

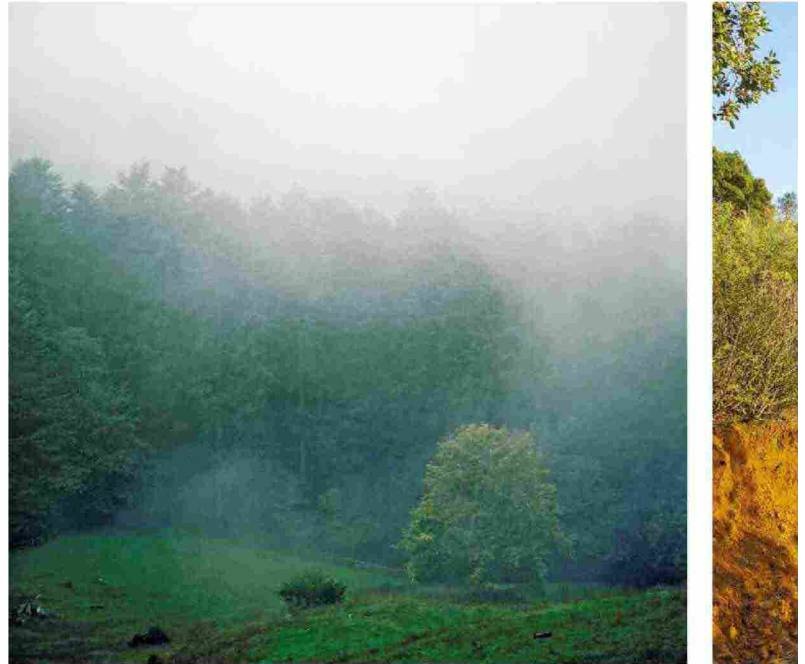
FOTO DELL' AGENZIA GALLERY STOCK

8 MAGGIO 2021

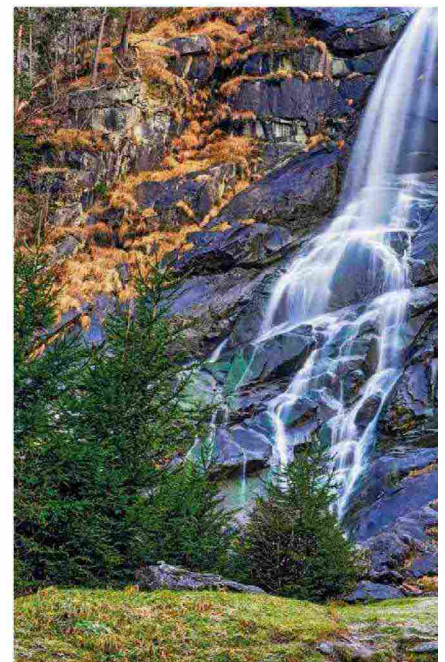
D95

ITINERARI

PROSSIMITÀ. NATURA. LENTEZZA. SECONDO L'OSSERVATORIO BIT, BORSA INTERNAZIONALE DEL TURISMO, QUESTI SONO I DESIDERI DEI VIAGGIATORI ITALIANI. QUASI TUTTI GLI ANALISTI E GLI OPERATORI PREVEDONO, INFATTI, UNA CONFERMA DEL TURISMO OPEN-AIR E "SANO". PER IL SITO TRIPADVISOR, IL 21% DEGLI ITALIANI HA IL PROPOSITO DI RIMANERE VICINO A CASA, IL 16% DI RAGGIUNGERE DESTINAZIONI CHE DISTANO NON PIÙ DI 90 MINUTI DALLA PROPRIA RESIDENZA E BEN UN TERZO, IL 33%, POCO SOPRA I 90 MINUTI. LE METE DELLE PROSSIME VACANZE SARANNO QUINDI LA MONTAGNA, LA CAMPAGNA E IL MARE CHE "STANNO DIETRO L'ANGOLO", DA GODERE PERÒ CON ESPERIENZE NUOVE E PIÙ CONTEMPORANEE

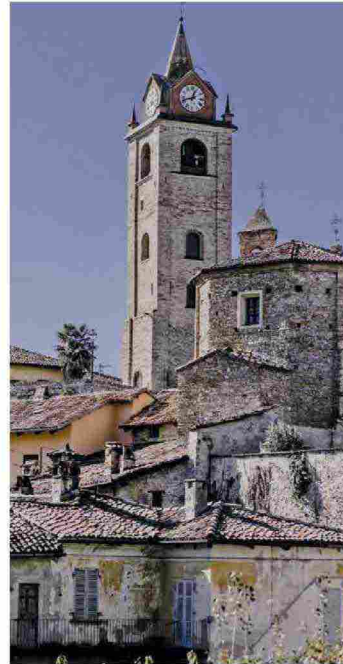


2021, METE ALL'A



D96

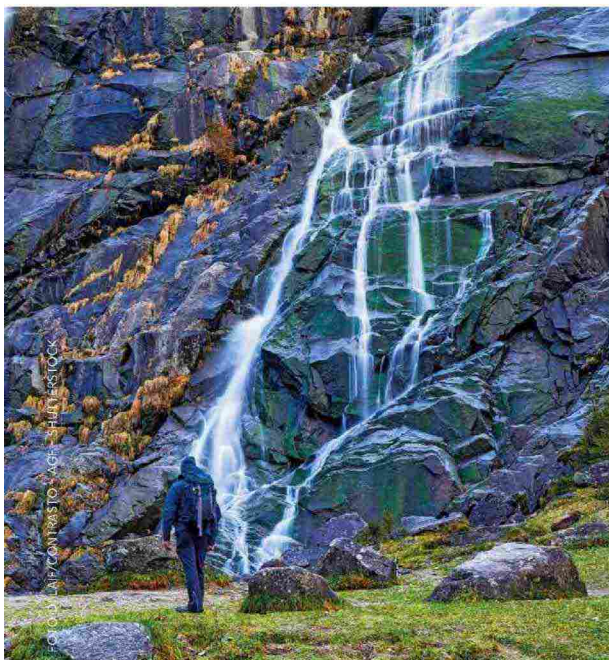
089504



Da sinistra, Foresta di Camaldoli (Parco Nazionale Foreste Casentinesi); cicloturismo sull'Isola d'Elba; Monforte d'Alba, "Langa del Barolo". In basso, da sinistra, Capri da Punta Campanella (penisola sorrentina); Val di Genova, Parco naturale provinciale dell'Adamello-Brenta.

RIA APERTA

a cura di **Luisa Taliento**



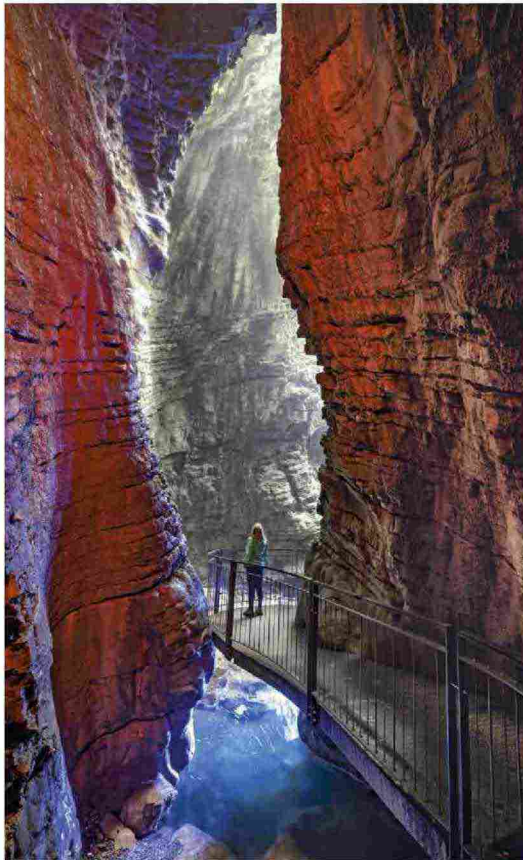
IN MONTAGNA, IL DISGELO DI CORPO E MENTE

Trentino: tra maestose cascate. Il primo elemento è l'acqua. Sì, perché purifica, rischiarava lo sguardo, proietta in uno scenario dove tutto sembra scorrere via, per incanto. Ci vogliono solo un paio di scarpe comode, un piccolo impermeabile da tenere nello zaino e tirare fuori se si arriva per esempio al cospetto delle cascate di Vallesinella al mattino presto, quando l'aria è davvero frizzante. Questo paradiso della wilderness si raggiunge a piedi, da Madonna di Campiglio, tre salti che concludono il percorso avventuroso dell'acqua prima di raccogliersi nel torrente Sarca. I sentieri che portano verso le tante cascate del Trentino regalano la sensazione di respirare dentro la natura, come avviene in Val di Rabbi, laterale della Val di Sole, nel Parco Nazionale dello Stelvio, immenso territorio ricco di ghiacciai.

E, quando ci si trova davanti ai salti spumeggianti del torrente Rabbie, viene immediato pensare al disgelo. Si parte da Malga Stablasolo e in 45 minuti si raggiungono le cascate di Saent, che colpiscono per la loro potenza e i contrasti cromatici, il bianco della spuma, il verde degli alberi, il rosso scuro delle rocce metamorfiche. E poi, per ritrovare la quiete, si prosegue lungo la scalinata che porta al bosco di larici monumentali, vere opere d'arte create da madre natura e forgiate dal tempo, dove sedersi e respirare. Il silenzio e lo scrosciare del torrente sono la migliore colonna "sonora" da ascoltare in Valle di Ledro, e la sorpresa è il Gorg d'Abiss, che appare quasi all'improvviso, e in Val di Meledrio, con le sue cascate del Pison. E poi si può fare come Thomas Mann e andare più a sud, nel Garda trentino, per capire come la magia della Cascata del Varone abbia ispirato alcuni passi del suo capolavoro *La montagna magica*.

ITINERARI

Parco Grotta Cascata
Varone, Alto Garda
(Trentino). Sotto, Adler
Lodge Ritten, Soprabolzano,
Altopiano del Renon.

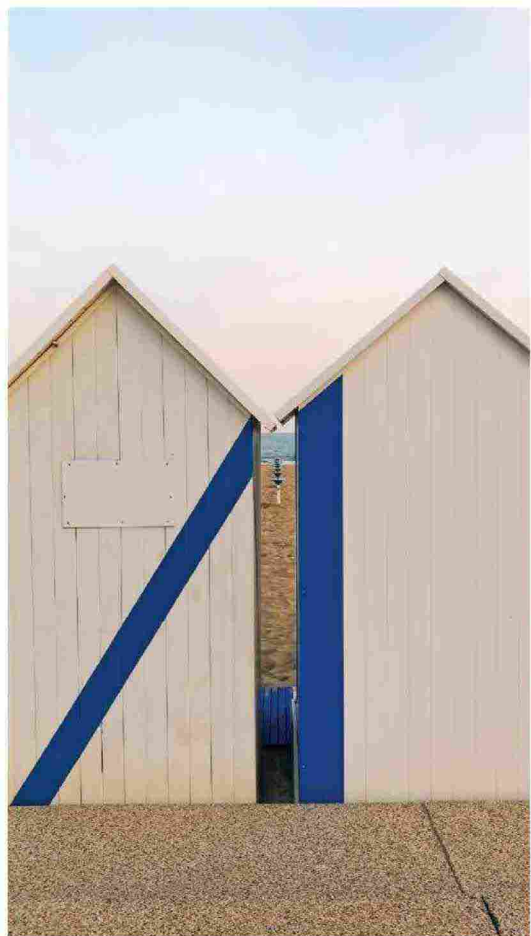


Alto Adige: il mondo visto da un prato fiorito. La meta è il Pra da Rì, un infinito tappeto verde, quel pigmento che racchiude in sé l'energia del sole e la forza della terra. È una delle passeggiate più slow nella cornice naturale di Vallelunga, in Val Gardena. Qui i prati somigliano al velluto srotolato. E nascono dal Lech de Ciampedel, un lago che si forma dal disgelo e resta visibile solo per poche settimane per poi lasciare il posto a una distesa infinita di erba dove i fiori brillano come piccoli gioielli. Si raggiunge percorrendo la Valle dei canyon, sette chilometri la cui fatica viene compensata dal piacere di sdraiarsi e guardare il cielo. Quando ci si immerge in un paesaggio bello come questo è impossibile, infatti, non viverlo fisicamente, in prima persona. Come succede in Val d'Ultimo grazie alle escursioni in compagnia di guide alpine, wellness coach, esperti di botanica, che propongono esercizi di respirazione al mattino, tra gli alberi ancora cosparsi di rugiada, sedute di yoga circondati dalle vette, autentiche passeggiate Kneipp a piedi nudi nell'acqua fresca dei torrenti, osservazione di piante ed erbe spontanee mirate a conoscerne i segreti e le proprietà. Del resto, gli odori silvestri sono considerati talmente coinvolgenti da essere presenti in molti profumi e, secondo una ricerca dell'European Centre for Environment and Human Health dell'Università di Exeter, bastano due ore alla settimana trascorse nel verde affinché rilascino effetti positivi per lungo tempo su tutto l'organismo. Motivo per godersi i *Mountain Days Südtirol* di Bressanone (dal 21 maggio al 13 giugno) che invitano a conoscere, quasi a ogni ora del giorno, ben 400 chilometri di sentieri segnalati in quella zona. Poco prima di sera, per esempio, si sale con la guida sul Monte del Bersaglio, a contemplare il Gruppo delle Odle, e poi si scende alla piattaforma panoramica di Spelonca, per una cena gastronomica all'aperto e un tramonto che rimette al mondo.

PER I BENEFICI DEI PROFUMI SILVESTRI BASTANO DUE ORE NEL VERDE

Altopiano del Renon: il buen retiro alpino. Si può imparare una delle arti in cui lo Zen si applica da secoli: il tiro con l'arco. Ma possono avere lo stesso fondamento esistenziale anche uscite in e-bike, trekking a cavallo, escursioni tra vigneti e malghe, camminate nei boschi. Come faceva Sigmund Freud, famoso ospite dell'altopiano del Renon, a cui è dedicato il sentiero che da Collalbo porta a Soprabolzano, da cui in estate vale la pena di deviare per raggiungere il laghetto di Costalovara e fare un bagno rigenerante. In questo microcosmo appena sopra a Bolzano si trovano anche indirizzi del nuovo stile alpino, dove provare una perfezione serena, quella degli chalet, con sauna e caminetto, che si affacciano sul laghetto naturale. Sono una delle soluzioni di soggiorno dell'Adler Lodge Ritten, immerso nella quiete totale, ideato e progettato da Andreas e Klaus Sanoner insieme all'architetto Hugo Demetz. Un'avanguardia architettonica fuori, con l'impiego di legno naturale ecocompatibile dentro, per il risparmio energetico e i precetti di salvaguardia ambientale, e anche nelle idee. La cucina del ristorante è preparata con ingredienti locali e specialità che si possono assaggiare solo qui, chiamate Adler Homemade, mentre i prodotti della Spa utilizzano profumi alpini ed erbe curative. Non mancano meditazione, stretching dei meridiani, yoga (nel mese di ottobre sono previsti diversi stage). Il solo problema è tornare a casa dopo un soggiorno così piacevole e rilassante.





AL MARE, L'ORIZZONTE È CALMO

Jesolo: il piacere di ascoltare la laguna. Una metamorfosi sensoriale fatta di novità, bellezza, natura. Quindici chilometri di spiaggia, cinquecento di piste ciclabili, centotrentasette della Litoranea Veneta, la via d'acqua realizzata dalla Serenissima Repubblica di Venezia. È un labirinto di canali naturali e artificiali, fiumi e lagune, che creano un habitat naturalistico e storico molto suggestivo, da esplorare in canoa, su una barca a remi o con le guide, a bordo di piccole imbarcazioni da diporto. Qui sventolano la Bandiera Blu per il mare pulito e quella Verde, che lo mette ai primi posti tra i litorali più sicuri per i bambini, con stabilimenti eccellenti e servizi dedicati. E, per godersi tutto questo, c'è il Falkensteiner Hotel & Spa, una struttura bianca, leggera, spaziosa, creata dall'architetto

americano Richard Meier e con il tocco del designer Matteo Thun. Qui l'estate è all'insegna delle parole d'ordine *Barefoot. Seaside. Dreamway*, è cioè un sogno a piedi nudi sulla sabbia. Nuove super-suite con vista mare, l'Acquapura Blue Horizon Spa di 2000 metri quadrati in cui provare rituali d'ispirazione hawaiana, beach club con gazebo a baldacchino, due ristoranti, dove assaggiare una cucina *italian modern* e asiatica. E serate estive al Lounge Bar, alla luce delle torce e delle stelle.

Isola d'Elba: le onde, sopra e sotto. Conchiglie, sabbia, reti da pesca, falesie bianche, acqua cristallina. E non c'è limite alla fantasia perché il mare è quel contesto mediterraneo in cui nascono miti e favole, che all'Isola d'Elba non mancano di certo. Capo Bianco, secondo la leggenda, è uno degli approdi degli Argo-

Dall'alto, da sinistra, Isola d'Elba (foto con un drone); ancora l'Elba (Punta Fetovaia, Golfo di Barbatolja); Lido di Jesolo.

FOTO DI SHUTTERSTOCK - LAIF/CONTRASTO - GETTY

ITINERARI



Dall'alto, vista dell'Isola di Palmaria; il paese di Strada in Casentino, frazione di Castel San Niccolò (provincia di Arezzo).

nauti, la spiaggia di Lacona si trova proprio davanti all'Isola di Montecristo resa celebre da Dumas, in quella della Paolina andava a fare il bagno in déshabillé la sorella di Napoleone, l'imperatore di cui quest'anno si ricorda il bicentenario della morte attraverso percorsi trekking alla riscoperta della sua presenza sull'isola. Ogni spiaggia, e ce ne sono duecento, ha la sua particolarità, come quella chiamata Sansone, da poco riconosciuta dalla classifica di Tripadvisor tra le venticinque più belle d'Europa. Ognuno, quindi, può scegliere la sua, sapendo di poter passare nella stessa giornata dal mare alla montagna senza muovere l'auto, ma spostandosi a piedi o in bicicletta; dall'esplorazione dei fondali, anche con magnifici relitti, al trekking a 1000 metri. La bicicletta è un'altra grande protagonista dell'Elba, grazie a percorsi vista mare ideali per cicloturisti e per i professionisti delle ruote "grasse", senza scordare che proprio alcuni di questi tracciati faranno da sfondo il 2 ottobre ai mondiali di mountain bike, che saranno anticipati da altri eventi dedicati al mondo delle due ruote.

Cinque Terre e penisola sorrentina: Grand Tour Reloaded. Per vedere le mete classiche con uno sguardo nuovo ci vogliono nuovi progetti. E bisogna dire che per quest'estate non mancano. Il sito Unesco Portovenere, Cinque Terre e Isole per dare un "assaggio" delle bellezze che custodisce ha ideato un libretto a fumetti e un tour virtuale (virtualtour.portovenerecinqueterreisole.com) che fa venire voglia di partire per l'isola Palmaria, magari per dormire in uno dei pochi b&b o in isolatissime case in affitto. E poi di raggiungere in barca, guidati dall'Associazione Amici dell'Isola del Tino, quest'isolotto di proprietà della Marina Militare, sormontato dal faro di San Venerio, ricoperto da boschi di leccio e flora mediterranea. Spostandosi a sud, s'incontra il portale About Sorrento (aboutsorrento.com), nato per

valorizzare il territorio di questa costiera, attigua a quella amalfitana ma meno battuta dai visitatori. Infatti, non sono ancora in molti a conoscere la spiaggia del Fiordo di Crappolla, il borgo della Marina della Lobra con il suo arenile nel cuore della riserva marina protetta di Punta Campanella, la Marina del Cantone a Nerano, dove fermarsi a mangiare in spiaggia gli squisiti spaghetti alla Nerano. E poi c'è Italics Art and Landscape (italics.art), piattaforma nata dalla collaborazione di sessanta famosi galleristi d'arte italiani che raccontano i loro luoghi del cuore, con tips da non perdere, dalla Costa dei Trabocchi al Cilento.

IN CAMPAGNA, DENTRO IL TESORO VERDE

Toscana: in compagnia di Dante. Itinerari ad anello in e-bike che toccano i castelli dove ha dimorato Dante Alighieri nel Casentino, escursioni alle sorgenti dell'Arno e al lago degli Idoli, immersi tra le immense faggete del Parco nazionale Foreste Casentinesi, un tour della Valdichiana senese, tra Inferno e Purgatorio (ma con degustazione di vini e salumi). I percorsi all'aperto alla scoperta del sommo poeta, nell'anno in cui si celebrano i 700 anni dalla sua morte, sono secondo la *Lonely Planet* uno dei viaggi irrinunciabili di quest'anno. Anzi, sono l'unica destinazione italiana entrata nella sua classifica *Best in Travel 2021*. Un buon punto di partenza è il Casentino, dove il poeta, ospitato nel castello dei conti Guidi, passò vari anni del suo esilio. Molti luoghi di questa valle sono citati nella *Divina Commedia*. Si può scegliere l'Agriturismo Casentino, casale di charme, le cui tracce si trovano già nell'anno 1066, su una collina isolata nei pressi del Monastero di Camaldoli, o il Pian di Filetto, borgo rinato come agriturismo, dove si può dormire in appartamenti rustici, prendere il sole in piscina e godersi il silenzio della campagna.

FOTO DI GETTY - LAIF/CONTRASTO

089504

ITINERARI

Dario Cecchini
 (Antica Macelleria
 Cecchini),
 Panzano in Chianti
 (Firenze).
 Sotto, la "Langa
 del Barolo"
 (foto da drone).



PER SAPERNE DI PIÙ

Montagna

Trentino: alloggi ed esperienze tra le cascate nelle valli trentine si prenotano su visittrentino.info/it. Alto Adige: pernottamenti e stili di vita nella natura in Val Gardena, Val d'Ultimo e Bressanone, si prenotano su suedtirol.info/it. Adler Lodge Ritten: 3 notti da 1020 euro a persona (fino al 25 luglio) con colazione, merenda tipica altoatesina pomeridiana, cena gourmet, con bevande incluse. Sono comprese attività outdoor (come trekking e Mtb) e indoor (meditazione, yoga, stretching). Info: adler-resorts.com.

Mare

Falkensteiner Hotel & Spa Jesolo: camera superior da 389 euro per 2 persone. Pacchetto *Lady Secret* per 3 amiche, minimo 3 pernottamenti (una persona gratis). Inclusi mezza pensione, omaggio, accesso Spa, trattamento da 60 min a persona, sconto 20% su trattamenti e prodotti Spa, *early check-in* alle ore 11 e *late check-out* alle 14 secondo disponibilità. Info: falkensteiner.com/it/hotel-spa-jesolo. Isola d'Elba: prenotazioni su visitelba.info; su elbasmartexploring.com accesso all'isola in 3D.

Campagna

Norcenni Girasole Village di Human Company: pacchetto *Digital Detox Retreat*, con 3 notti in b&b in casa mobile/Villa Norcenni, un pranzo, due cene e programma con esercizi di coaching, attività sportive outdoor, secondo il progetto ANTS, *Activity Nature Training Sense*, da 409 euro per persona. Info: norcenni.humancompany.com/it; humancompany.com. Toscana: alloggi e itinerari dedicati a Dante Alighieri nel Casentino e in altre località, si prenotano su: visittuscany.com/it/.

Figline Valdarno: effetto biofilia.

L'attrazione dell'uomo nei confronti della natura. Così Erich Fromm, psicoterapeuta e filosofo, definiva la biofilia. Secondo il quinto rapporto dell'*Osservatorio del turismo outdoor* realizzato da Human Company in collaborazione con Thrends, il 55% degli italiani quest'anno asseconderà questa passione scegliendo bungalow, case mobili e glamping per svegliarsi nel verde. Come quello che domina il Norcenni Girasole Village, immerso in 31 ettari di natura chianigiana, in cui si possono prenotare dalle tende in stile safari alle nuove case mobili Greeny, costruite secondo i criteri della bioedilizia, che non hanno nulla da invidiare a un appartamento di design, di 40 metri quadrati, con ben 15 di veranda esterna. Il village offre piscine, campi da tennis, ristoranti, esperienze sportive nel verde chiamate *Activity Nature Training Sense*. E le e-bike, con cui si pedala tra boschi, filari, strade di campagna, fino al Castello di Montefioralle, con il suo terroir vinicolo in cui si produce il Chianti Classico, e alla Pieve di San Pietro a Cascia, dov'è custodito il *Trittico di San Giovanale*, una delle prime opere documentate del Masaccio. Fino al borgo di Panzano, per mangiare in una delle cucine che servono la carne di Ciacco, alias Dario Cecchini, il macellaio-filosofo amato dagli chef.

Dalle Langhe a Niscemi: contadini e designer.

Chi è fedele a un'idea di vacanza in movimento, in sella alla bici tra uliveti e colline, oppure a piedi o a cavallo, consideri prima di tutto entroterra e colline. E le novità in questo senso. Esempi? Ha appena aperto Casa di Langa (casadilinga.com), indirizzo di sensibilità ecologica ed estetica, affacciato su vigneti e dolci colline piemontesi. Propone corsi di cucina, accademia del vino e, in stagione, caccia al tartufo. Poderi e country house restaurate (filo rosso l'architettura) sono la specialità di Boutique Homes (boutique-homes.com): basta dare un'occhiata alle proprietà in Abruzzo, Molise, Umbria e Puglia per rendersene conto. In Emilia Romagna spicca Sacramora 12, con la sua collezione di mobili, i quadri di Philippe Artias, amico di Picasso, e una biblioteca a tema graphic novel. Un bel giro d'Italia campestre si fa anche con Coltivatori di Emozioni, prima piattaforma italiana di *social farming* (coltivatoridiemozioni.com), nata per sostenere a distanza i coltivatori e i loro preziosi prodotti, dal peperone di Pontecorvo Dop di Frosinone al carciofo violetto di Niscemi in Sicilia, ma poi diventata anche occasione di viaggio. Molte realtà, infatti, si trovano nei pressi dei Borghi più Belli d'Italia, un'occasione per dormire nel verde ma a portata d'arte e gastronomia. ■