

famiglie

L'APRES SKI? A TRENTO SI FA IN CENTRO CITTÀ

Per le vacanze natalizie e invernali meglio dedicarsi allo sport o alla cultura? Il capoluogo trentino ha una peculiarità unica in Italia: si può sciare durante il giorno sul Monte Bondone. Poi, dismessi sci e scarponi, in pochi minuti si raggiunge il centro storico con la sua ricca offerta turistica e culturale

Una vacanza in montagna, ma a due passi da una splendida città d'arte, con una vasta offerta culturale. Basta scegliere il Monte Bondone, 20 chilometri di piste da sci ampie, soleggiate e ben tenute. Ideali per famiglie con bambini, per una vacanza nel massimo relax, in mezzo alla natura. Il tutto a mezz'ora dalla splendida città di Trento, con il suo Castello del Buonconsiglio, le vie del centro e il MuSe (Museo della scienza) con la sua vasta offerta di attività per i più piccoli.

Il Monte Bondone è posto giusto per imparare a sciare. Merito delle sue piste ampie, esposte al sole e sempre perfettamente innevate grazie al sistema di innevamento programmato. Nessuna coda agli impianti di risalita, che sono anche dotati di un sistema di sicurezza per i più piccoli. E c'è di più: il fatto di non essere uno dei luoghi più ambiti dagli sciatori amanti della velocità, rende il Bondone perfetto per bambini e principianti.

SCI E NEVE PER CRESCERE MEGLIO

Se fare sport è importante, per mantenersi in buona salute, per i bambini lo è ancora di più. Li aiuta anche a crescere. Soprattutto se l'attività fisica viene svolta all'aria aperta. Lo sci è l'ideale. Medici ed esperti dello sviluppo lo confermano: lo sci favorisce lo sviluppo fisico e cognitivo dei bambini. Ed è anche un modo per combattere l'obesità infantile, un problema grave e più diffuso di quanto si pensi, anche in Italia. Nel nostro Paese, secondo i dati Unicef, la percentuale di bambini sovrappeso fra 5 e 19 anni è cresciuta di quasi il 40% rispetto al 1990 e il problema riguarda oggi un bambino su tre. Colpa di cibi ipercalorici e di una vita sedentaria, soprattutto nei mesi invernali. Per questo lo sci assume un ruolo fondamentale.

L'ABC PER INIZIARE A SCIARE

I genitori che hanno dei timori per la sicurezza dei loro piccoli devono stare tranquilli: lo sci è uno sport sano e sicuro, purché si seguano le regole degli sport in montagna e ci si affidi a istruttori qualificati.

La prima domanda che spesso si pongono i genitori è: a che età i bambini possono iniziare a sciare? «Non esiste un'età giusta per iniziare», spiega Lorena Boniciolli, direttore della Scuola Italiana Sci e Snowboard M. Bondone. «Noi consigliamo di far provare da 3-4 anni. L'importante però è che siano seguiti da istruttori qualificati, meglio se abituati a lavorare con allievi molto piccoli».

I bambini devono associare lo sci a qualcosa di divertente e piacevole. «Fondamentale che il tutto risulti come un gioco», spiega ancora Boniciolli «Meglio farli sciare in una bella giornata di sole, dopo una corretta colazione, vestiti con un abbigliamento idoneo. I bambini cadono, si bagnano e sudano. È fondamentale vestirli con tessuti tecnici, caldi ma leggeri e traspiranti».

A DUE PASSI DALLA CITTÀ

Ma una vacanza invernale al Monte Bodone non significa solo neve e sci. Può trasformarsi infatti nella scoperta di una splendida città d'arte. Trento è proprio sotto alle piste da sci: interessante e vivibile, con un'ampia isola pedonale, una meta ideale da visitare con i propri bambini. La celebre Piazza Duomo è raggiungibile in una ventina di minuti da quando ci si tolgono gli scarponi. Si può passeggiare per le vie del centro storico, ammirando i palazzi cinquecenteschi affrescati, giocando a riconoscere le diverse attività dei personaggi dipinti. Oppure visitare il Castello del Buonconsiglio. O ancora dedicare qualche ora al MuSe.

Una tappa obbligata di chiunque passi per Trento, soprattutto con dei bambini: sei piani di pura meraviglia, dedicati a natura, montagna, tecnologia e sostenibilità, nello splendido edificio a vetri progettato da Renzo Piano. Lo spettacolo inizia appena entrati, con una coreografia aerea di animali impagliati. Qui i bambini potranno trovare tre spazi espositivi permanenti loro dedicati: Palestra della scienza, Discovery room, Maxi Ooh! Numerose poi le mostre e le attività a tema, i laboratori, gli esperimenti pensati per risvegliare la naturale curiosità dei più piccoli e per vivere una vera avventura.

MONTE BONDONE: LA MONTAGNA A MISURA DI BAMBINO

20 chilometri di piste da sci, molto ampie e per tutti i gradi di difficoltà, in una ski area di oltre 70 ettari di superficie sciabile. Il tutto a pochi minuti da Trento. Il Monte Bondone è il luogo ideale per gli amanti dello sci, che vogliono vivere la montagna a 360 gradi: natura incontaminata, relax, belle piste, opportunità di svago. Bambini e genitori sul Monte Bondone possono trovare tutto quello che desiderano: hotel, mini-club e skibar direttamente sulle piste.

E anche scuole di sci, campo "primi passi", baby cross, animazione e tanto divertimento. Il tutto in sicurezza. Anche gli impianti di risalita sono a misura di bambino: la seggiovia del Monte Bondone, sei posti ad agganciamento automatico, è dotata di un particolare sistema di sicurezza per la seduta dei più piccoli.

Il sistema di innevamento programmato copre al 100% tutti i versanti della skiarea garantendo piste sempre innevate. Gli amanti dello snowboard trovano uno snowpark illuminato, con 4 linee – principianti, easy, medium, expert – e la linea jump per imparare in sicurezza, con 30 strutture e la funslope per i più piccoli.

E quando fa buio, la magia dello sci continua anche in notturna (ogni martedì e giovedì, dalle 20 alle 22.30). Non capita spesso di poter sciare ammirando in lontananza le luci di una delle città più ricche di storia d'Italia.

Azienda per il Turismo Trento, Monte Bondone s.cons.a r.l.

Press: Tel. +39.0461.216039

E-mail: press@discovertrento.it

www.discovertrento.it