



# VAL DI RABBI

## 25 APRILE - 1 MAGGIO 2024

Attività, escursioni, laboratori e tanto  
buon cibo, all'insegna della Zicoria  
e delle erbe di montagna

### GIOVEDÌ 25 APRILE

ore 10:00-12:00 | Località Plan

#### COCCOLE IN NATURA

Scopri i benefici del barefooting, perfetto anche in primavera per risvegliare il corpo a contatto con la natura e i suoi preziosi elementi. E per finire, fatti guidare da Margherita, esperta naturopata, per un meraviglioso massaggio plantare.

Attività a pagamento (min 4 persone). Info T. 0463 985048

ore 14:00-16:00 | Tendone Località Plan

#### PER FARE UN ALBERO CI VUOLE UN FIORE!

Arriva la primavera, i semi cominciano a cercare l'aria del cielo e le foglie si innalzano verso il sole. Da quei semi potrebbe nascere un fantasioso alberello da portare a casa con te! Laboratorio per bambini a cura del Parco Nazionale dello Stelvio. Attività a pagamento. Prenotazione non richiesta. Info T. 0463 909774

### VENERDÌ 26 APRILE

ore 9:30-11:30 | 14:00-16:00 | Segheria Veneziana dei Bégoi

#### VISITA GUIDATA ALLA SEGHERIA VENEZIANA

Attività gratuita - Prenotazione non richiesta

ore 10:00-12:00 | Mulino Ruatti

#### TRA STORIA E NATURA

Visita all'antico Mulino Ruatti e mettilti alla prova con il laboratorio di autoproduzione con zicorie, fiori ed erbe. Attività a pagamento (min 5 persone). Prenotazione entro le 18:00 del giorno precedente T. 339 8665415 - 353 4264921

ore 13:30-16:00 | Rabbi Fonti c/o Parcheggio Terme di Rabbi

#### BABY TREKKING DEL BUON UMORE

Escursione nella natura per esplorare il bosco e conoscere i segreti del tarassaco con gli occhi di chi crede nella magia. A seguire golosa merenda guardando la messa in funzione della segheria Veneziana. Attività per bambini (min 3 anni) accompagnati (min 5 - max 15). Attività a pagamento. Prenotazione entro mercoledì alle 18:00 T. 0463 985048

ore 15:00-16:30 | Agriturismo Ruatti

#### SAPORI DI UN TEMPO

Scopri la curiosa storia dell'Agritur Ruatti e della sua innovativa agricoltura di montagna. Al termine della visita, ti aspetta una stuzzicante degustazione dei prodotti dell'azienda. Attività a pagamento (min 8 persone). Prenotazione T. 0463 901070

ore 19:00 | Malga Fratte

#### FORMAGGI DI MALGA E VINO DI MONTAGNA

L'abbinamento perfetto! Una golosa cena a base di tarassaco accompagnata dai vini di montagna dell'Azienda Agricola Rizzi Valerio di Cloz di Novella, nella suggestiva cornice di Malga Fratte. Attività a pagamento. Prenotazione entro le 12:00 del giorno precedente T. 0463 985048

### TUTTI I GIORNI | SU PRENOTAZIONE VOGLIA DI 2 RUOTE?

Vuoi scoprire la Val di Rabbi in bici? Puoi rivolgerti alle guide MTB di **Rabbi E-Bike Rent, Go & Fun** T. 348 6700814 - 335 6857295

### APERTURA SPECIALE CASEL DI SOMRABBI

25-28 aprile | 30 aprile | 1 maggio con orario 9:30-16:30

### SABATO 27 APRILE

ore 9:30 | E-Bike San Bernardo

#### E-BIKE E ZICORIE

Tour accompagnato alla scoperta della Val di Rabbi in sella ad una e-bike. Raggiungeremo Malga Fratte, dove gustare un goloso pranzo a base di tarassaco. Attività a pagamento. Prenotazione entro le 18:00 di giovedì 25 aprile T. 348 6700814

ore 13:30-14:30 | Parcheggio Coler

#### LA PRIMAVERA IN UNA FOTO

Scopri con Sebastiano, giovane fotografo della Val di Rabbi, le tecniche e i segreti per fotografare la primavera nel Parco Nazionale dello Stelvio. Attività a pagamento (bambini da 8 a 12 anni). Prenotazione entro le 18:00 del giorno precedente T. 0463 985048

ore 15:00-17:00 | Tendone Località Plan

#### FIORI E COSMETICI NATURALI

Scopri insieme a Laura i segreti dei fiori e delle piante officinali che coltiva presso la sua azienda Agricola. Realizza con le tue mani i cosmetici naturali a base di erbe officinali provenienti dal suo campo. Attività a pagamento (min 5 persone). Prenotazione obbligatoria entro le 18:00 del giorno precedente T. 0463 985048

ore 21:00 | Tendone Località Plan

#### FESTA DELLE ZICORIE

Serata con DJ Gian a cura dell'associazione AVIS Rabbi

### DOMENICA 28 APRILE

ore 10:00-16:00 | Località Plan

#### MERCATINO DI PRIMAVERA

ore 11:00 | Località Plan

#### APERITIVO IN MUSICA con GABU

ore 12:00 | Tendone Località Plan

#### FESTA DELLE ZICORIE: PRANZO TIPICO

Assapora i piatti della tradizione rivisitati con l'aggiunta delle zicorie, preparati dal gruppo Avis di Rabbi

ore 14:30 | Tendone Località Plan

#### CONCERTO CON "MA NOI NON" Cover Band Nomadi

Organizzato dall'Associazione AVIS Rabbi



### PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA GUSTA IL MEGLIO DELLA PRIMAVERA IN MONTAGNA

Scopri dove gustare i menù a base di zicorie.

Per info su ristoranti e malghe inquadra il qr code.



### LUNEDÌ 29 APRILE

ore 10:00-12:00 | Maso Fior di Bosco

#### DAL PRATO AL PIATTO

Raccogli le erbe spontanee nei prati attorno al Maso Fior di Bosco e con queste prepara i famosi canederli da portare a casa, grazie ai sapienti consigli delle cuoche del maso. Golosa merenda con dolce o biscotti fatti in casa e sciroppo ai fiori di sambuco o tisana alle erbe di montagna plantare. Attività a pagamento (min 5 persone). Prenotazione entro le 15:00 del giorno precedente T. 0463 985543

ore 14:30-16:30 | Tendone Località Plan

#### TARASSACHÉ?

Laboratorio per bambini di osservazione e raffigurazione del fiore del tarassaco con diverse tecniche. Attività libera

### MARTEDÌ 30 APRILE

ore 9:30 | Pasticceria Silvia - San Bernardo

#### DOLCI SAPORI DI PRIMAVERA

Con Margherita, esperta naturopata, raccogli i fiori di tarassaco nei prati attorno alla Pasticceria Silvia dove preparerai un gustoso miele di tarassaco con il quale impastare una perfetta pasta frolla di primavera. Attività a pagamento (min 4 persone). Prenotazione T. 0463 985048

ore 14:00-16:00 | Tendone Località Plan

#### DIPINGIAMO CON LE ERBE!

La fantasia, l'arte e i colori che non ti aspetti direttamente dalla natura. Crea il tuo quadro speciale con le erbe appena colte. Laboratorio per bambini a cura del Parco dello Stelvio. Attività a pagamento. Prenotazione non richiesta

ore 19:30 | Piazzola

#### SPAGHETTATA E MUSICA

Serata con musica a cura del gruppo Giovani Piazzola

### MERCOLEDÌ 1 MAGGIO

ore 10:30-12:00 | Località Ingenga Pracorno

#### DAL FIORE AL MIELE: ALLA SCOPERTA DEL MAGICO MONDO DELLE API

Con un esperto apicoltore alla scoperta del mondo delle api: visita all'apiario per imparare tutti i segreti del gustosissimo miele di fiori di montagna. A fine attività degustazione tisana a base di erbe officinali dell'Az. Agr. Erba Maga accompagnata dal miele naturalmente! Attività a pagamento. Prenotazione entro le 12:00 del giorno precedente T. 340 0567236



### TUTTI I GIORNI | ORARIO LIBERO APERITIVO DI PRIMAVERA

Degusta i prodotti fatti in casa a base di zicoria. Oppure l'aperitivo di primavera nei bar aderenti e il tagliere te lo regaliamo noi!