

io

D O N N A

**Bérénice
Bejo**
“Sono
cresciuta
con la
commedia
all’italiana”

**Nuova
socialità**
Cene al
femminile
per fare
network

Moda
Tutte le
sfumature
del rosso

Ambiente
Cosa
chiedono
i bambini

Bellezza
I benefici
degli adesivi
viso e corpo

SPECIALE VIAGGI

METE DESIDERI STILI

E M O Z I O N I

Passeggiare tra le cime delle Dolomiti o del Monte Bianco. Ascoltare un concerto in quota. Conoscere le tradizioni di valli uniche. La montagna d'estate regala esperienze energizzanti. Tutte da provare

di Paola Babich

I N V E T T A

Le cime della Val di Vajolet,
in Trentino.



La terrazza di Punta Helbronner, affacciata sul Monte Bianco.

SEGUITO raggiunge in funivia una terrazza circolare che regala una vista a 360 gradi sul Monte Bianco, il Dente del Gigante, le Grandes Jorasses gli altri 4000 valdostani. Un panorama unico delle Alpi italiane, francesi e svizzere. E per i piaceri del palato, il Courmayeur Food Market, tutti i martedì dal 23 luglio al 20 agosto, per gustare prelibatezze tradizionali.

In funivia, per raggiungere la terrazza con vista a 360° sul Monte Bianco

Tra laghi e pentagramma

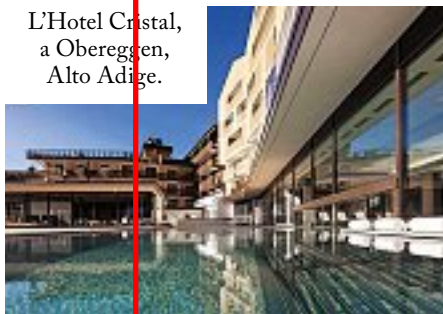
Più di 530 chilometri di spunti e suggestioni offerti dalla **Val d'Ega**, in **Alto Adige**, tra sentieri dedicati a principianti, famiglie o camminatori esperti, ai piedi del Catinaccio e attorno al massiccio del Latemar. E 32 i rifugi e le malghe che invitano a fermarsi per gustare le specialità altoatesine. Immergersi in questa parte delle Dolomiti è un'esperienza: dai pascoli e i boschi sino al Lago di Carezza, che riflette nelle sue acque verde-azzurro le frastagliate guglie del Latemar, dalle sfumature grigio chiaro. La vacanza emozionale inizia a **Obereggen**, nel cuore di questo paradiso montano: ci si può fermare all'Hotel Cristal (hotelcristal.com), in posizione privilegiata, ottima base per le escursioni. Da qui si può anche salire in seggiovia sino al punto in cui si snodano gli otto percorsi tematici del Latemarium, rivolti a ogni tipologia di turista, bimbi compresi, per i quali, dal 23 giugno al 7 settembre, la Valle organizza numerose attività (valdega.com).

Un tempo i contadini di montagna, i pellegrini e i contrabbandieri lo utilizzavano per spostarsi da una valle all'altra. È il Sentiero delle due valli (Anterselva e Defereggental): 7 tappe per un totale di 90 chilometri che si snodano tra le montagne e il fondovalle. Anche il Parco Nazionale dello Stelvio è l'ideale per



Ragazzi al Parco Avventura di Pila, in Valle d'Aosta.

L'Hotel Cristal, a Obereggen, Alto Adige.



Il 29 giugno la Festa della Fragola dà inizio al raccolto.

Alle note della natura si aggiungono quelle del pentagramma: dal 28 giugno al 7 luglio il **Südtirol Jazzfestival Alto Adige** invade le vette per offrire ben 58 concerti in 49 località (suedtiroljazzfestival.com). Dal 13 al 27 luglio sarà la volta delle **Settimane Musicali Gustav Mahler**, ospitate al Grand Hotel Dobbiaco e ispirate alla produzione del compositore austriaco. **io**

Trentino DORMIRE

Chalet Tovel

Immerso nel Parco Adamello Brenta, accanto al Lago Tovel, in Val di Non, offre il fascino di una baita di montagna, con i servizi di un albergo. Doppia da 110 euro. chaletovel.it

MANGIARE

Locanda alpina

La storia della locanda inizia a Brez nel 1853; oggi la chef e padrona di casa Silvana propone piatti tipici della Val di Non (si può anche pernottare, doppia da 90 euro); da qui partono passeggiate e percorsi in bici sino a Romeno (facile percorso di 20 chilometri). locandalpina.it

Austria

COMPRARE

Edelgreissler Herwig Ertl

Herwig Ertl ha il suo negozio di delicatessen locali sulla piazza principale di Kötschach-Mauthen; ricerca e vende prodotti, organizza degustazioni, ed è un appassionato ambasciatore della Slow Food Travel Destination e di Slow Food Alpe Adria. herwig-ertl-at

Carinzia DORMIRE

Rifugio sotto le stelle

Affacciati sul lago Millstätter, sono pensati per il "tempo a due": un soggiorno tranquillo e romantico, immersi nella natura. Pacchetti a partire da 309 euro (2 pernottamenti, 1 cena, 1 ingresso in uno stabilimento balneare). millstaettersee.com

Valle d'Aosta

MANGIARE

Le Petit Royal

Ristorante gourmet, con proposte di cucina contemporanea a base di prodotti del territorio, curate dal giovane chef Paolo Griffa. hotelroyalegolf.com/it

Alto Adige

DORMIRE

Garni Waldpeter

Chalet a 1.390 metri di altitudine, circondato da prati e da boschi, è situato ai piedi del Catinaccio e del Latemar. È un punto di partenza ideale per passeggiate e escursioni in montagna sia a piedi, che in mountain bike. Doppia da 60 euro. Obergummer, San Valentino (Bolzano). waldpeter.it/it

dedicarsi a camminate salutari e per conoscere la flora e la fauna. Un esempio è il sentiero Gola Plima in Val Martello, un canyon inciso dal rio Plima (i più avventurosi possono sbizzarrirsi col rafting) ai piedi del Monte Cevedale. E dopo le fatiche, la gola: nel Parco, a deliziare il palato ci pensano le fragole, la cui coltivazione a 1300 metri ha una lunga tradizione.