

# VETTE INTERIORI – Trekking & Yoga in den Dolomiten

27.–28. Juni 2026 | Zoppè di Cadore – Rifugio Venezia – Monte Pena

---

## DIE ERFAHRUNG

Vette Interiori ist ein zweitägiges Trekking-Erlebnis, das achtsames Gehen mit Yoga und Meditation in der Natur verbindet.

Es geht nicht nur darum, einen Gipfel zu erreichen — sondern darum, sich bewusst zu bewegen, den eigenen Rhythmus im Einklang mit Atem und Schritt wiederzufinden, begleitet von der wilden Schönheit der Dolomiten und von zwei zertifizierten Begleiterinnen: einer Wanderführerin und einer Yogalehrerin.

Wir starten in Zoppè di Cadore, einem kleinen Ort mit großer Geschichte — zunächst bekannt für die Holzproduktion zur Zeit der Serenissima und später überraschend auch für seine Eistradition. Hier beginnt und endet unsere Rundtour.

Am Abend empfängt uns das Rifugio Venezia, am Fuße eines der markantesten und bekanntesten Berge der Dolomiten: dem Monte Pelmo. Hinter uns erhebt sich der mächtige „Caregon del Padreterno“ — der „Thron Gottes“ — mit seinen steilen Felswänden, die über uns zu wachen scheinen.

Nach der abendlichen Yoga-Praxis wird der Himmel selbst zum Erlebnis und schenkt uns eine besondere Atmosphäre zwischen Gesprächen und gutem Essen.

---

## PROGRAMM

### Tag 1

 Zoppè di Cadore → Monte Pena → Rifugio Venezia  
 12 km | 900 m Aufstieg | 500 m Abstieg

Wir starten im Dorf Zoppè und steigen durch den Wald auf, wo sich zwischen den Fichten langsam der Blick auf die Dolomiten öffnet. Schritt für Schritt weitet sich das Panorama — vom Antelao bis zum Pelmo mit seinem majestätischen Caregon del Padreterno — bis hinauf zum Gipfel des Monte Pena.

Anschließend steigen wir zum Rifugio Venezia ab, wo uns eine herzliche Atmosphäre erwartet, gefolgt von einer regenerierenden Yogaeinheit, einem stärkenden Abendessen und — bei Einbruch der Dunkelheit — einem Blick auf die Milchstraße.

Um 22:00 Uhr gehen wir schlafen.

---

### Tag 2

 Rifugio Venezia → Zoppè di Cadore  
 6 km | 50 m Aufstieg | 400 m Abstieg

Die frische Luft auf fast 2.000 Metern weckt uns sanft. Vor dem Frühstück leitet Anna die morgendliche Yoga-Praxis — ein Moment zum Ankommen, Atmen und Innehalten.

Anschließend steigen wir gemütlich auf einer Forststraße durch den Wald ab — ein ruhiger und regenerierender Rückweg bis zu den Autos.

---

## HIGHLIGHTS

- Geführte Yoga- und Meditationspraxis während des Trekkings
  - Übernachtung in einer Berghütte (Rifugio Venezia)
  - Sternenhimmel und fast voller Mond
  - Caregon del Padreterno – der „Thron der Dolomiten“
  - 360° Panorama vom Monte Pena
- 

## KURZINFOS

Daten: 27.–28. Juni 2026  
Anmeldeschluss: 27. Mai 2026  
Dauer: 2 Tage, 1 Nacht

Art: Sommer-Trekking mit Rucksack, Übernachtung in Gemeinschaftsschlafrum in einer Berghütte, inklusive Yogaeinheiten

Gesamtdistanz: 18 km  
Gesamter Höhenunterschied: 950 m Aufstieg

Gelände: Bergwege und Forststraßen

Täglicher Aufwand:  
– 5–6 Stunden Gehzeit am ersten Tag  
– 2–3 Stunden am zweiten Tag

Niveau: Mittel

Teilnehmer: Min. 6 – Max. 15

---

## FÜR WEN IST ES GEEIGNET

Dieses Trekking richtet sich an Personen mit guter Kondition, sicherem Tritt und Erfahrung beim Wandern in den Bergen.

Vorkenntnisse im Yoga sind nicht erforderlich — die Einheiten sind für alle Levels geeignet.

---

## EURE BEGLEITERINNEN

Elisa Peron – Zertifizierte Wanderführerin (AIGAE)  
+39 320 1776652

Anna Bersani – Zertifizierte Yogalehrerin  
+39 3315987192

---

## PREIS

140 € pro Person, aufgeteilt wie folgt:

Geführte Wanderung (Samstag) + Yogaeinheiten (Samstag & Sonntag): 75 €  
Halbpension im Rifugio Venezia + Wasser: 65 €

---

## Zahlungsmodalitäten

- Nicht rückerstattbare Anzahlung: 40 € (zur Bestätigung der Teilnahme und Reservierung der Hütte)
  - Restbetrag Aktivitäten: 55 € (bis 27. Mai 2026)
  - Restbetrag Halbpension: 45 € (direkt im Rifugio zu bezahlen)
- 

## VERSICHERUNG

Eine persönliche Versicherung ist verpflichtend (z. B. CAI-Mitgliedschaft, Dolomiti Emergency oder vergleichbar). Falls nicht vorhanden, können wir diese für dich aktivieren — kontaktiere uns für den aktuellen Preis.

---

## NICHT INBEGRIFFEN

- Lunchpakete
  - Eventuelle Übernachtungen vor oder nach dem Trekking
  - An- und Abreise zum Startpunkt
  - Alles, was nicht ausdrücklich in der Leistung enthalten ist
- 

## ERFORDERLICHE AUSRÜSTUNG

Wir empfehlen, vor der Abreise Kontakt mit der Wanderführerin aufzunehmen, um den Rucksack optimal vorzubereiten.

### Bekleidung und Schuhe

- Wanderschuhe mit gutem Profil (keine Turnschuhe oder Sandalen — Kontrolle beim Start)
  - Funktionale Kleidung im Schichtsystem
  - Winddichte Jacke
  - Wasserdichte Jacke mit Kapuze
  - Lange Hose
  - Mütze, Handschuhe, Multifunktionsstuch
- 

### Für die Hütte

- Warme Wechselkleidung
  - Hüttenschlafsack oder leichter Schlafsack
  - Waschutensilien
  - Rucksack (30–40 L)
- 

## Zubehör

- Trekkingstöcke
  - Sonnenbrille, Hut, Sonnencreme
  - Stirnlampe
  - Erste-Hilfe-Set + persönliche Medikamente
- 
- Mindestens 1,5 L Wasser und Snacks
- 

## **Für Yoga**

- Yogamatte
  - Bequeme Kleidung
- 

## **WICHTIGE HINWEISE & SICHERHEIT**

Die Wanderführerin behält sich das Recht vor, das Programm oder die Route jederzeit anzupassen, wenn Wetterbedingungen, Sicherheitsaspekte oder die Bedürfnisse der Gruppe dies erfordern.

---

## **TEILNAHMEBEDINGUNGEN**

- Die Anzahlung von 40 € ist nicht rückerstattbar und bestätigt die Teilnahme
- Bei Rücktritt nach Zahlung wird der Betrag in ein Guthaben für zukünftige Aktivitäten umgewandelt
- Bei Absage durch die Organisation werden alle Beträge vollständig zurückerstattet
- Bei schlechtem Wetter wird die Veranstaltung auf das folgende Wochenende (4.–5. Juli) verschoben, ohne Begleitung durch die Wanderführerin