



Alta Badia e parchi **Movimënt** accolgono grandi e piccini e quattrozampe **dal 15 giugno al 6 ottobre** in spazi aperti e attrezzati, con vista sulle **Dolomiti**, tutti vicini e collegati tra loro da sentieri. Un mondo pieno di colori ed energia, proposto da **Movimënt** in aree completamente libere dalle auto. Tra le novità dell'estate 2024, la trasformazione di **Piz la Ila**, parco interamente rinnovato. Ad inaugurare ufficialmente la stagione, un evento organizzato con **Yoga Studio Dolomites di San Cassiano**, in occasione della **Giornata internazionale dello Yoga**.

Sotto le grandi MM: Movimënt rinnova il parco Piz la Ila in Alta Badia

Il principale parco dell'area cambia completamente veste. A Piz la Ila si viene accolti dalle grandi MM del logo, trasformate in un'installazione "giocabile", dove scivolare, arrampicarsi e saltare. Intorno troviamo altalene, mini zipline, e una nuova area dedicata al mondo delle api, tutto in legno e materiali sostenibili, nel rispetto della natura. Una novità che farà piacere ai bambini, in un contesto che, di anno in anno, si afferma sempre più come a misura di famiglia, anche per merito di **MMH – Movi Family Apart Hotel**, il primo family hotel dell'Alta Badia.

Una struttura di 33 appartamenti completa di Acqua Fun World, sala giochi, spa per tutti e adults only, animazioni e perfino un dessert ideato in esclusiva da **Ernst Knam**. Ogni dettaglio è pensato per accogliere bambini e genitori, dagli ambienti al servizio di delivery tramite app. Tutto intorno è a misura di

bambino: dai passeggini fuoristrada perfetti per la montagna e noleggiabili, alle animazioni proposte durante la Kid's hour nei pomeriggi del martedì, giovedì e domenica. Poi il programma settimanale con la caccia al tesoro, l'orienteeing e gli e-mtb tour di livello facile e medio. Infine i **Movimënt dles Ês**, appuntamenti settimanali con un apicoltore che racconta i segreti delle api.



Gita con apicoltore

I parchi Movimënt in Alta Badia, Welcome to Wellness

Recuperiamo il contatto primario con gli elementi, la terra, l'aria, l'acqua, in un contesto naturale unico. Quest'anno la stagione si è aperta a **Piz Sorega il 21 giugno**, primo giorno d'estate e Giornata internazionale dello Yoga. Per tutto il giorno, dalle 9 alle 15, tre istruttrici terranno lezioni introduttive di yoga sui prati, tra il profumo dei fiori, per aiutare il pubblico – anche di principianti assoluti – a ritrovare il proprio benessere.

La giornata è anche un'introduzione alle **sessioni di yoga settimanali che si terranno dal 18 luglio al 22 agosto**, ogni giovedì, alternando una lezione la sera (16-17.30) e una la mattina (8.30-10). Restando in tema wellness, uno degli eventi più attesi è il ritorno di **FFL on Tour il 12 e 13 luglio**. L'appuntamento è con Federica Constantini, fitness coach e food blogger, e il suo team di professionisti. Per un intero weekend ci si allena, si fa yoga, si scopre come restare in forma e in salute. Novità di quest'anno, il talk del venerdì,

dedicato al tema della longevità.

Anche la bellezza è terapeutica: ad agosto torna anche **Movimënt Sunrise**, alla terza edizione. Prima dell'alba si sale con gli impianti al **Club Moritzino**, per ammirare l'alba a 2100 metri e ascoltare l'energia che si sprigiona dalla musica. Un palco eccezionale per il violinista Andrea Casta e il suo archetto luminoso, con cui fa tournée in tutto il mondo. Ad accompagnarlo alla tastiera sarà Marco Falagiani, Premio Oscar per il film Mediterraneo di Salvatores.



Sfide verticali nei parchi Movimënt dell'Alta Badia: bike, e-bike e pareti

Non importa se si parte da **San Cassiano, Corvara o La Villa**. In pochi minuti, con gli impianti, si sale comunque a **Movimënt**, per accedere a un mondo disegnato – anche – per le due ruote. Tutto è vicino, dai noleggi per le e-bike disseminati in tutto l'altopiano, **Piz La Ila, Piz Sorega e Col Alt**, alle esperienze da vivere. Chi cerca il brivido della velocità trova i Bike Beats, percorsi “flow” e scorrevoli in terra e sabbia battuta ricchi di ostacoli emozionanti.

Partendo da **Piz Sorega** si va dal più semplice e panoramico **Trail Ödli** (occhi in ladino), al **Trail Avëna** (vene), di media difficoltà, e al **Trail Mans** (mani), che prosegue sino a **San Cassiano**, mentre è a **Pralongia** che inizia Fle (respiro profondo) di difficoltà medio-semplice, con vista sulla

Marmolada e il Sella. Non solo discese: siamo nel cuore del territorio del Sellaronda MTB Tour, che con gli impianti di risalita diventa molto facile da organizzare, passando attraverso Alta Badia, Val di Fassa e Val Gardena.



In Alta Badia ferrate e arrampicate nei parchi Movimënt

La passione per la verticalità prende anche altre strade: le ferrate, su tutte quella del Vallon, che collega il rifugio Kostner al Piz Boé, e le vie per l'arrampicata sportiva, che si trovano nella stessa area. Ancora più in alto, si sfruttano le correnti ascensionali per un volo in parapendio, anche in modalità biposto, con un istruttore. Una formula particolarmente intensa è Hike and Fly: si raggiunge a piedi, con una bella escursione, il luogo di lancio, e poi ci si lascia trasportare dal vento.



INFORMAZIONI:

<https://www.moviment.it/>

ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/alta-badia-alla-scoperta-del-mondo-ladino/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/cultura-appuntamenti/coppa-del-mondo-alta-badia/>