



Montagna: Dolomiti o Valle d'Aosta all'insegna delle passeggiate in famiglia

Primavera tempo di passeggiate per famiglie in montagna, di un'ora o di una giornata anche per il benessere fisico

A cura di **Filomena Fotia** 17 aprile 2017 - 13:49

 Mi piace < 493 mila



Primavera tempo di passeggiate per famiglie in montagna, di un'ora o di una giornata anche per il benessere fisico. Nel cuore delle Dolomiti o sulle sponde del Lago di Garda, tra gli alpeggi della Valle d'Aosta o seguendo il corso di rii e il richiamo di boschi fatati. Escursioni facili e per tutte le gambe, perfino per mamme e papà, con passeggino. Ma quali sono i migliori sentieri per le famiglie che desiderano trascorrere un fine settimana in montagna? Sicuramente quelli attrezzati con aree di sosta e segnaletica, curati e senza il passaggio di veicoli a motore e privi di pericoli oggettivi come strapiombi o punti scoscesi. Ma soprattutto sentieri in grado di accendere la fantasia e l'interesse dei più piccoli. A stilare un elenco Bimboinviaggio.com, portale leader nella prenotazione di hotel per famiglie, con oltre 300 strutture recensite in Italia e nel mondo, da hotel indipendenti a catene alberghiere fino a sistemazioni in villaggi, campeggi, residence e agriturismi, propone consigli, esperienze e informazioni per organizzare un soggiorno perfetto. Se i percorsi di una giornata sono da preferire per le piccole gambe, la Valle d'Aosta fornisce un ampio ventaglio di opportunità di vita all'aria aperta tra prati e boschi, cascate d'acqua e rocce scoscese solo da ammirare però. Basta un'ora di facile cammino per raggiungere la diga di Place Moulin fiancheggiando il lago artificiale dalle acque color verde giada. Naturalmente questa strada è solo per camminatori: è vietata ai veicoli. Il sentiero dalla chiesa di La Magdeleine a Chamois unisce, invece, l'utile al dilettevole: è una passeggiata tematica per i bambini che ha come filo conduttore il tema dell'energia. Fa parte della Gran balconata del Cervino e lungo il sentiero sono collocate sette installazioni su acqua, fuoco, terra e sole. E se le gambe fanno un po' male, la doppia funicolare offre la possibilità di volare per 20 metri. Andare in montagna con altri bambini ovvero con famiglie amiche con piccoli al seguito dà una spinta in più perché si presentano nuove



occasioni di gioco. E così un'altra piacevole passeggiata di gruppo è quella tra le praterie e gli alpeggi sulla collina soleggiata da Saint-Vincent a Emarèse. Ovunque si vada è sempre meglio preferire percorsi semplici e larghi evitando quelli scoscesi. E l'Alto Adige ha molto da offrire. Una interessante escursione per tutta la famiglia è quella che da Obereggen arriva al famoso Lago di Carezza detto il lago dell'Arcobaleno, casa della bella ninfa ondina, di cui si era innamorato lo stregone Latemar. E' una bella storia da farsi raccontare così come quelle che accompagnano le Tre Cime di Lavaredo, da raggiungere anche con i bambini. Per aumentare il tasso di divertimento si può partecipare alla caccia al tesoro al Rifugio Lee muovendosi da San Leonardo (Badia) con tanto di visita alla grotta della neve. Tra sogno, mistero e spazi infinti è la passeggiata alla scoperta dell'Alpe Seceda da Santa Cristina in Val Gardena. Lo sguardo di grandi e piccoli viene inevitabilmente catturato dalle imponenti Odle con le cime svettanti, i prati verdi e le caratteristiche malghe. Tutto molto facile e tutto molto bello. Una passeggiata comoda è quella panoramica tra i campi coltivati della Val di Gresta fino a Malga Somator. Avviandosi da Passo Bordala (siamo a 1.253 di altezza), ci si incammina lungo un percorso in falsopiano costeggiando i prati coltivati a ortaggi bio: patate, carote, cavoli cappucci, radicchio. E poi, giungendo verso la malga, si presenta una doppia possibilità: il bel bosco sulla destra o il grande prato a sinistra? Qui le mamme e i papà possono proseguire con il passeggino, i bambini sbizzarrirsi all'aria aperta e tutta la famiglia gustare i piatti tipici della tradizione trentina. Un secondo itinerario consigliato percorre il borgo di Frapporta, nel cuore del paese di Tenno, proprio la parte più antica. Qui si trovano grandi case in pietra percorse da stradine strette e caratteristiche. Il borgo è dominato dal castello, ideale conquista per i piccoli camminatori. Nella zona archeologica di Fiavé c'è invece un piccolo sentiero che oltrepassa il Doss dei Gustinacci, dove riposano i resti di abitazioni in pietra risalenti a oltre tremila anni fa: è uno dei 111 siti palafitticoli preistorici dell'arco alpino, patrimonio mondiale dell'umanità dell'Unesco. E che dire dell'itinerario delle streghe, dalla località Le Cross, poco sopra il paese dipinto di Balbido e caratterizzato da murales sulle pareti delle case? Sorprenderà (e spaventerà) i più piccoli? Qui, nel 1656, vennero erette cinque croci in ferro per tenere lontane le streghe che importunavano i contadini alla ricerca di legna e fieno. Ovunque si vada, un altro piccolo segreto per rendere partecipi i più piccoli dell'esperienza del cammino è coinvolgerli in quello che si fa, dalla preparazione dello zainetto fino all'illustrazione della mappa passando per la spiegazione del significato dei cartelli e delle indicazioni. E' naturalmente importante che le aree di montagna siano adeguatamente attrezzate e il Veneto recita una parte da protagonista. Le Cinque Torri, speroni rocciosi che dominano Cortina d'Ampezzo, sono visitabili anche dai bambini con un facile percorso ad anello: si ritorna sempre al punto di partenza. Siamo nel cuore delle Dolomiti bellunesi e un altro itinerario da segnare sul taccuino va dritto alla scoperta del Lago Sorapis, uno degli specchi d'acqua più belli della zona e tra i più apprezzati dalle famiglie per le numerose possibilità di risorse. Quella da Col Druscì al lago Ghedina, tra boschi incantati e paesaggi fiabeschi, è un'altra facile camminata nelle vicinanze di Cortin. Così come quella all'interno della profonda gola dei Serrai di Sottoguda: lo spettacolo della natura lascia felicemente interdetti. Una facile escursione nel Friuli Venezia Giulia è quella intorno al rifugio Giaf, proprio all'ingresso delle Dolomiti friulane. Le ragioni sono due: c'è tanta natura che aspetta di essere conosciuta e la stanchezza accumulata viene compensata con tante delizie gastronomiche. Il Bosco Romagno a Cividale del Friuli è un parco naturale ricreativo gestito dalla direzione delle Foreste e della Caccia della Regione Friuli Venezia Giulia. Perché visitarlo con i bambini? Semplicemente perché, come suggerisce il nome, è un Parco ricreativo ovvero un luogo di conoscenza, di esplorazione e di divertimento. Dall'entrata nord sono due le strade percorribili. La prima conduce passo dopo passo in un'area giochi attrezzata. La seconda segue il corso del rio Cornizza e porta verso il Centro Visite, sempre accompagnati dai rassicuranti pannelli didattici sulla flora e la fauna della zona. Da tenere in considerazione anche i laghi di Fusine con tanto di gita in barca e quel presepe reale rappresentato dal borgo nel comune di Tarvisio sul Monte Lussari. Se il secolare santuario dà un senso di pace e il panorama che si ammira è una finestra a cielo aperto sulla bellezza delle Alpi Giulie, i passeggini che spuntano rassicurano di come questo sia un angolo di mondo per le famiglie.

A cura di **Filomena Fotia**

© 13:49 17.04.17

ARTICOLI CORRELATI

ALTRO DALL'AUTORE

