

Non solo sci ad Arabba

Non solo sci ad **Arabba**, tappa obbligata del Sellaronda ma anche winter wonderland per passeggiate, forest bathing e ciaspolate al chiaro di luna.

Ad Arabba, tra il Passo Pordoi e il Campolongo, le piste sono tante, tutte belle e davvero sfidanti: **62 km di discese** che diventano **480** se si considerano i collegamenti sci ai piedi con le valli vicine, l'accesso diretto ai **1.200 km di piste del Dolomiti Superski**, e **5 piste nere** tra le più adrenaliniche della Skiarea e dell'intero Dolomiti Superski (da non perdere la Fodoma, uno dei tracciati più spettacolari dal punto di vista tecnico, perfetto per mettere alla prova la propria sciata). Una settimana bianca ad Arabba lascia anche il tempo di cimentarsi nei due skitour più famosi dell'intero arco alpino: Sellaronda, il famoso "giro dei quattro passi" lungo ben 40 km, e quello della **Grande Guerra**, un anello sciistico di circa 80 km che gira attorno al Col di Lana e deve il suo nome al fatto che attraversa i luoghi che hanno visto soldati italiani ed austro-ungarici combattere l'uno contro l'altro nella Prima Guerra Mondiale.

Il forest bathing di Arabba diventa una pratica di meditazione guidata con l'unico obiettivo di prendersi del tempo per se stessi e imparare a riattivare i propri sensi per una vita più consapevole. Anche una ciaspolata tra gli alberi carichi di neve su sentieri poco battuti può diventare un'esperienza meditativa: in contatto totale con la natura lo spirito si ritempra, il respiro scandisce i passi sul manto innevato e il cuore si apre ad ogni vista spettacolare. Consigliata la passeggiata da Passo Campolongo in direzione Passo Incisa. E dopo il calar del sole Arabba diventa un luogo pieno di magia con l'appuntamento "**Lanternando**", una camminata notturna attraverso i boschi, accompagnati da una guida alla scoperta dei segreti e delle particolarità del territorio. Muniti di lanterne ci si inoltra tra gli alberi del bosco, e ci si ferma

ad ascoltare i rumori degli animali che lo popolano e le storie e le curiosità raccontate dalla guida alpina locale. Partenza alle 20.30 e rientro intorno alle 22. La Colm de luna, luna piena poi in ladino-fodom, crea sempre un'ambientazione magica sulle Dolomiti, per questo **la ciaspolata al Colm de luna è un itinerario emozionante che con le racchette da neve** porta alla scoperta degli angoli più scenografici della Valle di Fodom. Massimo 11 partecipanti. Ritrovo alle ore 17:45.

Da non perdere infine l'escursione di sci alpinismo che dal suggestivo **Castello di Andraz** porta al monte Sief, a 2424 metri di quota. Un'esperienza naturalistica e culturale che si svolge nel gruppo del Col di Lana, teatro di sanguinosi scontri durante la Prima Guerra Mondiale.