

Sticker

Hai visto, quanti buoni consigli ti dà la nostra ape mascotte! Per ricordarti i posti di Lana e dintorni che ti sono piaciuti di più, puoi incollare sulla mappa gli adesivi che trovi in questa cartina!

Sei rimasto senza adesivi? Nessun problema! Quando scegli di visitare i posti che più ti interessano, mostra la tua cartina alla cassa e riceverai un nuovo set di adesivi con la nostra simpatica mascotte.

Ecco dove:

- Castel Lebenberg, Cermes
- Kränzelhof, Cermes
- Mondo delle orchidee Raffeiner, Gargazzone
- Piscina naturale, Gargazzone
- Museo della frutticoltura sudtirolese, Lana



Estate per bambini a Lana

Ami l'avventura? Allora d'estate ti attende un vasto programma d'intrattenimento. Puoi scegliere tra un rafting spericolato, una piacevole escursione in compagnia di simpatici lama, una visita al mondo delle api e tanto altro. Una cosa è certa: ti diventerai un mondo e conoscerai tanti nuovi amici.

Luglio - Agosto

estateperbambini.it



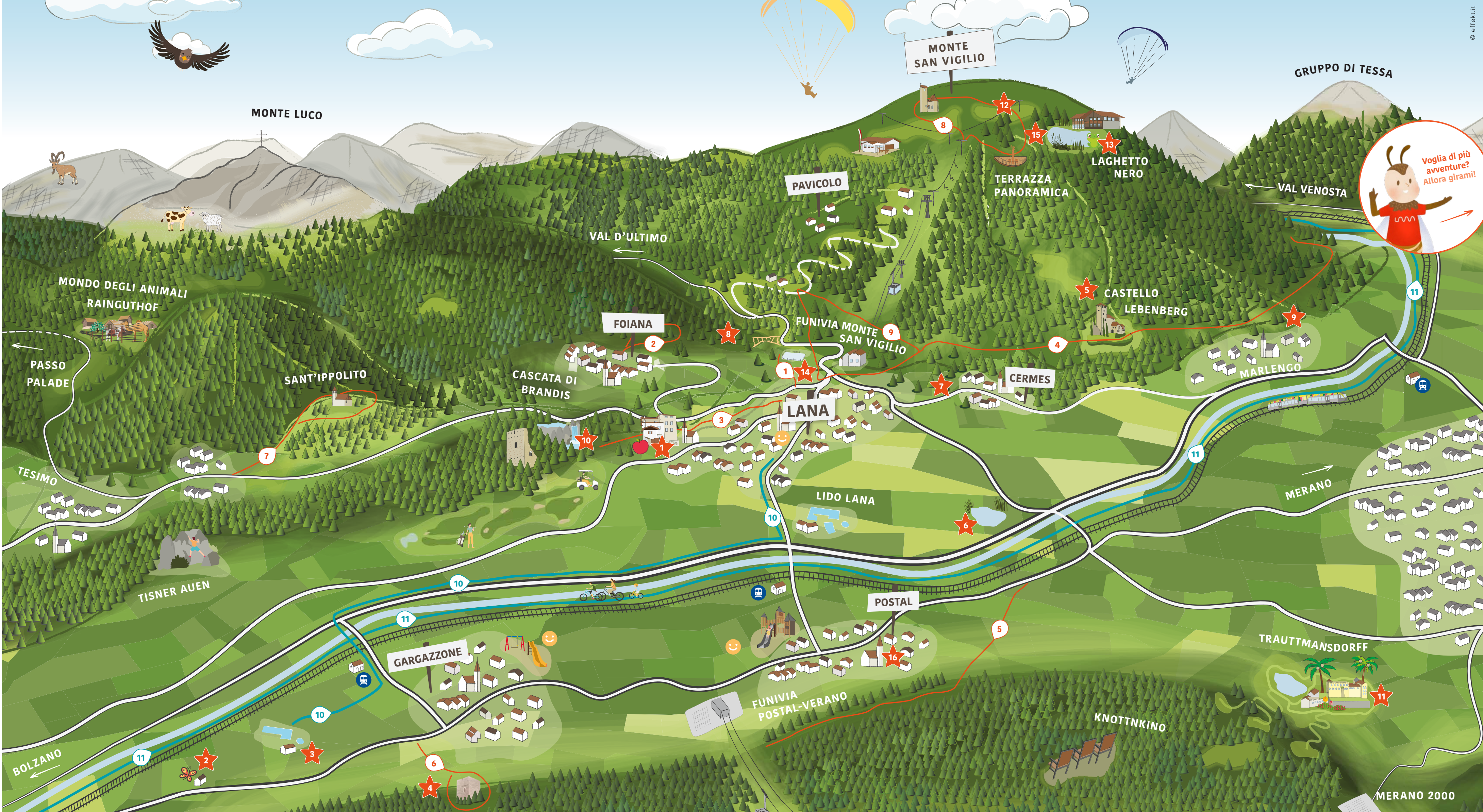
Associazione Turistica Lana e dintorni
Via Andreas Hofer 9/1, Lana, Alto Adige
T +39 0473 561770
info@lanaregion.it

lanaregion.it



Lana unisce. Curiosità e voglia di scoprire.

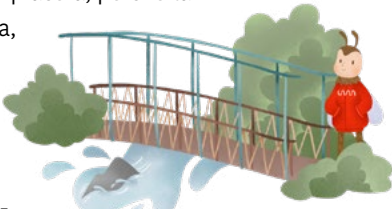
Mappa avventura



1 Gola di Lana

0:30 h 1,0 km 30 m Difficoltà: facile

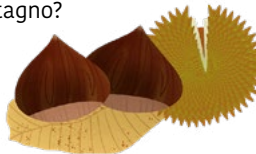
Questa breve ma emozionante escursione inizia presso il ponte del Valsura a Lana. Ti piacerà, perché la gola è piacevolmente fresca, soprattutto in estate. Sempre accanto al fiume Valsura, a destra e a sinistra si ergono aspre pareti rocciose dove crescono felci, arbusti, muschi e fiori. Ponti sospesi, tunnel di roccia e una fragorosa cascata collegano l'inizio e la fine della gola.



2 Percorso didattico sul castagno

1:00 h 2,6 km 130 m Difficoltà: facile

Lungo questo breve percorso circolare tutto ruota attorno al castagno, l'albero dal tronco nodoso e dalla chioma possente. Che cos'è un castagneto? Quali sono le proprietà del legno di castagno? Di quali malattie può soffrire un castagno? Quanti anni può raggiungere un castagno? Potrai leggere le risposte a queste e a molte altre domande su 10 diverse tavole informative.



3 Passeggiata della roggia di Brandis

0:50 h 2,5 km 30 m Difficoltà: facile

Hai mai sentito parlare delle passeggiate delle rogge? Così sono chiamati i sentieri che si snodano lungo i vecchi corsi d'acqua, chiamati rogge, che un tempo servivano per irrigare i campi. Ti trovi su uno di questi, solo che qui non vedi scorrere l'acqua perché si trova sotto terra. Questo percorso collega Lana di Sopra con Lana di Sotto, dove si trova il museo della frutticoltura. Lungo il sentiero puoi scoprire anche delle sculture di artisti internazionali.



4 Percorsi avventura lungo la roggia di Marleno

3:30 h 10,5 km 150 m Difficoltà: facile

Su questa passeggiata della roggia vedi scorrere l'acqua in un canale aperto. Passando vicino a Castel Lebenberg giungi direttamente al percorso avventura nel bosco. Presso varie stazioni informative puoi scoprire le bellezze della natura toccando e annusando il legno, il muschio e l'acqua. Alla fine di questa sezione, ti puoi recare sul sentiero dello scoiattolo e allenarti sul percorso avventura provvisto di corda.



5 Via Graf Volkmar – Percorso ginnico

1:00 h 2,5 km 50 m Difficoltà: facile

Circa 2 chilometri e mezzo di percorso ombreggiato collegano l'inizio e la fine di questo sentiero. Il punto di partenza è vicino alla chiesa parrocchiale di Postal. Presso le diverse stazioni con attrezzature provviste di istruzioni per gli esercizi, puoi dimostrare le tue abilità in termini di equilibrio, coordinazione, capacità di salto e resistenza. Idea: che ne dici di una piccola olimpiade di famiglia?



6 Circuito torre Kröll

1:00 h 2 km 150 m Difficoltà: facile

A Gargazzone, dalla parte soleggiata della valle dell'Adige, in alto nel bosco vedi sporgere una torre. Sul circuito per la torre Kröll giungi a questo rudere di un castello medievale che sorgeva qui più di 800 anni fa. Trovi aree di sosta con sedie a sdraio e sedili dove è possibile fare una pausa. Da una piattaforma panoramica hai una ampia vista sulla valle.



7 Escursione S. Ippolito

2:15 h 6,8 km 170 m Difficoltà: facile

Con l'autobus 246 raggiungi il parcheggio dopo il tunnel lungo la strada statale del Passo Palade. Qui inizia il percorso circolare per S. Ippolito, dove vedi una chiesetta in cima a un piccolo colle. Questo punto è chiamato „la loggia reale del Burgraviato“, perché da qui vedi l'intera valle dell'Adige sotto di te e le Dolomiti in lontananza. Proseguendo il cammino giungi allo stagno di Narano, un laghetto scuro, dove rane e insetti si sentono particolarmente a loro agio.



8 Terrazza panoramica sul sentiero della fede

1:50 h 5 km 135 m Difficoltà: facile

In pochi minuti la funivia ti porta da Lana sul Monte San Vigilio dove puoi continuare il tuo viaggio su una seggiovia in stile nostalgico. Presso la stazione a monte inizia il sentiero della fede. Dopo la prima tappa raggiungi la bella terrazza panoramica, dove ti sembra di varcare la soglia di un paesaggio naturalistico. Il panorama ti toglierà il fiato! Questo percorso circolare collega altre 5 stazioni della fede, dove fermarti a contemplare.



9 Percorso didattico culturale e naturalistico Aichberg

1:45 h 4,6 km 340 m Difficoltà: media

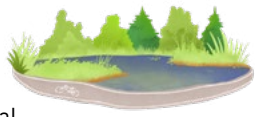
Da via Merano a Lana prosegui su via Villa, poi lungo il sentiero Raffeiner un po' ripido e continui attraverso castagneti, vigneti e frutteti. Lungo il cammino diversi pannelli informativi ti illustrano la storia, la frutticoltura e la viticoltura di questo antico paesaggio culturale. In discesa un sentiero ti conduce al vicolo Braunschberg e, passando accanto all'omonimo castello, torni a Lana.



10 Percorso ciclabile da Lana alla piscina naturale di Gargazzone

ca. 8 km Difficoltà: facile

Da Lana puoi raggiungere la piscina naturale di Gargazzone comodamente in bici, scegliendo fra due percorsi: uno ti porta dal centro di Lana di Sopra in direzione Lana di Sotto, passando dalla chiesa parrocchiale, continuando per la strada del vino e attraversando il fiume Adige. Il secondo si snoda direttamente lungo la ciclabile dell'Adige e seguendo la via stazione. Tua la scelta!



11 Pista ciclabile lungo il fiume Adige

ca. 28 km 75 m Difficoltà: facile

Questo percorso ciclistico ti porta in direzione Bolzano, vicino il tratto ferroviario, attraverso antichi paesi, dove ti puoi fermare per riposare. Poco prima di Bolzano, in direzione Ponte d'Adige giungi in mezzo a un fresco bosco e da qui sempre lungo il fiume fino al capoluogo dell'Alto Adige. Se non hai voglia di tornare pedalando, c'è il treno che ti riporta a Lana/Postal assieme alla tua bici.



Leggenda: Parchi giochi stazione ferroviaria

Tante avventure a Lana e dintorni per il divertimento di tutta la famiglia



LANA

Museo della frutticoltura sudtirolese

Hai voglia di scoprire il mondo delle mele? I frutti come si formano sull'albero? Perché le foglie sono verdi? Di cosa si nutrono le api? Seguimi al museo della frutticoltura a Lana e avrai risposte a tutte le tue domande. Se hai voglia, puoi anche disegnare, leggere, giocare e dedicarti al bricolage.



GARGAZZONE

Torre Kröll a Gargazzone

Vedi la torre di difesa lassù che sporge dal bosco? Proviene da un castello medievale. La puoi vedere anche da vicino. Lungo il percorso, passi accanto a rocce levigate, scolpite migliaia di anni fa dai ghiacciai dell'era glaciale, e puoi ammirare anche una bella cascata alta 40 metri.



LANA

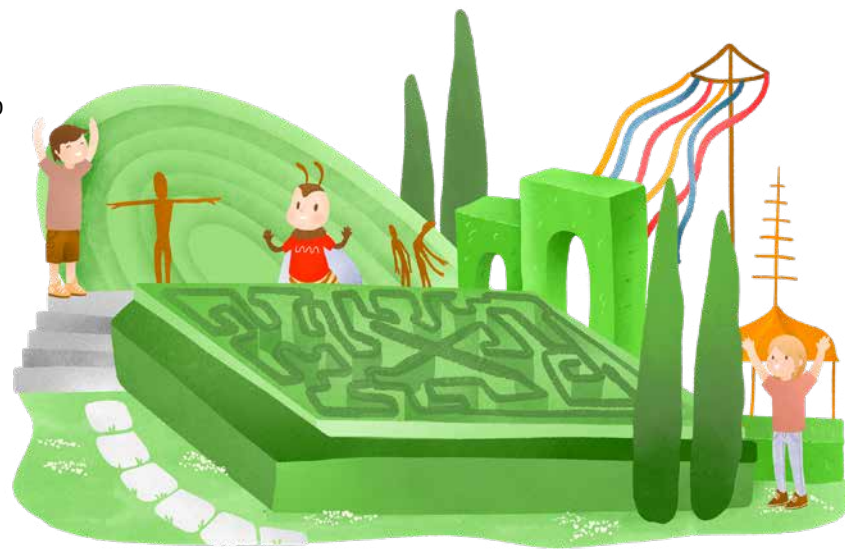
Biotopo del Valsura

Sai che cos'è un biotopo? È un'area con prati umidi, stagni e paludi, dove molti animali e piante che amano l'umidità trovano una casa adatta: qui vivono oltre 200 specie di uccelli, anfibi, rettili, pesci e insetti acquatici.

CERMES

Tenuta Kränzelhof

Hai visto quelle grandi bandiere colorate che svolazzano in lontananza? Ti guidano in mezzo al verde, dove ti aspetta un grande labirinto con sentieri e angoli segreti da scoprire. Chi troverà l'uscita? Nel labirinto a terra, solo un percorso misterioso porta al centro. Piccoli paesaggi acquatici e opere d'arte arricchiscono questo giardino delle meraviglie.



LANA

Pista di pattinaggio gola di Lana

Hai voglia di avventurarti sul ghiaccio per pattinare? Dal ponte di Lana raggiungi la pista di pattinaggio della selvaggia gola di Lana in soli 20 minuti. Ti mancano forse i pattini? Nessun problema, qui li puoi noleggiare, indossare e scivolare poi sul ghiaccio al ritmo di musica.



LANA

Paradiso invernale Monte San Vigilio

Freddo? Usciamo lo stesso! Anche in inverno in pochi minuti la funivia ti porta su questa montagna incantata. Vestito in modo caldo puoi costruire un bel pupazzo di neve, pattinare sul laghetto nero ghiacciato, sfrecciare giù per la collina in slitta oppure andare alla scoperta di tracce degli animali nel bosco innevato.



POSTAL

Pumptrack a Postal

Che ne dici di provare a fare un giro su un pumptrack con la bici, lo skateboard o il monopattino? Ti divertirai: non dovrai pedalare né spingere ma prenderai velocità solo spostando abilmente il peso del tuo corpo e con movimenti mirati, sfrecciando sulla pista ondulata.



CERMES

Castello Lebenberg

In uno dei castelli più belli dell'Alto Adige, dove quasi 1000 anni fa vivevano coraggiosi cavalieri e nobili dame, visiti la Sala degli Specchi, l'Armeria e la Sala dei Cavalieri. La proprietaria del castello ha molte storie emozionanti da raccontare e dal giardino alla francese vedi tutta la valle dell'Adige ai tuoi piedi.



GARGAZZONE

Torre Kröll a Gargazzone

Vedi la torre di difesa lassù che sporge dal bosco? Proviene da un castello medievale. La puoi vedere anche da vicino. Lungo il percorso, passi accanto a rocce levigate, scolpite migliaia di anni fa dai ghiacciai dell'era glaciale, e puoi ammirare anche una bella cascata alta 40 metri.



LANA

Gola di Lana

Quando ti addentri nella gola scoprirai un mondo tutto particolare! Il sentiero si snoda al fresco, attraverso un tunnel di roccia, tra pareti rocciose a strapiombo, su ponti sospesi, sempre a fianco dell'acqua e fino a una cascata. Non appena cala il crepuscolo i pipistrelli che abitano la Gola di Lana si svegliano: sai che si tratta di una specie protetta?

MONTE SAN VIGILIO

Laghetto nero

Questo piccolo lago montano si trova sul Monte San Vigilio vicino al bosco. Qui vedi rane che saltano e pesci che nuotano nell'acqua; insetti acquatici e libellule scintillanti ti fanno vedere le loro acrobazie. In inverno, quando la superficie del laghetto è ghiacciata, puoi fare i tuoi giri con i pattini ai piedi.



LANA

Monte San Vigilio

La montagna di Lana è raggiungibile con la nuova funivia in soli 6 minuti, superando ben 1200 metri di altitudine. In questo paradiso escursionistico non ci sono macchine e l'aria è pura e fresca. Su diversi sentieri facili raggiungi una malga per famiglie con parco giochi e mini-zoo.



GARGAZZONE

Piscina naturale di Gargazzone

L'aria è calda, il sole è alto, la fronte suda... Perché non ti tuffi nell'acqua fresca con me? Qui si nuota come in un lago naturale, dove vivono piante e animali, senza alcuna sostanza chimica! L'acqua è depurata solo da piante acquatiche, fitoplancton e zooplancton e da filtri meccanici.



MARLENGO

Sentiero dello Scoiattolo

Dalla via della roggia di Marleno giungi direttamente su questo sentiero avventura. Alternando giochi, sport e relax, il sentiero si propone come percorso didattico, svelandoti le bellezze del bosco. Include anche un percorso sulle funi e un laboratorio naturale per fare bricolage con i tesori del bosco.



LANA

Cascata di Brandis

Lo vuoi un consiglio prezioso per sfuggire al caldo? Una cascata, poco lontana dal centro di Lana ti dà refrigerio. Dopo una breve camminata lungo il sentiero della roggia di Brandis arrivi ai piedi dell'omonima cascata, dove enormi masse d'acqua cascano sul suolo.

MERANO

I Giardini di Castel Trauttmansdorff

Qui passerai una giornata avventurosa da naturalista! Immergendoti in un mondo colorato di piante incontrerai anche qualche animale come capre nane, alpaca, carpe e anatre domestiche. Lungo i sentieri sotterranei scoprirai il "mondo botanico sotterraneo": acqua, terra, radici e nutrienti. Se ti posizioni su due enormi piattaforme, avrai l'intero giardino ai tuoi piedi, con vista a volo d'uccello.