

## San Valentino in Val di Sole, 5 idee per renderlo speciale: Benessere, esperienze all'aria aperta e sapori di montagna

Per la festa degli innamorati, l'ApT Val di Sole ha selezionato una serie di attività pensate per le coppie che vogliono trascorrere insieme tempo di qualità, anche fuori dalle abitudini quotidiane. Dai momenti di relax tra natura e acque termali alle iniziative legate agli animali e alla vita alpina, passando per le cene in malga, il territorio solandro offre un ventaglio di occasioni diverse ma facilmente abbinabili: un invito a rallentare, rigenerarsi e scoprire la valle seguendo il ritmo del cuore

**Malé (TN), 30 gennaio** – C'è chi sceglie un regalo, chi una cena e chi una fuga improvvisata. In Val di Sole, San Valentino diventa l'occasione per prendersi del tempo e condividerlo con la persona amata, seguendo il ritmo di coppia. Benessere alpino, attività all'aria aperta, cucina di montagna ed esperienze legate al territorio disegnano cinque proposte diverse – e perfettamente compatibili tra loro – per vivere appieno la festa degli innamorati. E al contempo per rigenerare corpo e mente.

### **Benessere alpino, natura e acque termali**

Nel contesto naturale del Parco Nazionale dello Stelvio, le Terme di Pejo si inseriscono tra le proposte di San Valentino in Val di Sole come spazio dedicato al benessere. All'interno di un soggiorno che alterna giornate sulla neve e attività a passo più lento, il centro termale mette a disposizione area wellness, piscina e trattamenti, lasciando libertà di organizzare tempi e modalità senza percorsi prestabiliti. Venerdì 13 febbraio è in programma la Wow Experience "Wellness ai sapori di montagna", una pausa avvolgente che combina l'utilizzo di erbe alpine, stella alpina, olio di cirmolo e arnica con sauna, bagno turco e idromassaggio. In Val di Rabbi, invece, il barefooting sulla neve diventa un'esperienza di riconnessione profonda con la natura più selvaggia: guidati da una naturopata, si cammina a piedi nudi sulla neve ascoltando le sensazioni del terreno e il silenzio dell'ambiente, fino a concludere il percorso con un automassaggio a base di unguento balsamico e una pausa rigenerante, con una tisana calda alle erbe officinali e un dolce tipico.

### **Spa in alta quota, tra cielo e montagne**

Il relax continua in quota, dove il panorama diventa parte integrante dell'esperienza. In Val di Sole, le coppie possono concedersi momenti di puro benessere presso alcune strutture situate direttamente sulle piste o alla partenza degli impianti di risalita: la Spa di Capanna Presena, affacciata sulle alte vette dell'Adamello Presanella; il Rifugio Orso Bruno, immerso nel silenzio della montagna; e lo Chalet degli Angeli, rifugio intimo e raccolto. Qui, tra vapore caldo e luce che cala sulle cime dell'Ortles-Cevedale e delle Dolomiti di Brenta, il tempo sembra dilatarsi.

### **Come in una favola: una slitta trainata da cavalli**

Tra le esperienze più suggestive per San Valentino c'è la Wow Experience "Come in una favola", proposta dall'Agritur-Maneggio Bontempelli di Pellizzano. Protagonisti sono Jenny e Gelo, inseparabile coppia di cavalli avelignesi che accompagnano le coppie in un romantico giro in carrozza tra boschi e campagna. Il rientro in agritur è arricchito da un apericena a base di prodotti km 0, tutti di produzione propria. Un'esperienza che unisce atmosfera, tradizione e contatto con gli animali.

### **Avventura romantica all'aria aperta: cavalli, cani e stelle**

Per gli innamorati che amano invece vivere la montagna in modo attivo, la Val di Sole organizza diverse esperienze outdoor. Con "Un cavallo per amico" è possibile attraversare i boschi innevati della Val di Peio in sella a cavalli abituati all'ambiente montano; al rientro, una merenda con prodotti locali e la possibilità di conoscere gli animali del ranch. Le coppie più avventurose possono provare un giro in slitta trainata da cani al Passo del Tonale, un'esperienza di sleddog che prevede una lezione introduttiva di mushing e la guida in prima persona della slitta, affiancati da una squadra di cani addestrati. Infine, per gli amanti del trekking, l'esperienza "Andar per monti – Tutte le stelle del Parco Nazionale dello Stelvio", in programma venerdì 13 febbraio, propone una camminata notturna nel bosco, tra ascolto degli animali, ciaspolata sulla neve e osservazione di pianeti e costellazioni, per accogliere l'arrivo di San Valentino sotto un romantico cielo stellato.

### **Cena in malga, tradizione e intimità**

San Valentino è anche convivialità. In Val di Sole, sono cinque le malghe dove si potrà vivere una cena romantica in un contesto intimo e raccolto: Malga Fratte, Baita Ciocomiti, Malga Stabli, Malga Frattasecca e Malga Stablasolo. Tavole imbandite con piatti della tradizione solandra (Strangolapreti al burro, canederli, tortel di patate, il cioccolato delle Dolomiti di Brenta, giusto per citarne alcuni), focolari accesi e un'accoglienza familiare rendono ogni pasto un momento speciale.

"San Valentino è un'occasione che si presta a essere vissuta in modo semplice, un invito a uscire dalla routine anche solo per pochi giorni", spiega **Fabio Sacco, direttore dell'ApT Val di Sole**. "In Val di Sole la forza sta nella varietà del territorio: una dimensione genuina, che permette alle coppie di muoversi con naturalezza e orientarsi tra contesti diversi".

La maggior parte delle proposte rientra nelle Wow Experience, il progetto dell'ApT Val di Sole che raccoglie alcune delle esperienze più rappresentative del territorio. Attività pensate per essere vissute insieme e che, in occasione di San Valentino, possono diventare anche un regalo: è possibile scegliere l'esperienza, acquistare una gift card dell'importo corrispondente e ricevere un voucher con codice, da utilizzare successivamente per la prenotazione sul portale ufficiale dell'ApT Val di Sole.

Per chi preferisce un pensiero più tradizionale, non mancano alternative legate al gusto: praline artigianali realizzate con cioccolato macinato a pietra e affinato nel cuore delle Dolomiti di Brenta,



una selezione di vini locali come il Groppello, rosso autoctono della Val di Non (per altro celebrato insieme al Tortel nella rassegna Tortel&Gropel: un viaggio nei sapori autentici delle Valli del Noce in programma fino al 1° marzo), italiani e internazionali, grappe e altri prodotti tipici del territorio.

Tutti i dettagli sulle iniziative dedicate a San Valentino sono disponibili su [www.visitvaldisole.it](http://www.visitvaldisole.it).

FOTO: <https://drive.google.com/drive/folders/1lcIM789TkOTLboVsi3DZBw4nonlhUQ7M-n?usp=sharing>



**Ufficio Stampa GreenPress EnvironMedia**  
Martina Valentini - Journalism & PR  
Mobile & Whatsapp +39.338.9180001  
E-mail: mv.greenpress@gmail.com



**Ufficio stampa Azienda per il Turismo Val di Sole**  
Alberto Penasa - Ufficio Stampa, Comunicazione, PR  
Tel. +39.0463.900863 - Mobile & Whatsapp +39.340.2330025  
E-mail: alberto.penasa@visitvaldisole.it