



Ph: Alta Badia – IDM Alto Adige – Alex Moling



**5 giorni**  
dal 06 al 10.07.2026

## Nel cuore della Val Badia e della cultura ladina

### PROGRAMMA DI VIAGGIO

**Viaggio di gruppo** nel cuore della Val Badia, una laterale della Val Pusteria che si trova nelle Dolomiti settentrionali e si estende da San Lorenzo di Sebato verso sud. Parti alla scoperta della cultura ladina e visita borghi incantevoli, panorami fiabeschi, laghi alpini e alcuni tra i **borghi più belli d'Italia**, in un percorso che unisce arte, storia e natura!

#### 1° GIORNO - 06.07

Ritrovo dei partecipanti in Piazza IV Novembre - Stazione di Milano Centrale (lato Hotel Gallia) alle **ore 7.30** e partenza in pullman per **CORVARA**. Pranzo libero. Nel pomeriggio, dopo una passeggiata affascinante ai piedi della cascata del Pisciadù che scende lungo la parete del massiccio del Sella, scoprirai il centro del paese con la **Chiesa di Santa Caterina d'Alessandria**, la più antica di Corvara, è stata infatti menzionata per la prima volta nel 1347. Costruita in stile tardo gotico, al suo interno si possono ammirare opere di notevole bellezza e importanza artistica, alcune di queste raffiguranti proprio l'omonima Santa. Al termine, trasferimento all'**Hotel Serena 3\* (o sim.) a Badia** per l'assegnazione delle camere, cena e pernottamento.

#### 2° GIORNO - 07.07

Colazione in hotel. Trasferimento in pullman a **LONGIARÙ**. In compagnia di una guida, passeggia attraverso la **Valle dei Mulini**, un tracciato che segue il torrente Rio Seres, dove potrai ammirare **otto mulini ad acqua**, restaurati negli anni '80 attraverso un progetto di recupero finanziato dalla CE. Andrai alla scoperta del passato della Valle e del lavoro tradizionale dei contadini di montagna. Lungo il percorso, esplora "**Les Viles**", i **più antichi insediamenti rurali** della Val Badia, ognuno composto da diversi masi, le tipiche case alpine, costruite in pietra dolomitica e legno di larice. Pranzo libero. Nel pomeriggio, visita il **Museum Ladin Ciastel de Tor a San Martino**, dedicato alla **cultura ladina** ed approfondisce la storia dei Ladini delle Dolomiti, evidenziando gli impatti significativi degli eventi più

rilevanti sulla loro vita quotidiana e ponendo attenzione sul rapporto con il paesaggio e la natura. Al termine rientro in hotel, cena e pernottamento.

### 3° GIORNO - 08.07

Colazione in hotel. Trascorri la mattina al **Centro visite del Parco naturale di Fanes-Senes-Braies** a San Vigilio di Marebbe. In compagnia di una guida, approfondisci la formazione delle Dolomiti, fossili, malghe, prati di alta montagna e l'apicoltura. Scopri le **leggende dolomitiche**, la flora e la fauna locale. Al suo interno, sono rappresentati gli ambienti naturali più importanti del parco. Inoltre, un rilievo tridimensionale raffigura la morfologia del territorio. Pranzo libero. Nel pomeriggio, esplora il centro storico di **San Vigilio di Marebbe** con la sua chiesa parrocchiale. Al termine, rientro in pullman e trasferimento in hotel. Cena e pernottamento.

### 4° GIORNO - 09.07

Colazione in hotel. Esplora il piccolo borgo di **La Valle** (celebre come La Val, in ladino), un'alternarsi di dolci colline lo sfiorano, verdi prati e boschi misti. Dal 2015, La Val è il primo paese escursionistico certificato dell'Alto Adige. Pranzo libero. Nel pomeriggio, visita la casa natale di **San Giuseppe Freinademetz** a Oies, una piccola frazione del comune di Badia. La fattoria con le fondamenta di pietra in cui nacque l'omonimo santo. Dal 1975, è divenuta meta di pellegrinaggio amata dai visitatori di tutto il mondo. Al termine, trasferimento in hotel, cena e pernottamento.

### 5° GIORNO - 10.07

Colazione in hotel e rilascio delle camere. Trasferimento in pullman a **SAN CASSIANO** e visita del suo centro storico. A seguire, visita con le **audioguide** il **MUS LA Museum Ladin - Ursus ladinicus**, dedicato all'orso preistorico delle caverne e alla geologia delle Dolomiti che mette in mostra splendidi fossili. Nei suoi tre piani, i visitatori possono apprendere tutto sulla storia e l'habitat degli orsi delle caverne vissuti più di 50.000 anni fa. Pranzo libero. Al termine, rientro in pullman a Milano e arrivo in serata.

**N.B. DIFFICOLTA' MEDIA:** *Nell'itinerario di viaggio sono presenti passeggiate di circa 1-2 ore su sentieri facili e larghi. Si segnalano tratti con fondo ghiaioso, senza rocce né punti scoscesi. Si consigliano scarpe chiuse, comode e, a discrezione, anche racchette.*

## QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

**€ 1.015,00 per partecipante (in camera doppia o matrimoniale)**

**€ 995,00 per partecipante (con riduzione card)**

**LA QUOTA COMPRENDE:** Viaggio in pullman come da programma; sistemazione presso Hotel Serena Badia 3\* (o sim.) a Badia con servizio mezza pensione con colazioni e cene in hotel; servizio guida come da programma; ingressi; radioguide (ove previste); accompagnatore di agenzia; assicurazione alla persona, assistenza medico e bagaglio.

**LA QUOTA NON COMPRENDE:** Assicurazione annullamento viaggio in camera doppia €30,00 per persona (facoltativa); Assicurazione annullamento viaggio in camera singola €35,00 per persona (facoltativa); supplemento camera singola €40,00 euro a persona a notte (se richiesta in fase di prenotazione); pranzi; tassa di soggiorno (ove prevista); mancia per guida, autista, accompagnatore, personale della motonave, personale degli hotel: € 15,00 per persona (obbligatoria); bevande (inclusa l'acqua); extra personali; tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende".

**Per ragioni tecnico-organizzative, in fase di prenotazione o in corso di viaggio, l'itinerario potrebbe subire delle modifiche. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento del numero minimo di partecipanti previsto.**