



Vacanze estive. I nuovi trend

Mare o Montagna? Agriturismo o albergo? Slow, active, esperienziale. A ciascuno la sua vacanza. Ecco quali saranno le mete top nel Belpaese e le nuove tendenze **di Tiziana Conte**

Anche quest'anno le località di mare faranno la parte del leone nelle scelte dei connazionali. Stando alle prenotazioni degli operatori turistici e dei portali di viaggi online fra le mete più gettonate ai primi posti troviamo la **Puglia**, con il **Salento**, la **Sicilia**, la **Calabria** e la **Campania** con soluzioni di soggiorno su misura arricchite da attività di ogni tipo, infatti, secondo l'Osservatorio Innovazione Digitale alle experience viene destinato oltre il 25% del budget della vacanza e in molti casi, sono proprio queste che guidano la scelta della destinazione costituendone la motivazione

stessa del viaggio. Attività culturali, intrattenimento, tour culinari, shopping, sport, relax, benessere, corsi e itinerari tematici sono i più richiesti per arricchire i soggiorni di vacanze che risultano sempre più all'insegna del turismo slow e sostenibile, nelle diverse declinazioni - dai percorsi religiosi, ai cammini tematici, allo slow bike - e, in generale, l'outdoor e il turismo attivo. Il tutto supportato da inedite e innovative soluzioni tecnologiche. Ad orientare le scelte verso la Campania, due nuovi punti di forza: le Universiadi, con 8.000 atleti da 170 Paesi, a Napoli e in diverse località della regione, per gli

La Puglia, in particolare la costa salentina è fra le mete più gettonate dell'estate



appassionati del turismo sportivo; i percorsi religiosi o legati a storia e arte, come i siti archeologici per chi preferisce il turismo lento nell'entroterra. Fra le mete più di tendenza dell'estate 2019 c'è sicuramente la **Basilicata**, dove a trainare le prenotazioni è **Matera** Capitale europea della cultura 2019, grazie anche al nutrito calendario di eventi che animeranno le giornate non solo della città dei Sassi ma anche di numerose località della regione. Tra gli eventi in calendario il 20 luglio sarà di scena una celebrazione per i 50 anni dai passi di Neil Armstrong sulla Luna, con musica ed effetti visivi diretti da **Brian Eno**.

Vacanza attiva

Gli appassionati della montagna non potranno perdersi l'opportunità riservata non solo ai 4.019 biker che il 15 giugno



2019 prenderanno parte alla decima edizione di **BMW HERO Südtirol Dolomites**, ma anche a tutti gli amanti delle escursioni e delle due ruote che potranno sbizzarrirsi sugli HERO Trails: 70 percorsi divisi in quattro tipologie per scoprire le incantevoli valli attorno al **massiccio del Sella**: dalla **Val Gardena** all'**Alpe di Siusi**, dall'**Alta Badia** ad **Arabba** e **Val di Fassa**. I biker più agguerriti potranno divertirsi lungo i Single Trails mentre sui Pleasure Trails si dirigeranno coloro che preferiscono pedalate rilassanti; gli **E-bike Trails** si potranno percorrere con la mountain bike a pedalata assistita. Per i più audaci gli **Enduro Trails**: cinque tracciati disegnati intorno al massiccio del Sella (3.152 m) per un totale di 20 chilometri e 2.700 metri di dislivello. Le Guide di Mountain Bike oltre a rivelare la magia delle Dolomiti, accompagneranno i biker e li aiuteranno a migliorare la tecnica. Ci si potrà divertire lungo i trails (anche utilizzando gli impianti di risalita) grazie all'offerta ampia e diversificata che prevede pacchetti da 3 a 5 giorni dal 16 giugno al 29 settembre 2019, Per informazioni: www.herotrails.com/it.

BMW HERO
Südtirol Dolomites
foto credit
Freddy Planinschek
Dantercepies



In vacanza per imparare

La vacanza come occasione per imparare a **fare il pane**, **l'orto**, il giusto **abbinamento dei vini**. A proporlo con pacchetti soggiorno tutto incluso, anche gli alberghi. Sulle Alpi del Mare, a **Frabosa Soprana** (CN), l'**Hotel Miramonti** che da decenni ha allestito un orto biologico all'interno del proprio parco, organizza sessioni di orticoltura. Qui si imparano le tecniche per coltivare un orto senza ausilio di pesticidi o agenti chimici e seguendo l'avvicinarsi delle fasi lunari. Nel bio orto del Miramonti le mamme con bimbi in età da svezzamento possono addirittura cogliere zucchine, carote e patate che poi finiscono frullate nelle pappe dei loro bimbi. In **Valsesia**, al **Mirtillo Rosso Family Hotel di Riva Valdobbia** (VC) - Monte Rosa,



Il Parco Regionale dei Boschi di Carrega e nella foto in basso l'hotel diffuso Borgo Tufi, sono le destinazioni più amate da chi pratica il forest bathing

si può frequentare il corso di abbinamento dei vini ai piatti della cucina italiana, per tutta l'estate. Un luogo ideale visto che l'alto Piemonte è un territorio che ospita alcuni dei vitigni più importanti e antichi al mondo. L'Hotel nell'incontaminato scenario della Valsesia con una struttura perfettamente integrata nel paesaggio valligiano e orientata al massimo della sostenibilità ecologica, riprende l'architettura delle antiche case Walser risalenti al XIII-XIV secolo. Buon cibo ma

anche sport: nuoto, bici, rafting, rafting, hydrospeed, canyoning e kayak nei torrenti che confluiscono nel fiume Sesia. Tutti in Umbria invece, per imparare a fare il pane all'**Abbazia San Faustino di Umbertide** (PG) che offre un'esperienza unica: "dal chicco di grano al pane", in una fattoria dove gli ospiti vivono una full immersion dedicata a questo alimento: dalla molitura del grano alla macina nel buratto, dalla selezione dei grani all'impasto, fino alla cottura in un antico forno a legna. E poi un pranzo a base di salumi e verdure, naturalmente accompagnato dal pane preparato dagli ospiti.

Forest Bathing

Fra le nuove tendenze il forest bathing per combattere lo stress immergendosi nella natura. Fra i luoghi più suggestivi dove praticarlo le foreste altomolisane, scrigno di biodiversità. Dal pittoresco borgo di Castel del Giudice si snodano una serie di sentieri che raggiungono i paesini vicini, come **Capracotta** e il suo Giardino della Flora Appenninica o **Pescopennataro** con il suo bosco di abeti bianchi. Seguendo il corso del fiume Sa-





Bikers sugli HERO Trails alla scoperta delle valli attorno al massiccio del Sella.
Foto Credit Andrea Costa

gro, a poca distanza dall'albergo diffuso **Borgotufi**, il bagno nella foresta continua partecipando ad un'emozionante attività fluviale di rafting o canoa. Non mancano opportunità per quanti vogliono inoltrarsi in questo regno naturale selvaggio in mountain bike o bici elettrica. Tante le attività per praticare il forest bathing tra querce, faggi e castagni lungo i sentieri del **Parco Regionale dei Boschi di Carrega** (PR). E il sonno è assicurato all'eco B&B nei Boschi di Carrega in perfetta sintonia con la natura che lo circonda e i suoi abitanti: scoiattoli, caprioli, Upupe.

Le località balneari della costa siciliana risultano fra le preferite dai connazionali

Wellness Experiences

L'acquisto di esperienze legate al benessere risulta in crescita anche per i viaggiatori italiani che registrano prenotazioni superiore alla media mondiale. Nel cuore della **Valle d'Isarco** a 900 metri di altitudine, alle porte di **Naz**, vicino Bressanone (BZ), il **Seehof Nature Retreat** è un vero e proprio ritiro nella natura, per una vacanza rigenerante. La Valle d'Isarco si specchia nell'acqua del laghetto naturale di Flötscher Weiher, da cui si apre l'accesso diretto alla Spa **PrimaVera**, che offre una piscina infinity riscaldata esterna, sauna finlandese e biosauna panoramiche con vista sul lago, bagno turco e una lunga lista di trattamenti per viso e corpo tra cui i massaggi con timo e pino cembro e quelli con mela e rosa canina, per favorire la rigenerazione muscolare e l'idratazione della pelle. A fare da cornice al lago un fitto bosco di pini silvestri che invita a rilassanti passeggiate. Tante le proposte per scoprire le bellezze della zona: escursioni guidate, a piedi o in e-bike, corsi di fitness sul pontile del lago o semplici passeggiate nell'incanto della vegetazione.

