

STYLE

MAGAZINE

INDISCRETO Cuperlo, candidato segretario PD: «Meno rottamazione e più comportamenti etici»	RITRATTI L'italiano della spending review britannica: «Così ho tagliato tre miliardi»	IMPOSSIBILE Jo Fabbri, 28 anni, occhi da Liz Taylor, figlia del re delle dispense. E splendida artista	IN SOCIETÀ La mania della dura bici rétro. Ragazzi e imprenditori, vestiti come Coppi. Nell'Eroica	MITI Mojca Erdmann, la più brava delle nuove sexy-soprano. «Nuda in scena, ma credibile»
---	--	---	---	---



I RAGAZZI DELL'EXPO P. 63

TRENTENNI AL COMANDO

Matteo Gatto, 38 anni, city planner; Carlo Ratti, 43, urbanista e professore del Mit di Boston; Sofia Maroudia, 37, dirigente di ActionAid Italia



IN SOCIETÀ / VACANZE 145

ITINERARI SU DUE RUOTE

Giro in Italia

DI LUISA TALIENTO

Non siete grandi sportivi? Non importa. Il Paese è ricco di ciclovie facili, immerse nella natura, che in autunno diventano uno spettacolo di colori. Ecco la guida di Style per tutti: dal Po alla Maremma, dall'Etna al Montefeltro, i country relais con velocipede. A zero (quasi) pendenza

GLI ITINERARI MANTOVANI DELLE CICLOVIE DEL PO CORRONO PER 48 CHILOMETRI LUNGO LA SPONDA DESTRA. TRA BOSCHI E CANNETI



L'abbazia di San Galgano, vicino a Siena. La Sangiovesa (in alto, l'insegna), celebre osteria a Sant'Arcangelo di Romagna (Rn). A destra, sulle due ruote da Mantova verso il Po.

Nella pagina a fianco, le Piscine Termali Theia, nuovo polo del benessere a Chianciano Terme (Si). Nel weekend rimangono aperte fino a mezzanotte.

Una piccola spinta sui pedali e via! Niente di più facile: è un po' come tornare bambini, quando si prendeva la bicicletta per trascorrere un momento felice, immersi nella natura. Non servono grandi muscoli, ma solo due ruote e percorsi protetti. L'Italia ne è ricca. Basta scegliere il luogo. Il periodo migliore? L'autunno. Quando il clima diventa frizzante. E boschi e colline si colorano di fiammeggianti sfumature.

Come quelle che fanno da sfondo alle Ciclovie del Po, due mila chilometri che si snodano tra Pavia, Lodi, Cremona e Mantova. L'itinerario più suggestivo? Attraversa le terre di Matilde di Canossa, nel Mantovano: 48 chilometri lungo la sponda destra del fiume, su strade arginali e sicure adatte anche ai bambini. Prende avvio dalla stazione ferroviaria di **Ostiglia** e si conclude in quella di Bondeno, due ore e mezzo di immersione nella natura. Durante il tragitto si raggiungono gli sterminati canneti della Palude di Ostiglia, habitat perfetto per un safari all'italiana, avvistando lepri, donnole e uccelli, anche rari, come il gufo di palude. Si attraversano i labirinti verdi della riserva naturale Isola Boscone di Carbonara di Po che vanta il secondo bosco spontaneo più grande della provincia di Mantova. E si arriva agli affacci sull'acqua e all'osservatorio faunistico, il punto panoramico che permette di seguire il volo del nibbio bruno e dello sparviere. Il viaggio prosegue poi per il Palazzo Ducale di Revere, uno dei capolavori del Rinascimento mantovano, e Borgofranco sul Po, celebre per essere l'unica città del tartufo in Lombardia. La sua storia è raccontata al Tru.Mu (tel. 0386 41667, www.trumu.org), museo dedicato al pre-



IN APERTURA E IN QUESTA PAGINA ALAMY, SIME



zioso tubero, pensato con un percorso olfattivo e sensoriale. Un'esperienza che prepara alla sua degustazione nei ristoranti lungo la Strada del tartufo e nelle sagre che si svolgono durante l'inverno, come TartufArt, evento culinario e artistico che dal 6 all'8 dicembre profuma il borgo di Quingentole (<http://stradadeltartufo.org>).

In Romagna la bicicletta fa parte dell'immaginario collettivo, dove tutti pedalano con calma: una dolce vita sulle due ruote che passa su strade secondarie e poco trafficate dalle colline al mare, con un omaggio speciale ai grandi artisti che sono nati in questa terra generosa. Uno fra tutti, Federico Fellini. L'itinerario a lui dedicato parte dal lungomare di **Rimini** e porta al borgo di San Giuliano, dove si trovano i murales ispirati ai suoi film. I più allenati, sempre su strada, possono proseguire per Sant'Arcangelo di Romagna, il paese del poeta Tonino Guerra, dove si trova il museo a lui dedicato e la celebre osteria La Sangiovesa, nata dall'amicizia tra l'editore Manlio Maggioli, proprietario del palazzo, e Guerra (tel. 0541 620710, www.sangiovesa.it, prezzo medio: 25 euro). Una sosta obbligatoria per gustare la classica piada con prosciutto e squacquerone e poi inforcare la bici e tornare verso il mare.

Spostandosi in Toscana, la pedalata più affascinante è quella in **Val di Chiana**, lungo il Sentiero della Bonifica. Più che un percorso è un ponte di collegamento tra le terre di Arezzo e Siena, lungo il Canale Maestro della Chiana. Sessantadue chilometri in terra battuta, pianeg-

gianti e tranquilli, adatti anche alle famiglie con bambini, che possono contare sulle stazioni ferroviarie di Chiusi e Arezzo per caricare e scaricare le biciclette. Il modo migliore per raggiungere il lago di Montepulciano, la città etrusca di Castiglion Fiorentino, le calde acque termali di Chianciano. Qui si possono parcheggiare le bici nel nuovo complesso Theia e rilassarsi nelle sue piscine interne ed esterne che nel weekend restano aperte fino a mezzanotte: per un suggestivo bagno sotto le stelle.

L'Agriturismo Montebelli si trova invece a **Caldana** (Gr), nel cuore della Maremma, punto di partenza ideale per esplorare la campagna su strade defilate, tra filari di vigne e uliveti, proprio in sella a una bicicletta. Sono a disposizione degli ospiti che possono anche scegliere bike tour autoguidati. Tre gli itinerari proposti, che partono dal borgo medioevale di Roccatederighi e portano rispettivamente al Lago dell'Accesa, alle Terme di Petriolo e all'Abbazia di San Galgano. Quest'ultimo è sicuramente il percorso più affascinante e ricco di mistero. Un luogo, infatti, che vanta molte analogie con re Artù, le leggende del Santo Graal e della Spada nella roccia. Che si può ammirare, perfettamente conficcata nella pietra, nel vicino Eremo di Montesiepi. Vale la pena di arrivare qui nel tardo pomeriggio, quando le luci regalano al complesso religioso il giusto tocco di magia.

Dalle colline toscane a quelle marchigiane. Qui, a fare da guida, gli sterminati campi colorati di viola e di

rosso. Sono le tinte accese delle piantagioni di zafferano del Montefeltro, che a novembre raggiunge la maturazione ed è pronto per la raccolta. Assistere a questo rito, che si compie solo all'alba per poter cogliere i fiori ancora in boccio, è un'esperienza da non perdere. Viene offerta in esclusiva dai proprietari del Ca' Virginia, agriturismo biologico a **Borgo Massano** (Pu), che organizza escursioni in bicicletta fino all'Azienda Agricola Zafferano del Montefeltro. Si percorrono diversi chilometri prima lungo la SP3, una strada tranquilla che per alcuni tratti costeggia il fiume Foglia, e poi si sale sulle pieghe delle colline, tra querce e acacie, fino a Macerata Feltria, il punto di arrivo. Si lasciano le due ruote, si osserva da vicino la fioritura e, se non si è stanchi, si può partecipare alla raccolta e alla lavorazione degli stimmi.

Le antiche vie della Toscana, un tempo percorse da pellegrini, mercanti e soldati, oggi sono il regno degli amanti

della mountain bike. I sentieri più panoramici? Quelli nella **Riserva Naturale del Lago di Vico**, nel Viterbese, che descrivono le sue sponde percorrendo tranquille strade provinciali (da fare anche in bicicletta), o che deviano nei boschi circostanti arrivando fino all'abbazia cistercense di San Martino al Cimino. All'interno della riserva è possibile parcheggiare la due ruote e affittare una canoa o una barca per un'escursione ai capanni dedicati al birdwatching o alle spiaggette isolate.

Il fascino di una pedalata cromatica, avvolti da un unico colore a fare da scenario, è un'esperienza d'eccezione possibile in Sicilia, sull'Etna. Qui a fare da sfondo ci sono le tonalità di nero assoluto delle colate laviche, un paesaggio lunare e fuori dal comune. Uno spettacolo da ammirare in sella alle mountain bike e con le guide dell'operatore Sicilia in bici che organizza itinerari per tutti i livelli. Il più completo (e impegnativo),

BICI E BARCA SULLE VIE DELLA TUSCIA



FOTO: FRANCESCO BIGANZOLI / CAMERA DI COMMERCIO DI VITERBO

Il Lago di Vico (Vt) è di origine vulcanica. Con i suoi 507 metri sul livello del mare è il grande lago più alto d'Italia.

A destra, una stanza del relais Monaci delle Terre Nere a Zafferana Etnea (Ct), base ideale per le escursioni sul vulcano. Sotto, in bicicletta alla Rocca Malatestiana di Mondaino (Rn). In basso, la spiaggia di Porto Flavia, vicino alle ex miniere di Iglesias (Ci).



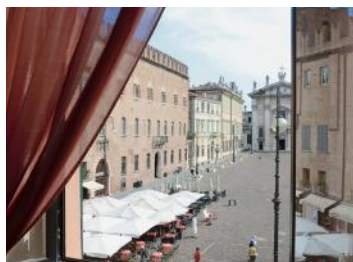
che si può fare tutto l'anno, è il tour dell'Etna, in provincia di **Catania**. Parte da Zafferana Etnea, si dirige verso Nicolosi, e s'inerpica tutt'intorno al vulcano, in senso orario, attraversando Belpasso, Bronte, Randazzo e Linguaglossa. L'ultima salita porta a Milo, da dove si scende fino a valle, tra agrumeti in fiore e fichi d'india. Il percorso più breve, sempre nel Catanese, è quello dei crateri sommitali: una trentina di chilometri mozzafiato. Porta prima ai resti della Torre del Filosofo, antico rifugio sulla cima, e poi scende verso l'osservatorio vulcanologico di Pizzi Deneri, da dove si domina la Valle del Bove e la Valle del Leone, con un panorama splendido che abbraccia la costa ionica.

Anche la Sardegna svela il suo volto ciclabile, da godere fino alla fine di dicembre, con un circuito di una settimana nel Sud-Ovest dell'isola. È organizzato da Giro Libero, con partenza da **San Salvatore Sinis** (Or), e include il noleggio delle biciclette, il soggiorno in piccoli alberghi e due transfer per evitare le salite più impegnative. Ogni giorno si percorrono su strada dai 40 ai 60 chilometri, ma senza fretta, con il ritmo giusto e tante tappe per fermarsi a fotografare i luoghi più suggestivi, dalle scogliere dell'isola di Sant'Antioco alle miniere abbandonate di Planusartu e Acquaresi. Poi si riprende la due ruote e si pedala sulla lunga e profonda lingua di sabbia giallastra che porta alle alte sagome delle dune di Piscinas, tra schizzi di acqua, misti alla sabbia, che si stampano sulle biciclette come piccoli tatuaggi. E tutt'intorno, montagne di sabbia, modellate dal vento e dal tempo.

SICILIA: BIKE TOUR E OSPITALITÀ IN STILE RUSTICO CHIC



BIKE HOTEL, TRATTORIE E LOCANDE:



LOMBARDIA

OSTIGLIA (MN)

IN BICICLETTA

Le Ciclovie del Po (www.lecicloviedelpo.movimentolento.it). **Noleggio:** Mantua Bike (tel. 0376 220909, www.mantuabike.it). Su prenotazione, la consegna nel punto di partenza dell'itinerario. Da 13 euro al giorno. **Info:** Iat Mantova (tel. 0376 432432, www.turismo.mantova.it).

DOVE DORMIRE

Hotel dei Gonzaga (foto sopra) piazza Sordello 52, Mantova tel. 0376 321533 www.hoteldeigonzagamantova.it Doppia b&b da 92 euro Comfort nel centro storico.

Agriturismo Olianina

via Gaiardina 4, Villa Poma (Mn) tel. 349 4678345 www.agriturismolianina.it Doppia b&b da 60 euro Famigliare. Biciclette gratuite per gli ospiti.

DOVE MANGIARE

Agriturismo Le Calandre strada Calandre 4, loc. Calandre Ostiglia (Mn), tel. 0386 803027 www.agriturismolecalandre.it Prezzo medio: 25 euro Tortelli di zucca e cotechino in crosta.

Antica Locanda Corte della Marchesa

via Carbonara 26 Carbonara di Po (Mn) tel. 0386 41174 www.marchesa.altervista.org Prezzo medio: 25 euro Fagottini spuma d'uovo e tartufo.



EMILIA ROMAGNA

RIMINI

IN BICICLETTA

Gli itinerari Felliniani e di Tonino Guerra (c/o Rimini Turismo, tel. 0541 53399, www.rimini-turismo.it). **Noleggio:** Ambra (tel. 333 7518343). Su prenotazione. Da 15 euro al giorno.

DOVE DORMIRE

Hotel Dory & Suite (foto sopra) viale Puccini 4, Riccione (Rn) tel. 0541 642896 www.hoteldory.it Doppia b&b da 90 euro Bike hotel. Noleggio (gratuito) e manutenzione delle biciclette.

Locanda Antiche Macine

via Sogliano 1540 Montalbano, Santarcangelo di Romagna (Rn) tel. 0541 627161 www.antiche-macine.it Doppia b&b da 80 euro In un casale del Seicento.

DOVE MANGIARE

Chi Burdlaz viale Vespucci 63, Rimini tel. 0541 709900 www.chiburdiaz.com Prezzo medio: 20 euro Salumi nostrani e gnocco fritto.

Dalla Marianna

viale Tiberio 19 Borgo San Giuliano (Rn) tel. 0541 22530 www.osteriadeborg.it Prezzo medio: 25 euro Pasta fatta in casa al mattarello, fritto misto, sardoncini marinati e brodetto di pesce.



TOSCANA

CHIUSI (SI)

IN BICICLETTA

Il Sentiero della Bonifica (www.sentierodellabonifica.it) e Terre di Siena in bici (<http://bici.terresiena.it>). **Noleggio:** Scooter Bici (tel. 0578 274207). Da 13 euro al giorno.

DOVE DORMIRE

B&b Cavalli & Co. via G. Rossini 18, Arezzo tel. 0575 381838 www.bedandbreakfastarezzo.it Doppia b&b da 60 euro È il punto di partenza migliore per raggiungere il Sentiero della Bonifica. Mountain bike a noleggio (da 11 euro al giorno).

Pacchetto Iat Chianciano Terme

In un tre stelle a scelta, pacchetto di due giorni/una notte b&b, un ingresso alle Piscine Termali Theia di Chianciano Terme (Si), da 69 euro a persona. Si prenota con Iat Chianciano Terme (piazza Italia 67, tel. 0578 671122, www.vivichianciantoterme.it).

DOVE MANGIARE

La solita zuppa (foto sopra) via Porsenna 21, Chiusi (Si) tel. 0578 21006 www.lasolitazuppa.it Prezzo medio: 20 euro Pasta fatta a mano e zuppe.

Il Saraceno

via Mazzini 6/a, Arezzo tel. 0575 27644 www.trattoriailsaraceno.com Prezzo medio: 20 euro Ribollita aretina e carni alla brace.



TOSCANA

ALBERESE (GR)

IN BICICLETTA

Gli itinerari nel Parco Regionale della Maremma (tel. 0564 407098, www.parco-maremma.it). **Noleggio:** Centro Visite Alberese (tel. 0564 407098, www.parco-maremma.it). Nel parco, da tre euro all'ora.

DOVE DORMIRE

Montebelli Agriturismo e Country Hotel (foto sopra) loc. Molinetto Caldana (Gr) tel. 0566 887100 www.montebelli.com Doppia b&b da 110 euro Propone tre bike tour autoguidati in Maremma a 25 euro, con bici, casco, mappa e assistenza.

Podere Isonzo

strada Vecchia Aurelia Alberese (Gr), tel. 338 4562086 www.podereisonzo.it Appartamento per tre persone da 89 euro Tra girasoli e ulivi. Biciclette e mountain bike gratuite.

DOVE MANGIARE

La Maremmana via del Fante 24, Alberese (Gr) tel. 0564 407137 www.lamaremmanna.com Prezzo medio: 20 euro Tortelli, acquacotta e crostini.

Agriturismo Allegro

Podere Spalato strada Pianacce 131, Alberese (Gr) tel. 0564 407115 www.agriturismoallegro.com Prezzo medio: 15 euro Carni della fattoria alla griglia.

LA SOSTA È IL BELLO DEL CICLISMO



MARCHE

BORGOMASSANO (PU)

IN BICICLETTA

Escursioni nel Montefeltro (c/o Turismo provincia Pesaro e Urbino, tel. 800 563800, www.turismo.pesarourbino.it). **Noleggio:** Marcheggiani Viaggi (tel. 0722 329284, www.marcheggiani.it). Da 15 euro al giorno. Propone anche il pacchetto Bike & Natura tre giorni/due notti b&b in agriturismo o hotel tre stelle, da 180 euro.

DOVE DORMIRE

Ca' Virginia Country House (foto sopra), loc. Ca' Virginia Borgomassano (Pu) tel. 0722 580781 www.cavirginia.it Pacchetto Bike da 150 euro in mezza pensione, guida, mappe e tour, garage per le bici, servizio lavanderia per gli indumenti tecnici, bici e accesso alla spa.

Agriturismo Montespino via Montespino 4286 Mondaino (Pu) tel. 0541 985912 www.agriturismimontefeltro.com Doppia b&b da 40 euro Un rustico del Quattrocento.

DOVE MANGIARE

Ristorante Vecchio Montefeltro via Roma 52, Carpegna (Pu) tel. 0722 77136, www.ristorantevecchiomontefeltro.com Prezzo medio: 15 euro Funghi, tartufi e cacciagione, anche da asporto, per picnic durante le escursioni in bicicletta.



LAZIO

CAPRAROLA (VT)

IN BICICLETTA

Nella Riserva Naturale Regionale del Lago di Vico (tel. 0761 647444, www.parks.it; Tuscia Welcome, www.tusciawelcome.it). **Noleggio:** Moto e Cicli Rainaldi (tel. 0761 340865, www.ranaldimotocicliviterbo.com). Da 12 euro al giorno.

DOVE DORMIRE

La Valle di Vico (foto sopra) loc. Ronciglione (Vt) tel. 0761 612321 www.lavalledivico.it Appartamento per due persone da 75 euro. Agriturismo a pochi chilometri dalla Riserva Naturale Regionale del Lago di Vico. Noleggio biciclette nel campeggio a 300 metri, da dieci euro al giorno.

La Rocca

piazza Romeo Romei 7 Caprarola (Vt) tel. 0761 646411 www.bbblarocca.it Doppia b&b da 50 euro Un b&b nel centro storico.

DOVE MANGIARE

Antica Trattoria del Borgo via Borgo Vecchio 107 Caprarola (Vt), tel. 0761 645252 www.anticatrattoriadelborgo.it Prezzo medio: 25 euro Zuppe e carni alla brace.

Ristorante Il Caravaggio

via Nicolai 107, Caprarola (Vt) tel. 0761 646110 Prezzo medio: 30 euro Pesce e cacciagione.



SICILIA

ZAFFERANA ETNEA (CT)

IN BICICLETTA

Escursioni sull'Etna (Parco dell'Etna, tel. 095 821111, www.parcoetna.it; Turismo Provincia di Catania, tel. 095 4014070, <http://turismo.provincia.ct.it>). **Noleggio:** Sicilia in bici (tel. 331 2566509, www.siciliainbici.it). Da 15 euro al giorno. Anche tour, da 70 euro.

DOVE DORMIRE

Monaci delle Terre Nere (foto sopra), via Monaci Zafferana Etnea (Ct) tel. 095 7083638 www.monacidelletterenere.it Doppia b&b da 180 euro Raffinata dimora a basso impatto ambientale, ai piedi dell'Etna, punto di partenza per le escursioni al vulcano.

Baita nel Bosco

Parco dell'Etna (Ct) tel. 095 493347 Baita per quattro persone da 125 euro Casa di pietra nei boschi del Parco dell'Etna, a pochi chilometri dai punti di partenza per le escursioni al vulcano.

DOVE MANGIARE

Fermata Spuligni via G. Matteotti 1-5 Zafferana Etnea (Ct) tel. 095 7082059 www.fermataspuligni.com Prezzo medio: 20 euro La cucina tradizionale siciliana presentata con tocchi creativi. Da non perdere, pizze rosse e bianche.



SARDEGNA

SAN SALVATORE SINIS (OR)

IN BICICLETTA

Tour nel Sud-Ovest (GiroLibero, tel. 800190510, www.girolibero.it). Itinerario cicloturistico con sette notti b&b in hotel tre stelle, biciclette, trasporto bagagli per le cinque tappe del tour, cartine, transfer San Salvatore Sinis-Arborea, assistenza telefonica, assicurazione, da 560 euro. Partenze ogni sabato, fino al 28 dicembre.

DOVE DORMIRE

Agriturismo Il Sinis loc. San Salvatore, Cabras (Or) tel. 0783 392653 www.agriturismoilsinis.it Doppia b&b da 80 euro Ospitalità rurale.

Agriturismo Sabori Antigu

loc. Sant'Anea Scoada Marina di San Vero Milis (Or) tel. 328 6440524 www.agriturismosaboriantigu.it Doppia b&b da 60 euro Semplice e confortevole.

DOVE MANGIARE

Ristorante Il Caminetto via Battisti 8, Cabras (Or) tel. 0783 391139 www.ristorante-ilocaminetto.com Prezzo medio: 30 euro Anguille con pecorino sardo.

Ristorante Borgo Sant'Ignazio

(foto sopra) via S. Ignazio 33 Bosa (Or) tel. 0783 374129 www.ristorantebosa.com Prezzo medio: 25 euro Pesce marinato in pomodoro.