

Viaggi

La destinazione



Muoversi

Pilates a Marrakech, in bici a Montalcino. La giornata del benessere

Camminare per un'ora al giorno, bere più acqua, mangiare bio, cenare in famiglia e, se si può, dormire alle 22: è questo il manifesto del Global Wellness Day, il giorno dedicato al vivere bene in programma l'11 giugno, da festeggiare in città o in nel mondo (<http://www.globalwellnessday.org/>). Gli hotel Mandarin Oriental offriranno attività wellness gratuite per tutti gli ospiti, come jogging

con istruttore intorno al Palazzo Imperiale a Tokyo o una lezione di Pilates nel giardino della Spa a Marrakech. Più «local» la proposta di Rosewood Castiglion del Bosco (foto), il resort di Montalcino che declina in chiave italiana il benessere, tra passeggiate nella tenuta, escursioni in bici, lezioni di orticoltura e tecniche di cucina sana (rosewoodhotels.com/en/castiglion-del-bosco).

Cosa succede

La leggenda di San Marino, regalata a un guaritore



«Benvenuti nell'antica terra della libertà». Questo legge il visitatore mentre varca il portone della Repubblica di San Marino. Siamo alla dogana che la separa dall'Italia, dove ci si fermava per pagare il dazio. Ci troviamo nella più vecchia Repubblica del mondo e dopo lo Stato del Vaticano anche la più piccola. Con 62 chilometri quadrati di territorio e 33 mila abitanti. Da questo momento ogni passo che il visitatore farà e ogni pietra toccata sul monte Titano, trasudano storia e cultura. Visitata lo scorso anno da 2 milioni di turisti. L'estate in arrivo sarà ricca di eventi, per ricordare le antiche tradizioni. Si comincia l'11 giugno con il torneo dei Castelli. Protagonisti della manifestazione saranno tiratori, sbandieratori e musicisti della Federazione Balestrieri Sammarinesi nei costumi di fine '400. La competizione inizierà nel tardo pomeriggio alla Cava dei Balestrieri. Il pubblico assiste (gratis) in tutta sicurezza dall'alto della cava. Anche quest'anno si svolgerà la «Contesa dei piccoli balestrieri».

«Protagonisti giovani tiratori sammarinesi fra 9 e 11 anni — spiega il presidente Paolo Muccioli — si sfideranno in una gara di tiro con piccole balestre dalle caratteristiche simili alle grandi da banco». Le Giornate Medioevali continuano nei weekend di giugno-luglio. Con il centro storico invaso da giocolieri e musicisti che riporteranno i turisti indietro nei secoli. (www.visitsanmarino.com). Il clou degli eventi estivi avverrà il 3 settembre con i festeggiamenti dei 1.716 anni dall'arrivo del Santo Marino. «Correva l'anno 301 e un tagliapietra dalmata fuggito dalle persecuzioni di Diocleziano, stabilì una piccola comunità cristiana sul monte Titano — raccontano Andrea e la moglie Aleksandra, guide e cantastorie — guarì il figlio malato di Donna Felicissima, ricca matrona riminese e ne ebbe in regalo il selvaggio sperone di roccia». Così narrano le storie. Per fare una ricca e gustosa merenda pomeridiana si va a Casa di Fabbrica. Antico podere colonico fuori mura, adibito a Museo della civiltà contadina. Le stanze raccolgono gli attrezzi dell'epoca, restaurati da Ezio. Invece Arianna vi preparerà una tavolata con caciocotte, salumi e il «bustrengo». Il dolce povero domenicale dei contadini: pane raffermo, uvette e latte (www.terradisanmarino.com).

U. Tor.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Jesi
Da visitare il Teatro Pergolesi, uno dei 72 (erano oltre 100) ancora in attività nella regione. Sosta al Caffè Imperiale, per un happy hour a chilometro zero a base di torte salate e ciauscolo. Da vedere la Pinacoteca Civica, con la splendida galleria degli stucchi

Portonovo
La «baia caraibica» delle Marche. Si alloggia al Fortino Napoleonico (www.hotelfortino.it)

Loreto
Da fare il percorso Giubilare della Porta Santa d'obbligo una sosta al Santuario della Sacra Casa. Imperdibili i suggestivi Camminamenti della Ronda

Porto Recanati
Da «Le poisson» si gusta il brodetto di pesce

Recanati
Candidata capitale della cultura 2018. Dall'1 al 3 luglio tornano «i giorni del giovane favoloso» con la città nei costumi d'epoca. Ovvvia la visita nella casa nativa di Leopardi per entrare nella biblioteca «dello studio matto e disperatissimo». Poi uno stop a Villa Coloredo Mels, per ammirare le opere di Lorenzo Lotto

Grotte di Frasassi
Un viaggio al «centro della Terra» tra decine di cunicoli con stalattiti e stalagmiti (15,50 euro il biglietto compreso il museo del Territorio di Genga)

Fabriano
Nell'ex Convento di San Domenico è allestito il Museo della carta e della filigrana. In centro merita una visita la cartoleria Lotti del 1735 dove trovare biglietti e fogli prodotti e dipinti a mano

Teatro Pergolesi

Basilica di Loreto

Museo della carta

Le grotte, un po' di Caraibi e Leopardi

Le «stranezze» delle Marche

E da quest'anno via alla «Notte Rosa» della vicina Riviera Romagnola

Chi è

● Il conte Giacomo Leopardi nacque a Recanati, nel palazzo di famiglia, il 29 giugno 1798 e morì a Napoli nel 1837. È considerato il più importante poeta italiano dell'Ottocento. Approdò al Romanticismo attraverso la lettura di grandi esponenti del movimento letterario come Lord Byron, Shelley e lo stesso Foscolo, ma non volle mai definirsi tale. Secondo le ultime letture critiche può essere considerato esistenzialista.

Tre porte stagne della galleria separano il mondo esterno dal magico mondo interno delle grotte. Sono gli sbarramenti artificiali messi dall'uomo per evitare contaminazioni con l'ambiente sotterraneo. Ma soprattutto preparare gli occhi del visitatore alla semioscurità che lo aspetta nelle due ore successive. Benvenuti nelle grotte di Frasassi, uno dei gioielli più preziosi delle Marche. Che si tratti di uno spettacolo unico al mondo, lo si intuisce quando si entra nella prima sala. Alta 120 metri è così grande da contenere l'intero Duomo di Milano. Qui inizia un viaggio al «centro della terra» tra decine di cunicoli con stalattiti e stalagmiti. I nomi ricordano la forma. Ed ecco allora apparire i Giganti di oltre 20 metri, le Canne d'organo e le Candeline.

Trecentomila

«Lo scorso anno le grotte hanno attirato 300 mila turisti — spiega il responsabile Gianfranco Morettini — durante la visita guidata si scende nelle viscere della terra per un chilometro e mezzo». Il biglietto (15,50 euro) comprende anche l'ingresso al Museo del Territorio di Genga. Alle grotte si arriva da Ancona in 45 minuti di auto (www.frasassi.com). Spostandosi di una ventina di chilometri si tocca Fabriano. Altra perla marchigiana, fa-

mosa nel mondo per la lavorazione della carta. In città nell'ex Convento di San Domenico è allestito il Museo della carta e della filigrana. La visita permette di seguire le antiche tecniche di lavorazione dei mastri cartai per realizzare i fogli con fibre naturali. In centro, vale la pena sostare alla cartoleria Lotti. Una bottega aperta nel 1735 in cui potete trovare biglietti e fogli prodotti e dipinti a mano.

La gara tra nobili

Scendendo verso il mare si incontra Jesi, nella bassa valle dell'Esino. Consigliata la passeggiata che porta a piazza della Repubblica, per visitare lo storico Teatro Pergolesi. Uno dei 72 (erano oltre 100) ancora in attività nella regione. Perché nell'800 le famiglie nobili e l'aristocrazia facevano a gara per costruire «teatri all'italiana» nel proprio borgo. Poi si sosta al Caffè Imperiale, per un happy hour a chilometro zero a base di torte salate e ciauscolo. Il gustoso salame spalmabile su pane fresco. Da visitare la vicina Pinacoteca Civica, con la splendida galleria degli stucchi. Sulle pareti le

Tanti teatri

La regione ospita più di 100 teatri (all'italiana): 72 sono ancora in attività

«quattro stagioni» e i «mestieri della terra» (www.comune.jesi.an.it). Per il secondo anno consecutivo, venerdì 1 luglio arriva sulle coste marchigiane la Notte Rosa della Riviera Romagnola. Da Gabicce Mare fino a Senigallia. In piazza della Libertà a Pesaro si tiene il concerto dedicato ai Pink Floyd (ingresso libero). Un revival musicale dal '60 a oggi del mitico gruppo britannico. Il programma delle manifestazioni su www.lanotterosa.it.

Sotto Ancona inizia la splendida Riviera del Conero. Tra il verde intenso delle colline e l'azzurro del mare si arriva a Portonovo. La «baia caraibica» delle Marche. E con l'estate alle porte è d'obbligo farsi tentare da un fresco bagno. Si alloggia al Fortino Napoleonico, nella struttura in cui si insediavano le guarnigioni francesi nella compagnia d'Italia (www.hotelfortino.it). Scollinando di una decina di chilometri troviamo a Recanati, candidata capitale della cultura 2018. Qui dall'1 al 3 luglio tornano «i giorni del giovane favoloso». Dal pomeriggio a notte fonda è protagonista l'intera città nei costumi

Candidatura

Recanati, la città di Giacomo Leopardi, è candidata capitale della cultura 2018

d'epoca. Due gli appuntamenti da non perdere. La visita nella casa nativa di Leopardi, nella piazzetta del «Sabato del villaggio», per entrare nella biblioteca «dello studio matto e disperatissimo» con i 20 mila libri del padre Monaldo. E poi uno stop a Villa Coloredo Mels, per ammirare le opere di Lorenzo Lotto. In particolare l'Annunciazione. «Con la Madonna che guarda verso il pubblico — spiega l'esperto Antonio Perticarini — e poi l'introduzione nella tela del gatto, simbolo della sconfitta del male e garbato elemento di ironia» (recanatitourismo.com).

La basilica fortificata

A Loreto è d'obbligo una sosta al Santuario della Sacra Casa. Oltre al percorso Giubilare della Porta Santa da visitare i suggestivi Camminamenti della Ronda, la guida vi spiegherà come la città anconetana sia tra le poche ad avere edificato una basilica fortificata. A Porto Recanati da «Le poisson» si gusta il brodetto di pesce: «Una saporita zuppa, di antica tradizione — spiega Giuseppe Perfetti, portorecanatese doc — nata in mare sulle barche dei pescatori che destinavano al loro pasto i prodotti non adatti alla vendita». Si accompagna con un buon bicchiere di Verdicchio dei Castelli di Jesi.

Umberto Torelli

© RIPRODUZIONE RISERVATA

69

è la percentuale del territorio di collina della regione, che occupa circa 9.365,86 chilometri quadrati: l'82 per cento dei comuni si trova proprio in questa area. Gli abitanti sono 1.544.237. Il capoluogo è Ancona, altre cinque le province. La costa è lunga 173 chilometri, il 98,2 per cento è balneabile. Le prime testimonianze sui confini geografici della Marca risalgono al XIV secolo, nell'età dei Comuni