



Sì, viaggiare

Appunti per il mondo a cura di Romano Gandossi e Marco Morelli



Nei parchi naturali della Toscana

Tuscan Coast & Island Walking Festival: a piccoli passi dalla Costa fino al cuore dell'Arcipelago.

Dal 3 aprile al 28 giugno e dal 2 al 25 ottobre 2009, i sei Parchi Naturali della Costa Toscana e delle Isole dell'Arcipelago diventano il teatro del primo Tuscan Coast & Islands Walking Festival.

Nel Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano, sono previsti percorsi per bambini che possono partecipare anche in assenza dei genitori. **Sabato 4 aprile, La Foresta magica di San Martino** propone una suggestiva passeggiata nel bosco di lecci che per millenni l'uomo ha utilizzato per ottenere il carbone necessario all'estrazione del ferro. (Info: Il Viottolo, tel. 329.7367100). **Domenica 5 aprile, Tutti sul trenino** sulle stracce di storie affascinanti che raccontano di uomini nelle miniere di quel metallo che ha una significativa ricchezza (Info: Parco Minerario Isola d'Elba, tel.0565.962088). **Sabato 11 aprile, I fortini di Monte Orello** offrono lo spunto per una passeggiata fino alla vetta del monte che consente una splendida vista sull'Elba e fa da cornice a numerose postazioni militari di un'epoca ormai lontana (Info: Il Viottolo, tel. 329.7367100). **Sabato 18 aprile, A casa di Palmira** prende per mano i bambini e li guida in un'escursione all'Orto Botanico dell'Ottone, uno dei giardini botanici più belli e sconosciuti d'Italia, con piante che appartengono a monti lontani (Info: Il Viottolo, tel. 329.7367100). **Domenica 19 aprile**, si torna negli scenari di avvincenti battaglie. **Lo scegliere di Capo Poro** propone una piacevole passeggiata nella macchia mediterranea e nella lecceta che circonda il Golfo di Galenzana, per raggiungere le panoramiche piazzole dei vecchi bunker della Regia Marina Militare risalenti alla Seconda Guerra Mondiale (Info:



Bluverde, tel. 347.9735361), protagonisti anche dell'escursione di **sabato 25 aprile**, quando un piccolo esercito di bambini merceria dal borgo antico di Marina di Campo sulla collina alle spalle del paese, camminando fino al faro e alle sue postazioni segrete, con vista su Montecristo e Pianosa (Info: Il Viottolo, tel. 329.7367100). **Domenica 26 aprile**, con La Carbonaia, i piccoli esploratori del camminare vanno alla scoperta di un mestiere ormai scomparso al confine tra magia e necessità, nei luoghi e nei metodi utilizzati dall'antico sapere che trasformava il legno in prezioso carbone (Info: Bluverde, tel. 347.9735361). Un bel salto all'indietro, **sabato 2 maggio**, conduce all'Assalto al Castello del Volterraio, passeggiata panoramica per raggiungere il suggestivo sperone di roccia sul quale si erge la fortezza costruita dai Pisani per difendersi dalle scorrerie dei saraceni (Info: Il Viottolo, tel. 329.7367100). Infine, **domenica 10 maggio**, un viaggio all'estremo oriente dell'Isola d'Elba offre lo spunto per una giornata di trekking dal paese dei minatori verso la "tartaruga gigante" dello scoglio di **Ortano** (Info: Bluverde, tel. 347.9735361). **Domenica 17 maggio**, il **Parco Regionale di Migliarino, San rossore,**

Massacciuccoli, propone una giornata tra sport, natura, cucina e astronomia disegnata sui più piccoli nell'ambito di **Camminare dalla Riserva di Cornacchiaia alla Basilica di San Piero a Grado**. Si comincia con la manifestazione sportiva "Pallavolando" e passando per il "Battesimo del pony" si arriva sulla tavola, per una cena a base di prodotti tipici nel Ristorante Dunadonda, e si conclude con l'osservazione guidata della volta celeste con telescopi a cura dell'Associazione Astrofili G. Galilei. Nel **Parco delle Apuane, domenica 24 maggio** è ancora una giornata dedicata ai piccoli esploratori, con l'escursione guidata "Monte Ballerino". **Sabato 27 giugno**, i bambini sono invece in moto sul sentiero dei sapori e delle tradizioni locali: nell'escursione "L'albero del pane: dal castagneto alla tavola", il Ghiro Gliss illustra i pannelli, guida la visita al "metato" e all'antico molino. Nel corso della giornata, si assapora il castagnaccio con la ricotta e ci si incammina lungo la "Via dei pani delle Apuane", con degustazione dei prodotti tipici dell'Alta Versilia. **Per informazioni:** Tuscan Coast and Islands Walking Festival. Sito web: www.tuscanywalkingfestival.it



Primavera di bellezza al femminile a Riccione

Con il risveglio della natura inizia un momento speciale per dare efficacia, con dolcezza, al progetto di sentirsi più tonici e in forma. Il desiderio di rinascita che coinvolge il mondo intorno rende più motivati e attivi, e proprio in questo periodo una vacanza benessere non è solo una coccola meritata da concedersi: può diventare lo start intelligente di un nuovo modo di essere, per il corpo e per lo spirito. Tanti piccoli gesti fanno un comportamento, tante piccole attenzioni producono un cambiamento. Al Belvedere Hotel di Riccione (RN) lo sanno bene, e dall'alimentazione light al body care, passando per l'estetica e la medicina ayurvedica propongono forme di energia che portano bellezza e piacere. E' sufficiente una settimana per sentirsi meglio, più bella e in forma, grazie al programma "Soggiorno benessere", da 7 giorni e 6 notti, al quale abbinare un pacchetto beauty mirato. L'offerta include pernottamento con ricca prima colazione, light lunch e cena a buffet; sette ingressi al centro benessere e attività fisica con i corsi del Be Active Club. Divertimento, energia e felicità: un vero tonico per corpo e anima. Il soggiorno è proposto a 474 euro a persona dal 1 al 21 marzo 2009, e in questo periodo non è previsto alcun supplemento per la camera singola. Dal 22 marzo al 30 aprile 2009 il prezzo è di 539 euro a persona in camera doppia, supplemento singola 105 euro e supplemento per letto alla francese 210 euro. In abbinamento, gli ospiti possono scegliere tra diversi pacchetti benessere, come ad esempio il percorso "Ti ami? Ma quanto ti ami?", offerto a 349 euro e composto da 6 trattamenti specifici, da dividere anche in diverse giornate. Dopo la consulenza con la responsabile beauty del centro estetico si inizia con una pulizia del viso completa, un rituale che segue la millenaria tradizione ayurvedica della durata di 50 minuti, seguito da un trattamento specifico per gli occhi Netra, altri 50 minuti per ottenere uno sguardo da favola. Si passa poi alle labbra, con un trattamento specifico al burro di karitè e

agli oli essenziali di salvia, rosa, limone, melissa e geranio, ottimo contro i segni d'espressione e stimolante per la produzione di collagene, dura 25 minuti e conferisce turgore alle labbra. Il trattamento St Barth Sensation è invece una sontuosa maschera per tutto il corpo. con massaggio rilassante, che appaga tutti i sensi e idrata la pelle in profondità. Si può scegliere tra la profumazione di vaniglia, fiori di tiarè o giglio, e dopo 50 minuti di delicato massaggio la pelle apparirà visibilmente più bella e luminosa, più liscia e vellutata. Per completare il tributo alla bellezza ecco un trattamento piedi lisci e vellutati Pada, con pediluvio, gommage, cataplasma e massaggio rigenerante, e un pedicure completo con snalzo della durata di 90 minuti, e un trattamento mani con esfoliazione, impacco per sbiancare le unghie e manicure completo con smalto.

Per informazioni:
Belvedere Hotel Viale Gramsci 95
47838 Riccione (RN) tel. 0541.601506
marina@belvederericcione.com
www.belvederericcione.com



Nature trekking all'isola d'Elba

L'inizio e la fine dell'estate, quando tutto è più sfumato e dolce, ecco farsi strada il desiderio di fuggire via dalla pazzia folla, magari per rifugiarsi su una magica isola... L'Elba attende i vacanzieri "estremi" per un soggiorno all'insegna del trekking in una splendida palestra naturale. E nei mesi di aprile, maggio, settembre e ottobre il Boutique Hotel Ilio regala ai suoi ospiti (con soggiorni minimi di sette giorni) un'escursione trekking nel Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano. Scarpe comode, abbigliamento a strati, uno zainetto per le provviste e carta dei sentieri: è tutto ciò che serve per iniziare il viaggio lungo le antiche vie elbane. Con una guida esperta, ma anche da soli! Immerso nel Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano, il boutique Hotel Ilio di Capo Sant'Andrea costituisce la base naturale per svariate escursioni e itinerari di trekking partendo direttamente dall'albergo. Alle spalle della baia di Sant'Andrea si trova la montagna più alta dell'Isola d'Elba, il Monte Capanne (1019 metri), le cui pendici sono ricoperte di castagni e percorse da sentieri e mulattiere (la vetta è raggiungibile anche con una cabinovia da Marciana). In direzione Pomonte, sempre sulla cresta del gruppo Capanne, ecco il Monte di Cote (900 m). E verso Marciana, il Monte Giove (855 m) offre uno dei punti panoramici più belli dell'isola, dove le rocce, scolpite dal vento, hanno assunto curiose sembianze umane. L'offerta include sette notti con colazione a buffet e cena nel ristorante dell'albergo; un'escursione con la guida nel Parco Nazionale e la guida dei sentieri "A spasso nel Parco Nazionale". I prezzi partono da 700 euro per due persone per sette notti.

Per informazioni: Hotel Ilio Capo S. Andrea Isola d'Elba
Tel. 0565.908018
Sito web www.hotelilio.com

Profumo di coccole moltiplicato per due

Nell'incantevole atmosfera di Borgo Casale di Albareto (Pr), antico relais di sosta a cui fa da cornice l'Appennino parmense, gli innamorati che desiderano trascorrere qualche momento di intimità troveranno sicuramente la più poetica delle oasi, per viziarsi con gli insoliti trattamenti di una Spa d'eccezione, le prelibatezze del ristorante "Casimiro e voi" e godersi un paesaggio suggestivo. Il benessere di coppia più cool del 2009 si trova qui, e sono diverse le proposte tra cui scegliere per lasciarsi viziare dal wellness. Il pacchetto **Sensazione d'amore** offre due percorsi, calidarium e aromarium, un massaggio di coppia e un bagno imperiale, oltre al pernottamento con mezza pensione, ed è offerto a 570 euro per una notte e 775 euro per due notti a coppia. Il pacchetto **Due di cuori** propone massaggio acqua e fuoco, bagno imperiale, trattamento lushly polinesiano per mani e piedi e aromarium, oltre al pernottamento con mezza pensione, e il prezzo è di 545 euro per una notte e 755 euro per due notti a coppia. Il pacchetto **Profumo di coccole** offre pediluvio di benvenuto, calidarium, massaggio in coppia e luce di madreperla in aromarium, oltre al pernottamento con mezza



pensione, ed è proposto a 575 euro per una notte e 785 euro per due notti a coppia. Il pacchetto **Un borgo per due** propone trattamento lushly polinesiano per mani e piedi e un trattamento viso in aromarium, oltre al pernottamento con mezza pensione, e il prezzo è di 450 euro per una notte e 655 euro per due notti a coppia. **Per informazioni:** Borgo Casale Albareto (PR)
Tel. 0525.929033
Email info@borgocasale.it
Sito www.borgocasale.com

Riva del Garda: attività per iniziare la stagione

Un mondo di sport all'aria aperta tutto da scoprire, al Feeling Hotel Luise di Riva del Garda (TN) che inaugura la stagione calda con due proposte dedicate agli amanti del fitness outdoor. Dal 30 aprile al 3 maggio 2009 ecco il **Bike Festival**, con proposta di soggiorno a partire da 55 euro a persona al giorno, inclusa la prima colazione a buffet. Per gli appassionati delle due ruote è incluso anche il deposito per le biciclette, frutta fresca e succhi all'arrivo e la possibilità di preparare pranzi e merende al sacco per le uscite in mountain bike. Dal 22 al 24 maggio 2009 ci sono invece gli **Outdoor Days**, durante i quali il soggiorno è proposto a 60 euro a persona al giorno con la prima colazione a buffet. Si esce la mattina presto, con un ghiotto packet lunch preparato dal Feeling Hotel Luise, per escursioni in mountain bike accompagnati da guide esperte, e al



rientro al pomeriggio ecco una rinfrancante merenda "sportiva" a base di frutta fresca e yogurt. **Per informazioni:** Feeling Hotel Luise Viale Rovereto, 9 -38066 Riva del Garda (Tn) - Italy
Tel : 0464.550858
Fax : 0464.554250
sito internet: www.hotelluise.com
Email : feeling@hotelluise.com

Offerte speciali per fughe in alberghi da sogno

Voglia di staccare la spina, ritagliarsi un paio di giorni solo per sé, circondati da cose belle e in dimore di charme? L'Associazione degli Alberghi del Libro d'Oro offre la possibilità di farlo con offerte speciali, dedicate agli amanti del buon vivere.

Il **Royal Sporting di Portovenere (SP)** (www.royalsporting.com) propone fino al 30 giugno 2009 una promozione valida per pernottamenti di 4 giorni con prima colazione, offerti a 640 euro per due persone. In omaggio agli ospiti una cena di benvenuto al Ristorante dei Poeti per due persone, un percorso termale per due nella magica Thalatepee suite con trattamento in 4 fasi di tepidarium, calidarium, laconicum e frigidarium, seguito da una sauna per due, oltre al garage gratuito per le quattro notti.

L'**Hotel Accademia di Trento** (www.accademiahotel.it) propone prezzi speciali per due pernottamenti durante il weekend (venerdì e sabato o sabato e domenica) o tre nei giorni della settimana. La singola parte da 75 euro, la doppia da 130 e la tripla da 155 euro a notte con la prima colazione.

Il **Relais dell'Ussero** (www.ussero.com) si trova sulla strada lungo monte che da Pisa porta a Lucca. Ha solo 12 camere ed è una dimora storica del '400 circondata da un parco secolare, è gestita dai proprietari che accolgono gli ospiti con vera simpatia. Una notte per due persone è proposta a 110 euro, ma con il prolungarsi del soggiorno il prezzo scende, due notti a 105 euro, tre a 100 e così via fino a soli 80 euro per due persone al giorno per un soggiorno di sette notti con la prima colazione. I bambini?



Fino ai sei anni sono ospitati gratuitamente. La **Locanda del Loggiato** (www.loggiato.it) di **Bagno Vignoni (SI)** è l'ideale per rilassarsi. Nella sala con camino si possono fare bagni di vapore, disintossicanti, a base di fieno; e ancora massaggi shiatsu e ayurvedici, hot stone, con campane tibetane con il massaggiatore privato dei locandieri. Due romantiche notti con due massaggi e un bagno disintossicante a persona, la ricca colazione e una deliziosa merenda sono proposte a 510 euro per coppia. Mentre le donne che viaggiano tra amiche hanno diritto ad uno sconto del 10% su tutti i tipi di soggiorno.

Per informazioni:
Associazione Alberghi del Libro d'Oro
Via Calzabigi 92, 57125 - Livorno
Tel +39 0586 793303
E-mail: info@goldenbookhotels.it
Sito web: www.goldenbookhotels.it

