

# Avventure e attività per tutta la famiglia

## SLITTINO ESTIVO

Fate una passeggiata e visitate il Monte Straža, che si erge sopra Bled, offrendo uno dei punti panoramici migliori da dove osservare le splendide vedute sul lago e sul castello di Bled. Se volete condire la visita al parco con un pizzico di adrenalina, non dovete far altro che lanciarsi sulla pista da slittino estivo!

- Sabato, domenica e giorni festivi:** 30/03 - 26/04 e 30/09 - 30/10: 11:00 - 17:00.
- Tutti i giorni:** 27/04 - 02/05 e 01/06 - 23/06 e 26/08 - 29/09: 11:00 - 18:00, 24/06 - 25/08: 10:00 - 19:00
- Slittino estivo + seggiovia (1 corsa):**  
Adulti: 12 €; Bambini/e e adolescenti dagli 8 ai 14 anni: 10 €; Bambini/e dai 6 agli 8 anni: 8 €

## VOLO IN MONGOLFIERA

Un volo in mongolfiera offre delle viste stupende sopra il Lago di Bled e un'avventura indimenticabile tra le nuvole. I voli hanno luogo la mattina presto e durano circa 1 ora e mezza. Dopo l'atterraggio, si svolge il tradizionale battesimo della mongolfiera, durante il quale sarete designati barone o baronessa con un nome che dipenderà dal luogo in cui avete toccato terra.

Tutti i giorni: dalle ore 6:00

250 €/a persona

Possono partecipare ai voli in mongolfiera anche i bambini e le bambine sopra i 7 anni d'età.

## EQUITAZIONE

Divertitevi a cavalcare nella natura, lungo i boschi e nei prati insieme a cavalli adatti ai diversi livelli di abilità equestre. La scuola di equitazione è adatta sia ai più piccoli, sia agli adulti.

Tutti i giorni: Alle ore 9:00

1 ora di equitazione / per principianti 40 €  
2 ore di equitazione / per esperti 70 €  
3 ore di equitazione per esperti 100 €



Informazioni e prenotazioni presso la reception.



## RAFTING E TORRENTISMO

Grazie a una discesa con un gommone da rafting lungo il fiume Sava Dolinka, che si distende attraverso la riserva naturale di Brje, potrete ammirare da un punto di vista privilegiato la meravigliosa natura incontaminata circostante e, allo stesso tempo, vivere un'avventura ricca di adrenalina, adatta anche alle famiglie con bambini e bambine. L'intera escursione dura circa 3 ore, pause comprese. La discesa in rafting vera e propria dura 1 ora e mezza (si percorrono 10 km). Su ogni gommone, che può accogliere da 6 a 8 persone, è presente una guida autorizzata.

Tutti i giorni: alle ore 10:00 e alle ore 14:00  
15/07 - 15/08: anche alle ore 17:30

Adulti: 45 €/a persona, Bambini/e: 40 €

L'idea migliore per rinfrescarsi nei caldi giorni estivi è il torrentismo, uno sport acquatico in cui coloro che amano l'adrenalina - legati ad apposite imbragature e dotati di una muta in neoprene - si calano da scivoli in pietra e cascate poco profonde. Le uscite sono organizzate a seconda delle condizioni dell'acqua nelle gole del Parco naturale del Triglav e durano circa 3 ore. Vi è sempre la presenza di una guida autorizzata. Per lo svolgimento di entrambe le attività, vi verrà fornita un'attrezzatura completa di alta qualità: muta in neoprene, giubbotto di salvataggio, casco e calzature. Portate con voi solo il costume, un asciugamano e... tanto buon umore!

Tutti i giorni: alle ore 9:00 e alle ore 15:00

85 €/a persona

## ZIPLINE DOLINKA

Effettuate un'escursione naturalistica ricca di adrenalina in compagnia di guide esperte lungo la valle del fiume Sava Dolinka, la cui parte centrale a Brje - grazie alle sue incredibili bellezze naturali - è protetta come monumento naturale. Potrete volare da una parte all'altra del fiume, scendendo lungo 7 cavi d'acciaio lunghi da 325 m a 530 m, per un totale di 4 km. I vari tratti di discesa sono intervallati da interessanti sentieri in mezzo a prati e boschi. Lungo il tragitto sono presenti diverse fermate, ideali per osservare il mondo animale e vegetale e le spettacolari montagne dei dintorni. L'escursione della durata di 2 ore comprende anche circa 30 minuti di cammino lungo i sentieri che attraversano prati e boschi e che, per qualche tratto, sono in salita.

Tutti i giorni: dalle ore 9:00 alle ore 17:00

A partire da 65 €

# Gite in bicicletta

## IN BICICLETTA LUNGO LA VALLE DI RADOVNA

Facile pista ciclabile che percorre l'idilliaca valle alpina del fiume Radovna, dal paese di Krnica fino alla fattoria Pocar, ora adibita a museo e tra le fattorie meglio conservate del Parco naturale del Triglav. Lungo il tragitto vi consigliamo di fare una sosta alle fermate dotate di cartelli informativi concernenti la valle e le sue peculiarità: visitate il tiglio di Gogal di 500 anni, il ponte di Napoleone dei tempi delle province illiriche e la sorgente carsica Lipnik e rinfrescatevi nelle acque del lago Kreda, che, grazie all'attività balneare, è diventato uno dei migliori a livello europeo. Importanti monumenti al patrimonio tecnico della valle meritevoli di una visita sono anche la segheria di Psnak e il mulino risalente al XVIII secolo. L'intera escursione - pause comprese - può essere completata in 2-3 ore.

Percorso in bicicletta: lungo la strada locale Bled - Podhom - Zgoranje Gorje - Krnica (5 km) - Valle di Radovna.  
Nel paese di Krnica inizia la facile pista ciclabile di 16 km lungo la valle del fiume Radovna.

# Esperienze adrenaliniche

## VOLO IN TANDEM IN PARAPENDIO

I voli in tandem in parapendio rappresentano un'esperienza adrenalinica in grado di offrire delle viste spettacolari sulle montagne della zona, nonché su Bled e il suo lago. Vengono effettuati sotto la guida di istruttori o istruttrici con lunga esperienza e, quindi, sono adatti anche ai principianti. Oltre a un abbigliamento sportivo, per un volo in parapendio avrete bisogno solo di un paio di scarpe da escursionismo e... tanto buon umore! Prima del volo, l'istruttore o l'istruttrice vi fornirà tutte le nozioni utili per sapere che cosa fare durante il decollo e l'atterraggio. I voli in parapendio vengono effettuati in varie località e ad altezze diverse:

**Vogar:** il volo dura circa 10 min  
130 €/a persona

**Gače:** il volo dura circa 10 min  
130 €/a persona

**Vogel:** il volo dura circa 20 min  
190 €/a persona

## TESSERA ALPI GIULIE: BLED

Riceve la tessera, che ha carattere gratuito, ogni ospite che dal 1 giugno 2024 soggiorna a Bled per almeno 3 notti. La tessera estiva è disponibile fino al 30 settembre 2024.

Offre numerosi vantaggi e agevolazioni per i trasporti, le attrazioni locali, le attività, i servizi della ristorazione, il materiale stampato e tanti altri servizi.

Maggiori informazioni: <https://www.bled.si/it/alloggi/tessera-alpi-giulie-bled/>

La tessera è a disposizione di ogni ospite in formato digitale. Per maggiori informazioni, potete rivolgervi alla reception del vostro hotel.

## PISTA CICLABILE DELL'APICOLTURA

Dal centro di Bled costeggiate il lago in sella alla vostra e-bike fino a raggiungere il villaggio di Mlino e i successivi paesini sparsi, ricchi di cultura e caratterizzati da una vita agricola ancora vivace. Durante la pedalata lungo le poco impegnative strade che costeggiano il fiume Sava Bohinjka, avrete tutto il tempo di ammirare la meravigliosa natura circostante. Una volta a Radovljica, visitate il Museo dell'apicoltura, dove potrete conoscere come vivono e operano le api autoctone: le lavande della Carniola. Al ritorno fate una sosta nel villaggio di Selo e date un'occhiata all'apiario didattico. L'intera escursione - pause comprese - può essere completata in 2-3 ore.



Percorso in bicicletta: lungo la strada locale Bled - Mlino - Ribno - Bodešče - attraverso il fiume Sava Bohinjka - Lancovo - Radovljica (15 km). Vi consigliamo un'escursione guidata.

Prezzo dell'escursione: 70 €/a persona

Compresi nel prezzo: guida, ingresso al Museo dell'apicoltura, noleggio e-bike, visita all'apiario didattico e degustazione dei prodotti a base di miele.

Museo dell'apicoltura di Radovljica, Linhartov trg 1  
Orario di apertura: 10:00 - 18:00; martedì - domenica

Adulti 8 €, Bambini e bambine 5 €



# Escursioni in montagna

## GOLA DI POKLJUKA

La gola di Pokljuka è una forra lunga 1,6 km posizionata ai piedi dell'altopiano alpino del Pokljuka, all'interno del Parco nazionale del Triglav. Un sentiero facile e ben segnalato corre lungo la gola, le cui pareti alte 50 m sono state scavate nel corso dei secoli dal torrente Ribščica. Nella parte centrale della gola, attualmente asciutta, si possono ammirare numerosi resti fossili, ponti naturali ed esempi di piante che di solito crescono solo ad altitudini più elevate. L'estremità più a sud - non transitabile - offre un'esperienza particolare: l'ascesa alle gallerie costruite in omaggio al principe Andrej. Dopo una camminata attraverso i ponti in legno, superando un passaggio molto stretto, si arriva alla parte alta della forra. Da qui in poi, vi consigliamo di ritornare/salire lungo il lato destro della gola. Dopo 10 m, si scorge la cavità rocciosa di Pokljuka, dotata di due ingressi e di tre finestre naturali. Attraversandola, il sentiero continua fino all'insediamento di Stara Pokljuka. In alternativa, si può ritornare lungo il percorso dell'andata al punto di partenza nel villaggio di Krnica. Per visitare la gola, consigliamo di usare delle calzature adeguate.

Punto di partenza e arrivo: parcheggio presso l'ingresso della gola di Pokljuka (accesso: Bled - Zg. Gorje - Krnica - Gola di Pokljuka)

2 km

Sentiero escursionistico di difficoltà media

## SENTIERO DI TRIGLAVSKA BISTRICA: VALLE DI VRATA, CASCATA PERIČNIK E ALJAŽEV DOM

Il sentiero lungo la Valle di Vrata - la valle glaciale più grande nella parte settentrionale delle Alpi Giulie - si estende da Mojstrana seguendo il corso del torrente Triglavskva Bistrica. A circa metà del cammino, potrete arrampicarvi fino a due cascate denominate con un unico nome: Peričnik. Più avanti, il sentiero passa sotto le "Galerije", conglomerati rocciosi scavati e, in alcune parti, a strapiombo, plasmati ed erosi dal torrente che oggi scorre molto più in basso. Seguite le caratteristiche colonnine informative del Parco naturale del Triglav e non dimenticatevi di visitare la cappelletta di Aljaž, dedicata ai santi Cirillo e Metodio. Raggiungete il famoso cuneo, monumento agli alpinisti caduti, e rifocilatevi presso l'Aljažev dom. Alla fine dell'escursione a Mojstrana non perdetevi il Museo sloveno della Montagna, dove potrete rivivere la vostra ascesa lungo il sentiero montano e raggiungere la vetta tramite alcuni incarichi interattivi. Visto che il tempo in montagna è imprevedibile e può cambiare in qualsiasi momento, rifugiatevi nel bivacco. Grazie alla realtà virtuale, avrete l'occasione di conquistare 30 vette in infradito, domare il costone del Triglav e calarvi con una fune metallica dalla cima del nostro grande Avo. Ne vale davvero la pena!

Punto di partenza e arrivo: parcheggio presso il Museo della Montagna a Mojstrana (accesso: Bled - Zg. Gorje - Valle di Radovna - Mojstrana)

10 km

Sentiero escursionistico di difficoltà media

Museo sloveno della Montagna di Mojstrana, Orario di apertura: 9:00 - 17:00, tutti i giorni

Adulti: 10 €, Bambini/e e studenti: 5 €

Informazioni alla reception.



## MONTE USKOVNICA

Questa piacevole e per niente faticosa escursione parte a Rudno polje, sul Pokljuka. Il percorso passa vicino al Centro di Biathlon. Occorre seguire sempre la segnaletica in direzione del monte Uskovnica. Passeggiando lungo il sentiero, potrete ammirare soprattutto i boschi del Pokljuka e i suoi pascoli alpini e, in particolare, le splendide viste sui monti più bassi attorno a Bohinj. Dopo circa 30 minuti di camminata, sulla sinistra noterete dei cerchi in pietra, ovvero dei Punti energetici che, con le loro radiazioni, hanno un effetto benefico sul benessere e sulla salute. Il sentiero procede in leggera discesa fino a quando un ponte - attraverso il torrente Ribnica - vi condurrà al magnifico monte Uskovnica. Passerete accanto alla cappelletta ristrutturata di Maria Regina della Pace e ad alcuni interessanti rifugi dei pastori; dopo alcuni prati ondulati, raggiungerete il rifugio di montagna. Qui potrete assaggiare le bontà locali, quali formaggi, lardo tritato, grumi, latte acido... per poi ritornare lungo lo stesso percorso a Pokljuka.

Punto di partenza e arrivo: parcheggio presso il Centro sportivo Triglav a Rudno polje, Pokljuka (accesso: Bled - Zg. Gorje - Pokljuka)

5 km

Sentiero escursionistico non impegnativo



SCANSIONATE PER RICEVERE LA VERSIONE DIGITALE DEL VOLANTINO!



# BLED 2024 Attività ed esperienze



SAVA HOTELI BLED  
SAVA HOTELS & RESORTS

# Vi diamo un cordiale benvenuto al Camping Bled!

## Regolamento d'ordine e informazioni

**Allacciamento elettrico:** I collegamenti elettrici sono 16A e dispongono di prese ECC. Riceverete la chiave per aprire l'armadietto alla reception. Inserire il cavo elettrico attraverso la porta inferiore dell'armadietto e collegarlo in modo da poter chiudere a chiave l'armadietto.

**Check-in e check-out al campeggio:** A causa della strada stretta all'ingresso e all'uscita del campeggio, il giorno della partenza, lasciare il veicolo nel parcheggio e raggiungere a piedi la reception per effettuare il check-out. Al momento del pagamento della piazzola è necessario restituire alla reception il ciondolo con il numero della piazzola e la chiave per l'elettricità. Il pagamento va effettuato al momento della partenza dal campeggio. Lo smarrimento o la mancata restituzione del ciondolo o della chiave per l'elettricità vengono fatturati secondo il listino prezzi in vigore.

**Pace e quiete notturna:** Dalle ore 23:00 alle ore 7:00 è vietato circolare all'interno del campeggio. In tale orario l'ingresso e l'uscita dal campeggio non sono consentiti. La velocità massima di circolazione nel campeggio è di 10 km/h. Se volete lasciare il campeggio con il vostro veicolo durante questo orario, spostatelo davanti all'ingresso del campeggio entro le ore 23:00. Nelle ore notturne e nelle prime ore del mattino si prega di non fare eccessivo rumore e di rispettare la quiete notturna.

**Rifiuti e spazzatura:** Bled fa parte del programma Rifiuti Zero, quindi i rifiuti devono essere differenziati e depositati solo nel punto centrale di raccolta davanti all'ingresso del campeggio. Negli impianti sanitari sono

presenti contenitori per i rifiuti organici accanto ai lavelli per lavare le stoviglie, dove bisogna buttare solo gli avanzi di cibo.

**Animali domestici:** Gli animali domestici devono essere registrati alla reception. La legge slovena prevede che i cani siano sempre tenuti al guinzaglio. Si prega di portare i cani a fare le passeggiate fuori dal campeggio (ricordatevi sempre di pulire!).

**Sicurezza antincendio:** Accendere fuochi all'aperto nel campeggio è severamente proibito dalla legge. L'uso delle griglie è consentito in conformità con le linee guida sulla sicurezza antincendio.

**Acqua:** L'acqua in tutti i punti nel campeggio è potabile. A Bled troverete un'acqua di altissima qualità, che potete versare in bottiglie o borracce, evitando così di acquistare l'acqua imbottigliata.

In tutti gli impianti sanitari del campeggio è presente un WC chimico. Il servizio camper si trova sulla sinistra dietro l'impianto sanitario 1. Le lavatrici, le asciugatrici e le lavastoviglie si trovano nell'impianto sanitario 2.

Sono consentite visite giornaliere al campeggio, senza l'introduzione di veicoli. Le visite devono essere annunciate alla reception e sono limitate a un massimo di due ore.

Le bambine e i bambini parchi gioco e negli accompagnati dai genitori



il campeggio è aperto dal 1 aprile al 15 ottobre.

**Reception:** tutti i giorni della settimana, 00:00 - 24:00  
**Panetteria:** dalle ore 7:30 alle ore 10:00  
**Negozi:** 8:00 - 15:00 (dal lunedì al sabato, domenica chiuso)

## Offerta gastronomica al Camping Bled

### RISTORANTI E BAR ZAKA

Al Ristorante Zaka offriamo un mix di piatti locali e internazionali con particolare attenzione alle prelibatezze alla griglia e alla pizza. Durante i pasti potrete gustare i migliori vini sloveni e, sempre nel ristorante, potrete scegliere tra una vasta gamma di vini sloveni, birre e bevande rinfrescanti fatte in casa. Al Bar Zaka vi serviremo i vostri cocktail estivi preferiti, oltre a un'ampia selezione di birre, bibite estive rinfrescanti e i migliori caffè.

**Ristorante e Bar Zaka, Kidričeva cesta 10 b, Bled**

### CESTINO BLEED BREAKFAST E CESTINO DA PICNIC

I sapori e i prodotti vengono adattati secondo la stagione, ma solitamente nei cestini si trovano: pane e dolci di pasticceria appena sfornati, latte fresco pastorizzato di giornata, yogurt di vari gusti, burro e formaggio, uova da allevamento all'aperto (sode), salumi di manzo/maiale fatti in casa, miele e marmellate (confetture), frutta fresca di stagione, granola fatta in casa con cioccolato, frutta e noci e succhi fatti in casa. Disponibili anche piatti senza glutine e vegetariani.

**Cestino Bled Breakfast:** 14 €/a persona. L'ordine minimo è un cestino per due persone.

**Cestino da picnic:** 16 €/a persona. L'ordine minimo è un cestino per due persone.



### CAFE PARK: LA CASA DELL'ORIGINALE MILLEFOGLIE ALLA CREMA DI BLEED

Fate una passeggiata verso l'altra sponda del lago e visitate il Cafe Park. Qui, oltre all'Originale millefoglie alla crema di Bled, gli esperti chef e pasticceri preparano ogni giorno diverse specialità culinarie, fredde e calde, moderne creazioni di torte e gelati fatti in casa con ingredienti freschi. Anche i più piccoli saranno deliziati dai camerieri e dalle cameriere, che serviranno prelibatezze con l'aiuto dei nostri assistenti digitali.

**Confezione dell'Originale millefoglie alla crema di Bled da portare con voi a casa**  
Se volete gustare il nostro dessert cremoso, una volta rientrati nel campeggio, al Cafe Park saremo lieti di servirlo in confezioni ecologiche realizzate con carta riciclata. La confezione è disponibile a un prezzo più conveniente.

**Ristorante e Cafe Park, Cesta svobode 15, Bled**

### SLADOGLEDNICA BOUTIQUE DEL GELATO ZAKA

Sapevate che anni fa - con il suo gusto Sladogled (Gelato con vista) - Bled è stata votata come la migliore destinazione di gelato al mondo? Potete concedervi Sladogled e altri sapori inebrianti nella nostra Sladoglednica davanti al Camping Bled.



Informazioni e prenotazioni presso la reception.

## Ginnastica al Camping Bled

### RISVEGLIO MATTUTINO DEI SENSI - 45 MINUTI

Aprile - giugno, settembre Sabato, alle ore 8:30  
Gratuito per ogni ospite del Camping Bled

Ginnastica funzionale di gruppo di media intensità, che, con elementi di consapevolezza, risveglierà il corpo e la mente e aumenterà la concentrazione. Per l'attività sono necessari un asciugamano (o un materassino) e una bottiglia/borraccia d'acqua.

### CAMMINATA DI VITALITÀ - 60 MINUTI

Aprile - giugno, settembre Sabato, alle ore 8:30  
Gratuito per ogni ospite del Camping Bled

Approfittate del potere della natura e stimolate tutti i principali sistemi di disintossicazione del corpo. Durante la passeggiata incoraggiamo la camminata corretta e consapevole in un ambiente dove siamo circondati da tutti gli elementi: acqua, terra, sole e pietre. Faremo diverse brevi soste, dove ci dedicheremo all'esercizio fisico e alla promozione dell'equilibrio interno ed esterno.

### FITT KIDS - 45 minuti (per bambini/e e adolescenti dai 7 ai 14 anni)

Luglio - agosto Mercoledì, alle ore 19:00  
Gratuito per ogni ospite del Camping Bled

Ginnastica di gruppo, in cui l'esercizio per i più giovani viene combinato con il gioco.

### FITT GRAVITY - 60 minuti

Giugno - settembre Mercoledì e sabato, alle ore 17:00  
15 €/a persona

Allenamento di gruppo su amache per la rigenerazione cellulare, il sollievo, la gestione del dolore, nonché il rafforzamento, la forza e il controllo del corpo. L'allenamento prevede anche una parte finale rilassante e terapeutica. In un gruppo si esercitano al massimo 4 persone. Per l'attività sono necessari un asciugamano (o un materassino) e una bottiglia/borraccia d'acqua.

### FITT AQUA - 60 minuti

Luglio - agosto Mercoledì, alle ore 9:30  
15 €/a persona

Allenamento specifico in acque basse, medie e profonde, che ha un effetto benefico su tutto l'organismo, grazie all'aumento della forza e della resistenza muscolare e della stimolazione del sistema linfatico. Prevede anche un'attività finale rilassante per la consapevolezza e il relax di tutto il corpo. Gli esercizi sono adatti solo ai nuotatori e alle nuotatrici. Per l'attività sono necessari un asciugamano e una bottiglia/borraccia d'acqua.

### MASSAGGIO DEL CORPO CLASSICO - 50 minuti

Aprile - agosto Mercoledì e sabato, appuntamento su prenotazione  
50 €/a massaggio

Massaggio del corpo classico per un completo rilassamento psicofisico. Per un rilassamento completo, vengono utilizzati vari oli riscaldati.

### TERAPIA SONORA - 45 minuti

Aprile - agosto Mercoledì e sabato, appuntamento su prenotazione  
50 €/a terapia

In caso di stanchezza, insonnia, stress, per sostenere l'organismo a tutti i livelli, consigliamo un trattamento sonoro individuale, in cui il personale terapeuta del suono utilizza diapason di diverse frequenze e varie tecniche di rilassamento fasciale.

### ALLENAMENTO INDIVIDUALE, ricreativo e terapeutico - 60 minuti

Aprile - agosto  
Mercoledì e sabato, appuntamento su prenotazione  
50 €/ad allenamento

Allenamento individuale, completamente adattato ai vostri problemi, al vostro stato psicofisico e alle vostre capacità. Include anche una parte dedicata al rilassamento.

Informazioni e prenotazioni presso la reception.

