

antichi sentieri

PRENOTAZIONE ATTIVITÀ

Le esperienze a cui si intende partecipare possono essere prenotate e pagate presso:
 agenzie autorizzate, reception hotel o telefonando al numero +39 3488137974 (Domenico)

HOW TO BOOK ACTIVITIES

The experiences you wish to attend can be booked and paid for at:
 authorized agencies, hotel receptions or by calling +39 3488137974 (Domenico)

RESERVIERUNG DER VERANSTALTUNGEN

Die Erfahrungen, an denen Sie teilnehmen möchten, können Sie unter folgender Adresse buchen und bezahlen: autorisierte Agenturen, Hotelrezeption oder telefonisch unter der Nummer +39 3488137974 (Domenico)



Azienda agricola
Fiumara Ruffa

Pantano Domenico - P.fca 03918350793
 Via Codini snc Barbalacani di Ricadi - 89866 VV
 domenico.pantano@ricadi.com
 www.anticisentieriricadi.it
 Tel. +39 3488137974



© 2019



Esperienza in un ambiente contadino nell'incontaminata Valle della Fiumara Ruffa
 Si può visitare l'orto, assistere al lavoro dei campi, raccogliere i prodotti con possibilità di aspirarli.
 I visitatori possono interagire direttamente con gli animali: caprette aspromontane a 3-4 corna, asini, cavalli, pony, galline di varie razze e colori, oche, anatre, faraone e gallini nani.
 È disponibile un'area relax e picnic attrezzata per le famiglie sotto l'ombra delle querce.

L'esperienza si svolge tutti i giorni dalle ore 9.00 alle 12.00.
 Costo a famiglia 2x€
 È previsto un servizio navetta dal luogo di prenotazione al costo di € 5,00 a persona (min 4 pax)
 Si consiglia un abbigliamento sportivo.

Esperienza 3



An experience in the countryside in the uncontaminated Valley of the "Fiumara Ruffa"
 You can visit the vegetable garden, experience working in the fields, pick and, if you like, purchase the local products.
 Visitors will be able to interact directly with the animals, namely the three or four-horned Aspromonte goats, ducks, guinea fowl and dwarf cockerels. An equipped area for the family to relax in is available in the shade of the oak trees.

The experience will last from 9am to 12am. The day will be decided by request.
 Cost per family €20
 A shuttle service from the place of booking is provided at a cost of € 5.00 per person (min 4 pax)
 Casual clothes suitable for the event are recommended.

Entdecken Sie eine ländliche Umgebung in unberührten Tal des Flusses
 Besuchen Sie den Gemüsegarten, nehmen Sie an der Feldarbeit teil und ernten Sie die Produkte mit der Möglichkeit, sie zu kaufen.
 Gäste können direkt mit den Tieren interagieren, wie zum Beispiel: Aspromontane Ziegen mit 3-4 Hörnern, Esel, Pferde, Ponys, Hühner verschiedener Rassen und Farben, Gänse, Enten, Ferkelhühner und Zwerghühner. Im Schatten der Eichen gibt es einen ausgetrennten Entspannungsbereich für Familien.

Die Erfahrung dauert von 9 bis 12 Uhr, wobei der Tag auf Anfrage festgelegt wird.
 Kosten pro Familie 2x€
 Shuttle-Service wird vom Ort der Buchung an zu einem Preis von 5€/Person angeboten (min 4 pax)
 Wir empfehlen sportliche Kleidung, die für die Tour geeignet ist.

**GIORNATA IN CAMPAGNA PER LE FAMIGLIE
 A FAMILY DAY OUT IN THE COUNTRY
 FAMILIENAUSFLUG AUF DEM LAND**



Quello che non hai mai potuto o pensato di fare
 Un'avventura indimenticabile al chiaro di luna in cui è previsto di intrattenersi con gruppi di max 10/15 persone, luoghi unici con i fedeli amici "mulinari" e con guide esperte. Nella notte, intorno ad un falò, si assiste alla preparazione e si partecipa poi alla degustazione di formaggi, ricotte e altre specialità locali, accompagnati dal suono della musica e dai balli. Nell'esperienza è prevista la possibilità di pernottamento in una piccola tenda in natura, in un ambiente recintato, sicuro e sorvegliato.

L'itinerario si svolge a partire dalle ore 20 di giovedì.
 Costo a persona: adulti 70 €, 30 € ragazzi non superiore a 12 anni.
 È previsto un servizio navetta dal luogo di prenotazione al costo di € 5,00 a persona (min 4 pax)
 Si consiglia un abbigliamento sportivo.

Esperienza 4

**PASSEGGIATA NOTTURNA CON GLI ASINI E CENA EMOZIONALE
 NIGHT WALK ALONG WITH THE DONKEYS AND DINNER
 NACHTWANDERUNG MIT ESELN UND EMOTIONALEM ABENDESSEN**



What you have never been able to do or imagined doing
 An unforgettable moonlight experience walking across a unique landscape together with a group of maximum 10/15 people, accompanied by the faithful "mulinari" donkeys and expert guides. During the night, you will assist at the preparation and enjoy tasting the cheeses and ricotta and other local specialities, along with the sound of music and dancing. You will then sleep in small tents in the midst of nature in a safe, monitored, fenced in area.

The itinerary will take place on Thursday setting off at 8pm.
 Cost per person: adults €70, children (under 12) €30.
 A shuttle service from the place of booking is provided at a cost of € 5.00 per person (min 4 pax)
 Casual clothes suitable for the event are recommended.

Was Sie noch nie tun konnten oder nie daran gedacht haben
 Unvergessliches Mondscheinabenteuer, bei dem Sie mit Gruppen von maximal 10/15 Personen einzigartige Orte mit den treuen Eseln "mulinari" und mit fachkundigen Führern durchspazieren werden. Abends, am Lagerfeuer, beobachten wir die Zubereitung und nehmen dann an der Verkostung von Käse, Ricotta und anderen lokalen Spezialitäten teil, begleitet von Musik und Tanz. Sie übernachten dann in einem kleinen Zelt in der Natur in einer eingezäunten, sicheren und überwachten Umgebung.

Der Ausflug findet am Donnerstag ab 20 Uhr statt.
 Kosten pro Person: Erwachsene 70 €, Kinder 30 € (nicht über 12 Jahre). Ein Shuttle-Service wird vom Ort der Buchung an zu einem Preis von 5€/Person angeboten (min 4 pax)
 Wir empfehlen sportliche Kleidung, die für die Tour geeignet ist.

Azienda agricola
Fiumara Ruffa

antichi sentieri

TREKKING NATURALISTICO

Esperienze nella natura
 colori, odori, suoni e ritmi





In un ambiente rilassato, piacevole, silenzioso e conviviale

La cucina contadina tradizionale calabrese si identifica con la Dieta Mediterranea diventata patrimonio immateriale UNESCO e valorizza, più delle altre cucine regionali, le risorse alimentari identitarie dei territori. L'esperienza, accompagnata dalla descrizione e dal racconto della storia dei singoli piatti, è un'immersione nei gusti e nelle tradizioni del cibo contadino realizzato con prodotti semplici e naturali, come i fave, le verdure dell'orto, "pipi e patate", ricotta e formaggio, polpette di carne e di verdure, l'impatto del pane casereccio.

- Conoscenza e raccolta dei prodotti nell'orto
 - Lezioni di preparazione dei cibi e degustazione degli stessi nel tramonto di Capo Vaticano
 - Acquisto diretto di prodotti agricoli biologici
- L'evento è accompagnato, a seconda delle serate, da musica popolare o classica, dal ballo della Tarantella o dal canto delle serenate.

L'esperienza si svolge dalle ore 18 alle 22 nei giorni di martedì, giovedì, sabato
Costo a persona: adulto 45 € (ragazzi 25 € (inferiori a 12 anni)
È previsto un servizio navetta dal luogo di prenotazione al costo di € 5,00 a persona (min 4 pax)
Si consiglia un abbigliamento sportivo.

Esperienza 1

**ESPERIENZA DI CUCINA CONTADINA E CENA AL TRAMONTO
A PEASANT COOKERY COURSE FOLLOWED BY A SUNSET DINNER
BAUERNHOF-KOCH-ERLEBNIS UND ABENDESSEN BEI SONNENUNTERGANG**

🇬🇧 In a relaxed, enjoyable, quiet but convivial environment
Traditional Calabrian peasant cooking is identified with the Mediterranean Diet, which has been designated a UNESCO intangible cultural heritage and, more than other regional cuisines, has explored the food resources of the surrounding territory. This experience and the explanations of the history of the various dishes constitute an immersion into the flavours and traditions of peasant food made from simple, natural products, like "fave" (a typical fava pasta), locally-grown vegetables, "pipi e patate" (peppers and potatoes), ricotta and local cheese, meat and vegetable rissoles and homemade bread. The cooking course, held by experts, is divided into various phases:

- Learning about and picking the produce in the vegetable garden
 - Lesson on the preparation of the food and tasting of those same dishes at sunset at Capo Vaticano
 - Buying biological farm produce and preserved foods directly from the farmers.
- Depending on the evening, the event will be accompanied by traditional folk and classical music, tarantella dancing and the singing of serenades.

The peasant cookery experience will take place from 6pm to 10pm on Tuesdays, Thursdays and Saturdays.
Cost per person: adult 45€, children (under the age of 12) 25€
A shuttle service from the place of booking is provided at a cost of € 5.00 per person (min 4 pax)
Casual clothes suitable for the event are recommended

🇩🇪 In entspannter, angenehmer, ruhiger und geselliger Atmosphäre
Kurzbeschreibung des Anlasses: Traditionelle kalabrische Bauernküche wird mit der mediterranen Diät identifiziert, die von der UNESCO zum immateriellen Kulturerbe erklärt wurde und mehr als andere regionale Küchen die identitätsstiftenden Nahrungsressourcen der Region aufweist. Begleitet von der Geschichte der einzelnen Gerichte, tauchen Sie ein in den Geschmack und die Traditionen der bäuerlichen Küche, die mit einfachen und natürlichen Produkten wie Fava, Gartengeräte, "pipi e patate", Ricotta und Käse, Fleisch- und Gemüserissoles und hausgemachtem Brot hergestellt wird. Der von Experten aus den Bereichen begleitete Kochkurs besteht aus mehreren Etappen: Kennenlernen und Ernten von Produkten aus dem Garten, Kochkurs und Verkostung im Sonnenuntergang von Capo Vaticano. Direkter Kauf von biologischen landwirtschaftlichen Produkten und zubereiteten Lebensmitteln
Abhängig vom Abend wird die Veranstaltung von populärer und klassischer Musik, Tarantella-Tanz und Serenadengesang begleitet.

Das Erlebnis des bäuerlichen Kochens findet dienstags, donnerstags und samstags von 18.00 bis 22.00 Uhr statt.
Kosten pro Person: Erwachsene 45€, Kinder 25€ (unter 12 Jahren)
Shuttle-Service wird vom Ort der Buchung aus zu einem Preis von 5€/Person angeboten (min 4 pax)
Wir empfehlen sportliche Kleidung, die für die Veranstaltung geeignet ist



antichi sentieri

**Esperienze nella natura
colori, odori, suoni e ritmi**



Esperienze nella natura: colori, odori, suoni e ritmi

Il "viaggiatore" è accolto in un ambiente naturale e nello spazio dedicato agli animali.
Il trekking, che si svolge su percorsi panoramici ed è accompagnato da descrizioni botaniche e storico - naturalistiche, forma dei circuiti nelle valli e sulle pendici del Monte Poro tra attacchi spettacolari sul mare di Capo Vaticano. L'esperienza permette una conoscenza diretta ed approfondita, tutta originale, dei luoghi e dei paesaggi nelle differenti ore del giorno.

Lungo il percorso, in un luogo di interesse storico e naturalistico, a circa metà dell'esperienza, è offerta una ricca degustazione di amorzeddu, tipico cibo contadino accompagnato da ottimo vino locale. Gli asini, oltre a dettare i tempi del trekking, trasporteranno sulla schiena le bisacce dette "friccone" con le cibarie.

Il percorso è adatto a tutti i possibili fruitori e alle famiglie ed ospita gruppi di max 13 persone, suddivisi da 2 min e da 2 persone adulte.
Il tempo di percorrenza è di 3 ore (inclusa degustazione).
La partenza è alle ore 18.00 con arrivo 21.00 nei giorni di lunedì/martedì/venedì.
Costo a persona: adulto 45 €, ragazzi 25 € (inferiori a 12 anni)
È previsto un servizio navetta dal luogo di prenotazione al costo di € 5,00 a persona (min 4 pax)
Si consiglia un abbigliamento sportivo.

Esperienza 2

**TREKKING CON GLI ASINI, "MULINARI"
TREKKING WITH "MULINARI" DONKEYS
WANDERUNGEN MIT ESELN "MULINARI"**

🇬🇧 Experiences in nature: colours, scents, sounds and rhythms
The "traveller" will be welcomed into a natural environment and into the area dedicated to the animals. The trekking route, which winds its way along panoramic trails and will be accompanied by botanical and naturalistic descriptions, forms a track through the valleys and slopes of Monte Poro with breath-taking glimpses of the sea of Capo Vaticano. Trekking allows for a totally authentic, direct, in-depth knowledge of the places and landscape throughout the different hours of the day. Along the way, about halfway through our journey, in a spot of historical and naturalistic interest, a rich sampling of "amorzeddu" will be offered. This is a typical peasant dish accompanied by excellent local wines. Apart from dictating the timing of the trek, the donkeys will also carry the saddlebags called "friccone" containing the food.

This touristic itinerary is suitable for all possible visitors and families and will consist of groups of maximum 13 people, "led" by 2 donkeys and 2 guides.
The itinerary lasts 3 hours (including the tasting).
We set off at 18.00 and arrive back at 21.00 on Mondays/Wednesdays/Fridays.
Cost per person: Adult 45€, children (under 12) 25€.
A shuttle service from the place of booking is provided at a cost of € 5.00 per person (min 4 pax)
Suitable sportswear for the event is recommended.

🇩🇪 Der Gast wird in einer Naturlandschaft und in einem den Tieren gewidmeten Lebensraum empfangen.

Die Trekkingtouren, die auf reifen Wanderwegen stattfinden und von botanischen und historisch-naturalistischen Beschreibungen begleitet werden, bilden Rundwege in den Tälern und an den Hängen des Monte Poro inmitten spektakulärer Ausblicke auf das Meer von Capo Vaticano. Auf dieser Wanderung können Sie die Orte und Landschaften zu verschiedenen Tageszeiten direkt und eingebettet kennenlernen. Auf halbem Weg, an einem Ort von historischem und naturalistischem Wert, wird eine reichhaltige Verkostung von "amorzeddu", einem typischen bäuerlichen Essen, begleitet von ausgezeichneten lokalen Weinen, angeboten. Neben dem Zeitplan für die Wanderung tragen die Esel auch die Satteltaschen mit den Speisen auf ihrem Rücken.

Die Wanderroute ist für jeden geeignet und bietet Platz für Gruppen von bis zu 13 Personen, die von 2 Eseln und 2 Begleitern "geführt" werden.
Die Wanderzeit beträgt 3 Stunden (einschließlich Degustation).
Abfahrt ist um 18.00 Uhr mit Ankunft um 21.00 Uhr (montag/mittwoch/ freitag).
Kosten pro Person: Erwachsene 45€, Kinder 25€ (unter 12 Jahren)
Shuttle-Service wird vom Ort der Buchung aus zu einem Preis von € 5,00/Person angeboten (min 4 pax)
Sportliche Kleidung, angepasst an den Anlass, wird empfohlen