

Firenze: culla del Rinascimento e non solo

La “culla del Rinascimento” svela sotto Palazzo Vecchio i resti del **teatro romano**, risalente alla fase coloniale della città: riportati alla luce il *vomitorium*, corridoio centrale accesso per gli spettatori (stimabili tra gli 8 e i 10mila), databile tra il I e il II secolo d.c., e il margine interno dell’orchestra, riservata alle autorità.



Museo Stefano Bardini

Visitabili gli ambienti decorati e affrescati del negozio originario, museo e sede di produzione dell’**Officina Profumo Farmaceutica di Santa Maria Novella**: nata nel 1221, con l’utilizzo da parte dei Frati domenicani di erbe per unguenti medicamentosi, dal 1612 apre al pubblico e nel 1886 diviene laica e di richiamo internazionale. Notevoli gli ambienti del **Museo Stefano Bardini**, antiquario che nel 1922 donò alla città

il museo di famiglia, con pregevoli opere di Donatello, Pollaiuolo, Beccafumi. Oltre a Boboli, da vedere i giardini **Bardini, Corsi e Torreggiani**.

Info: www.comune.fi.it

Roma archeologica: camminare sulle mura e sotto il suolo

L'Urbe non annoia mai, ma se si mira a un giro alternativo da non perdere è la "passeggiata sulle mura", il camminamento di 400 metri tra Porta S. Sebastiano e via Cristoforo Colombo, parte delle **Mura Aureliane**, volute dall'imperatore Aureliano per difendere Roma dai barbari. Riaperta al pubblico la prima prigione di stato dell'antica Roma, il ***Carcer Mamertinum***, un complesso di ambienti alle pendici del Campidoglio, databili dall'età regia e per tutta l'età repubblicana.



Mura Aureliane

La tradizione medievale vuole che il luogo sia stato prigione degli apostoli Pietro e Paolo, che convertirono e battezzarono i loro carcerieri. Ancora da visitare il **Mitreo** sotterraneo a nord est del Circo Massimo, risalente al III secolo; interessanti i **sotterranei di S.Lorenzo in Lucina**, che permettono di osservare un'*insula*, uno dei grandi condomini che sorgevano nelle zone più affollate della Roma imperiale.

Info: www.comune.roma.it

Napoli: dai resti romani a Donatello

PERCHE' ANDARCI:

Dopo il tour consueto, Napoli nasconde altre bellezze uniche. Nella chiesa di Sant'Angelo a Nilo si cela un **Donatello**: l'artista, con Michelozzo e altri, realizzò per la tomba Brancacci un rilievo in marmo con l'*Assunzione della Vergine* (1426). Sorprende la commistione di stili ed epoche di **San Carminiello ai Mannesi**, chiesa medievale inglobata in Santa Maria del Carmine ai Mannesi (XVI secolo). Le devastazioni della Seconda Guerra Mondiale hanno svelato i resti di un'architettura romana di fine I secolo d.C., mentre di epoca imperiale è il Mitreo, ambiente dedito alla divinità induista Mitra. Testimonianza romana il **tempio dedicato ai Dioscuri Castore e Polluce**, edificato all'epoca della fondazione di *Neapolis*, ricostruito sotto Tiberio e inglobato tra l'VIII e il IX secolo nella basilica di San Paolo Maggiore, conservando la facciata. Nel frontone (ricostruito dopo i terremoti del 1686-88) si riconoscono i Dioscuri e la pòlis personificata.

Complesso naturalistico e ingegneristico unico è la **Crypta Neapolitana del Parco Vergiliano di Piedigrotta**, galleria di 711 metri nel tufo tra Posillipo, Mergellina e Fuorigrotta. Simbolo uterino, del passaggio tra vita e morte, ospita le tombe di Virgilio e Leopardi.



San Carminiello ai Mannesi

DA VEDERE:

Dai quattro castelli al Palazzo Reale, dal Teatro San Carlo alla Reggia di Capodimonte, dal Museo Nazionale Archeologico ai Decumani, il centro città offre numerose attrattive.

DOVE MANGIARE:

Piatti della tradizione italiana e napoletana al ristorante **Le Ancore**, zona porto www.napoliristorante.it. Vera pizza napoletana e diverse specialità alla **Cantina del Gallo**, nel rione Sanità www.cantinadelgallo.com.

DOVE DORMIRE:

A pochi passi dal Duomo, un palazzo storico di inizio XX secolo ospita l'**Albergo Palazzo Decumani** www.albergopalazzodecumaninaples.com. Vicino alla stazione ferroviaria l'accogliente e raffinato **B&B del Corso** www.bnbnapoli.it.

Info: www.comune.napoli.it

Lungomare Falcomatà: “Il più bel chilometro d'Italia”

Il lungomare del centro di Reggio Calabria, dedicato al sindaco Italo Falcomatà, protagonista e ispiratore della Primavera di Reggio, pur se più lungo di un chilometro (circa 1,7km), fu definito da **Gabriele d'Annunzio** “**il più bel chilometro d'Italia**”. Alcuni discutono questa attribuzione, ma il luogo ha del magico anche per via del **miraggio della Fata Morgana**, fenomeno ottico visibile dalla costa calabra per cui il profilo della Sicilia sembra sospeso tra cielo e mare.



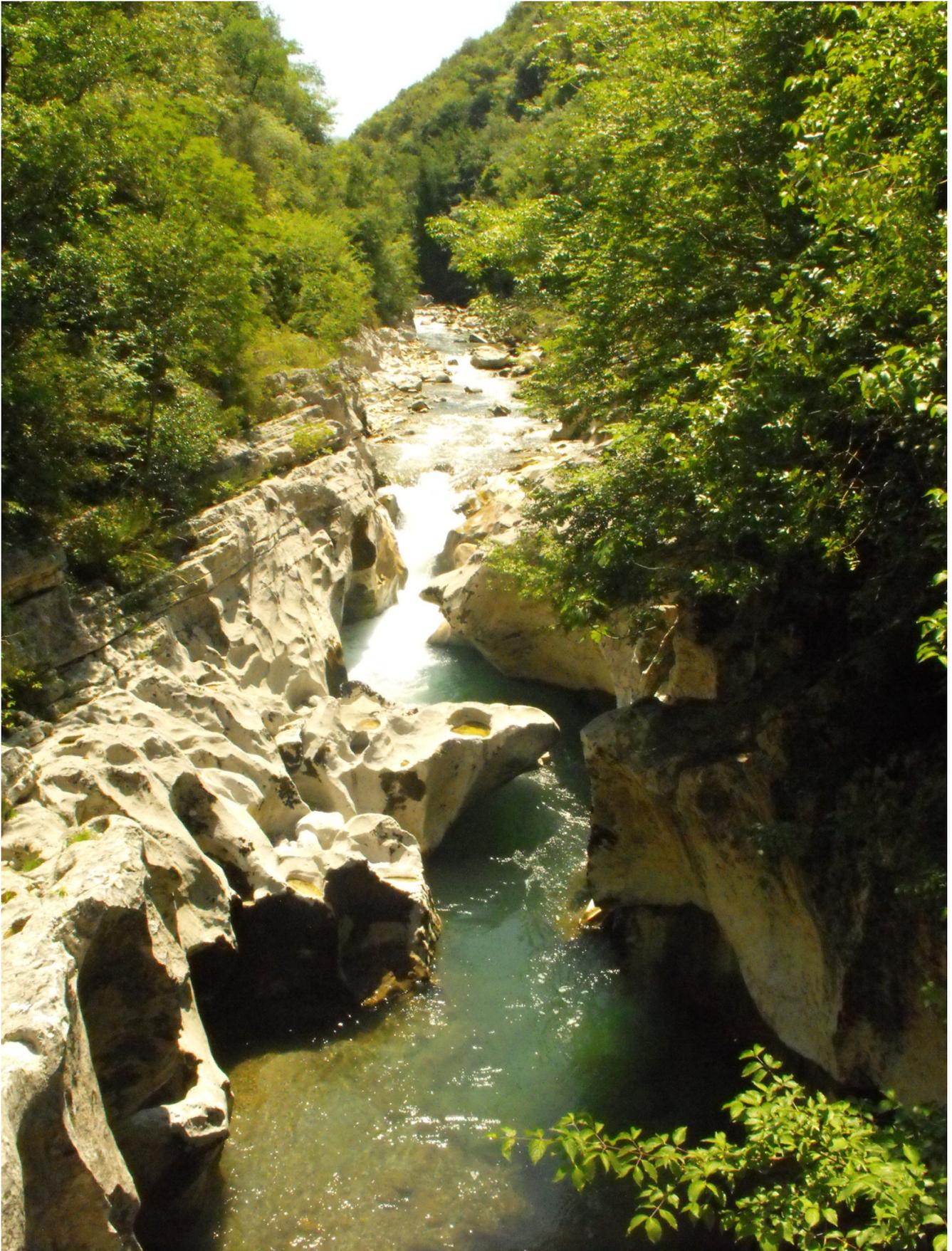
Palmizi e specie vegetali variegata costeggiano il viale, adornato da lampioni e palazzi in stile liberty, monumenti commemorativi, una fontana monumentale e alcuni resti antichi: tratti delle mura della città greca e un impianto termale di epoca romana. Notevole l'arena dello Stretto, teatro in stile greco per eventi culturali e sul molo antistante il monumento a Vittorio Emanuele III, che sbarcò qui toccando il suolo italiano per la prima volta da re il 31 luglio 1900.

Info: www.reggiocal.it/on-line/Home.html

Alla scoperta di Morigerati:

tra storia medievale e fenomeni carsici unici

Morigerati è un borgo medievale situato nel contesto del **Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano**, circa a dieci chilometri dal golfo di Policastro. Arroccato in posizione difensiva su un promontorio roccioso, il centro abitato, che conserva le caratteristiche architettoniche originarie, si organizza ad anelli concentrici intorno all'antica chiesa di S. Demetrio e al Palazzo Baronale in un susseguirsi di vicoli, sottopassaggi, piazzette.



Il comune è noto per la **riserva biologica delle grotte di Morigerati e l'oasi del WWF**, che si estende per 607 ettari; qui si trova la risorgenza del fiume Bussento, il cui tratto

sotterraneo dà vita a uno dei fenomeni carsici più importanti d'Italia. Creata nel 1985, l'oasi è il progetto di conservazione più importante del WWF Italia in difesa del territorio e della biodiversità, con la creazione di percorsi natura suggestivi tra le rapide e le cascate del fiume e scorci paesaggistici memorabili.

Info: www.comune.morigerati.sa.it

A due passi da Rimini e Riccione si nasconde Montefiore uno dei Borghi più Belli d'Italia in cui rivive l'architettura medievale

Tra "I Borghi più Belli d'Italia" e Bandiera arancione del Touring Club, **Montefiore Conca** è capitale medievale della vallata del fiume Conca, su cui svetta con l'imponente Rocca, visibile da Rimini. Circondata da boschi e campagne, a due passi dalle località marittime di Rimini, Riccione, Cattolica, *Castrum Montis Floris*, così citata per la prima volta in un documento del XII sec., si presenta nel suo impianto medievale grazie alla famiglia Malatesta che dominò il riminese nel Tre-Quattrocento.



Si accede al borgo da Porta Curina (sec. XIV-XV): salendo si incontrano il palazzo comunale, edifici medievali, la gotica chiesa di S. Paolo, la bottega del vasaio. Giunti alla Rocca, costruita nel 1340 a opera di Galeotto Malatesta, da non perdere sono gli **affreschi di Jacopo Avanzi**. Meritevoli la Chiesa dell'Ospedale, il Convento dei Cappuccini e il Santuario della Madonna di Bonora. In ogni periodo dell'anno manifestazioni e sagre animano il borgo.

Info: www.comune.montefiore-conca.rn.it

ITALIA PIU' : A PADOVA L'ORTO

BOTANICO PRIMO IN EUROPA

PERCHE' ANDARCI:

Nel centro storico di Padova sorge **il più antico Orto botanico universitario del mondo** che abbia conservato l'ubicazione originaria e le principali caratteristiche scientifiche e architettoniche.

Fondato nel 1545 su delibera del Senato della Repubblica Veneta, l'Orto nasce accogliendo la proposta di Francesco Bonafede, lettore dei Semplici, che deliberò l'istituzione a Padova di un Horto Medicinale dove studiare e sperimentare le piante medicinali parte dei "semplici", i medicinali provenienti dalla natura.

Realizzato dal bergamasco Andrea Moroni, l'Orto Botanico dal 1997 è **Patrimonio dell'umanità nella lista UNESCO**, e conserva circa 6000 piante di tutti i tipi, climi e continenti, che per la prima volta furono diffuse in Europa. Nei secoli è diventato modello per istituzioni analoghe in Italia e nel mondo: da Leida a Lisbona, Uppsala e Bratislava.



DA VEDERE

Padova è uno scrigno di gioielli artistici: unica al mondo la Cappella degli Scrovegni, con gli affreschi di Giotto; da visitare il Palazzo della Ragione, in Piazza delle Erbe, Palazzo del Capitaniato e Palazzo del Bo, storica sede universitaria.



Obbligatoria la sosta al Caffè Pedrocchi e la passeggiata al Prato della Valle, una delle piazze più grandi d'Europa. Da vedere la Basilica di Sant'Antonio, Duomo e Battistero, la Chiesa degli Eremitani e l'Abbazia di Santa Giustina.



DOVE DORMIRE

Hotel Grand'Italia Corso del Popolo, 81 35131 Padova, Tel. +39 049 8761111 <http://www.hotelgranditalia.it>

A due passi dalla stazione ferroviaria, l'antica residenza nobiliare del Cav. Guglielmo Folchi, costruita nel 1907, è sede dell'Hotel Grand'Italia, l'ideale per un soggiorno in una struttura raffinata

DOVE MANGIARE

Hostaria Padovanino Via Santa Chiara, 1, Padova +39 049 87 65 341 <http://www.hosteriapadovanino.it>

Ottimi piatti della cucina locale e nazionale rivisitati nell'accogliente e ricercata Hostaria Padovanino .

Ristorante Belle Parti Via Belle Parti, 11 – 35139 Padova PD
049 8751822 <https://www.ristorantebelleparti.it/it/home/>

Per chi ama un ambiente elegante e romantico, imperdibile, nelle sale dell'aristocratico Palazzo Prosdocimi, il ristorante Belle Parti

Per maggiori informazioni:

www.padovanet.it

<http://www.ortobotanicopd.it>

ITALIA PIU': PORTO SELVAGGIO, DOVE IL MARE E' DAVVERO PIU' BLU

PERCHE' ANDARCI:

Nel comune di Nardò, il **Parco Naturale di Porto Selvaggio**, di 1.122 ettari, offre uno spettacolo unico tra il profumo di resina e il canto delle cicale, la pineta di 300 ettari e la vegetazione della macchia mediterranea. Istituito **area naturale protetta** della Regione Puglia dal 2006, inserito nel 2007 dal FAI (Fondo Ambientale Italiano) nell'elenco dei "**100 luoghi da salvare**", il Parco si affaccia sulla costa a metà tra Porto Cesareo e Gallipoli. Considerato uno dei litorali più puliti d'Italia, merita più volte le 5 vele per le acque cristalline.



DA VEDERE:

Tre i siti di interesse, su una costa di sette chilometri: la *Palude del Capitano*, *Torre Inserraglio* e *La Baia di Uluzzo*, oltre a cavità e grotte carsiche come Grotta di Torre dell'Alto, Grotta Capelvenere, Grotta del Cavallo e Grotta di Uluzzo. Le particolari specie di flora e fauna marina sono ideali per le gite subacquee, mentre a pochi metri dal litorale si notano costruzioni simili a trulli in pietra scura, detti "furnieddhi", nati come deposito per gli attrezzi agricoli.



DOVE DORMIRE:

Villa Scinata Guest House Strada Santa Caterina, 53, 73048
Nardò (LE) +393287784390 www.scinata.com

Villa Scinata Guest House si trova a Santa Caterina (Nardò) è un'antica dimora degli inizi del secolo scorso con un parco di 5 ettari

Hotel 33 Baroni**** via Giuseppe Mazzini, 23, 73014
Gallipoli (Lecce) – Italy tel. +390833263227
<http://www.hotel33baroni.it>

Perfetto per chi ama la movida di Gallipoli, a 300 metri dal centro storico, l'Hotel 33 Baroni è un palazzo ristrutturato recentemente e dotato di tutti i comfort e i servizi.

DOVE MANGIARE:

Ristorante Corallo Lungomare Lamarmora 105 – Santa Maria al
Bagno – Nardò (Lecce), +39 0833 573603

<http://www.corallohotelristorante.it>

A Santa Maria al Bagno il Ristorante Corallo offre portate di pesce fresco locale, specialità di crudo, cotto e pizze.

Hostaria Corte Santa Lucia Via Santa Lucia, 46 Nardò
+39.0833.835275 <http://www.cortesantalucia.com>

Rustico ed elegante l'ambiente di Hostaria Corte Santa Lucia, ubicata in un'antica e tradizionale casa di corte di Nardò, dove è possibile sperimentare una cucina tradizionale rivisitata.

Per maggiori informazioni visitate il sito:
www.comune.nardo.le.it

ITALIA PIU': LA TERZA CITTA' PIU' ANTICA DEL MONDO DIVENTA CAPITALE DELLA CULTURA.

PERCHE' ANDARCI:

Terza tra le più antiche città del mondo ancora abitate è **Matera**, capoluogo della Basilicata, con i suoi 10.000 anni di vita, dopo Gerico (12.000 anni) e Aleppo (13.000 anni). La città splende per i suoi **Sassi, dichiarati dall'UNESCO "Patrimonio Mondiale dell'Umanità"** nel 1993. Sviluppatisi intorno alla Civita, creano un'intera città scavata nel tufo, un sistema abitativo articolato lungo i pendii di una profonda valle: la Gravina. Prima fulcro della civiltà contadina, oggi completamente ristrutturati, i Sassi rivivono in residenze,

botteghe artigiane, locali. Matera è candidata **Capitale Europea della Cultura per il 2019**.



DA VEDERE:

L'area più antica di Matera è costituita dai rioni Sasso Barisano e Sasso Caveoso, divisi al centro dal colle della Civita, con il Duomo; la parte medievale-rinascimentale della città si sviluppa ai bordi dei Sassi, lungo "il Piano"; infine si estende la città nuova, con eleganti rioni. Moltissime le chiese materane dal XIII a XIX secolo (numerosi gli eremi, i cenobi, le cripte, le laure e le basiliche ipogee, spesso affrescate, scavate nel tufo), di cui S.Giovanni, S.Domenico e il Duomo sono le più antiche.



DOVE DORMIRE:

Locanda San Martino, Via Fiorentini, 71 – 75100 – Matera, Italy, tel. (+39) 0835 256600 www.locandadisanimartino.it/

A cinque minuti dalla via del Corso, la Locanda San Martino è nel cuore dei Sassi e offre terrazze panoramiche e camere scavate nel tufo.

Hotel del Campo, Via Lucrezio snc – 75100 Matera (MT), tel. +39 0835 388844 www.hoteldelcampo.it/it/home

L'Hotel del Campo rimane uno dei più esclusivi a Matera, frutto del riadattamento di un'antica masseria risalente alla fine del 1700, proprietà di Domenico Ridola, fondatore dell'omonimo Museo Nazionale

DOVE MANGIARE:

Ristorante Alle Fornaci, Piazza Firrao, 7 75100 – Matera (MT),
Tel: 0835 335037

Intimo ed elegante, rappresenta un raffinato ritrovo per i cultori della cucina tipica lucana e nazionale
www.ristoranteallefornaci.it/il-ristorante

Trattoria il Caveoso, Via Bruno Buozzi, 21 (Matera)
Tel: 0835312374 www.ristorantedelcaveoso.it/

Nel cuore dei Sassi, la Trattoria il Caveoso prepara pietanze della tradizione lucana accogliendo i suoi ospiti nelle rocce secolari.

Per maggiori informazioni visitate il sito:
www.comune.matera.it

ITALIA PIU': FERRARA, UN GIRO NELLA PRIMA CITTA' MODERNA D'EUROPA

PERCHE' ANDARCI

Definita la **prima città moderna d'Europa**, Ferrara detiene tale primato dal periodo rinascimentale, quando, per volere del duca Ercole I d'Este, nel 1484, la città fu sottoposta a una

delle più importanti progettazioni urbanistiche della storia europea moderna. L'Addizione Erculea, primo esempio di pianificazione ragionata degli spazi urbani, fu opera dell'architetto **Biagio Rossetti**. La nuova parte della città viene chiamata Arianuova, collocata al di fuori del vecchio asse del castello medievale, e connotata fino alla fine del XIX secolo da ampie aree verdi interne alle nuove mura rossettiane.



DA VEDERE

Ancora oggi si conservano intatti il **centro storico medievale-rinascimentale**, iscritto dal 1995 alla lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO, e le **delizie estensi**, cioè le residenze disseminate in tutto il territorio della Signoria, anch'esse nella lista del patrimonio mondiale dell'umanità assieme al **delta del Po**. Il centro storico, circondato dalle mura rinascimentali che si estendono per nove chilometri, è dominato dal Castello Estense, da cui comincia corso Ercole I d'Este, lungo il quale si incontrano Palazzo Prosperi Sacrati,

Palazzo dei Diamanti, la Certosa Monumentale, il Tempio di San Cristoforo alla Certosa. La parte medievale, costituita da vicoli, stradine e volte come via delle Volte, ospita palazzi memorabili come Casa Romei. Da non perdere Palazzo Schifanoia, con la Sala dei Mesi del Cossa e Roberti, oggi sede del Museo Civico, mentre il Museo Archeologico Nazionale si trova all'interno di Palazzo Ludovico il Moro. Sotto gli Este, Ferrara viene trasformata in un centro artistico europeo, ospitando personalità come Ludovico Ariosto e Torquato Tasso, Niccolò Copernico e Paracelso, Andrea Mantegna e Tiziano, Giovanni Pico della Mirandola e Pietro Bembo. La "città delle biciclette" è visitabile su due ruote, grazie all'estesa rete di percorsi cicloturistici.



DOVE DORMIRE:

Hotel Annunziata**** Piazza Repubblica, 5 – 44121 Ferrara.
Tel. +39 0532 201111

La struttura sorge in pieno centro con vista sul Castello.
Dotato di tutti i comfort e arredamento di design
www.annunziata.it.

DOVE MANGIARE:

–

Ristorante Antico Giardino Via Martelli, 28 – 44123 Ferrara,
Tel.+39 0532 412587

L'Antico Giardino è un piccolo gioiello della ristorazione ferrarese dove convivono la tradizione culinaria emiliana e l'innovazione <http://www.ristoranteanticogiardino.com/>.

Per maggiori informazioni: www.ferrarainfo.com

Puglia Segreta: a Gravina la “Sistina della pittura rupestre”

Bagnata da due mari, definita dal National Geographic la “regione più bella del mondo”, la Puglia non smette di stupire per la varietà di

segreti che custodisce. Amata da greci, romani, bizantini, oltre alle sue mete più note e al patrimonio paesaggistico, svela cattedrali romaniche che ammaliano per la purezza, vasi greci unici al mondo, anfiteatri romani e parchi archeologici, fortezze medievali, ma anche i segni delle civiltà antiche rupestri, ipogei dedicati alla Dea Madre e dolmen millenari patrimonio dell'Umanità UNESCO.

A 350 metri sul livello del mare, tra il pre-Appennino lucano e la Murgia, sorge la città antica di Gravina, in parte estesa sulle sponde di un crepaccio profondo che ricorda i canyon, scavato nella roccia calcarea dal torrente Gravina. Nello scenario paesaggistico del **Parco Nazionale dell'Alta Murgia**, di cui Gravina ospita la sede, questo comune dalla storia antica conserva architetture e testimonianze uniche.

Dopo un susseguirsi di anfratti, affacciata alla spaccatura rocciosa, la chiesa rupestre di **San Michele alle Grotte** è una delle più interessanti dell'area e la prima cattedrale del comune: l'edificio in tufo ha pianta quadrangolare a cinque navate, sorrette da 14 pilastri in pietra naturale. Sulle pareti della chiesa, che ospita numerose opere tra cui una tomba medievale, sono visibili residui di affreschi del XIII secolo come il grande *Cristo Pantocratore tra i santi Paolo e Michele*, mentre nella grotta attigua si trovano teschi e ossa che sono legendariamente attribuiti ai martiri dell'attacco saraceno del 999.

Tesoro di rara bellezza, tanto da essere denominata "La Sistina della Pittura Rupestre", è **la cripta di San Vito Vecchio**, i cui preziosi affreschi, strappati per salvaguardia ed esposti all'esposizione Universale di Bruxelles nel 1958, poi a Roma, Atene e Bari, sono ora custoditi presso la Fondazione Ettore Pomarici Santomasi che ne ha ricostruito

l'ambiente originario. Il complesso, fra i meglio conservati del patrimonio di pittura a fresco pugliese di età medievale, è dominato dalla maestosa figura del Cristo Pantocratore in mandorla circondato da angeli, seduto su un trono la cui spalliera concava, decorata con cerchi di perline, segue l'andamento dell'abside, il cui profilo esterno presenta un vivace motivo decorativo di ascendenza islamica.



Cripta di San Vito Vecchio

Per maggiori informazioni visitare il sito <http://fondazioneasantomasi.it> e Pro Loco Unpli Gravina www.prolocogravina.it

DOVE MANGIARE:

TRATTORIA ZIA ROSA, Via Marconi, 18, 70024 Gravina in Puglia (Ba), **0803257842** www.trattoriaziarosa.it

Nel centro storico di Gravina, permette di assaporare i tipici

profumi di un passato lontano, rivisitati in chiave moderna in un ambiente elegante.

OSTERIA SANT'AGOSTINO, Corso Vittorio Emanuele 12, 70024 Gravina in Puglia (Ba), Tel. 3391854418

Qui si gustano i veri sapori della Murgia: da non perdere la pasta fresca fatta a mano.

DOVE DORMIRE:

PRINCIPE RELAIS, Via XX Settembre 8, 70024 Gravina in Puglia (Ba), tel. +39 080 914 0330 principerelais.it

*In un edificio di inizio Novecento completamente ristrutturato sorge **Principe Relais**, per un soggiorno di relax ed eleganza nel centro storico, con SPA annessa*

B&B FONDO VITO, Vico Fondo Vito n.1, 70024 Gravina in Puglia (Ba), tel. +39 345 03 41 710, fondovito.it

*A pochi metri da San Michele alle Grotte sorge il **b&b Fondo Vito**: per un'esperienza autentica in una caratteristica casa del rione medievale.*



Bonassola, un paradiso tra cielo e mare

Bonassola è un'oasi di pace, ospita poco meno di mille abitanti e questo la rende il buen retiro di chi vuole staccare la spina anche solo per un fine settimana dai ritmi frenetici della città. Noi vi consigliamo di visitare Bonassola in primavera per evitare la ressa estiva e per godere del grande risveglio della natura che dà vita a emozionanti scenari.



Bonassola -la spiaggia- foto di Alessandro Benedetti CNR

Bonassola fa parte del **Parco Nazionale delle Cinque Terre** e si trova in un punto strategico che permette di scoprire giorno per giorno tutte le località vicine. Come Levanto, Framura, Monterosso, Vernazza (<https://www.weekendpremium.it/wp/vernazza>), per gran parte raggiungibili in bicicletta attraverso una pista ciclabile e pedonale create sul tracciato delle ferrovie dismesse e ricostruite più a monte. Percorrendo questo tratto potrete ammirare scenari mozzafiato e vedere sotto di voi un mare bellissimo e una spiaggia tra le più ampie della Liguria fatta di sabbia fine e sassolini. Oltre a uno splendido mare pulito Bonassola regala molti spunti di visita anche agli amanti di storia, cultura e architetture. A cominciare dal castello di Bonassola, a lungo abbandonato e solo da alcuni anni riportato agli antichi splendori. Nato come rifugio in caso di attacchi dei pirati, oggi sfoggia eleganti saloni e meravigliose viste sul mare. C'è anche la bellissima Chiesa Santa Caterina d'Alessandria che, a dispetto della facciata semplice, sfoggia

al suo interno ricchi addobbi e decorazioni.



Bonassola

Ma la chicca di questa località è la *"Madonnina della punta"*, una suggestiva chiesetta a strapiombo sul mare dal fascino unico che permette di ammirare tutto il Parco Nazionale delle Cinque Terre. Volete un consiglio? Andateci al tramonto: diventerà una delle gite più romantiche della vostra vacanza.

I viaggiatori più temerari e allenati possono fare un'altra escursione che porta non lontano dalla Madonnina della Punta e conduce a *Il salto della lepre*, una roccia a strapiombo sul mare che prende il nome da un'antica leggenda secondo cui una lepre fiera e impavida, piuttosto che farsi catturare e uccidere dal cacciatore che l'inseguiva, preferì lanciarsi nel vuoto dello strapiombo. Grandi le emozioni che vi regalerà questa escursione ma solo se non soffrite di vertigini.

A solo 20 minuti c'è un'altra splendida località. È **Levanto** che, pur essendo una cittadina molto piccola, offre tante cose da fare e vedere.

Come i bellissimi palazzi della parte vecchia della città, la facciata della chiesa della Madonna della Costa, la chiesa di Sant'Andrea dalle architetture romaniche. Consacrata nel 1463, la chiesa ha una bellissima facciata in marmo e serpentinite verde (tipico decoro dell'architettura gotica, ndr).



Chiesa di
Sant'Andrea
(Levanto)



Chiesa di
Sant'Andrea
(Levanto)
interno

Anche il Castello di Levanto, risalente al 1165, con la sua torre circolare e quattro muraglie, merita una visita. Ma essendo una proprietà privata apre le porte ai visitatori solo in alcune occasioni. Vale la pena raggiungere anche la Chiesa di San Rocco per ammirare le quattro bellissime tele del Settecento custodite al suo interno.

Non vi resta che godervi in tutta tranquillità i bellissimi

panorami rilassandovi davanti a piatti semplici ma deliziosi della cucina tipica del posto che, per le tradizioni gastronomiche e per i vini, vanta l'ingresso nel prestigioso circuito delle "Città Slow".



Bonassola – il suo mare – foto di Alessandro Benedetti CNR

Un ottimo punto di partenza per andare alla scoperta delle Cinque Terre è l'incantevole Resort La Francesca (www.lafrancescaresort.it), una struttura immersa nel verde e nel silenzio a tre chilometri da Bonassola e a quattro da Levanto.

È costituita da un complesso di 55 abitazioni, suddivise fra villette e appartamenti, alcuni vista mare, immersi in 15 ettari di parco.



Bonassola le casette del resort
La Francesca

Un luogo immerso nella natura tra giardini, boschi di pino a picco sul mare, dove si cerca in tutti i modi di rispettare l'ambiente e la natura spesso a discapito della comodità. Le auto, per esempio, si parcheggiano ai piedi del promontorio (solo se autorizzati potrete salire alle casette con le auto): oltre a non inquinare l'ambiente, questo permette di lasciare liberi i vostri bambini qualora foste in vacanza con loro. Qui regna l'assoluto silenzio rotto dal cinguettio degli uccelli e dal soffio del vento. Se amate la natura, vi piace camminare e adorare il silenzio, questa struttura fa al caso vostro. All'interno del resort, a disposizione degli ospiti, una piscina, un campo da tennis, un bar, un minimarket, un campo giochi per bambini oltre alla spiaggia privata e all'ottimo ristorante "Rosa di mare" con una bellissima terrazza. Il locale propone cucina della tradizione ligure e mediterranea. Sul menu spiccano le sardine panate e fritte e le lasagnette di pesce innaffiate dal vino DOC prodotto in zona. Per informazioni e prenotazioni: Resort La Francesca, Località La Francesca, Bonassola (SP), tel. 0187.813911, fax 0187.8139108, e mail: booking@lafrancescaresort.it.



Bonassola panorama dal resort La Francesca

Santa Maria a Monte: la città

elicoidale

SANTA MARIA A MONTE (PISA)

LA CITTA' ELICOIDALE – Nel Valdarno Inferiore, in provincia di Pisa, sorge su un colle **Santa Maria a Monte**, tra i più rari esempi di borgo medievale con tipica struttura a chiocciola impostata su una sola strada principale. Per le vie si osserva l'impianto medievale della città, svelato da case-torre, archi, il Palazzo del Podestà, la Torre dell'orologio e la collegiata di S. Giovanni, con campanile a torre, che conserva un prezioso pergamino romanico-lucchese del XII secolo.



Oltre alle numerose chiese, da visitare il **museo Casa Carducci**, nel centro cittadino dove visse la famiglia del poeta per un periodo. Anche gli avi di Galileo ebbero dimora qui. Dal 2013 il **Parco Archeologico della Rocca**, sulla sommità del borgo, è aperto al pubblico per ammirare i resti altomedievali di una pieve con cripta, fornaci, strutture fortificate e un complesso religioso militare del XIII secolo.

ITALIA PIU' : LA PIU' GRANDE STRUTTURA FORTIFICATA D'EUROPA

PERCHE' ANDARCI: In Val Chisone, a pochi chilometri da Sestriere, si erge la **fortezza di Fenestrelle**, non solo la più grande d'Italia ma d'Europa. Uno degli edifici militari più imponenti al mondo, tanto da guadagnarsi l'appellativo di "**grande muraglia piemontese**", seconda solo a quella cinese. Con le sue mura, batterie, ridotte e scale, la struttura di Fenestrelle parte dal fondovalle e sale lungo la montagna per oltre 3 Km, con un dislivello di 635 metri, su una superficie di 1.300.000 mq. Due scale collegano i tre forti (Forte San Carlo, Tre Denti e Delle Valli): la "**Scala Coperta**", la più lunga al mondo non esterna, scavata dentro una galleria artificiale, con suoi 4.000 gradini; la "Scala Reale", all'aperto, voluta da Carlo Emanuele III, con circa 2.550 gradini e lunga circa 2 Km.

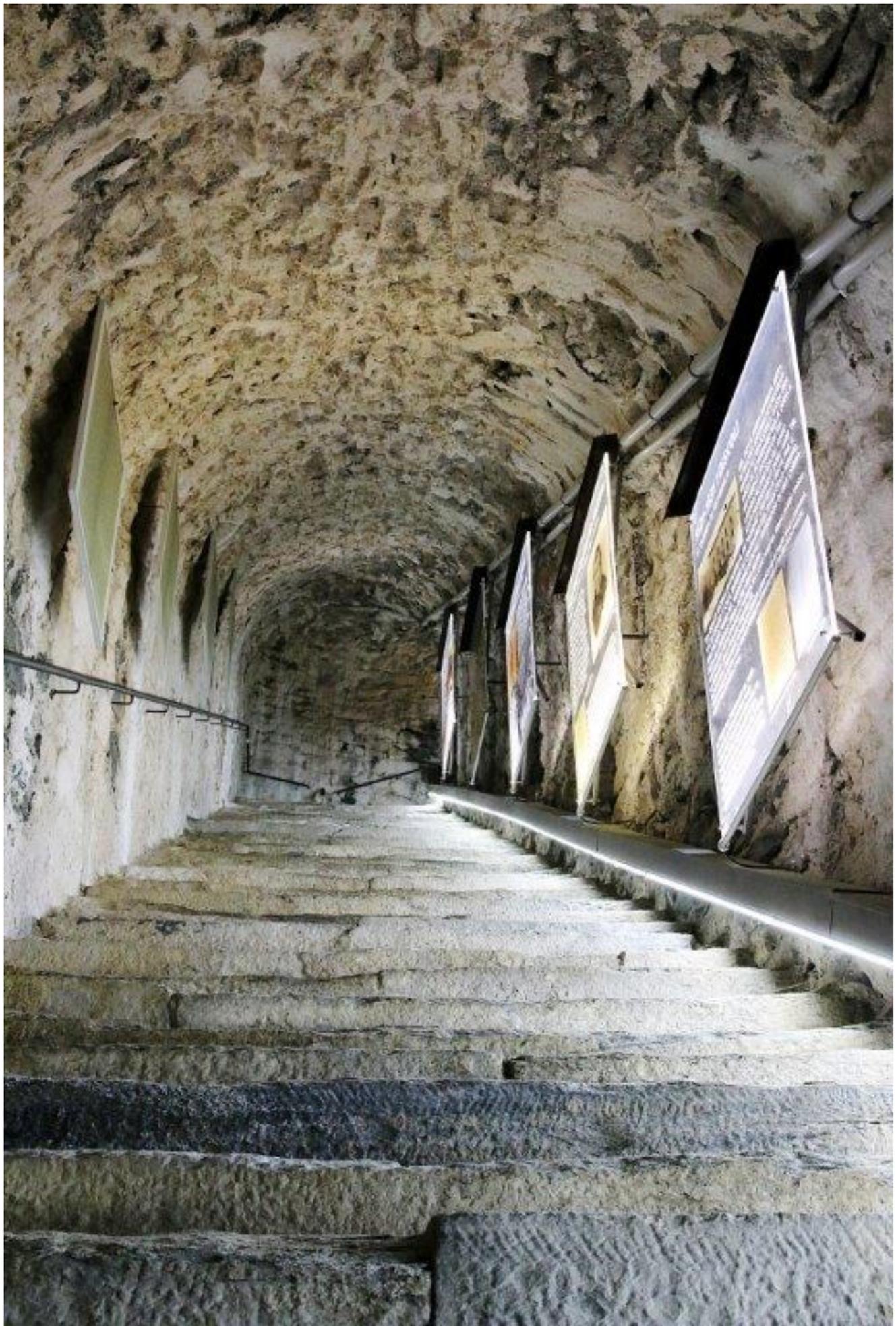


La costruzione del forte ebbe inizio nel 1728 dalla cima della montagna, per volontà di Re Vittorio Amedeo II come difesa dai francesi, e raggiunse il fondo valle 122 anni dopo. Ma l'imponenza del complesso e la lunghezza delle mura scoraggiarono qualsiasi tentativo di attacco. La fortezza è visitabile secondo modalità differenti a seconda del tempo e delle energie del visitatore.

DOVE DORMIRE: Per un soggiorno confortevole nella località di Fenestrelle un albergo sorto in un edificio storico degli anni Trenta, **Hotel Pracatinat** www.pracatinat.it A pochi chilometri da Fenestrelle il nuovo resort elegante stile chalet **Club Med Prigelato Via Lattea Resort** http://www.clubmed.it/cm/soggiorno-prigelato-vialattea-italia_p-197-l-IT-v-PRAC-ac-vh.html

DOVE MANGIARE: In prossimità del forte, il **Cafè des forcats** è una location suggestiva e curata che propone menù con piatti tipici e ricette locali. Cafè des forcats, via del Forte, Fenestrelle.

Informazioni: www.comune.fenestrelle.to.it



L'inverno sta arrivando! E "fioccano" le offerte

"L'inverno sta arrivando", è il motto della nota serie TV "Il trono di spade". Ebbene, gli appassionati di sci e di neve non vedono l'ora! Già in questi giorni la prima neve è caduta sulle Alpi e sugli Appennini, preannunciando una stagione sciistica "coi fiocchi". Molti comprensori, infatti, inaugureranno alla fine di novembre. Insieme alla neve "fioccano" anche le offerte. La tendenza di quest'anno, infatti, è quella di regalare una notte a chi sceglie un pacchetto turistico. Di seguito, ecco alcune proposte.

Plan de Corones, nei Winkler hotel una notte è gratis

Nel comprensorio sciistico più moderno dell'Alto Adige, che vanta 120 km di piste e 32 impianti di risalita con sedili riscaldati e wi fi, snowpark e kidspark, dal **25 novembre al 23 dicembre** gli hotel del gruppo Winkle propongono un pacchetto speciale che prevede 4 notti al prezzo di 3, oppure 8 notti al prezzo di 6. I tre hotel del gruppo, l'Hotel Lanerhof, l'Hotel Winkler e l'Hotel Sonnenhof distano rispettivamente, 6, 1 e 7 km dalle piste da sci, con servizio di navetta gratuita in funzione dalle 8 del mattino alle 17.



L'Hotel Winkler è un 4 stelle rinnovato a luglio 2017 che ha come punto di forza un'area benessere di 3500 mq con piscine e saune dal design alpino, con ampie vetrate. Ben 7 le piscine indoor e outdoor, che si aggiungono alle aree relax con vista sulla natura. La sauna panoramica è dotata di gettate di vapori speciali e di un canale di acqua fredda. Inoltre, c'è anche un'area cardio fitness e una sala ginnastica. Le piste si raggiungono in appena 2 minuti. Il prezzo a persona per **4 notti in mezza pensione** parte da **€ 375 al giorno**, per **8 notti da € 750**.

A pochi km da Brunico, in località Mantana, l'**Hotel Lanerhof****** offre lussuosi appartamenti con vasca doppia di design con idromassaggio e camere da letto doppie. Anche qui si trovano 3mila mq di area wellness e spa con piscina coperta, piscina esterna riscaldata, idromassaggio indoor e outdoor con acqua salina riscaldata, percorso Kneipp all'aperto, 9 saune e bagni turchi, docce emozionali e nebulizzate e un'ampia scelta di trattamenti beauty. C'è anche una vasca per i bambini. Il prezzo a persona per **4 notti in mezza pensione** parte da **€ 321 al giorno**, per **8 notti da € 642**.



Infine, l'**Hotel Sonnenhof******, propone una vista super panoramica per ammirare i colori dell'autunno e dell'inverno. A disposizione degli ospiti una grande piscina con sfioro all'aperto con acqua tiepida. Mille metri quadrati di Spa sono dedicati al benessere con una grotta con idromassaggio caldo, sei saune, 5 aree relax e una Spa privata per trattamenti di coppia. Il prezzo a persona per **4 notti in mezza pensione** parte da **€ 315 al giorno**, per **8 notti da € 630**.



Il pacchetto consente di soggiornare 4 notti al prezzo di 3 e 8 al prezzo di 6 e include tutti i servizi degli hotel. Inoltre, skipass a prezzo speciale, servizio di bus naveta per la stazione a valle di Riscone per chi arriva in treno, 20% di sconto sul noleggio sci presso i partner aderenti all'iniziativa, 15% di sconto presso le scuole di sci aderenti, e buono di 30€ a persona per i soggiorni di una settimana.

INFO: www.winklerhotels.com

In Val Gardena con l'offerta "Dolomiti Superpremiere"

Ortisei, Santa Cristina e Selva di Val Gardena sono già imbiancate- Forte del sesto posto tra le dieci migliori destinazioni sciistiche di tutto il mondo, conferito dal portale tedesco www.skigebiete-test.de, e da TripAdvisor, la Val Gardena si prepara alla grande all'apertura della stagione. Proprio per consentire di godersi alla grande la prima neve, propone l'offerta **Superpremiere**, valida **dal 6 al 23 dicembre 2017**.



Chi soggiorna per almeno 4 notti, ne avrà una in omaggio. Invece, chi prenota almeno 6 notti ne avrà in omaggio 2. L'offerta include, oltre alle notti in regalo, anche agevolazioni sullo skipass, sul noleggio sci e prezzi speciali presso le scuole di sci del comprensorio.

INFO: www.valgardena.it

In Val di Fiemme la prima neve porta tanti regali

La stagione dello sci in Val di Fiemme parte con un regalo speciale: un pacchetto che include una notte gratis e un giorno di skipass. L'offerta è valida **dal 25 novembre al 23 dicembre 2017** e consente di soggiornare per 4 notti al prezzo di 3 o 7 notti al prezzo di 6. Inoltre, sono compresi nell'offerta anche uno sconto del 5% sull'acquisto dello skipass plurigiornaliero adulti (4 giorni al prezzo di 3 e 6 giorni al prezzo di 5), uno sconto del 10% sul noleggio settimanale dell'attrezzatura da sci o da snowboard, uno sconto del 20% sui corsi collettivi di sci. A fronte dell'acquisto dello skipass, poi, ci sono in regalo anche 2 serate di sci in notturna presso l'Alpe di Cermis e un buono di 15 euro da spendere in prodotti tipici o nei centri

benessere. I prezzi partono da € 93 a persona in B&B per 4 notti.



Dal 10 al 17 dicembre, invece, si possono scegliere due weekend lunghi e prenotando 4 giorni uno è gratis. Ai ai benefit del pacchetto precedente, si aggiungono anche un welcome drink, programma di concerti e après ski, ingresso allo Stadio del Ghiaccio di Cavalese e alle piste di pattinaggio della valle per tutta durata del soggiorno e ingresso alla Piscine comunali coperte di Cavalese e Predazzo a fronte dell'acquisto dello Skipass. I prezzi partono da € 93 a persona per 4 notti in B&B, ma sono disponibili anche residence e hotel a 3 e 4 stelle.

INFO: www.visitfiemme.it

Sul Cimone, "Akkiappa la neve"

Nel comprensorio del Cimone, sull'Appennino modenese, nel fine settimana del 16 e 17 dicembre si scia per due giorni al costo di 82 euro a persona grazie all'offerta "Akkiappa la neve". Nel prezzo è incluso 1 pernottamento nella struttura scelta tra quelle aderenti con sistemazione in camera doppia, 2 giorni di skipass festivi (sabato e domenica), 1 buono pasto

in locale convenzionato. Il prezzo scende a € 45 per i bambini da 4 a 7 anni. Su richiesta possibilità di aggiungere anche la notte del venerdì.

INFO: www.vallidelcimone.it



In Valle Aurina (Bz), benessere per due

Febbraio è il mese di San Valentino. Perché allora non sorprendere la propria dolce metà con un soggiorno romantico? Il Wellnessresort ALPENSCHLÖSSL & LINDERHOF****S di Cadipietra (BZ), in Valle Aurina, propone il pacchetto **“Vacanza romantica per due”**, valido **dal 4 al 9 febbraio 2018** e **dal 18 febbraio al 6 aprile 2018**.



L'offerta include 3 pernottamenti premium "all inclusive" in camera romantica con balcone con vista sulle montagne e arredi in legno, sorpresa di benvenuto, una colazione a letto, un Romantic Show nella piscina salina, un bagno di bellezza Serail in coppie e 1 massaggio parziale, gettate a tema in sauna, utilizzo libero della A&L Spa e programma fitness giornaliero.

In più, il trattamento premium consente di usufruire di una ricca colazione a buffet, di un delizioso brunch con insalate fresche, finger food mediterraneo, pasta, piatti caldi della tradizione e dolci fatti in casa. La sera, cena gourmet con piatti della tradizione altoatesina e nazionale, con selezione di formaggi regionali e, una volta a settimana, buffet di dessert e serate gastronomiche a tema.



L'ultimo giorno, possibilità di usufruire dei servizi dell'Hotel per tutto il giorno anche dopo aver liberato la camera in mattinata. Tra questi, c'è l'uso della A&L Spa con piscina e sauna e pranzo a buffet. **Prezzi a partire da € 583 a persona.**

INFO: www.wellnessresort.it

L'Isola di Budelli la compriamo noi: sarà l'isola dei ragazzi

La spiaggia rosa tornerà all'asta: "Se i soldi non li ha lo Stato, li mettiamo noi. Bastano 50 centesimi a testa

Sembrava fosse già cosa fatta: l'**Isola di Budelli**, la perla dell'arcipelago della Maddalena, finita in mano al magnate di turno. Budelli è considerata una delle più belle isole del Mediterraneo, nonché simbolo del Parco nazionale.

E invece, un inaspettato dietrofront del proprietario, il neozelandese **Michael Harte**, fa riaccendere la speranza che questa meraviglia italiana possa ritornare nostro patrimonio. Pare infatti che il magnate scoraggiato, evidentemente, dai troppi vincoli che non gli avrebbero consentito di realizzare il suo piano, abbia rimesso all'asta l'isola.

Ed ecco che nuovi acquirenti, di certo insoliti, si propongono; sono gli studenti della II B della scuola media di Mosso, con un'iniziativa tutt'altro che ha la perspicacia che solo i giovani hanno.

Sarebbe davvero bello se Budelli diventasse l'isola dei giovani. Pubblica, cioè patrimonio di tutti. Se i soldi non li ha lo Stato, allora li mettiamo noi. Con la nostra idea contageremo tutti gli studenti d'Italia.

Come se non bastasse, i giovani hanno dato prova di essere pragmatici e concreti e hanno pensato anche al lato economico della faccenda, organizzando una colletta: 75 euro sono stati già versati assicurano: *Sembrano pochi, ma è un primo passo. Noi abbiamo donato 50 centesimi per ciascuno dei 1500 abitanti del nostro paese. Il messaggio che vogliamo lanciare è questo: se tutti gli studenti italiani donassero 50 centesimi potremmo mettere insieme i tre milioni di euro necessari per vincere la prossima asta. Così eviteremo che questo patrimonio finisca nelle mani di un privato, di uno sconosciuto.*

La campagna «**Non si sBudelli l'Italia**» sbarca ora sui social network. Su Facebook i ragazzi della media di Mosso (da anni gemellati con una scuola del Nepal) sono pronti a lanciare il loro messaggio. Stanno preparando una pagina per coinvolgere gli studenti di tutta Italia e forse quelli dell'intera area

mediterranea. A partire dagli alunni delle scuole della Sardegna. Per il sogno (e la tenacia) i ragazzi della II B hanno già meritato un dieci e lode.

