

Escursioni nella natura, nei parchi storici e buoni sapori. Ecco gli eventi del weekend

Si moltiplicano le occasioni per regalarsi un weekend fuori porta e si arricchiscono i calendari dei grandi eventi estivi. In tutta Italia c'è solo l'imbarazzo della scelta tra escursioni nella natura, eventi enogastronomici, feste e sagre. Ecco, come di consueto, gli eventi che abbiamo selezionato per voi per il **weekend del 10 e 11 luglio**.

A Teglio (SO) per Sano Festival

Nel **fine settimana del 10 e 11 luglio**, Teglio, in **Valtellina**, farà da cornice a **Sano Festival**, la manifestazione dedicata a temi come la salute, l'armonia, la natura e le discipline olistiche promuovendo una visione a 360° per migliorare lo stile di vita, sia individuale che collettivo. In un clima di festa e convivialità si potranno incontrare aziende, operatori e professionisti del wellness, aziende agricole, operatori olistici, produttori di alimenti biologici, aziende che utilizzano sistemi di commercio circolare e molto altro.



Il tutto nella splendida cornice di Teglio, che si affaccia su una terrazza soleggiata a 851 metri sul livello del mare ed è uno dei **borghi più belli d'Italia**. Qui si coltiva il grano saraceno, ingrediente dei **pizzoccheri della Valtellina**, la cui ricetta è tutelata dall'Accademia del Pizzocchero. Un'occasione da non perdere per trascorrere un weekend all'insegna della natura, del benessere e dei buoni sapori.



INFO: www.sanofestival.it e www.teglioturismo.com

Senigallia Città Gourmet

Inaugura **sabato 10 luglio Senigallia Città Gourmet**, la manifestazione che accende i riflettori sulla ricettività d'eccellenza della città marchigiana, famosa per la più alta concentrazione di Stelle Michelin d'Italia in rapporto alla popolazione. Qui, infatti, si trovano i ristoranti di **Mario Uliassi**, che vanta tre stelle Michelin, e **Moreno Cedroni**, che ne ha due. Ma la città è famosa anche per la sua **Rotonda sul Mare** e per la "spiaggia di velluto". Il programma prevede, alle 10.30, preso la celebre Rotonda, il "Simposio dell'accoglienza Italiana" che sancirà ufficialmente l'apertura dei lavori e prevede gli interventi dei protagonisti dell'ospitalità italiana. Tra gli ospiti, la chef stellata **Rosanna Marziale**.



Alle 18.30, sempre alla Rotonda, si tiene una degustazione spettacolo alla scoperta di pregiati sapori di mare e di terra, condotto da Tinto di Rai Decanter che guiderà un viaggio in compagnia degli chef dell'Accademia di Tipicità. Alle 21, gran finale con la presentazione del romanzo dello stesso Tinto "Il Collo della Bottiglia", tra musica e storie di vino. La manifestazione prosegue poi **fino al 18 luglio** nei ristoranti, negli hotel e nelle strutture che aderiscono con speciali proposte a tema.



INFO: www.tipicitaexperience.it e 0734/277893

A Firenze una mattina nel parco di Villa Demidoff

Sabato 10 luglio è in programma una mattinata in compagnia nel **Parco di Villa Demidoff**, rifugio del più eclettico componente della famiglia de' Medici, **Francesco I**. Egli, infatti, scelse un luogo fuori dal caos della città di Firenze per ritirarsi con la discussa seconda moglie, Bianca Capello e per realizzare il suo ambizioso progetto di Giardino all'Italiana assoldò le più eccellenze maestranze fiorentine del Cinquecento, da Bartolomeo Ammannati a Bernardo Buontalenti, da Valerio Cioli a Vincenzo Danti al Giambologna. Oggi, si possono ancora vedere 60 diverse specie arboree e una fauna variegata, tra cui lepri, scoiattoli e fagiani ma, soprattutto, capolavori come la **Fontana di Giove**, il **Colosso dell'Appennino**, il **Parco dei Moderni**, lo **Stradone delle Pile**, il **Parco degli Antichi** e la **Fontana della Lavandaia**.



Il ritrovo per la partenza è alle ore 10.30 in Piazza San Marco, a Firenze, da dove si partirà insieme in autobus (saranno forniti i biglietti dall'organizzazione) per raggiungere Villa Demidoff a **Pratolino**. Si dovrà portare con sé una coperta o un asciugamano per sedersi nel parco, pranzo al sacco per un veloce aperitivo sull'erba, e poi un ombrello o un impermeabile, acqua da bere, scarpe comode. **Quota di partecipazione** € 16 a persona. Prenotazione obbligatoria.



INFO: www.crocustrip.com

A Roma visita guidata a Cinecittà sulle orme di Fellini

Domenica 11 luglio, alle 11, nell'ambito della rassegna culturale "Alla Luce dell'estate", è in programma una visita guidata agli **Studi di Cinecittà**, in via Tuscolana 1055, dedicata a Federico Fellini e al suo mondo immaginario. Si potranno seguire i percorsi dedicati al grande regista attraverso l'esposizione "Cinecittà si Mostra", e, in particolare, a "**Felliniana – Ferretti sogna Fellini**", a firma dello scenografo Dante Ferretti e Francesca Lo Schiavo, entrambi tre volte Premio Oscar. Un'installazione che celebra i ricordi e la memoria della collaborazione tra Ferretti e il grande regista riminese. Quota di partecipazione: adulti € 15, bambini 5-12 anni € 7, minori di 5 anni gratis.



INFO: www.cinecittasimostra.it

A Miseno (NA), un'escursione in kayak sulle orme dei Romani

Sabato 10 luglio a Miseno, in provincia di Napoli, è in programma una splendida escursione storico naturalistica davvero fuori dal comune. In compagnia di guide esperte, in kayak e con un'imbarcazione di origine orientale, **la Dragon Boat**, si andrà alla scoperta della costa di Miseno dove all'epoca dei romani era stanziata una **flotta militare di 250 navi** e da dove, nel 79 d.C, Plinio il Vecchio partì per portare soccorso agli abitanti di Pompei, colpiti dall'eruzione del Vesuvio. Si andrà alla scoperta di grotte, calette nascoste, si passerà da punta Pennata e si potrà vedere anche la famosa piscina naturale chiamata "Schiacchettello". In programma anche una sosta in spiaggia per riposarsi per un bagno.



INFO e Prenotazioni: tel 320/3339120

A Cassano delle Murge (BA), trekking nella Foresta di Mercadante

Venerdì 9 luglio, a **Cassano delle Murge**, in provincia di Bari, è in programma un'affascinante escursione guidata serale, "Tra querce ed eremi", con aperitivo nella **Foresta di Mercadante** organizzata da Puglia ArcheoTrekking. Il percorso si snoda tra luoghi nascosti, dove erano celebrati riti antichi, tra natura, arte e storia. Un vero e proprio viaggio nel tempo, che si concluderà con un **aperitivo a base di focaccia e vino rosso**. Si parte alle 19.15 dalla Strada Provinciale 145. Il percorso è di circa 6,5 km e dura circa 2,5 ore. Facile e adatto anche ai bambini, poiché i dislivelli sono minimi. Indossare scarpe da trekking o da ginnastica robuste, pantaloni lunghi, abbigliamento sportivo, vestirsi a strati e portare impermeabile, acqua almeno 1 litro a testa, torcia. **Quota di partecipazione € 13 a persona, prenotazione**

obbligatoria indicando numero dei partecipanti, cognome e recapito telefonico.



INFO: info@pugliarte o tel 340/3394708 anche WhatsApp