

ON THE ROAD

SPECIALE VAL D'AOSTA

Parapendio, nordic walking, rafting, arrampicata, mountain-bike e pesca: una gamma di proposte di stile, dallo sport estremo allo svacco supremo nella piccola e intraprendente Val d'Aosta.

di Fabienne Agliardi



Vacanze in montagna? Sono il nuovo trend degli ultimi anni. I nostri monti (non Mario) sono stati troppo spesso accantonati per le troppo spesso affollatissime spiagge. E ora c'è l'inversione di tendenza. Ce n'è per tutti i gusti. Gli sportivi più estremi possono giocarsela con il Tour del Monte Bianco (170 km): pianificarlo quest'anno è veramente comodo grazie a www.autourdumontblanc.com, in cui si impostano gli itinerari su cartografia interattiva. I patiti delle acque se possono spassare sulla Dora Baltea e sui torrenti alpini tra dry canyoning, kayak, rafting e hydrospeed nella riserva naturale di Marais-Morgex-La Salle.

www.raftingh2o.com.

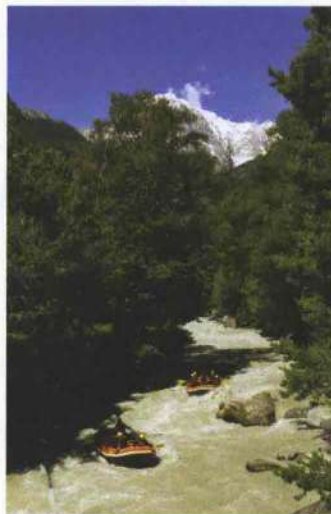
I folli seguaci del downhill avranno interminabili piste a La Thuile (da € 63/2 giorni di prove e un pernottamento), mentre i più quieti potranno andare a cavallo tra vecchi mayen e boschi: occhio a non investire marmotte, camosci e stambecchi (a logica dovrebbero scansarsi, ma non sarà raro vederli). Per i più pigri c'è Slow Walking: lo dice la parola stessa: slow. Va bene per i curiosi o per chi non ha voglia di sbattimenti: €180/6 giorni comprende anche un corso di Nordic walking. info@slowholiday.it

E per gli amanti del wellness ci sono le terme di Pré Saint-Didier o le nuovissime terme di Saint-Vincent (riaperte lo scorso mese!) www.wellnessvalledaosta.it

Abbiamo selezionato alcune località cool: scegliete quella più congeniale e... acclimatatevi!

Tutte le info www.lovevda.it

128 • www.maximitaly.com



ON THE ROAD 

COURMAYEUR E VAL FERRET

Courma è sempre Courma. In estate si popola non solo di vip (e poi, i veri vip siete voi). Dove dormire? Auberge de la Maison, una meraviglia in stile valdostano nella frazione di Entrèves. Vista eccezionale, parcheggio interrato (cosa non da poco a Courmayeur d'estate!) e una navetta gratuita che in pochi minuti porta in centro. È il posto ideale per chi vuole glamour e privacy, relax (la massaggiatrice è bravissima) e per chi preferisce un luogo più tranquillo ma vicino al centro. (www.aubergemaison.it, prezzi da €270 in doppia in mezza pensione).

Serata consigliata: aperitivo al Bar Roma (non delude mai!), cena in quota al Rifugio Bonatti e serata al Courma Club, aperto da pochi mesi e dunque alla sua prima estate. www.courmaclub.it.

Per i veri glamour c'è il Golf Club (www.golfcourmayeur.it), un campo progettato da Henry Cotton (sì, quello delle magliette) con 9 buche in piano, ritrovo esclusivo con ottimo ristorante annesso e lezioni per neofiti.

I due punti forti dell'estate a Courmayeur sono la mountain bike e il trekking attorno al Monte Bianco. La Val Ferret si presta assai: in località Plancipieux, MB Aventure (www.mbaventure.it, il riferimento è Mariano) organizza varie attività. L'escursione in mountain bike dura due ore (anche di più se non avete fiato), fino a un percorso di 3 giorni più impegnativo come il Tour dei Rifugi, un giro ciclistico a tappe di 120 km (da luglio a settembre: 3 giorni €360 compresi pernottamento, mezza pensione, assicurazione, trasporto bagagli e guida. Oppure l'helibike: una crasi che significa che si sale in elicottero e si scende il mountain-bike con tre tipi di discesa (soft, freeride e freeride estrema). Si dorme al rifugio, si fa la grigliata e il giorno dopo si fa rafting (2 giorni €215 tutto incluso).

Se avete pupattoli da piazzare, ci sono i camp estivi organizzati da Sirdar Montagne et Aventure, che organizza "Una Montagna di avventure", attività per ragazzi da 5 a 14 anni (escursioni, atelier didattici, bicicletta) con pulmino che raccoglie e riporta la prole direttamente a casa o all'hotel. E, per gli adulti, Sirdar anche propone anche lezioni di arrampicata (livello base, 4 ore in falesia, €140 a persona materiale incluso). www.guidemontebianco.it

Save the date! 27 luglio: Festa di San Pantaleone + dj set a cura di Courma Club (la serata continua al Courma Club).



www.maximitaly.com ■ 129

ON THE ROAD

CERVINIA E VALTOURNENCHE

Qui si può fare ogni tipo di sport. La via di mezzo adatta a tutti è il Nordic Walking, un tipo di camminata dinamica con dei bastoncini che fa muovere il 90% del corpo (ergo: meno fatica e più calorie bruciate). Le lezioni base durano 1 ora e 30 e insegnano le basi, dalla postura allo stretching. Tutti i giovedì di luglio e agosto a Breuil-Cervinia (€20 a persona compresa assicurazione e bastoncini).

Si dorme a les Neiges D'Antan, un hotel un po' isolato ma molto cool, con lounge bar, musica, wellness in parte all'aperto e con attività estive come pacchetti bike, free ride, attività di yoga e fughe romantiche. www.lesneigesdantan.it

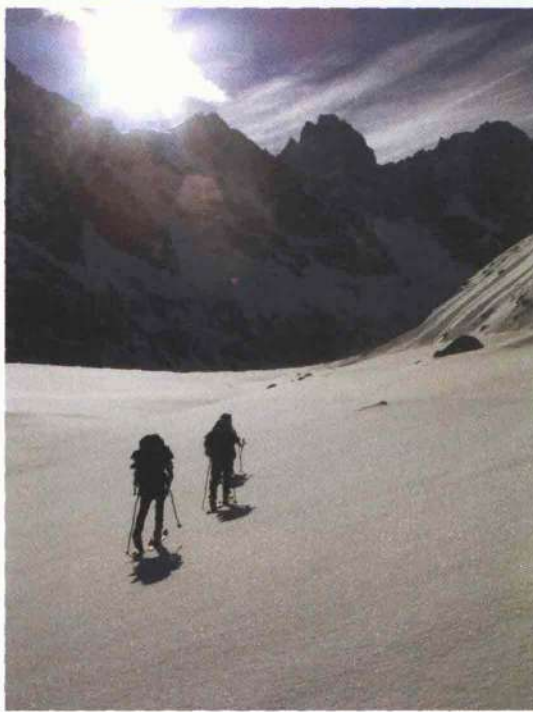
Tre posti da segnare a Cervinia/Valtournenche: aperitivi trendy a Ymeletrob con ristorante specializzato in carne alla brace; il nuovissimo chalet Royaume du Cervin, in estate raggiungibile a piedi, in mountain bike o fuoristrada. Si chiude con la discoteca Bianconiglio, un ritrovo molto cool, con musica ricercata e con dj provenienti da tutta Europa.

Save the date! 29 luglio 3° Rétromobile Valtournenche/Breuil-Cervinia - Raduno veicoli d'epoca.

Per i patiti della neve anche in estate, il ghiacciaio di Plateau Rosà diventa "hot", con 25 km di percorsi tra sci e snowboard al Gravity Park, dove anche in estate la neve rimane rigorosamente compatta. Per chi non scia (e magari solamente accompagna), si può fare un gita in giornata con la modernissima funivia inaugurata lo scorso inverno con vista magnifica sulla parete Sud del Cervino.

Sulla stessa via, è da fare la gita al Breithorn, una sorta di Battesimo per l'alpinismo (tranquilli: non è per nulla impegnativo); da non perdere è anche il favoloso campo da golf 18 buche immerso in un panorama mozzafiato.

Gli aspiranti Icaro (con finale diverso, si spera) possono effettuare voli spettacolari in parapendio, anche in tandem: si sceglie tra volo classico, planare o serale con decolli a 2500 metri. Per gli indipendenti, si prende il brevetto con 10 lezioni. www.fansdesport.it

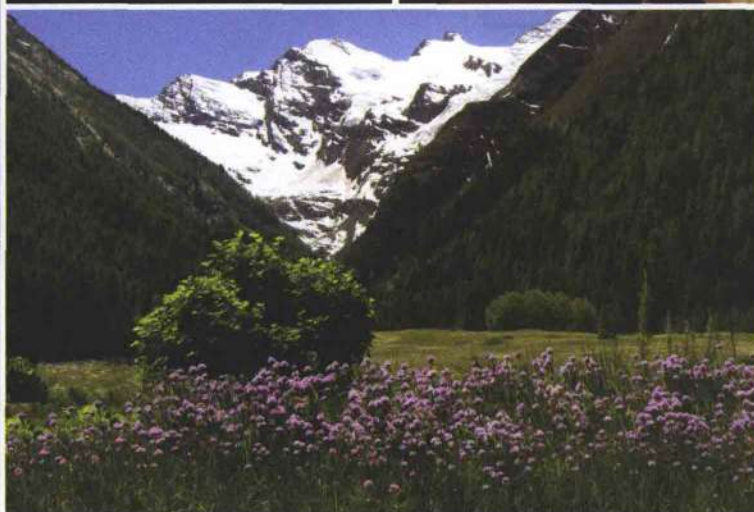


Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

COGNE

Una piccola capitale nel cuore del Parco del Gran Paradiso: il luogo perfetto per chi ama la natura e vuole un posto di relax che sia chic. Per scoprire il Parco è bene farsi affiancare dall'esperto: il deus ex machina della valle è Nicola Gerard, guida escursionistica che crea attività di ogni tipo, dalla passeggiata tra gli animali alla fitoterapia e culinaria con le piante di montagna, all'osservazione delle stelle con telescopio. Scoprirete più cose con lui che in qualsiasi documentario, dalla triste e paradossale vita della marmotta fino al cinismo dell'aquila. Se siete cittadini spreconi pentiti e/o se avete bimbi che vanno indottrinati, si possono fare anche lezioni di educazione ambientale. www.trekkingcogne.it Si dorme all'Hotel Bellevue: è il più cool di Cogne anche perchè è l'unico costruito sul prato di Sant'Orso. Inaugu-

rato nel 1925, ha un centro benessere favoloso e una serie di trattamenti particolarissimi (provate il massaggio all'olio di marmotta – ecco perché le marmotte hanno una vita triste). Il Bellevue offre tutto: ristorante gourmet, le petit restaurant (4 soli tavoli!), una brasserie in centro paese (Bon Bec), un bar à fromage e la maison à l'Alpage dove in estate si fanno grigliate di carne (www.hotelbellevue.it, €280 in doppia superior con colazione a buffet). A Cogne il relax massimo è pescare nei torrenti; ma a Epinel vige il "no kill" (per la serie: pesca per il gusto di pescare e ributta in acqua), mentre nella frazione di Lillaz ci sono laghetti di pesca alla trota. Che non è il figlio del politico, ma una specialità culinaria della zona.



CULTURAL MOMENTS

Fino al 22 luglio: Musicastelle, quest'anno anche in versione outdoor in posti panoramici con concerti di alto livello (tra cui Francesco Renga, Pat Metheny, Ludovico Einaudi). www.musicastelle.it

Fino al 4 novembre: Forte di Bard, mostra fotografica The Last Sitting, gli ultimi scatti di Bert Stern a Marilyn Monroe poco prima della morte della diva. www.fortedibard.it

10/14 agosto: Cervino CineMountain Filmfestival, il Festival più alto del mondo, la più importante realtà interamente dedicata al cinema di montagna in Italia. www.cervinocinemountain.it