**Toerskiën, freeriden, drytoolen of vliegen over besneeuwde landschappen**

**WITTE AVONTUREN TUSSEN SNEEUW, IJS EN LUCHT**

**In de winter kun je genieten van uiterst spannende en enerverende ervaringen in contact met de natuur: ontdek het gebied vanuit een geheel nieuw perspectief.**

Bij het **toerskiën** worden de sensaties en emoties die je ervaart in de natuur versterkt. Met name wanneer aan het eind van de beklimming de euforie van een afdaling in de poedersneeuw losbarst. Om dit te ervaren is de voorbereiding van een goede fysieke conditie een vereiste, maar ook kun je niet zonder kennis van het winterse milieu in het hooggebergte en van de technieken en praktijken van zelfredzaamheid. Deze kwaliteiten heb je namelijk nodig om een skitocht in alle veiligheid te kunnen ondernemen. In geval van twijfel, is het altijd beter een beroep te doen op berggidsen.

Het toerskiën is samen met het sneeuwschoenwandelen en het ijsklimmen de kern van het programma [**Let’s Dolomites**](https://www.visittrentino.info/it/articoli/outdoor/let-s-dolomites)**.** Dit programma is opgesteld door de Alpengidsen van Trentino. Het is een reeks "avontuurlijke" ervaringen in contact met de natuur, met mogelijkheden om te kiezen uit excursies van één dag of volledige meerdaagse trektochten van berghut naar berghut, op sneeuwschoenen of alpine ski's.

**Ook 's nachts**

In **Madonna di Campiglio** is er elke maandag en donderdag van 18.00 tot 21.00 uur een speciale skipiste beschikbaar die in alle veiligheid en met inachtneming van de pisteregels kan worden betreden. De **"Skialp track by night"** route begint bij de plaats Fortini en loopt langs de berghut Boch verder. Om de berghut Graffer te bereiken leg je een tocht af met een hoogteverschil van 620 meter over een lengte van 6 kilometer en 550 meter voor een totale duur van 2 uur. De berghutten langs de route blijven open om de avondwandelaars te kunnen verzorgen. Ook in Campiglio is het mogelijk de ervaring van het skiën bij zonsondergang te proberen. Er zijn 4 datums (donderdag 3 en 17 februari, zaterdag 12 en 26 februari) voor deze afspraak met **Sunset skialp**: een begeleide excursie voor alpineskiërs bij zonsondergang. Eenmaal aangekomen bij de berghut kan nieuwe energie worden opgedaan met een hartig hapje om vervolgens te genieten van de nachtelijke afdaling over een speciaal daarvoor aangelegd traject. Meer informatie is via deze link te vinden: <https://www.campigliodolomiti.it/topexperience#/exp>

In **Paganella** kun je meerdere malen per week de hoogte in, zowel aan de kant van Fai della Paganella als vanuit Andalo. Vanaf de parkeerplaats Santel in Fai della Paganella begint de tocht op maandag- en donderdagavond na de sluitingstijd van de liften tot 21.00 uur, langs de piste La Rocca en over een deel van de piste Dosso Larici tot aan de gelijknamige berghut. Vanuit Andalo kun je op dinsdag- en vrijdagavond van 19.30 tot 22.30 uur over de eerste 500 meter de skipiste naar beneden volgen met daarop aansluitend een omleiding over de piste Olimpionica I tot aan de berghut Dosson. Overdag kun je de Tre-Tre piste volgen, die is aangelegd in navolging van de historische piste waarop Zeno Colò in de jaren vijftig heeft gestreden en gezegevierd.

**Freeriden, witte sporen in alle vrijheid**

In alle vrijheid de sneeuw op, je eigen spoor achterlaten op de hellingen, maar op een verantwoorde en bewuste manier: dat is de essentie van de **freeride** ervaring. Eenmaal buiten de piste is het contact met de natuur het meest intens en wordt de diepe stilte in de verse, poedersneeuw alleen onderbroken door het zachte geluid van het spoor trekken. Freeriden vereist een adequate voorbereiding, gedegen kennis van sneeuw en besneeuwd terrein en de benodigde kennis om lawineberichten te kunnen interpreteren. Bovendien dien je te beschikken over een geschikte uitrusting, met name een lawinetransceiver, een schep en een sonde, die altijd in je rugzak moeten zitten. In Trentino is een aantal van de meest interessante plekken te vinden om het afdalen in de verse sneeuw te beoefenen. De enige echte hoofdstad van het freeriden in de Dolomieten is **San Martino di Castrozza**. Hier hebben 's werelds grootste freeriders hun sporen al achtergelaten.

Een van de routes die door de plaatselijke Alpengidsen worden aanbevolen is het **Boschetto Tognola**, een gemakkelijke tocht die voor iedereen geschikt is, in een gebied dat dankzij de variëteit van hellingen talrijke mogelijkheden biedt. De **Val Cigolera** is voor liefhebbers van leuke maar niet al te veeleisende afdalingen, terwijl de afdaling van de **Rosetta** gereserveerd is voor experts die op zoek zijn naar intense ervaringen. De Pale di San Martino is een wilde en nooit voorspelbare plek, waar het niet moeilijk is om schitterende sneeuwcondities te vinden. Na de opwaartse rit met de liften van Colverde-Rosetta, dalen we af over de hellingen onder de kabelbaan. De afdaling wordt beëindigd bij de berghut van Colverde. Vanaf hier wordt opnieuw de kabelbaan genomen, klaar om nieuwe lijnen te trekken langs deze fantastische hellingen. In San Martino is het project **#weridesafe** opgezet om ervoor te zorgen dat het freeriden in alle veiligheid kan plaatsvinden. Het project geeft de veiligste gebieden aan om off-piste te gaan en in veiligheid te kunnen genieten van de sensatie van poedersneeuw.

De **Col Margherita** ligt boven de Passo San Pellegrino in Val di Fassa. Het is eenvoudig te bereiken met de kabelbaan. Hier bevindt zich het eerste "Freeride Park" van Trentino, onder toezicht van gekwalificeerd personeel. Tot de interessantste afdalingen behoren hier enkele klassiekers van de **Sellagroep** in Val di Fassa, zoals Val Lasties en Val Mesdì.

De **Passo del Tonale** trekt freeriders uit heel Europa aan dankzij zijn ligging, de hoogte en de morfologie van het gebied.Het is gemakkelijk te bereiken met de gondelbaan van Presena. Je kunt uitstappen bij de tussenhalte of nog iets verder omhoog gaan, op een paar meter afstand van Cima Presena. De off-piste route loopt door het bovenste deel van het Presena-dal en daalt geleidelijk af langs de vallei die naar de bedding van het gelijknamige meer leidt. De "Cantiere", "Canale del Diavolo" of "Canale del Dito", zijn populaire afdalingen die gemakkelijk bereikbaar zijn per gondelbaan.

**Boven, onder en in het ijs**

In de winter zijn bevroren watervallen niet alleen een schouwspel om te bewonderen en te fotograferen. Met een goed en volledige uitrusting kunnen deze kristallen muren eveneens beklommen worden. De **Val Daone**, dat over een honderdtal geregistreerde "ijsroutes" beschikt, met bijnamen als "Regina del Lago" (de koningin van het meer), "Excalibur", "Sogno del gran scozzese" (droom van de grote Scot), is zo te zeggen een niet te missen bestemming. In **Val Rendena,** in de buurt van Pinzolo, is er de mogelijkheid de spectaculaire watervallen van Nardis in Val Genova en die van Vallesinella te beklimmen. Andere bestemmingen voor specialisten op het gebied van ijsklimmen zijn de watervallen van Circo di Redont in **Val Breguzzo**, boven de malga Trivena en in **Val Noana** bij Primiero. De laatste waterval biedt tevens uitstekende plekken voor beginners. In **Val di Rabbi** laten de berggidsen van Ursus Adventures je kennis maken met deze fascinerende specialiteit op de beroemde watervallen die gevormd worden door de bergstroom Rio Valorz.

In Trentino kan men zich in de winter ook "onder" het ijs begeven: dat gebeurt in het **Lago di Lavarone** op de Alpe Cimbra, waar in februari een duikbijeenkomst wordt gehouden onder het ijs, dat dit alpenmeer bedekt. De hoofdrolspelers zijn beroepsduikers en duikers van een aantal speciale korpsen die - in alle veiligheid - duikenproeven en andere proeven houden om meer ervaring te verwerven en nieuwe materialen uit te proberen. Voor de meest ervaren duikers is de afspraak in februari bij het **Lago di Serraia** op het plateau van Pinè voor een duikbijeenkomst onder het ijs. Het programma omvat twee dagen workshops onder leiding van de instructeurs van de groep Archeo Sub van Trento om in de praktijk het ijsduiken met lijnverbinding, het vrij duiken en het scuba duiken onder ijs te leren.

**Vliegen in de winter met tandem paragliders**

**Tandem paragliding** in de winter is een heel bijzondere ervaring die garant staat voor diepgaande emoties en de adrenaline door je lichaam doet stromen. Hierbij glijd je zachtjes over besneeuwde bossen, skipistes en berghutten om het betoverende landschap van de Dolomieten vanuit een uniek perspectief te bewonderen. De instructeur aan wie je gekoppeld wordt, zal stap voor stap alle nodige handelingen begeleidend uitleggen vanaf het moment van opstijgen tot de landing, voor een werkelijk unieke ervaring in alle veiligheid.

Het is een ervaring die iedereen kan proberen, van 8 tot 80 jaar, want je hebt er geen bijzondere aanleg of fysieke voorbereiding voor nodig, maar wel de nieuwsgierigheid om nieuwe emoties te ervaren en een geest voor avontuur. Door een beoordeling van ieder afzonderlijk geval kan deze activiteit ook toegankelijk gemaakt worden voor mensen met een beperking. Ervaren paragliding skiërs kunnen opstijgen en landen met hun ski's aan de voeten. Sneeuwschoenen of après-ski laarzen en de normale kleding voor een dag in de sneeuw bieden voldoende bescherming tegen de bijtende koude lucht. Ophet **Altopiano della Paganella** wordt de ervaring "snow eagle" aangeboden door de instructeurs van de school I fly tandem gedurende het hele winterseizoen. ([www.iflytandem.it](http://www.iflytandem.it) - 39 339 1669777). Experts met het benodigde vliegbrevet kunnen opstijgen vanaf de **Cima della Paganella** en landen op de oever van het Lago di Molveno. <https://www.visitdolomitipaganella.it/en/experiences-para-gliding-and-hang-gliding-3>

In Val di Sole verzorgt [Ursus Adventures](http://www.ursusadventures.it/) de paragliding vluchten in het zicht van de Dolomiti di Brenta: In **San Martino di Castrozza** kun je de dag op de pistes afsluiten in een afdaling met de paraglider. Bij zonsondergang stijgt vanaf Punta Ces, de Cima Tognola of de Cima Rosetta een vlucht over het skigebied in de Dolomieten (voor inlichtingen en reserveren: 340 5208359 - [primierodolomitifly@gmail.com﻿](https://www.sanmartino.com/it/oltre-lo-sci/primierodolomitifly@gmail.com%EF%BB%BF))

Meer informatie: <https://www.visittrentino.info/nl/vakantie-ideeen/sneeuw-en-natuur>