



# PROGRAMMA ATTIVITÀ

## dal 25 al 31 agosto 2025

### LUNEDÌ 25 AGOSTO

#### FOREST BATHING

"L'immersione nel bosco": immersi nella natura alla ricerca del proprio benessere psico-fisico.

A cura delle Guide del Parco del Respiro

Ore 14.30 - 2,5 ore. Prenotazione obbligatoria (min. 5 iscritti): +39 331 4173245. Intero 25€ - Ridotto 20€.  
Annullato in caso di maltempo.

#### FERRATA CROCE DI FAI

La Ferrata Croce di Fai è una moderna via ferrata che si snoda lungo il versante sud-est direttamente fino alla cima panoramica della Croce di Fai.

A cura delle guide alpine di Paganella Academy

Ore 13.45 Iscrizione 48h prima. Min 3 iscritti  
+39 351 79 12 791 - 85€ a persona (attrezzatura inclusa)

#### ARRAMPICATA

Parete di roccia indoor al Palafai.  
Imbrago fornito dalla guida.

Ore 20.30 - 1,5 ore. Garantite 3 risalite - Numero chiuso Intero 10€ - Ridotto 5€

### MARTEDÌ 26 AGOSTO

#### YOGA NEL BOSCO

Praticare yoga all'interno del Parco del Respiro ci consente di connetterci a noi stessi e a ciò che ci circonda, per un maggior benessere di mente e corpo.

Con l'istruttrice Lorenza Sonn

Ore 10.00 - 1,5 ore. Prenotazione obbligatoria (min. 5 iscritti): +39 331 4173245 Intero 15€ - Ridotto 12€

#### ESCURSIONE ALL'OSSERVATORIO

La passeggiata al nuovo osservatorio naturale rappresenta un'esperienza davvero suggestiva, che unisce la bellezza della natura alle viste panoramiche  
A cura delle guide di Media Montagna .

Ore 16.30 - 2,5 ore. Prenotazione obbligatoria (min. 5 iscritti): +39 331 4173245 Intero 15€ - Ridotto 12€

#### BALLANDO

Musica e ballo i martedì d'estate.

Ore 21.00 - 2 Ore. Sala teatro Palafai GRATUITO

### MERCOLEDÌ 27 AGOSTO

#### LA CASA DELLE API

Un simpatico incontro per adulti e bambini (4+) per conoscere il complesso mondo delle api e della loro casa: l'arnia.

A cura di Apicoltura Mieli d'autore, Florandonole via ai dossi, 22. Ore 10.30 - 5 € persona, bambini fino a 4 anni gratuito. Prenotare al 348 61 07 719

#### I FOLLETTI DEL PARCO

Vivere il bosco in modo leggero e simpatico grazie a dei curiosi racconti narrati tramite delle cuffie wireless. Un'esperienza per famiglie e bambini tra gli incantevoli alberi del Parco del Respiro e i suoi magici abitanti.

A cura delle Guide del Parco del Respiro

Ore 16.00 - 2 Ore. Prenotazione obbligatoria (min. 10 iscritti): +39 331 4173245. Int 15€ - Rid 12€ (Pacchetti Family disponibili) Annullato in caso di maltempo.

#### CINEMA ALL'APERTO

Appuntamento con il cinema all'aperto per tutta la famiglia. Questa settimana verrà proiettato:

**Diario di una schiappa**

Non scordatevi i pop corn!

Ore 21.15. Palco Palafai esterno. In caso di maltempo all'interno. Esperienza gratuita, senza prenotazione.



#### MUSEO MAS e MOSTRE ITINERANTI

Il Museo MAS è aperto con orari: LUNEDÌ VENERDÌ 10-12 e 16-18 | SABATO 10-12

Da quest'anno la visita al Museo, con guida, comprende anche la visita alla Mostra "La Via del Fumo" (Piazza San Rocco). L'altra Mostra "La Carta di Regola" (loc. Pradonec) sarà visitabile autonomamente.

Info al +39 331 4173245

IL PROGRAMMA PUÒ SUBIRE VARIAZIONI, CI SCUSIAMO FIN D'ORA PER EVENTUALI DISAGI

Segui i nostri canali social FB e IG @visit.faidellapaganella



# PROGRAMMA ATTIVITÀ

## dal 25 al 31 agosto 2025

### GIOVEDÌ 28 AGOSTO

#### BREATHWALK: YOGA IN CAMMINO

Il respiro per rivitalizzare il corpo, la mente e lo spirito. Il Breathwalk è una pratica di yoga in cammino che unisce la meditazione al movimento.

Con l'istruttrice Conduce Sara Tiribello, Trainer nella Scuola 'Passi che Trasformano'. [sentierinteriori.com](http://sentierinteriori.com)  
Ore 9.30 - 2 ore. Prenotazione obbligatoria (min. 5 iscritti): +39 331 4173245 A PAGAMENTO.

#### ATTIVITÀ SENSORIALE AL PARCO DEL RESPIRO



Attività accessibile e inclusiva.

Semplice passeggiata per imparare ad andare nel bosco utilizzando tutti i nostri sensi. Osservando le particolarità del bosco, sentire i suoni e gli odori, accarezzare gli alberi toccando la loro corteccia.

Con Francesca, Accompagnatore di Media Montagna.  
Ore 15.00 - 2 ore. Prenotazione obbligatoria. Intero 7,5€ Ridotto 5€, gratuita per le persone con disabilità e loro accompagnatori. +39 331 4173245 Annullato in caso di maltempo.

#### POMERIGGIO DEI BAMBINI GEOMETRIE NATURALI



Conosciamo la biodiversità attraverso l'osservazione delle piante e laboratori artistici. Scopriamo le geometrie naturali: frattali, simmetrie, Pattern. Costruiamo piccoli ecosistemi tridimensionali. Con Gabriela Gretter.

Ore 15.30 - 2 ore. Prenotazione obbligatoria +39 331 4173245. GRATUITO. Attività garantita anche in caso di maltempo. Possibilità di tesseramento con Noi Oratorio

#### ESCURSIONE AL CHIARO DI LUNA

Escursione al limitare dei boschi e dei prati di Fai per scorgere panorami mozzafiato sulla Valle dell'Adige, ascoltando i pensieri del bosco al chiaro di luna.

Attività facile, bambini autonomi nel camminare.

**Necessaria torcia o frontalino.**

Ore 21.15 - 1,5 ore. Prenotazione obbligatoria (min. 5 iscritti): +39 331 4173245. Intero 10€ Ridotto 7€.  
Annullato in caso di maltempo.

### VENERDÌ 29 AGOSTO

#### MEDITAZIONE ZAZEN TRA I FAGGI

Meditazione osservando il respiro, auto-massaggio e stiramenti. «Zazen» seduti per meditare, con semplicità, respirando profondamente, per entrare in contatto con la dimensione più profonda del corpo.

Con Mattia Cornella MattariVita BrentAnima

Ore 10.00 - 1,5 ore. Prenotazione obbligatoria (min. 5 iscritti): +39 331 4173245 Intero 15€ - Ridotto 12€

### ...continua venerdì 29 agosto

#### POMERIGGIO DEI BAMBINI STAMPA LA TUA SHOPPER



Grazie all'utilizzo di elementi naturali ed alcuni accorgimenti grafici, stamperemo delle pratiche shopper di cotone ottenendo un risultato molto originale. Con Cristina Leti.

Ore 15.30 - 2 ore. Prenotazione obbligatoria +39 331 4173245. GRATUITO. Attività garantita anche in caso di maltempo. Possibilità di tesseramento con Noi Oratorio

### SABATO 30 AGOSTO

#### APERITIVO AL TRAMONTO

Un aperitivo come non l'hai mai provato, in un giardino pieno di pace e tranquillità! 0461 416467 - 349 4912223  
A cura di Bioagritur dei Trajeri. Esperienza a pagamento  
Ore 18-20. **Disponibile tutti i giorni** su prenotazione

#### FOREST BATHING

"L'immersione nel bosco": immersi nella natura alla ricerca del proprio benessere psico-fisico.

A cura delle Guide del Parco del Respiro

Ore 14.30 - 2,5 ore. Prenotazione obbligatoria (min. 5 iscritti): +39 331 4173245. Intero 25€ - Ridotto 20€.  
Annullato in caso di maltempo.

### 29, 30, 31 AGOSTO

#### SAGRA DI SAN VALENTINO

Weekend di festa a Fai della Paganella!  
Alcuni eventi:

29.08 ore 21.00 "Sarà perché ti amo"  
show concerto delle migliori hit da ballare!

30.08 ore 21.00 "Mondo Max - tribute 883"  
Concerto con i più grandi successi!

31.08 Sfilata, messa, Vaso della fortuna  
pranzo, mercato e faranno da cornice alla  
domenica della Sagra!

Info nella locandina!

Info al +39 331 4173245

IL PROGRAMMA PUÒ SUBIRE VARIAZIONI, CI SCUSIAMO FIN D'ORA PER EVENTUALI DISAGI

Segui i nostri canali social FB e IG @visit.faidellapaganella