

PICCOLI ESPLORATORI ALLA SCOPERTA DELLA RETE



QUALCHE CONSIGLIO PER UNA BELLA ESCURSIONE

Prima di partire

- Indosso **abbigliamento comodo** e **scarpe adatte** a camminare sui sentieri.
- Porta con te uno **zainetto** con:
 - una **borraccia con acqua**,
 - qualche **snack** o un **piccolo spuntino**,
 - una **giacca leggera**, possibilmente impermeabile,
 - un **kit di pronto soccorso** per eventuali piccoli incidenti.

Ricorda ai tuoi genitori!

- di **scegliere il percorso più adatto** alla tua età,
- di **informarsi sul meteo** prima di partire,
- di portare con sé una **mappa del percorso** e controllare che il **telefono sia carico**.

Durante la passeggiata

- resta sempre sul sentiero segnalato;
- osserva l'ambiente senza disturbare gli animali o danneggiare le piante;
- non abbandonare rifiuti;
- fai attenzione quando sei vicino all'acqua, a rocce o nei tratti ripidi.



1 **Il Sentiero Naturalistico Mancabrot Lac de Montesel GIOVO**
Alla scoperta del misterioso laghetto del Montesel

Lunghezza: 4 km Dislivello: 170 m Durata: 2,5 ore

2 **Salendo al Lago di Santa Colomba ALBIANO**
Dove il bosco incontra l'acqua: la magia del Lago dell'Argentario

Lunghezza: 7 km Dislivello: 260 m Durata: 4 ore

3 **I Larici di Prà del Manz CAPRIANA**
Alla scoperta dei giganti verdi di Capriana

Lunghezza: 4 km Dislivello: 150 m Durata: 2,5 ore

4 **Il Lago Santo CEMBRA LISIGNAGO**
Un giro da sogno attorno al Lago di Cembra

Lunghezza: 1 km Dislivello: 10 m Durata: 45 min.

5 **I Pradi da le Fior VALFLORIANA**
Piccoli passi tra grandi panorami

Lunghezza: 3 km Dislivello: 100 m Durata: 1,5 ore

6 **Sui Pascoli di Maiga Venera SOVER**
A spasso tra le mucche al pascolo

Lunghezza: 3,5 km Dislivello: 160 m Durata: 2 ore

7 **Il giro del Lago di Lases e le buse dei glaz LONA LASES**
Dalle sponde del lago alla misteriosa Val Frodda

Lunghezza: 5 km Dislivello: 150 m Durata: 3 ore

8 **Il Paese dei Béghel SEGONZANO**
Piccoli esploratori tra i boschi di Sevignano

Lunghezza: 4 km Dislivello: 200 m Durata: 2,5 ore

9 **Le erbe della salute ALTAVALLE**
Camminando tra i colori e i profumi di Crauno

Lunghezza: 2,5 km Dislivello: 100 m Durata: 1,5 ore

10 **San Leonardo e le campagne di Lisignago CEMBRA LISIGNAGO**
Passeggiando nel giardino delle viti

Lunghezza: 4,5 km Dislivello: 300 m Durata: 3 ore

"Il bosco è un universo nascosto, pieno di vita e storie da scoprire"

RACHEL CARSON
Brevi lezioni di meraviglia

TRENTINO

Rete di Riserve Val di Cembra Avisio
c/o Comunità della Valle di Cembra
Piazza S. Rocco 9 38034
Cembra Lisignago (TN)

3407374300
retenservecembra@gmail.com

