



www.pleinair.it

PleinAir

MENSILE
N. 454
MAGGIO
2010
€ 4,00

Poste italiane spa
spedizione in a.p.
D.L. 353/03
(conv. L. 46/04)
art. 1 comma 1,
DCB • Roma

TURISMO SECONDO NATURA, CAMPER, CARAVAN, TENDA, ESCURSIONI

Cartoline dalle Alpi

Da Vipiteno a Bressanone
Berna e i laghi dell'ovest



Primavera italiana

Appennino Dauno • Val di Noto
Riserve del Corpo Forestale

Egeo in libertà

Grecia fuorirota
nell'isola di Leros

Passaggi a nord-ovest

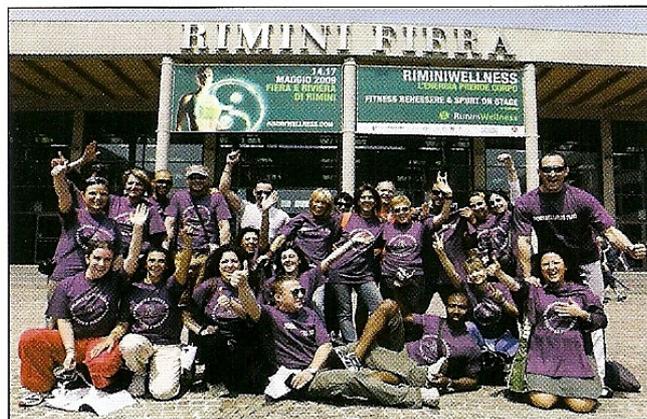
Inghilterra romana e medioevale
Irlanda in camper con il bebè

Il re della brace

Di solito arriva assieme all'estate. E' quel profumo di carne alla griglia che nei finesettimana, appena il sole inizia a tramontare, pervade campagne e città. Agli appassionati della cottura alla brace il centro Flover di **Bussolengo (VR)** dedica il 15 maggio la simpatica **Gara di Barbecue**: una prova di abilità che vede sfidarsi, tra griglie e pinze, dodici concorrenti. Vince chi avrà cucinato il miglior piatto di carne e ortaggi alla griglia in dieci minuti con una cottura perfetta e una decorazione originale (tel. 045 6704141, www.flover.it).

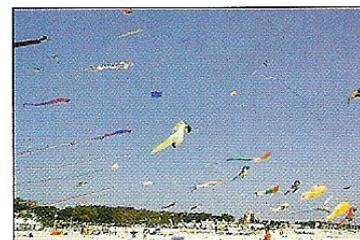
RIMINI WELLNESS Operazione estate

Dopo un inverno all'insegna della pigrizia scatta il conto alla rovescia per rimettersi in forma in vista dell'estate. Rimini Wellness, la kermesse organizzata da Rimini Fiera dedicata al fitness e al benessere che dal 13 al 16 maggio sbarca nell'imponente polo fieristico, offre utili spunti per riprendere l'attività fisica. Curiosando tra gli stand che propongono le ultimissime novità in fatto di sport (dalle attrezzature alle ultime discipline) potete scoprire e provare il pilates, l'innovativo sistema di allenamento sviluppato agli inizi del '900 da Joseph Pilates che negli ultimi anni ha riscosso grande successo anche in Italia. Ma anche imbattervi nei nuovi attrezzi (i reformer, il trapeze, il flex ring, la fitball, la piattaforma di equilibrio, i rotating disc) da utilizzare con parsimonia sia in palestra sia a casa. Chi necessita di riabilitazione può trovare un valido alleato nel cardio tramp, un nuovo accessorio con superficie elastica oppure gironzolare all'interno del padiglione (B2b), interamente dedicato alla fisioterapia. Qui si alternano esperti nella dimostrazione di tecniche di massaggio, bendaggio ed esercizi di riequilibrio posturale. Ma non finisce qui. Perché la manifestazione si sposta anche sulla spiaggia e nei luoghi dell'arte e del divertimento della città con concerti e feste tematiche. Il biglietto, che costa 25 euro (18 euro quello giornaliero), è valido per i quattro giorni della manifestazione – aperta dalle 9.30 alle 19 – ed è gratuito per gli over 60 e i minori di 12 anni (tel. 0541 744255 www.riminiwellness.com).



Zingaro a colori

La splendida spiaggia di **San Vito Lo Capo (TP)**, a due passi dalla Riserva dello Zingaro, dal 19 al 23 maggio sarà lo scenario del **Secondo Festival Internazionale degli Aquiloni**, organizzato dall'Associazione Sensi Creativi con la partnership dell'Itinerario Culturale del

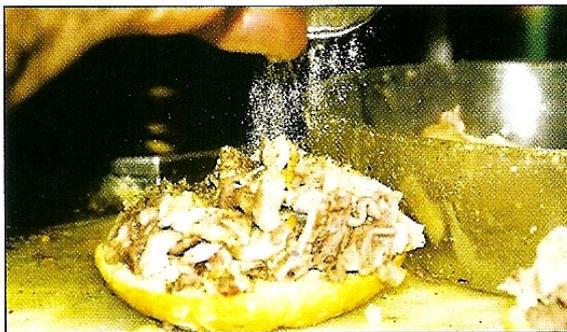


Consiglio d'Europa la Rotta dei Fenici. L'appuntamento richiamerà una quarantina di aquilonisti provenienti da tutto il mondo e avrà come ospite d'onore la delegazione cambogiana, che presenterà i suoi aquiloni corredati da un arco sonoro che, mosso dal vento, emette suggestive note (tel. 0923 820661 o 333 3216663, www.sensicreativi.it).



Il polo fieristico visto dall'esterno. In alto, il simpatico staff di Rimini Wellness.

Morsi da passeggio C'è solo la strada su cui puoi contare", recita una canzone di Giorgio Gaber, e non vi è dubbio che nella cultura popolare italiana la vita sociale avvenga all'aperto: nelle vie e nelle piazze ci si dà appuntamento, si fanno nuove conoscenze, si discutono progetti... e naturalmente – sennò che italiani saremmo? – si fanno saporiti spuntini. E al ricco novero di pietanze tradizionali del Bel Paese è dedicata la manifestazione **Streetfood Market - i cibi di strada nel mercato agroalimentare**, organizzata a **Marciano della Chia-**



na (AR) dall'associazione culturale Streetfood dal 22 al 23 maggio: saranno protagonisti dell'evento cibi tradizionali quali le olive all'ascolana, il fritto misto, la porchetta di Monte San Savino, le frittelle di Siena, la focaccia di Recco, la farinata ligure, il lampredotto fiorentino, il tortello alla lastra, le panelle palermitane e tanti altri ancora. I maggiori produttori guideranno le degustazioni e racconteranno le loro curiose esperienze, i più sportivi potranno cimentarsi nella Streetfoot, una gara podistica effettuata lungo il Sentiero della Bonifica (www.streetfood.it).