**Především příprava a dostatečné informace o prostředí**

**ADRENALIN MEZI SNĚHEM, LEDEM A VZDUCHEM**

**Let nad zimní krajinou: tandemový paragliding**

Lehce kloužete nad zasněženými lesy, lyžařskými svahy a horskými chatami a za jasného dne obdivujete okouzlující scenérie Dolomit ze skutečně jedinečné perspektivy. **Tandemový paragliding** v zimě je skutečně výjimečný zážitek, který zaručuje silné emoce a rozproudí adrenalin v celém těle. Instruktor, s nímž poletíte, vám vysvětlí všechny manévry, které je třeba provést, od vzletu až po naprosto bezpečné přistání. Je to zážitek, který si může vyzkoušet každý, není k němu třeba žádných zvláštních předpokladů ani přípravy, stačí zvědavost zakusit nové emoce a dobrodružný duch. Ti zkušenější mohou startovat a přistávat i s lyžemi na nohou. Na **náhorní plošině Paganella** nabízejí instruktoři tandemové školy I fly tandem po celou zimní sezónu zážitek „snow eagle“ (sněžný orel). Vzlétá se z vrcholu Paganella a přistává se na břehu jezera Molveno. Info a rezervace: [www.iflytandem.it](http://www.iflytandem.it) - +39 339 1669777.

V **San Martino di Castrozza** můžete den na sjezdovkách zakončit letem do údolí na paraglidu, a to třeba i s lyžemi na nohou. Startuje se při západu slunce z Punta Ces nebo z vrcholů Cima Tognola či Cima Rosetta a přelétá se nad lyžařským areálem.Info a rezervace: [primierodolomitifly@gmail.com](mailto:primierodolomitifly@gmail.com) ﻿.

**Snowkite: drak místo lanovky**

Snowkiting, podobný disciplíně, která se praktikuje v létě za větru na moři a jezerech, se v zimě stává prostředkem pro vyjetí sjezdovek bez velké námahy, a to dokonce bez pomoci vleků či lanovek. Chcete-li vyzkoušet tento jedinečný zážitek a naučit se ovládat draka v prudkých poryvech větru ve vysoké nadmořské výšce, musíte vyjet na **Passo Tonale**, kde působí Nikite Snowkite School. Začátečníci se mohou přihlásit do začátečnických kurzů, zatímco ti, kteří už to někdy zkusili, se mohou zúčastnit kurzů pro pokročilé. K dispozici je náhorní rovina s areálem pro začátečníky i náročnější svah pro zkušenější kitery. Pro ty se pořádají také průzkumné dny v terénu, kde se střídají výstupy s rychlými sestupy, kdy jste poháněni pouze silou větru. Info a rezervace: [www.nikite.it](http://www.nikite.it)

**Divoká stránka dovolené**

Odborný termín je **bushcraft**, což je výuka metod přežití v přírodě, kdy se využívají pouze zdroje, které jsou v tomto prostředí k dispozici. Tedy bez jakékoli umělé pomoci, tím méně elektronické nebo mechanické, a bez jakýchkoli nástrojů dostupných v každodenním životě. Člověk se učí, jak přežít v divočině, když se může spolehnout jen sám na sebe: například jak rozdělat oheň pomocí troudu a jiných přírodních materiálů, jak si postavit nouzový přístřešek, který poskytne dostatečnou izolaci před nočním chladem. Probíhá pod vedením zkušených horských průvodců v přírodě údolí **Val di Sole**.

Informace: [www.ursusadventures.it](http://www.ursusadventures.it)

**Na kolo na sněhu**

**Fatbike** jsou horská kola s velmi širokými pneumatikami (odtud v překladu "tlustá kola"), určená k jízdě po zasněžených, alespoň částečně upravených stezkách uprostřed lesa. Kromě tradičních modelů jsou k dispozici i modely elektrické (E-Fat). **Dolomiti Paganella Bike** nabízí speciální trasy pro fatbiky a také půjčovnu. Každý den od pondělí do pátku se pořádají výlety s průvodci DPB Academy. Info a rezervace: [www.dolomitipaganellabike.com](http://www.dolomitipaganellabike.com)

Na **Alpe Cimbra** je několik tras speciálně vytvořených pro tento typ kol, které lze absolvovat samostatně a nebo v doprovodu průvodce, zejména v oblasti Folgaria, Lavarone a Lusérn, mezi Passo Coe a Malga Millegrobbe. Pro odvážnější jsou připraveny i **noční výpravy** na sněhu: začíná se při západu slunce, kdy vrcholky osvětlují poslední paprsky, a pak se majákem, osvětlujícím trasu a krystalky sněhu, stává měsíc. V doprovodu průvodce MTB lze na elektrickém fatbiku vyjet na vrchol hory Monte Maggio nad průsmykem Passo Coe.

V údolí **Val di Sole** vám outodoorové centrum Trentino Wild nabízí výlety na elektrokole s hroty, které je ideální pro zdolávání zledovatělých a zasněžených cest a dojezd k horským salaším a chatám. Info a rezervace: [www.trentinowild.it](http://www.trentinowild.it)