta alla SAT. Percorsi impegnativi ad altezze mozzafiato, passando per il luogo di ritrovamento di Ötzi, salite ripide, discese tecniche, panorami incredibili e percorsi che richiedono tutto ai partecipanti, ma che saranno così soddisfacenti proprio per questo motivo.

#### 4 DISTANZE

**VERTICAL – 7,6 KM | 1.252 HM – 24.07.2025**

**ULTRA – 58 KM | 3.626 HM – 26.07.2025**

**SKY – 29,5 KM | 2.119 HM – 26.07.2025**

**SPEED – 10 KM | 288 HM – 26.07.2025**

Ulteriori informazioni: <https://www.schnalstalalpinetrail.com/>

## Trail Running nella Val Senales con Daniel Jung Percorrere i leggendari sentieri dove un tempo “Ötzi” attraversava la valle

**3 luglio & 16 ottobre 2026**

Trail significa letteralmente tradotto pontile, traccia o sentiero. E ce ne sono molti nella Val Senales 240 chilometri di sentieri escursionistici e trail invitano a correre, sia per principianti, avanzati, sia per veri professionisti.

**La seconda** in Val Senales: Dani Jung dalla Val Venosta/Naturno, uno dei migliori trailrunner del mondo Vi accompagnerà in una giornata di trail running e darà il suo know how, darà consigli e Vi mostrerà ciò che è importante nel trail running: tecnica di corsa, alimentazione, tecnica bastoncini, up- e downhill. Ma la cosa più importante è il divertimento di correre sulle montagne!

**Periodo:** venerdì 22 agosto e 19 settembre 2025

**Punto d'incontro:** ore 9.30 presso il punto di partenza escursionistico di Madonna di Senales (vicino archeoParc)

**Percorso:** ca. 20 – 25 km con pausa in una malga / rifugio

**Altitudine:** circa 1.000 – 1.500m

**Requisiti:** Un buon prerequisito per questo piano di allenamento è se hai già corso 5 km in un'ora.

**Costo:** € 30,00 a persona con GuestCard Val Senales/Naturno -- € 50,00 a persona senza GuestCard Val Senales/Naturno.

**Da portare:** buon umore, scarpe da corsa, bere, snack, abbigliamento adatto

**Contatto:** Soc. Coop. Turistica Val Senales - Tel. 0473 679 148

**Iscrizione:** entro le ore 17.00 del giorno precedente online, presso il vostro albergatore oppure presso l'ufficio turistico

**Accompagnamento:** Daniel Jung, Trailrunner professionale

Ulteriori Informazioni: <https://bit.ly/4c2424f>

## 50 anni del Parco Naturale Gruppo di Tessa

50 anni del Parco Naturale Gruppo di Tessa: una pietra miliare per la tutela della natura e del paesaggio in Alto Adige. Grazie a una gestione mirata, alla sensibilizzazione e alla ricerca, gli habitat nel secondo parco naturale più grande della provincia sono stati in gran parte preservati. Inoltre, grazie a ingenti risorse finanziarie e a un'intensa attività di consulenza, è stato dato un contributo significativo alla conservazione di preziosi paesaggi culturali. Nell'anno del giubileo 2026, le visitatrici e i visitatori possono aspettarsi un ricco programma di eventi variegati: insieme ai comuni del parco naturale e alle associazioni turistiche verranno realizzati progetti selezionati da una raccolta di idee. Tutte le cittadine e tutti i cittadini sono cordialmente invitati a partecipare attivamente. Un'esperienza speciale è offerta dalla mostra all'aperto, che farà tappa a rotazione in tutti i comuni del parco naturale. Fotografie di grande formato di paesaggi, animali e piante mettono in risalto la bellezza e l'unicità del parco naturale. **In Val Senales la mostra sarà allestita nei mesi di giugno e luglio a Vernago al Lago.**

## Sagre, processioni e feste tradizionali

Davanti a tutti i chierichetti con le loro vesti bianche ed i colletti rossi, a seguire un baldacchino quadrato ricamato in oro, portato dagli uomini in costume, sotto cui sta il parroco che porta l'Ostensorio ed il Santissimo in processione. Con eleganza e decoro suona la banda musicale locale, seguono i giovani e le ragazze reggendo gli stendardi. Poi ancora altri uomini, fanciulle e donne portano a due a due o a quattro a quattro varie statue deposte su portantine di legno, come la Vergine Maria, San Giuseppe, l'Angelo Custodio ecc. Molto particolari ed eleganti sono i costumi tipici ed i “Dirndl”, che vengono indossati in occasione di feste tradizionali.

Fate festa insieme alla gente del posto durante le loro feste tradizionali: con l'intrattenimento musicale, i concerti, la bella atmosfera, il divertimento è sempre assicurata!

- 7 giugno 2026** – alle ore 09.00 processione di Corpus Domini a Certosa e alle ore 09.30 a M.S. Caterina
- 14 giugno 2026** – alle ore 10.00 processione di Gesù del Cuore a Certosa
- 5 luglio 2026** – festa a “Nischlersand” della banda musicale di M.S. Caterina
- 26 luglio 2026** – alle ore 10.00 processione e festa della Patrona Sant’Anna a Certosa
- 15 agosto 2026** – alle ore 9.00 processione e festa della Patrona Maria Assunta a Madonna di Senales
- 20 settembre 2026** – alle ore 9.30 processione e festa del paese a Monte S. Caterina

## Concerti delle bande musicali della Val Senales (possibilità di variazioni)

### Concerto serale della banda musicale di Monte S. Caterina - ore 20.30

Venerdì, 07 agosto 2026 sulla piazza del paese di Monte Santa Caterina

Venerdì, 21 agosto 2026 sulla piazza del paese di Monte Santa Caterina

### Concerto serale della banda musicale di Senales

Sabato, 29 agosto 2026 – campus transumanza | Madonna di Senales | ore 18.00

Mercoledì, 02 settembre 2026 sulla piazza del paese di Certosa | ore 19.00

## Giornata dei musei nell’archeoParc Val Senales

### 17 maggio 2026

Ogni anno dal 1978, la seconda o terza domenica a maggio si festeggia in tutto il mondo la giornata internazionale dei musei. Quest’anno nell’Alto Adige parteciperanno più di 40 musei a questa iniziativa internazionale. Nella val Senales in occasione della Giornate dei musei potete visitare l’archeoParc a Madonna di Senales. Orari apertura vedi sul sito [www.archeoparc.it](http://www.archeoparc.it).| Ingresso libero

## Giornate europee dell’archeologia all’archeoParc Val Senales

**12 giugno 2026 | ore 18.00 – 10.00**

**13 giugno 2026 | ore 11.00 – 12.00**

Nell’ambito delle Giornate europee dell’archeologia di quest’anno, il team dell’archeoParc vi invita a partecipare a eventi speciali: una visita guidata dietro le quinte (sabato mattina) e un pernottamento nella casa dell’età della pietra (venerdì sera).

Gli eventi si svolgono nel centro visitatori e nell’area all’aperto dell’archeoParc Val Senales.

## Mostra speciale nell’archeoParc Val Senales & campus transumanza

### Funghi

**04.07.–08.11.2026 – aperto tutti i giorni dalle ore 12:00 alle 17:00**

Oltre alle mostre permanenti „La scoperta“ e „Ma Ötzi, dove viveva?“ l’archeoParc a Madonna di Senales allestisce ogni anno una piccola mostra temporanea. L’edizione di quest’anno si chiama “Funghi” ed è dedicata alla storia culturale dei funghi da Ötzi ad oggi. Contemporaneamente si possono vedere opere dell’artista anglo-americana Jana Nicole che sono legate allo stesso tema.

### Vie d’erba e di roccia

**28.03.–08.11.2026 – aperto tutti i giorni dalle ore 10:00 alle 17:00**

Oltre alle mostre permanenti il campus transumanza a Madonna di Senales presenta piccole mostre temporanee. L’edizione di quest’anno si intitola “Vie d’erba e di roccia” ed è dedicata a otto esempi di transumanze europee.

## Giornata di Ötzi nell'Archeoparc Val Senales

**19 settembre 2026**

Sono passati già 35 anni da quel faticoso giorno (19.09.1991) in cui venne trovato Ötzi. L'archoParc della Val Senales festeggia il suo "compleanno" con visite guidate ogni ora e un piccolo omaggio per tutti i visitatori. Orari apertura vedi sul sito [www.archeoparc.it](http://www.archeoparc.it). | Ingresso gratuito.

## Pomeriggio in famiglia all'archoParc Val Senales

**31 marzo – 4 ottobre 2026**

**ogni martedì (eccetto il 16, 23 e 30 giugno 2026)**

Il martedì pomeriggio le mostre di Ötzi e le case dell'età della pietra dell'archoParc sono dedicate ai bambini e ai loro genitori! All'interno attendono le famiglie: un quiz, uno spazio bricolage e un angolo per travestirsi da Ötzi. Nell'area esterna sono aperte tutte e sei le aree di attività. E per chi ha fame dopo aver visitato il museo, ci sono waffle caldi con gelato nella caffetteria del centro visitatori. Un'escursione per famiglie in cui non si trascurano né le esperienze educative né il divertimento. Chi partecipa? In parallelo si svolgono brevi laboratori. Ad esempio, "Costruttori di capanne" e "La panetteria di Ötzi".

## Il pomeriggio di panificazione di Ötzi nell'archoParc della Val Senales

**02 luglio – 17 settembre 2026**

**ogni giovedì**

Ötzi conosceva il grano. Lo usava per fare il pane? Questa dimostrazione artigianale vi porta in un viaggio agli albori della coltivazione del grano e mostra come i nostri antenati preparavano il pane. Quali tipi di pane vi piacciono? Fate voi stessi il pane? Il team dell'archoParc non vede l'ora di avere uno scambio emozionante con voi.

Se volete, potete provare voi stessi a cuocere la focaccia sulle pietre calde.

L'evento si svolge nell'area all'aperto del museo, al riparo dalle intemperie.

## Campionato Europeo Preistorico nell'archoParc Val Senales

**26 - 27 settembre 2026**

Per la tredicesima volta l'archoParc della Val Senales ospiterà una tappa del Campionato europeo di tiro con l'arco preistorico e lancio con il propulsore. Si tratta di un appuntamento importante per gli appassionati delle discipline che arriveranno da vari paesi europei e si sfideranno nella valle che già Ötzi percorreva con arco e frecce.

26.09.2026 Gara di tiro con l'arco

27.09.2026 Gara del lancio con il propulsore

## Serate tirolesi

In questa serata, giovani dei gruppi folcloristici e un fisarmonicista vi sorprenderanno con uno spettacolo con le fruste schioccanti e vi faranno scoprire un'antica tradizione altoatesina. Secondo la storia le fruste furono usate per pascolare gli animali, ma anche per certi riti, p.es. per svegliare la primavera dopo un inverno lungo e duro. Al giorno d'oggi tanti gruppi folcloristici praticano questi spettacoli per tenere viva la tradizione e la cultura altoatesina.

21.07.2026 dalle ore 20.30 a Maso Corto

28.07.2026 dalle ore 20.30 a Madonna di Senales – campus transumanza

11.08.2026 dalle ore 20.30 a Certosa

18.08.2026 dalle ore 20.30 a Maso Corto

## 71° Tiro estivo di Senales 2026

Presso il poligono di Madonna di Senales con 100m small bore. Possono partecipare tutti i maggiori di 14 anni.

Giorni di tiro:

Domenica: 12/07; 19/07; 26/07; 02/08

Lunedì: 13/07; 20/07; 27/07

Venerdì: 24/07; 31/07

Sabato: 18/07; 25/07; 01/08

Orari: Domenica 10-12.30 14.30-20.30 (il 03/08 fino alle 20)

Giorni feriali: 9-12.30 14.30-20.30

## Giornate d'azione Daksy - In viaggio con i ranger del parco naturale

**Venerdì 24 luglio e venerdì 21 agosto**

Diventa tu stesso un "ranger del parco naturale", impara a conoscere i compiti di un ranger e scopri la diversità della natura. Le giornate dei ranger sono rivolte ai bambini di età compresa tra i 6 e i 12 anni e durano dalle 10.00 alle 15.00.

Ulteriori informazioni: Centro del Parco Naturale di Texelgruppe, tel. 0473 668201.

**Val Senales/Tisental:**

Auf Ötzi's Spuren den Naturpark erleben / **Vivere il Parco Naturale sulle orme di Ötzi**

Punto di ritrovo: ore 10:00 parcheggio/chiesa presso il lago a Vernago

## Alto Adige Guest Pass digitale

L' Alto Adige Guest Pass offre agli ospiti la possibilità di utilizzare tutti i mezzi di trasporto pubblico in Alto Adige. Gli autobus, i treni e alcune funivie che fanno parte del sistema di trasporto pubblico possono essere utilizzati gratuitamente. Tutti gli ospiti delle strutture aderenti riceveranno gratuitamente il Guest Pass digitale al momento del check-in. Questo offre un'ampia gamma di opzioni per gite giornaliere da Malles/Mals a Bolzano/Bozen, ma anche per escursioni circolari in Val Senales/Schnalstal.

**Informazioni Guest Pass:** <https://bit.ly/3IbTfXq>

**Alto Adige Mobilità:** [www.suedtirolmobil.info](http://www.suedtirolmobil.info)

## Notte delle luci a Naturno

**Mercoledì a luglio 2026 (08.07.2026, 15.07.2026, 22.07.2026, 29.07.2026)**

Per i mercoledì di luglio, il centro del paese di Naturno, chiuso al traffico, diventa il palcoscenico di un festival di strada del tutto particolare. I negozi rimangono aperti fino a tarda sera, le associazioni e gli albergatori propongono delizie culinarie, dai piatti della "Cucina alpina del benessere" ai dolci preparati secondo le ricette tradizionali. Spettacoli artistici, grandi band dal vivo e un colorato programma per bambini assicurano un buon intrattenimento.

Informazioni:

Società Cooperativa Turistica Naturno

Tel. 0473 666 077

[info@naturno.it](mailto:info@naturno.it)

[www.naturno.it](http://www.naturno.it)

## Naturno Vino e Piacere Autunno Gourmet

**Dal 17 ottobre 2026 – 21 novembre 2026**

Un festival dei sensi per gli amanti del vino e della buona cucina: Degustazioni serali con le Tenute dell'Alto Adige, Wine & Dine Galadinner nei hotel partner, degustazione di vini con Franziska Steinhauser e visita ai vigneti locali "Falkenstein" e "Castel Juval Unterort".... un programma speciale Vi aspetta.

Informazioni:

Società Cooperativa Turistica Naturno

Tel. 0473 666 077

[info@naturno.it](mailto:info@naturno.it)

[www.naturno.it](http://www.naturno.it)

*Stato del 03.04.2026, modifiche possibili!*