

Venerdì 5 luglio 1996

## IN MOVIMENTO

**METROBIKE.** Ciclobby (tel. 3313664) organizza per domenica 14 luglio una gita sulla Martesana. Ritrovo alle ore 8,30 alla MM2 di Porta Garibaldi. Partenza alle ore 9. La bicicletta toccherà Gropello d'Adda, Inzago, Villa Fornaci, Cassina de' Pecchi, Cologno Monzese, quindi Milano. Percorso di circa cinquanta chilometri con pranzo al sacco. Quota di partecipazione lire 21.000 (per i soci 16.000).

**VELA.** La scuola di vela Utopia (tel. 29522026) propone un corso base per derive oppure di perfezionamento su cabinati. In ogni caso si naviga nelle acque dell'isola Palmara, vicino a Portovenere (La Spezia).

**IL MONVISO.** Trekking Italia (tel. 8372838) organizza un trek di tre giorni, in Valle d'Aosta, sul Monviso, da venerdì 12 a domenica 14 luglio. Alle ore 6,50 ritrovo all'ufficio informazioni della Stazione Centrale per trasferirsi in treno a Torino. Da Pian del Re parte il trek che avrà come successive tappe il rifugio Quintino Sella e di nuovo Pian del Re. Mezza pensione in rifugio, quota di lire 260.000.

**SUL FIUME.** L'Associazione Italia Canoa Fluviale propone per il 13-14 luglio la discesa dei fiumi Arzino e Foce, lungo le province di Udine e Pordenone. La pagaiata è organizzata dall'Associazione Canoaistica Arcobaleno (tel. 041/900591).

**EUROTREK.** Il Wwf lombardo, sezione Panda Trek (tel. 29520518) propone un Eurotrek in bici nella foresta bavarese, in Germania. Dal 31 luglio al 9 agosto si passano dieci giorni a pedalare alla ricerca degli orsi e dei lupi che ancora vivono nella foresta. La quota di partecipazione (iscrizioni entro il 10 luglio) è di 950 marchi tedeschi e comprende il viaggio andata e ritorno da Milano, mezza pensione, assicurazione e accompagnatore.

**CANOA.** Il Canoa Club Milano (tel. 9746964) organizza la discesa del torrente Anza, un affluente del fiume Toce, nella valle Anzasca.

**IN ISLANDA.** Nel programma grandi trek dell'estate '96 proposti dall'Associazione Trekking Italia (tel. 8372838) si può scegliere anche l'Islanda. "Sui sentieri della terra degli Elfi" è il trek che si svolgerà dal 10 al 24 agosto (iscrizioni entro il 10 luglio). La quota di lire 2.760.000 comprende il volo Milano-Reykjavik e ritorno, i trasferimenti in bus, pernottamenti in pensioni e rifugi e la guida.

**ALL'IDROSCALO.** Il Wwf Milano (tel. 86460093) organizza, in collaborazione col Gruppo milanese canoa, dei corsi di canoa pomeridiani e serali, per ragazzi e adulti, presso la zona sportiva dell'Idroscalo. La quota di partecipazione è di lire 120.000 per ragazzi e adulti (con una uscita naturalistica sul fiume Adda) e di lire 80.000 per bambini da 8 a 14 anni e comprende 5 lezioni teorico-pratiche della durata di 1 ora e 30 minuti ciascuna, che saranno svolte con qualsiasi condizione atmosferica. Alla fine di questo corso verrà rilasciato ai partecipanti un brevetto di 1° livello.

**CORSI ESTIVI.** Proseguono i corsi organizzati da Milanospot per l'estate '96. Acquagol, calcio a 5, ginnastica acquatica, aerobica, nuoto, minigolf, pallanuoto, pallavolo, pattinaggio a rotelle, tuffi, tennis, tiro con l'arco, windsurf, yoga. I corsi si svolgono all'Idroscalo, al Lido, al centro Saini e alle piscine Mascagni e Suzzani. Per informazioni telefonare al 801466 o 3272613.

□ Luca Ferrari

## FIERE, FESTE &amp; SAGRE

**ESTATE OGGIONESE:** rassegna di artisti da strada - Oggiono (Lc). C'è chi suona e c'è chi balla. C'è chi dipinge Madonne e chi fa il giocoliere. Chi si contorce e chi fa ridere. C'è chi canta e chi cammina sulla corda. Unico comun denominatore: tutti lo fanno all'aperto, sulla pubblica piazza a due passi da uno dei più belli fra i laghi brianzoli dove, nella tarda primavera, è possibile vedere gli aironi. Come una volta, quando a teatro, o al cinema, potevano andarci soltanto i signori. L'arte è nata per strada: la televisione l'ha ammazzata. Ma c'è ancora tanta gente (nei paesi anglosassoni li chiamano buskers) che non vuole rassegnarsi all'omologazione, e continua ad esibirsi all'aria aperta, per la gioia di grandi e piccini. Il coloratissimo appuntamento è per domenica.

**Festa del pesce - Desenzano (Bs).** Le ferie sono ancora lontane: non c'è occasione migliore per una bella gita, rallegrata dall'ipotesi di potersi mettere coi piedi a bagno, a prendere il sole, riuscendo magari anche a mangiare qualcosa di nuovo, di buono e di insolito. Sulla cittadina sul Garda, domenica, a cura degli Amici del porto vecchio, ci sarà pesce fritto in tutte le salse.

□ Michela Andreoli

■ Si può andare in vacanza anche in alta stagione senza spendere troppo o addirittura spendere meno che nei mesi più tranquilli? Sembra proprio di sì: per l'estate in corso tour operator, linee aeree e catene alberghiere hanno lanciato offerte speciali su viaggi e voli in alcune delle destinazioni più battute, dalle città europee ai Caraibi. Abbiamo scelto le più convenienti.

Costa a partire 850 mila lire una settimana a Marrakech, una delle quattro città imperiali del Marocco, circondata da mura rosse e chiusa intorno a una piazza zeppa di venditori d'acqua, incantatori di serpenti, qualche concerto di gruppi artistici locali. Il prezzo comprende volo andata e ritorno, pernottamento e prima colazione per sette giorni all'Hotel Amalay, un bell'albergo nel centro città (Comitours, tel. 02/73961).

Trascorrere una settimana a Hurgada, in Egitto, una delle località più scenografiche del Mar Rosso, famosa per i fondali, allungata tra mare e deserto negli alberghi costa a partire da 1 milione 390mila lire (volo diretto con Air



Spiagge bianche, acque limpide. E non è detto che si spenda una fortuna

## Caraibi, Australia o Parigi L'importante è risparmiare

Europe-Condor e mezza pensione. Per informazioni rivolgersi a Condor, tel. 02/864068).

Vacanze scontate vengono offerte anche da molti alberghi dei Caraibi. L'Half Moon, uno degli hotel più esclusivi della Giamaica, a dieci chilometri da Montego Bay, regala una settimana supplementare di pernottamento a chi ha già trascorso sette notti nell'hotel: due settimane in una delle ville affacciate sul mare, in mezzo a un giardino tropicale, costa a partire da 2 milioni 670mila lire, volo compreso (Viaggiadea, tel. 02/895291): l'albergo è un buon punto di partenza per escursioni

nelle altre località della costa settentrionale o in località meno battute come la riserva dei Cockpit Maroons, una collina coperta di vegetazione tropicale in cui si rifugiavano gli schiavi ribelli. Lo stesso operatore offre sconti in molti altri alberghi caraibici come il Bucuti Beach Resort di Aruba, 58 camere affacciate sulla spiaggia più bella dell'isola (sconti di 50 dollari a chi si ferma più di 4 notti, di 100 a chi vi trascorre più di una settimana) e lo Spice Island Beach Resort, che regala la pensione completa a chi paga 14 per-

notamenti.

Anche Albatross Yachting & Vacanze (tel. 02/798897), compagnia di charter di barche a vela, offre tre settimane al prezzo di due sulle crociere in Polinesia e in Turchia (se si prenota per due settimane si ha invece diritto allo sconto del 20 per cento sulla seconda).

Chi non si vuole spostare dall'Europa può approfittare delle offerte speciali di Alitalia in collaborazione con i tour operator specializzati: fino al 31 agosto e dal 10 al 26 ottobre un fine-settimana

## SALUTI &amp; BICI

## In mountain bike sulla strada militare

■ Si propone, oggi, un itinerario che passa per il Monte Piambello, (tra la Valganna e la Valceresio) da compiersi con la mountain bike.

Trasportando la bici nell'apposita sacca, si arriva in treno a Porto Ceresio. Usciti dalla stazione, si prende a sinistra lungo il Lago di Lugano e subito di nuovo a sinistra in direzione di Cuasso al Piano; la strada comincia a salire, per brevi tratti anche con pendenze impegnative. Si passa così da Cuasso al Monte e da Calvagnano. Al bivio successivo, proseguire a destra in direzione dell'Ospedale (ex Sanatorio). Seguendo questa indicazione sempre in salita si arriva all'ingresso del villaggio ospedaliero che, superando le varie tracce di barriere, si attraversa fino a sottopassare un collegamento coperto tra due edifici; al di là di questo passaggio, inizia la strada militare sterrata per il Piambello. Superare a sinistra il pon-

ticello sul torrente e proseguire diritti. La carrareccia non ha forte pendenza; piuttosto è il fondo sconnesso e la lunghezza a rendere impegnativa questa salita. Tenere sempre la sinistra e seguire i cartelli per il trekking E/1 in un ambiente boschivo con abeti, faggi e betulle. In prossimità di un nuovo segnale E/1, si piega a destra e in breve si arriva alla cima (m. 1.129) dove su uno spiazzo si trovano i resti di una postazione militare con pianta a croce della prima guerra mondiale. Percorrere in salita, per arrivare a Marzio nello stesso punto dove si arriva con il sentiero della prima alternativa. Sulla sinistra parte una strada militare sterrata in salita, denominata via Madonna degli Alpini, che arriva alla fine del Monte Marzio. Bella vista sul lago di Lugano davanti a Ponte Tresa, sulla Valganna e sulla corona di

monti svizzeri a nord. Si scende prendendo la direzione opposta fino a giungere su una strada asfaltata (via Bolchini), al termine della quale si gira a sinistra e si attraversa il borgo di Marzio. Sulla piazza della chiesa parte la strada in discesa che, in mezzo ai boschi, conduce ad Ardena. La strada è stretta e quindi si deve tenere scrupolosamente la destra. Davanti al Santuario di Ardena, bella vista sul lago di Lugano e sullo stretto di Lavena. Proseguire in discesa sulla strada larga e panoramica che conduce a Brusimpiano. Girare a destra per percorrere l'ultimo tratto lungo il lago di Lugano che conduce alla stazione di Porto Ceresio.

**Tipo di escursione:** bici più treno

**Bici consigliata:** mountain bike

**Distanza:** 50 chilometri

**Dislivello:** 900 metri

**Fondo stradale:** asfalto e sterrato.

## BAMBINI

**PARCO LAMBRO.** Inizia domani il programma di spettacoli del gruppo Exodus «Arrivano al Parco» con due giorni di spettacoli per divertire «grandi e piccini»; domani a partire dalle 15 si esibiscono i clown milanesi Mapo, i trampolieri perugini Atmo e i Fratelli di Taglia da Forti con lo spettacolo «Distinta compagnia Colombazzi». I trampolieri del Teatro Carillon di Torino animeranno tutta l'area della festa. Domani di nuovo i Fratelli di Taglia, a partire dalle 15.

**CASTELLO FANTASTICO.** Dall'11 al 27 luglio nel cortile della Fontana gli attori del Teatro del Buratto animano i «Racconti nel Castello», nell'ambito delle manifestazioni di Estate a Milano del Comune. I gruppi, 30 fra bimbi e genitori, saranno accompagnati (appuntamento alle 17,30, 18,10 e 18,50) da un attore-narratore nel tour fra le storie fantastiche. La prima è ambientata nel tragitto di discesa verso i sotterranei; sotto il ponte, davanti all'ingresso del museo Archeologico, altri due attori racconteranno le loro storie e, da qui, attraverso una porticina, si prosegue verso la piccola fontana nascosta del Castello Sforzesco. È il turno dei prigionieri e delle segrete, e dei personaggi di un quadro che si animano per raccontare la loro storia. Il percorso nel fantastico dura circa 40 minuti, il biglietto costa 3mila lire; all'esterno del Castello animazioni con musica (prenotazioni all'86464094-5398126).

**APERTO PER FERIE.** Il museo della Scienza e della tecnica tiene compagnia a chi resta in città. Per i piccoli Newton e Einstein ci sono i laboratori scientifici dei «Giardini della scienza» da martedì a venerdì dalle 10 alle 17, sabato e domenica dalle 11 alle 18 (prenotazioni e informazioni al 485551). Se il bimbo è un pirata della strada, c'è la scuola guida di Leonardo: una vera pista dove imparare le regole, con rilascio della patente alla fine delle lezioni. Se il pargolo vuol far navigare le barchette, portatelo alla «piscina» nel chiostro, dove la sezione navale organizza corsi di modellismo, lezioni di idrodinamica e galleggiamento. Leonardo da Vinci «abita» in via San Vittore e riceve dalle 9,30 alle 17 tutti i giorni escluso lunedì (sabato e domenica fino alle 18,30): il biglietto costa 10mila, 6mila lire per under 18 e over 60, gratis per bimbi con meno di tre anni. Se il nonno over 60 accompagna il nipote under 12 pagano in due 10mila lire.

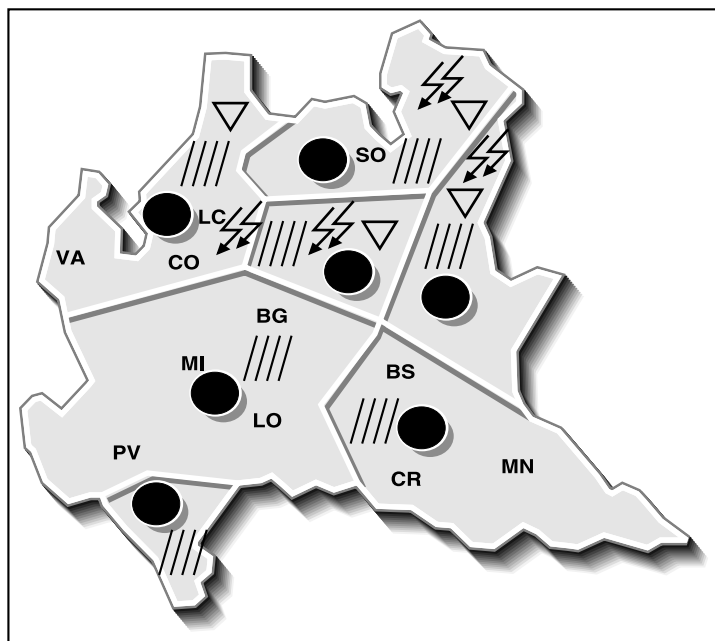
**GIOCAESTATE MARTINITT.** Il Laboratorio dei Bambini dell'Istituto in via Pitteri 56 è il luogo giusto per sfogare la voglia di Lego. Dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 18 costruzioni e giochi a non finire. □ Simona Mantovanini

## ZAINO E SCARPONI

■ Per passare una giornata fuori città in completo relax senza troppo faticare vi proponiamo una gita alle cascate dell'Acqua Fraggia. Questo imponente salto d'acqua, particolarmente ricco in primavera ma molto bello anche in piena estate, è visibilissimo, e non manca d'attirare l'attenzione, già dalla strada che da Chiavenna conduce verso il passo del Maloja. Si lascia l'auto a Villa di Chiavenna (m. 380) e si imbocca l'agevole sentiero che, con modesta pendenza, sale per 550 metri attraverso boschi (di castagni e betulle), supera Borgonovo di Piuo e giunge infine, in meno di due ore, a Savogno (m. 932). Savogno è uno dei paesi-fantasma delle nostre montagne. Un tempo abitato, ora abbandonato per gran parte dell'anno, ha numerose case in rovina e altre conservate come casa di vacanza. Nella bella stagione si può contare su uno spaccio dove acquistare bibite. È comunque meglio organizzarsi in modo autonomo portandosi l'occorrente per un picnic da consumare sullo spiazzo erboso davanti alla chiesa: un bel balcone panoramico verso Chiavenna e il piano di Mera. La parte più attraente della gita è costituita dalla discesa. Un sentiero che parte accanto al piazzale della chiesa incrocia a un certo punto sulla destra (attenzione alla freccia segnaletica) la deviazione per le cascate. Si raggiunge il torrente con una discesa abbastanza ripida nel bosco, e ci si trova davanti a bellissime e freschissime pozze d'acqua tra massi di pietra, che invitano a fermarsi per prendere il sole e sguaizzare un po'. Il sentiero prosegue quindi la sua discesa sempre costeggiando i successivi salti della cascata, attraversandola su un ponte sospeso, tornando a costeggiarla con passerelle in ferro e terrazzini panoramici. Il divertimento è assicurato, la fatica modesta. L'insieme della gita, dalla partenza al ritorno a Villa di Chiavenna, richiede circa tre ore. C'è tutto il tempo per sostare, riposarsi, godersi lo spettacolo.

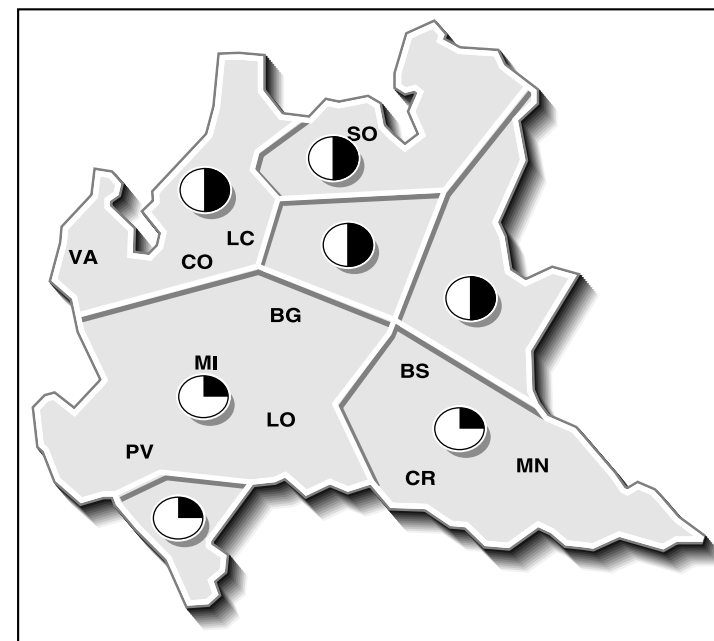
A cura del gruppo Cime Tempestose del Circolo Arci il Quartiere di via Amadeo 29, tel. 718291. Per informazioni e iscrizioni, la sede è aperta il mercoledì e il giovedì sera.

## IL TEMPO CHE FARÀ



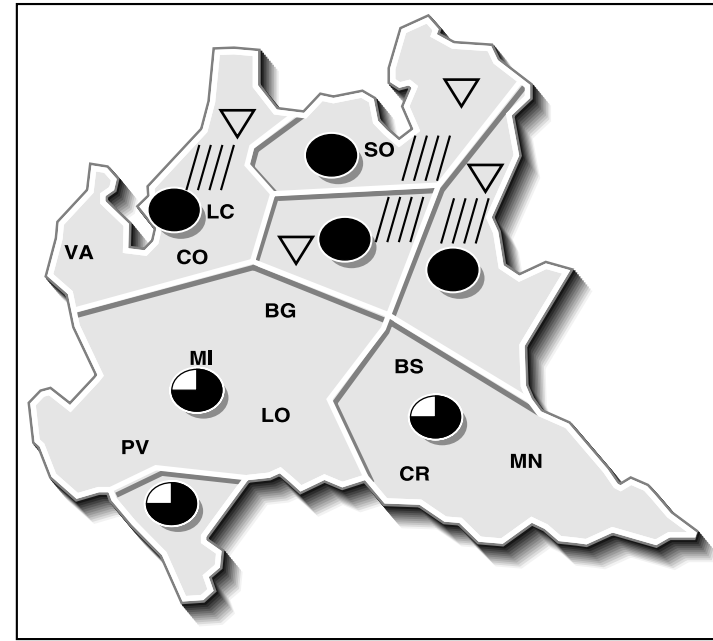
## VENERDÌ

Tempo variabile tendente al brutto, oggi, sulla Lombardia. Secondo il Servizio agrometeorologico regionale avremo condizioni di instabilità con cielo «ovunque molto nuvoloso o coperto». Precipitazioni sui rilievi alpini e prealpini (4; 5; 6; 7) moderate anche a carattere temporalesco, più abbondanti nella seconda parte della giornata; isolate in pianura e Oltrepò pavese (1; 2; 3). temperature minime (17 - 17°C) e massime (22 - 24°C) in lieve aumento. Venti al suolo deboli.



## SABATO

Il maltempo dovrebbe concedere una tregua. La giornata trascorrerà all'insegna della variabilità con condizioni di debole instabilità. In mattinata il cielo sarà «inizialmente nuvoloso su tutta la regione; dal pomeriggio graduale diminuzione della nuvolosità a partire dai settori occidentali (1; 2; 4). Precipitazioni residue possibili in mattinata sui rilievi alpini e prealpini (4; 5; 6; 7). Temperature senza variazioni. Venti al suolo da deboli a moderati dai quadranti occidentali.



## DOMENICA

Non sarà una bella domenica: il tempo tornerà a peggiorare nella seconda parte della giornata. Inizialmente avremo «nuvolosità irregolare in graduale aumento a partire da ovest» (1; 2; 4). Dal pomeriggio arriveranno piogge e temporali con precipitazioni «anche di moderata intensità, più abbondanti su Alpi e Prealpi (4; 5; 6; 7). Le temperature tenderanno a diminuire leggermente, soprattutto le minime. Le massime dovrebbero rimanere stazionarie. Venti al suolo deboli di direzione variabile.

- Oltrepò Pavese
- Pianura Occidentale
- Pianura Orientale
- Alpi e Prealpi Occ.
- Valli Bergamasche
- Garda-Valcamonica
- Valtellina



- Sereno
- Poco nuvoloso
- Nuvoloso
- Molto nuvoloso
- Coperto
- Nebbia
- Foschia
- Pioggia
- Temporale
- Rovescio
- Neve

P&amp;G Infograph