



Ponte d'Ognissanti: 7 idee per una fuga d'autunno nella natura



Dal Tirolo alla Toscana, scenari e proposte culinarie all'insegna del relax e del detox. E se vi piace l'idea di un bagno ai fiori alpini, l'Alpine Ritual vi aspetta Milano, 15 ottobre 2025 – L'autunno è sicuramente la stagione ideale per una fuga dalla città. Foliage, passeggiate a piedi, escursioni in bici, cucina di stagione, rituali di benessere o visite alla scoperta di luoghi ricchi di storia. E in attesa delle vacanze natalizie c'è anche il ponte di Ognissanti. Ecco sette proposte.

1. Burning Dolomites

In autunno in Val Gardena i boschi si tingono d'oro e di rosso, le vette dolomitiche, baciata da un particolare gioco di luce, sembrano incendiarsi al tramonto. È il fenomeno del Burning Dolomites, spettacolo naturale unico nel suo genere, che regala emozioni indimenticabili. Qui, il Granbaita Dolomites, raffinato e storico 5 stelle nel cuore di Selva di Val Gardena, offre la possibilità di rigenerarsi a contatto con la natura prima dei freddi invernali, in un soggiorno che unisce relax, avventura, benessere e piaceri della tavola. Di giorno si possono fare escursioni nei paesaggi più scenografici della valle e pedalate panoramiche lungo itinerari leggendari. E dopo una giornata all'aria aperta, ci si può immergere nel benessere della Savinela Spa, un'oasi di oltre 2.000 metri quadrati che celebra i principi attivi della natura dolomitica. Uno dei trattamenti pensati per affrontare in piena forma l'inverno è l'Alpine Ritual con bagno di vapore nel fieno di montagna, ideale per prevenire bronchiti e influenze stagionali, seguito da un massaggio e un bagno ai fiori alpini accompagnato da succo di sambuco.

2. San Vigilio di Marebbe

Qui l'autunno è la stagione della tranquillità, sui sentieri si ascolta il silenzio delle Dolomiti che piano piano vanno in letargo. San Vigilio di Marebbe e San Martino in Badia prolungano la magia di questo periodo con "Autumn Special" fino al 2 novembre: quando la maggior parte degli hotel sulle Alpi chiude per la pausa autunnale (in attesa della stagione invernale), 46 strutture ricettive (per tutte le



tasche) attendono gli ospiti con proposte curiose, scontate e anche gratuite. Tra queste, per esempio, tutti i giovedì, si può partecipare all'osservazione della volta celeste, accompagnati dalle guide Julian Rigo e Enrico Bonfante, che svelano il nome delle costellazioni e dei pianeti che magicamente appaiono accanto alle maestose cime dolomitiche. Tra le proposte dell'Autumn Special c'è anche la bicicletta. La Holidaypass Card permette di muoversi per tutto il territorio della provincia di Bolzano: si può raggiungere anche il Museum Ladin Ursus Ladinicus di San Cassiano (il cui ingresso è compreso nel pacchetto Autumn Special). Altro museo con ingresso gratuito è il Museum Ladin Ciastel de Tor di San Martino in Badia, che custodisce le tradizioni artigiane, i manufatti, la storia, la tradizione e la lingua ladina (tutt'ora parlata da circa 40 mila persone).

3. Arabba

Situata nel cuore delle Dolomiti Patrimonio Unesco, ai piedi del Passo Pordoi e del Gruppo del Sella, a 1.602 metri di quota, Arabba offre in questa stagione sentieri meno affollati che sono ideali per escursioni, e-bike e trekking per connettersi con la natura. Tra le escursioni c'è quella che dai panoramici Passo Falzarego e Passo Valparola conduce fino al Col di Lana: un percorso lungo e ricco di fascino che unisce la bellezza naturale delle Dolomiti a luoghi dal valore storico come il Forte Tre Sassi, dove c'è il museo della Grande Guerra. Per gli amanti del trekking i lariceti e le faggete nei pressi di Cherz e Renaz sono particolarmente suggestivi in questa stagione con i loro colori che virano dall'ocra al rosso. La passeggiata che porta all'altopiano del Cherz regala viste mozzafiato a 360° sulle Dolomiti, con tutta la catena del Portavescovo e il massiccio del Sella. Per gli appassionati di cultura e tradizione ci sono percorsi tematici che raccontano molto del territorio e della sua storia. Come le vicinìe, 17 microcosmi d'altri tempi (risalenti all'Anno 1000) tutti da scoprire, mondi autentici dove il tempo sembra essersi fermato.

Anche il Castello val bene una sosta: fu costruito nel 1027 e dai suoi 1.725 metri di altezza è riconosciuto come il castello più alto d'Italia (nonché il più antico delle Dolomiti). All'interno dell'area del castello c'è il Sentiero del Respiro si inerpica per 4 km nel bosco antistante, particolarmente adatto anche a chi ha patologie respiratorie proprio per la purezza dell'aria che vi si respira, dall'effetto balsamico e curativo, questo luogo immerso nel silenzio consente di vivere questo nuovo bosco nella sua immensità, rigenerando corpo e spirito.

4. Bressanone

Anche la città di Bressanone, tra storia, cultura e buon vino, è ideale per un week end autunnale lungo. Qui durante il tradizionale Törggelen, si celebra il vino nuovo con piatti robusti in accoglienti locande di montagna. Ogni mercoledì e giovedì, fino al 6 novembre, si può vivere questa antica tradizione con tour guidati all'insegna del gusto e dell'ospitalità. Che si tratti della salita alla Plose, con vista sul Gruppo delle Odle, o della passeggiata lungo il Sentiero dei masi di Caredo, che racconta la vita contadina di montagna, tutti i sentieri di Bressanone raccontano storie. Il Sentiero delle Sette Chiese è un invito a fare un viaggio spirituale sul monte Ponente, mentre a Spelonca si possono scoprire antichi mulini, forni storici e piante officinali. Bressanone è un paradiso per gli amanti della bici: sentieri ben curati, panorami spettacolari e il leggendario Brixen Bikepark, con percorsi per ogni livello, la rendono ideale per ogni appassionato.

Nella vicina Abbazia di Novacella, invece ci si immerge nella sapienza monastica, arte e spiritualità. Qui potete dormire in un luogo simbolo della storia della storia tirolese, l'Hotel Elephant. Fino al 28 novembre l'offerta Törggelen (da domenica a venerdì) parte da € 386,00 e include tre notti con



colazione e posto auto, una bottiglia di vino della Valle Isarco e un dolce di benvenuto autunnale in camera, tutti i vantaggi della Brixen Card. A novembre c'è anche l'offerta "November feeling" per quattro notti con colazione, tre cene di tre portate presso il tradizionale Ristorante Elephant (bevande escluse), una serata libera, accesso all'elegante spa e i vantaggi della Brixen Card. A partire da € 598,00 a persona.

5. Bad Moos Aqua spa Resort

La Val Fiscalina, in Alto Adige, lunga appena tre chilometri e mezzo, ancora selvaggia, con i suoi numerosi sentieri, è il luogo per chi cerca la quiete, vuole ritrovare l'equilibrio e fare il pieno di energia positiva. Qui il Bad Moos Aqua Spa Resort di Sesto propone un pacchetto ad hoc in occasione della festa di Ognissanti. Da venerdì 31 ottobre a domenica 2 novembre 2025, c'è il "Finale d'autunno". Il pacchetto comprende: 2 pernottamenti, ricco buffet di colazione, merenda altoatesina pomeridiana, menù serale a scelta di 4-5 portate, check-in anticipato a partire dalle ore 12, Törggelen con vino novello e castagne, buono del valore di 50 euro per la Spa Soma & Anima, programma attivo Move & Balance. Il tutto a partire da 380 euro a persona. Appena fuori dall'hotel, gli impianti di risalita permettono di raggiungere le camminate in quota e di godersi il panorama sulle Dolomiti di Sesto. Al rientro dalla giornata, una tipica merenda altoatesina attende gli ospiti: un piatto caldo, salumi e formaggi da accompagnare al pane, snack dolci e salati. A completare il tutto, per dare un tocco autunnale al rito pomeridiano del Bad Moos: castagne e vino novello.

6. Borgo San Felice Resort

Per chi non ama la montagna, ma cerca comunque un luogo di relax, consigliamo il Borgo San Felice Resort, il primo Relais & Châteaux del Chianti Classico, insignito con 2 Chiavi Michelin. Si tratta di un albergo diffuso incastonato tra le dolci colline senesi, che si distingue per la sua accoglienza elegante, esperienziale e profondamente legata al territorio. Questo borgo medievale, conservato molto bene, una piazza, una cappella, una pieve e tanti vicoli, dispone di 63 tra camere e suite, due ville, una Spa, una cantina, orti, percorsi naturalistici e due ristoranti: il gastronomico Poggio Rosso (una Stella rossa 1 una stella Michelin) e la tradizionale Osteria Il Grigio. Tra le experience che Borgo San Felice Resort propone ai suoi ospiti per vivere la Toscana c'è la classica "Caccia al Tartufo" che si svolge all'interno della tenuta di San Felice con una guida professionista e i cani da tartufo, in quanto esiste da sempre una tartufaia naturale. La seconda proposta è l' Art Experience, che si svolge nel villaggio insieme all'artista senese Natascia Ghini : con la sua guida si può imparare a dipingere utilizzando tecniche diverse (acquarello, matita o tempera), anche se si è alla prima esperienza.

7. Parco nazionale degli Alti Tauri

In [Carinzia](#), a pochi km dal confine italiano e a circa mezz'ora di auto da Tarvisio, questa regione austriaca conosciuta per i suoi laghi. Nel Parco Nazionale degli Alti Tauri, che comprende 18 paesi, ce ne sono ben 551 di laghi. Qui, nella località Mallnitz, l'hotel Eggerhof propone l'ingresso gratuito al Nationalparkzentrum con visita guidata, bus gratuito per escursionisti, escursioni guidate, biciclette e tante attività per scoprire la natura di questo luogo. Il paesaggio naturale alpino, unico e incontaminato che circonda il Parco Nazionale degli Alti Tauri, si estende da circa 1.000 m sul livello del mare fino alla vetta del Großglockner a 3.798 m. Anche la località di Mallnitz ha una particolarità: oltre ad essere una stazione climatica per la purezza dell'aria e il clima salubre, fa parte di 'Alpine Pearls', luoghi eco friendly che sostengono la mobilità dolce. Tra i servizi dell'hotel, c'è anche il



transfer gratuito dalla stazione ferroviaria di Mallnitz e viaggi gratuiti su tutti i treni locali e regionali ÖBB in [Carinzia](#) e nel Tirolo Orientale per tutta la durata del soggiorno.

© Riproduzione riservata