

zení o helmách. Půjčení kola, které je vždy velmi kvalitní, stojí na půl dne 13 eur, na celý den pak 18 eur.

Trekking

Ve třech národních parcích nabízí Val di Sole nespočet možností pro nejrůznější pěší výlety. Svou rozmanitostí krajiny a bohatou vegetací uspokojí i sebenáročnější turisty. V národním parku Adamello-Brenta například stále žije jako v jediné z alpských oblastí medvěd hnědý. I zde je však tento druh v ohrožení, a tak za pomoci Evropské unie vznikl projekt nazvaný Life Ursus, během kterého je do parku postupně přesouváno devět medvědů hnědých ze Slovinska.

Obtížnost turistické trasy lze zvolit podle vašich možností a schopností. Pro nejmenší návštěvníky je připravena nenáročná poznávací stezka. Zdatnější chodci mohou zvolit obtížnější výstup například na vrchol Monte Sole, jehož výchozím bodem je osada Stablo. Přes rozlehlé louky plné květů v údolí můžete začít stoupat vzhůru kolem horských statků, kde chovají skot, přes kamenité pláně až těsně pod zasněžené vrcholky. Zpočátku mírnější cesta vám umožní vstřebávat atmosféru majestátných hor. Později se už budete muset pouze soustředit na pravidelné dýchání při výstupu vzhůru, až si nakonec zplna vychutnáte svou odměnu, kterou bude krásný pohled do zeleného údolí a dál na nedaleký vrcholek Monte Villar.

Kromě jednodenních výletů lze vyrazit i na túru vícedenní, která bude jistě nezapomenutelným zážitkem. Pro nepřiliš zkušené výletníky je bezpečnější najmout si horského průvodce, který vás nejenom provede vybranou stezkou, pomůže v případě potřeby, ale také vám řekne vše o zdejší přírodě, původu hor a mnoho dalších zajímavostí. Během několika denních exkurzí můžete trávit noci pod širákem, lepší a bezpečnější je však přespat v horských srubech, které mohou turisté zadarmo, ale s ohledem využívat od června do října.

Trénování turistů mohou změřit své síly s alpskými kopci a vydat se do nejvýše položené chaty ve středních a západních Alpách (3535 m n. m.) pod vrcholem Monte Vioz. Zde vás uchvátí výhled na ledovec Forni a dlouhá horská údolí. Výstup trvá 4 nebo 8 hodin podle toho, zda si část cesty zkrátíte lanovkou.

Horské lázně

Pro ty, kteří neholdují horské turistice, nebo pro ty, kteří chtějí po výstupu do hor relaxovat, má Val di Sole nachystaná svá lázeňská centra. Malebná městečka Rabbi a Peio byla odjakživa vyhlášena nejen nádherným prostředím, ale především léčivými minerálními prameny s uhličitany a železem. Kromě lázní je Peio vyhlášeno zpracováním minerální vody, která se vyváží do celé Itálie. Nechte se tedy rozmaz-

lovat vodními nebo parními lázněmi, zajděte si na masáž nebo si zaplavte v bazénu.

Vodní sporty

Oblast Trentina je jako stvořená pro vyznavače adrenalinových vodních sportů. Vybrat můžete z mnoha center vodních aktivit, kde vám školení odborníci připraví a zajistí zvolený program.

Rafting, který rozproudí i sebezastydlejší krev, by měl určitě každý návštěvník vyzkoušet. Předešlé zkušenosti mít nemusíte, všechnu odpovědnou práci odvádí profesionální kormidelník. Ten vás před vyplutím naučí potřebné pokyny, popíše vám, co dělat v případě, že z člunu vypadnete a sdělí vám další potřebné informace. Poté dostanete neoprenové obleky, záchranné vesty a helmy, obujete vlastní boty do vody.

Pak už vám nic nebrání vydat se do peřejí řeky Noce, jejíž obtížnost je na několika místech značena čtyřkou.

Vybírat lze z mnoha typů tras podle délky a obtížnosti. Pro děti je připravena čtyřkilometrová jízda v ne příliš divoké vodě, která ale přesto umožňuje okusit chuť peřejí. Cena exkurze je 23 eur.

Klasická desetakilometrová jízda pro dospělé vede z Cuisana do Dimara. Zajímavá je tím, že se zde jezdí světová soutěž ve slalomu Mezzana-Marilleva. Půldenní výlet stojí 36 eur.

Ti, kteří mají s raftingem nějaké zkušenosti, mohou vyrazit na vzrušující osmnáctakilometrovou jízdu kaňonem Mostizzolo, která končí v jezeře San Giustina. Jeden dospělý zaplatí 73 eur. Kromě raftingu lze samozřejmě vyzkoušet mnoho dalších aktivit, např. jízdu na kanoi nebo na kajaku, také nejnovější sport tzv. hydrospeed. Jedná se o jízdu na umělohmotné desce s řidítky, za která se zapřete a s jejich pomocí kormidlujete. Tento typ sportu je velmi rychlý a živý. To, že na desce téměř ležíte, vám umožňuje poznat zblízka sílu divoké řeky. Učení trvá o něco déle než rafting, první jízdu byste měli absolvovat v klidné vodě, abyste se prkno naučili ovládat. Cena se pohybuje kolem 40 eur. Podrobnější informace o nabídce vodních aktivit najdete na www.raftingcenter.it.

Další aktivity

Oblast Trentina nenabízí jenom vodní vyžití, ale také další aktivity, o kterých mnoho lidí ani nikdy neslyšelo. Za vyzkoušení jistě stojí tzv. canyoning, což je horolezecký výstup kaňonem, kterým teče voda. Tento nezapomenutelný zážitek je třeba absolvovat se zkušeným průvodcem, bez něhož by byl výstup hazardní. Cena se pohybuje okolo 50 eur.

Poněkud akrobatickou aktivitou je tarzaning, jejíž název plně odpovídá náplni. Na půl dne se stanete Tarzanem a budete šplhat a houpat se na laněch, lézt po stromech, přecházet vratké mostky a nakonec →



FOTO: ARCHIV

Rafting by měl vyzkoušet každý návštěvník Trentina.