

il Giornale.it

Dove andare a Ferragosto in montagna

12 Agosto 2022 - 10:00

Ferragosto è alle porte ma non avete ancora deciso dove trascorrerlo? La montagna è la soluzione, per rigenerarsi completamente



Montagna e fresco per **Ferragosto**? Ecco un'idea interessante, perfetta per gli appassionati di trekking, scalate e lunghe camminate ma anche per gli estimatori della bicicletta e della natura. Niente di meglio che un paesaggio lussureggiante, avvolti e protetti dal **verde** del bosco, lambiti dalle acque cristalline di fiumi e cascate montane. Una strategia salva salute contro il **caldo** per chi non vuole passare Ferragosto a mangiare, ma vuole assaporare le bellezze della natura godendo di una giornata di svago. Ecco qualche soluzione interessante per un 15 agosto alternativo, e qualche strategia per eludere traffico e folla.

Siete alla ricerca di consigli e idee per un Ferragosto all'insegna della **natura** e dell'aria fresca? La **montagna** è il luogo perfetto, in grado di rispondere a tutte le necessità. Basta scegliere una location vicina alla propria abitazione, meglio se poco frequentata, preferendo una **partenza intelligente** così da raggiungerla senza stress. Ad esempio viaggiando in piena notte così da arrivare a destinazione di primissima mattina, in tempo per una colazione rigenerante. I più fortunati potranno anche prenotare qualche giorno in più, così da prolungare il soggiorno e godere di una mini vacanza.

La montagna è location perfetta per un Ferragosto all'insegna del fresco, del movimento ma anche del **relax** immersi nella natura. Per una **gita in sicurezza** è importante **attrezzarsi** nel modo giusto con abbigliamento e scarpe adatte, per affrontare percorsi anche impervi, proteggendo gambe e caviglie, testa e occhi con cappello e occhiali. Preparando uno **zaino** ben organizzato con borraccia, torcia, mappa, protezione solare, gps, una giacca per la pioggia, un mini kit per il pronto soccorso. Oltre all'**attrezzatura specifica** se si vuole effettuare trekking, oppure arrampicata, escursionismo, bicicletta o anche una semplice passeggiata. Preparando anche una **borsa termica** con il cibo, una coperta, spray repellenti per insetti così da godere di un picnic in sicurezza. In particolare se si vuole evitare la folla e luoghi già prenotati da tempo, avendo cura di **rispettare l'ambiente** ripulendo l'area da carte e immondizia, che andrà stipata in un sacchetto e gettata in un cestino in zona.

Ferragosto in montagna, dove andare

Come anticipato è importante raggiungere la **zona più vicina** e comoda, così da evitare il traffico del Ferragosto, preferendo una location poco affollata. Tra le mete più gettonate segnaliamo:

- **Altopiano di Asiago**, a pochi passi da Vicenza è una meta rinomata delle Prealpi venete con grandi prati, fitti boschi e la possibilità di visitare la stessa Asiago. Ricca di percorsi e stradine la zona raggiunge i 1.000 metri di altezza, con la possibilità di degustare prodotti locali
- **Valdidentro**, in Alta Valtellina (Lombardia) una location a poca distanza dalle montagne e dalla Svizzera che offre la possibilità di effettuare escursioni e gite. Oltre che di raggiungere e visitare le Terme di Bormio, Livigno e il Passo dello Stelvio