

Esperienze da vivere e ricordare L'autunno in Val di Sole e Val di Non fa dire "Wow"

La proposta delle 32 Wow Experience pensate per la stagione autunnale combina benessere, cultura e avventura. Passeggiate tra il foliage, degustazioni di prodotti tipici e visite a luoghi storici permettono di scoprire il territorio in modo autentico. Escursioni in quota e percorsi ecowellness assicurano invece momenti di equilibrio e rigenerazione per corpo e mente

Malé (TN), 10 settembre – L'autunno in Val di Sole e Val di Non è un invito a vivere la montagna con semplicità. Tra boschi che si tingono di sfumature calde, meleti ancora ricchi di frutti e paesaggi che cambiano lentamente, si apre un ventaglio di attività che coniugano benessere, gusto, cultura e sport all'aria aperta (come trekking, rafting e bike). Le 32 Wow Experience selezionate e proposte da ApT Val di Sole e ApT Val di Non spaziano tra passeggiate alla scoperta dei colori del foliage, degustazioni di prodotti tipici e visite a luoghi ricchi di storia. Dalle escursioni in quota alle attività di meditazione, ogni occasione è pensata per creare un legame diretto con il territorio e le tradizioni locali. Che si tratti di esplorare sentieri poco battuti o di rilassarsi con i percorsi ecowellness, l'autunno qui è un momento ideale per ritrovare equilibrio e curiosità, con la possibilità di collezionare ricordi autentici da portare con sé. E per rendere l'esperienza ancora più stimolante, basterà raccogliere almeno due timbri partecipando alle attività in calendario per ricevere in omaggio lo zainetto ufficiale, il perfetto compagno in un autunno da scoprire passo dopo passo.

All'interno della ricca proposta culturale, spicca "E vissi d'acqua", un percorso espositivo e sensoriale ospitato al Castello di Caldes, ispirato al valore dell'acqua termale della Val di Rabbi, un tempo definita a Vienna "elisir di lunga vita". La mostra si articola in sette tappe, dalla goccia al lago, ciascuna legata a un linguaggio creativo diverso – arte, poesia, musica, letteratura, benessere e leggende – che racconta l'acqua come forza vitale e culturale. Il visitatore è guidato da parole, suoni e immagini, con momenti musicali dal vivo che arricchiscono l'esperienza. In chiusura, è prevista anche una degustazione delle acque termali delle Terme di Rabbi, per un incontro diretto con l'elemento protagonista.

Per gli amanti delle escursioni, "Andar per Monti" permette di addentrarsi nei sentieri di media montagna della Val di Sole, percorsi tradizionalmente dagli abitanti fin da bambini. Guidati dai professionisti della montagna, sarà possibile esplorare boschi, laghi, alpeggi e borghi lungo 14 itinerari diversi per caratteristiche e difficoltà. Un modo autentico per conoscere il territorio con lo stesso spirito dei "Solandri" e apprezzarne la ricchezza naturalistica. "Il bramito del cervo" consente invece di osservare da vicino il periodo degli amori dei cervi nel Parco Nazionale dello Stelvio. La serata inizia con una cena in malga e una breve introduzione sul comportamento dei cervi, per proseguire con un'escursione notturna guidata. Grazie a termocamere a infrarossi, si possono osservare i cervi e altri animali nel loro ambiente naturale, ascoltando i bramiti maschili e, in qualche

caso, gli scontri tra i contendenti. Le escursioni si svolgono anche di giorno. Le Miniere di Rumo, in Val di Non, offrono due percorsi guidati lungo i sentieri dei minatori del XIII secolo. Il tour breve porta alla miniera di galena argentifera, mentre quello lungo include anche le antiche cave di pietre coti, un tempo usate per affilare gli strumenti. Entrambi permettono, con guide esperte, di esplorare siti sotterranei altrimenti inaccessibili.

Tra le Wow Experience dedicate al gusto, “Le emozioni di Gropello” presenta quattro modi diversi per conoscere il vino autoctono della Val di Non, simbolo della viticoltura eroica locale. Il percorso passa dal vigneto ultracentenario della Cantina El Zeremia al wine trekking con LasteRosse, dalla cucina del tradizionale tortèl di patate con Maso Sperdossi fino al viaggio sensoriale che ha per protagonista la grappa di Gropello con la Distilleria Rossi d’Anaunia. Ogni appuntamento abbina degustazioni e incontri con i produttori, garantendo uno sguardo concreto sulla produzione e sulla trasformazione di un vino rosso di montagna raro e sorprendente.

Anche in autunno, la Val di Sole si conferma una destinazione ideale per chi cerca avventura e benessere. Per gli appassionati di due ruote, la valle solandra è una vera Bikeland, con piste ciclabili e sentieri MTB per tutti i livelli. Qui si trova pure uno dei migliori fiumi al mondo per la pratica del rafting – il Noce –, con il brivido di adrenaliniche discese da condividere con famiglia, amici o colleghi di lavoro. In Val di Non, invece, a prendere il sopravvento è il piacere di pagaiare nel silenzio, dal lago di Santa Giustina fino a raggiungere le forre del Rio Novella. Relax e rigenerazione si trovano pure tra percorsi sensoriali nei boschi della Val di Peio e della Val di Rabbi, trattamenti in stube alpine e momenti di meditazione immersi nel verde.

Tutte le informazioni e i dettagli relativi al programma della Val di Sole per la stagione autunnale sono consultabili qui: <https://www.visitvaldisole.it/it/pagine/esperienze-autunno>

Foto: https://drive.google.com/drive/folders/1y_BkLQnahC13EKKuLLzvfsZ1b3pA-kSy?usp=drive_link

per APT Val di Sole | Martina Valentini | Journalist & PR | Whatsapp: +39.338.9180001