

L'Espresso

solo
1€

N.22 settimanale 1 giugno 2016 1 euro

Julia Roberts

SEI BELLA SE SAI
COMUNICARE
LE TUE EMOZIONI

GEORGE CLOONEY
FA SCHERZI TREMENDI
E ORGANIZZA SUPER
CENE. ECCO PERCHÉ HA
TANTI AMICI

SPECIALE CANNES
TUTTE LE DONNE
CHE ABBIAMO
AMMIRATO DI PIÙ

CHRIS EVANS
CERCO DI ESSERE
GALANTE, MA NON
SONO UN EROE

PAPA FRANCESCO
PERCHÉ AMIAMO
CANI E GATTI PIÙ
DEI NOSTRI VICINI?

DONNE CORAGGIOSE
L'ANORESSIA MI
DIVORAVA. MA SONO
STATA PIÙ FORTE DI LEI

Moda

**MITICI ANNI
SETTANTA**

BENESSERE
VEGETARIANA?
SÌ MA CON
INTELLIGENZA

VIAGGI
DA TRIESTE A
ISCHIA, NELLA
NATURA PER
RIGENERARTI

cambia testa

**I LOOK DELLA NUOVA STAGIONE
CHE DONANO AL TUO VISO**

ISSN 2280 - 773X

60022



772280 773004



EDITORE

VOCCA (VERCELLI)

Rafting sul fiume

Una corsa adrenalinica sulle acque del Sesia e poi si gustano le specialità

Il suo bello è che non si tratta di uno sport individuale, ma di gruppo. Il rafting, infatti, consiste nella discesa di fiumi a bordo di gommoni particolari in cui ogni membro dell'equipaggio (di solito 6 più la guida) ha una pagaia con una sola pala per affrontare rapide e cascate.

Tra i percorsi più suggestivi ed entusiasmanti c'è quello sul Sesia, una cavalcata di 10 km che alterna rapide a tratti di acqua calma, per rilassarsi e godere della bellezza del paesaggio. A solo un'ora e mezzo da Milano.

• **DA NON PERDERE:** i tortelli di zucca di Casa Galloni 1669, ristorante nel cuore di Borgosesia (da 25 euro, casagalloni1669.it).

• **INFO:** Atl Valsesia, atvalsesiavercelli.it

A bordo del gommone sulle rapide del Sesia



RIFUGIO DEI WALSER

Una baita del Settecento con 6 camere accoglienti. Si raggiunge a piedi sulle strade in pietra restaurate dal Fal. Ospita anche un ristorante che offre prodotti tipici in un ambiente ricco di storia contadina (a destra).

Weekend con una discesa di rafting o hydrospeed o canyoning, cena e pernottamento al Rifugio dei Walser, da 140 euro. • **Sesia rafting**, via Isola 3, Vocca (Vc), tel. 348.0053978, sesiarafting.it, rifugiowalser.it



FELITTO (SALERNO)

In canoa nelle gole

Il modo più affascinante per scoprire una natura selvaggia e incontaminata

Le cinque gole scavate dal fiume Calore nel suo percorso dal monte Cervati fino al mare sono diventate negli ultimi anni il regno dei canoisti che amano il fascino selvaggio della natura incontaminata. Sono custodite all'interno del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni, e si possono esplorare lentamente anche a bordo di zattere, attraversando paesaggi incredibili come la grotta di 4.800 metri di lunghezza che si apre nel territorio tra Felitto e Magliano, in cui ci s'infila tra pareti rocciose altissime, ricoperte dalla vegetazione, nel silenzio assoluto.

• **DA NON PERDERE:** la cucina casalinga e le pizze della Trattoria Al Remolino (da 15 euro, tel. 0828.945360).

• **INFO:** Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni, cilentoediano.it



Una zattera nelle gole del fiume Calore

B&B AL VICOLO DEL CILENTO

Ricavato da una casa di pietra nel centro di Felitto (a destra) offre camere arredate in modo colorato, con terrazze che si affacciano sul verde del Cilento. Preziosi i consigli del proprietario, Alessandro Sabetta, per

esplorare le gole e i tratti più suggestivi del fiume Calore. Doppia con prima colazione da 60 euro.

• **B&B Al Vicolo del Cilento**, vicolo Pomeno 11/14, Felitto (Sa), tel. 331.3637483, alvicolodelcilento.it

