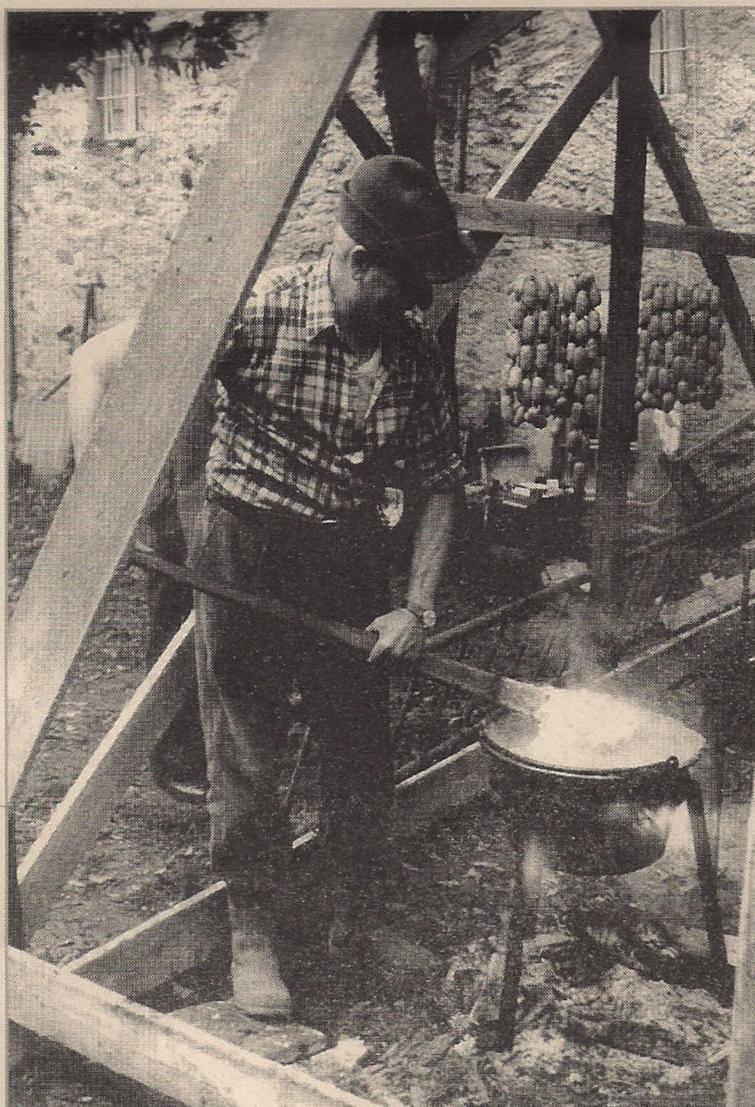


IL CORO

INFORMAZIONI

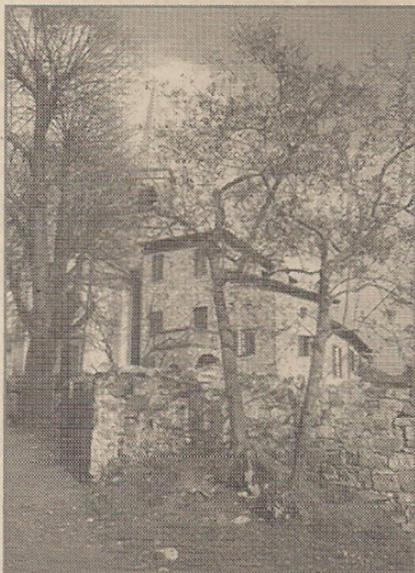
*MENSILE DEL CENTRO CULTURALE
CHIMONANTHUS*



Poggio delle Rondini: oasi di pace e di riflessione

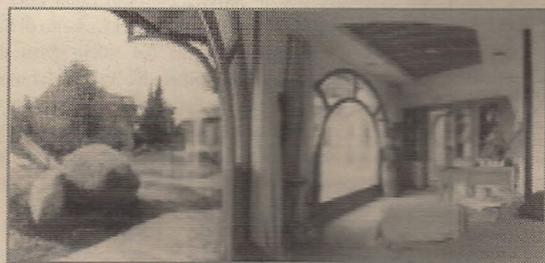
Poche case, poche persone, tanti animali – quelli della famiglia di contadini che mantengono viva e produttiva la campagna –, l'atmosfera genuina di una terra, che solo ora si apre al turismo, e un elegante Bed and Breakfast dal nome romantico: Poggio delle Rondini. Questa è Mochignano Chiesa, piccola frazione a solo un chilometro dal suggestivo borgo medievale di Bagnone, perla della Lunigiana. Il B&B, voluto e gestito da Angela Macaluso, una giornalista di Milano, che ora continua la sua attività promuovendo le bellezze di una terra non sua, ma vissuta come tale, è l'unica opportunità per trascorrere qualche giorno nella vallata amena e soleggiata, per riposare, cullati dal suono dolce di campane e campanacci. Da ogni punto della casa il panorama è incantevole: l'imponente castello, la vallata, che degrada a balze verso il laghetto artificiale e scende fino a Bagnone, il paesino di Pastina, seminascosto dalla rigogliosa vegetazione, e, più sotto, incuneato nella valle, si riconosce Virgoletta, mentre, vigile sul crinale opposto, sta Orturano. Un salutare luogo di relax, dove è possibile fare piacevoli passeggiate e rinfrescanti bagni nei torrenti, girare in mountain bike, salire sulle vette dell'Appennino tosco-emiliano oppure partire alla volta dei centri storici, da Pontremoli a Sarzana e Lucca, visitare La Spezia, Lerici, Portovenere, le Cinque Terre, conoscere la storia dei librai ambulanti di Montereaggio e il rinomato Premio Bancarella, percorrere l'antica via francigena nei luoghi in cui soggiornò Dante e infine sostare nei ristoranti tipici per gustare testaroli, spalla cotta, torte d'erbe, funghi, castagne...

Per ulteriori informazioni e prenotazioni: Poggio delle Rondini di Angela Macaluso, Loc. Mochignano Chiesa, 6, 54021 Bagnone (MS), tel.0187429426, cell.3472943811, mail:poggiodellerondini@lunipress.it



Un'oasi del benessere in Val Pusteria

Il Centro dolori "Mondo Aurora" del Belvita Hotel Mirabell di Valdaora (BZ) da settembre si è dotato degli apparecchi per sottoporre i propri pazienti alla terapia ad onde d'urto. Isola del benessere che promette agli ospiti il recupero delle energie grazie ai soggiorni immersi nei verdi paesaggi della Val Pusteria e ai benefici trattamenti dell'area dedicata alla rigenerazione delle energie fisiche e mentali. L'hotel acquista così un nuovo motivo di attrazione per chi alla vacanza dà un valore di risanamento. Senza la necessità di ricorrere



a farmaci e a interventi chirurgici, la Terapia Extracorporea a Onde d'Urto (ESWT), consente di eliminare in poche sedute le cause dei dolori direttamente nella zona di origine. Considerato uno dei trattamenti più innovativi sviluppati nella Terapia del dolore, il metodo è efficace e indicato per pazienti affetti da tensioni e dolori cronici alla nuca, alla spalla, alla schiena, al gomito e alle articolazioni, ischialgia, danneggiamento del disco

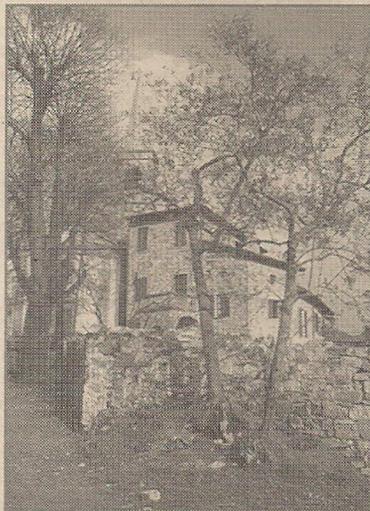
intervertebrale, emicrania. Ideali per combattere la cellulite, gli impulsi ad alto livello energetico alleviano i fastidi, sciolgono i nodi, stimolano il metabolismo nella zona del dolore e migliorano l'irrorazione sanguigna, con conseguente attivazione dei meccanismi di riparazione propri del corpo. A seguire i clienti nel loro percorso sulle onde d'urto, il personale qualificato del centro, che mette in pratica le indicazioni specifiche di Alexander Kirchler, responsabile del padiglione Ayurveda, circa il numero dei trattamenti e l'alimentazione da osservare durante il soggiorno. Per informazioni: tel. 0474 496191 - www.mirabell.it

Un Rifugio a quota 2050 mt

Il rifugio Las Vegas Lodge incastonato sul Piz Sorega a San Cassiano domina l'Alta Badia ed è diventato in pochissimo tempo una delle mete più esclusive della vallata. I suoi interni moderni e raffinati, si amalgamano con l'impronta minimale e con gli oggetti di design della zona lounge e di tutta la struttura, che esternamente rievoca quella degli antichi masi ladini del luogo. Costruito in perfetta armonia e sintonia con il paesaggio circostante, dispone solamente di 11 camere, che ne esaltano l'esclusività e lo rendono ancor più ameno e charme. Sono tutte in legno di cirmolo, profumato e rilassante, con vista panoramica sulla Marmolada, il Sella e il Puez. Dall'ampia vetrata del ristorante la vista è semplicemente spettacolare con panorami incantevoli. Il contatto con la natura si stabilisce sin da subito, il Las Vegas Lodge infatti lo si raggiunge solo a piedi tra boschi innevati e malghe, con il gatto delle nevi o trainati da una motoslitte partendo dall'abitato di San Cassiano. La vacanza al rifugio è un'esperienza unica e indimenticabile in quanto è possibile praticare i diversi tipi di sport invernali: sci alpino, carving e snowboard partendo direttamente da rifugio con gli sci ai piedi avventurandosi in itinerari sciistici ben supportati da impianti di risalita con collegamenti per oltre 500 km di piste. C'è anche un sentiero battuto di oltre 10 km che si srotola davanti al rifugio come un lungo tappeto bianco per praticare sport e training come camminate in quota, jogging, skyrunning e snow bike in totale esclusività, sia all'alba che al tramonto. Una pista per slittino lunga 3,5 km che scende fino a San Cassiano completa le svariate possibilità sportive. Apertura stagionale invernale 24/11/2007. Info: tel. 0471849355 - 840138 - www.lasvegasonline.it.

Poggio delle Rondini: oasi di pace e di riflessione

Poche case, poche persone, tanti animali - quelli della famiglia di contadini che mantengono viva e produttiva la campagna -, l'atmosfera genuina di una terra, che solo ora si apre al turismo, e un elegante Bed and Breakfast dal nome romantico: Poggio delle Rondini. Questa è Mochignano Chiesa, piccola frazione a solo un chilometro dal suggestivo borgo medievale di Bagnone, perla della Lunigiana. Il B&B, voluto e gestito da Angela Macaluso, una giornalista di Milano, che ora continua la sua attività promuovendo le bellezze di una terra non sua, ma vissuta come tale, è l'unica opportunità per trascorrere qualche giorno nella vallata amena e soleggiata, per riposare, cullati dal suono dolce di campane e campanacci. Da ogni punto della casa il panorama è incantevole: l'imponente castello, la vallata, che degrada a balze verso il laghetto artificiale e scende fino a Bagnone, il paesino di Pastina, seminascondo dalla rigogliosa vegetazione, e, più sotto, incuneato nella valle, si riconosce Virgoletta, mentre, vigile sul crinale opposto, sta Orturano. Un salutare luogo di relax, dove è possibile fare piacevoli passeggiate e rinfrescanti bagni nei torrenti, girare in mountain bike, salire sulle vette dell'Appennino tosco-emiliano oppure partire alla volta dei centri storici, da Pontremoli a Sarzana e Lucca, visitare La Spezia, Lerici, Portovenere, le Cinque Terre, conoscere la storia dei librai ambulanti di Montereale e il rinomato Premio Bancarella, percorrere l'antica via francigena nei luoghi in cui soggiornò Dante e infine sostare nei ristoranti tipici per gustare testaroli, spalla cotta, torte d'erbe, funghi, castagne...



Per ulteriori informazioni e prenotazioni: Poggio delle Rondini di Angela Macaluso, Loc. Mochignano Chiesa, 6, 54021 Bagnone (MS), tel.0187429426, cell.3472943811, mail:poggiodellerondini@lunipress.it

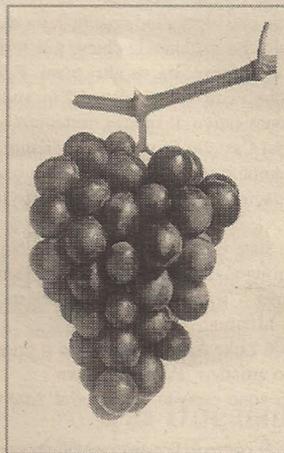
Staffetta tra Sky Europe e Wizz Air

Alla chiusura dei voli invernali dagli scali italiani per Budapest da parte della low cost slovacca risponde al Wizz Air che, a partire dal 28 ottobre, apre la rotta da Milano-Orio al Serio per Budapest con una frequenza di 4 voli settimanali: martedì, giovedì, sabato e domenica. La compagnia aerea ungherese opera da maggio 2004 ed effettua attualmente il collegamento tra Roma e Budapest. Wizz Air, che ha ricevuto recentemente il 13° Airbus A320 da 180 posti, partirà da Milano-Orio al Serio per Budapest alle ore 17.30 nei giorni di martedì, giovedì e domenica, e alle 13.00 il sabato. Il decollo da Budapest è previsto per il martedì, giovedì e domenica, alle ore 15.25 con arrivo a Bergamo alle 17.00 e il sabato alle 10.55 con arrivo alle 12.30.

Per informazioni www.wizzair.com.

Uva per dissetare e nutrire il corpo

In una torre di avvistamento del 1200 sorge un esclusivo relais di charme con solo 4 suites e tutti i servizi di una struttura di alto livello. Atmosfere d'altri tempi e arredi d'epoca ricordano la storia e la vita di questo torrione che fu eletto a dimora dai granduchi di Toscana: Cosimo I de' Medici, Violante di Baviera e Leopoldo di Toscana ai quali sono intitolate le stanze. La calda accoglienza della struttura è affidata ad una coppia al servizio esclusivo di chi alloggia, colazioni e cene servite nella sala del grande camino, per sentirsi re e regine del proprio tempo e del proprio soggiorno. Bagni effervescenti agli estratti di uva e vino in



un'enorme vasca per due. Un'area benessere denominata le Cantine di Bacco dove utilizzando la propria linea di cosmetici Elisir del Chianti, prodotta dall'antica farmacia fiorentina, vengono proposti trattamenti per il corpo a base di polifenoli e

resveratrolo. Immersi nella calda acqua di un tino, ricreato secondo le metodologie applicate nella prima spa per vinoterapia di Bordeaux, è possibile abbandonarsi a Bagni al Vino detossinanti e purificanti. Ossigenazione cellulare e miglioramento del microcircolo sono i primi effetti benefici di questo trattamento Vino-Balneo-Terapeutico per inebriarsi di bellezza e compattare la pelle del corpo. Sensazioni suggestive ed Efficaci Proprietà sono invece il valido connubio, che grazie all'estratto di uva abbinato ad una miscela di acido tartarico derivato dall'uva e dall'acido citrico, genera un'azione altamente levigante. In alternativa, un bagno al sodio bicarbonato e ai polifenoli dell'uva, che interagendo con i sali acidi creano un'effervescenza in grado di riattivare il microcircolo cutaneo migliorando l'ossigenazione cellulare. Per informazioni: Relais Cautelare de' Noveschi loc. San Sano, 12 Gaiole in Chianti (SI) tel. 0577 306058 fax 0577 307842 - www.castellaredenoveschi.com.