

Livigno

Pedalate e freeride. Prima che arrivi la neve

Sui crinali del piccolo Tibet d'Italia. Prima che arrivi la neve, le piste da sci sono il regno degli appassionati di downhill e freeride: 13 sentieri da percorrere a tutta velocità, con 3 diversi livelli di difficoltà, l'area jump per imparare a saltare e un'area north shore con strutture in legno da affrontare in sicurezza. Questo paradiso attrezzato si chiama Bike-Park Mottolino, uno dei primi bike park in Italia con i suoi 600 metri di dislivello e piste lunghe fino a 4,5 km. Tra le piste più facili c'è la Take it Easy: 4.400 m di sentiero nel bosco. In totale, sono 3200



km di percorsi mappati con sistema. Chi preferisce le pedalate meno adrenaliniche, può rimanere in paese e pedalare lungo la tranquilla pista ciclabile dotata di bike service. Dal 3 settembre al 1° ottobre il BikePass, versione estiva dello skipass, è free prenotando un soggiorno di almeno 2 notti all'Hotel Lac Salin SPA & Mountain Resort o all'Hotel Concordia di Livigno. Pacchetti disponibili a questo link: <http://www.lungolivigno.com/it/offerta/downhill-freeride-0>. (Caterina Ruggi d'Aragona)

Positano, Amalfi e Sorrento

Il sentiero degli dei

Fuori dalla calca estiva (e con prezzi migliori) un viaggio mitico tra terra, acqua e cielo



30

minuti di navigazione per raggiungere Amalfi da Positano in traghetto: il biglietto costa 8 euro. È meglio utilizzare la barca per avere una visione migliore

839

l'anno in cui Amalfi fu conquistata dal principato longobardo di Salerno. Pochi mesi dopo si riunì di nuovo all'impero, ma di fatto diventò autonoma: così si formò la Repubblica di Amalfi

30

i chilometri della costiera amalfitana, che comprende i borghi di Atrani, Ravello, Maiori e Minori. È un tratto di costa campana a sud della penisola sorrentina: è patrimonio dell'Unesco

Più ti avvicini alla costa, più i puntini multicolore prendono forma. E alla fine le casette arroccate sulla collina formano un mosaico. Così si presenta Positano al viaggiatore che approda dal mare. Se arrivate all'imbrunire, quando si accendono le luci, l'effetto presepe è assicurato. Lo scrittore John Steinbeck l'ha definita: «un posto da sogno che non vi sembra vero finché non ci siete». Benvenuti sulla Costiera Amalfitana. Da visitare in questo periodo di fine estate, perché è passata la calca dei turisti di ferragosto, con i prezzi degli alloggi più abbordabili. Da adesso le colline sopra le rocce inizieranno a tingersi dei colori d'autunno. Per godere lo spettacolo dall'alto basta incamminarsi sul «sentiero degli Dei». Si parte da Nocelle e per compierlo fino a Praiano mettete in conto almeno un paio d'ore. Un percorso per tutti con la ricompensa di camminare in tutto relax sospesi tra cielo e mare.

Per un'escursione giornaliera ad Amalfi, «capitale» della Costiera, conviene riprendere il mare. Da Positano basta mezz'ora di navigazione (8 euro) per vedere apparire dall'acqua in tutta la sua magnificenza l'antica Repubblica marinara. Leggenda vuole che la sua nascita sia da attribuire a Ercole. Figura mitologica che per volere degli Dei seppellì su queste sponde l'amata ninfa Amalfi. La visita parte da piazza Duomo, dalla maestosa cattedrale di Sant'Andrea costruita in stile barocco. Lo shopping si fa salendo da via Capuano con fermate nei negozi che espongono la pregiata carta amalfitana. A questa è dedicato un Museo, da visitare per constatare dal vivo come viene prodotta la «bambagina», partendo da cascami di cotone, www.museodellacarta.it. Oltre ai due paesi blasonati la Costiera, lunga oltre 30 chilometri, comprende i borghi di Atrani, Ravello, Maiori e Minori. In quest'ultima sostate alla pasticceria Sal De Riso per un assaggio di babà e sorbetti al limone.

Ma la vera porta d'ingresso in Costiera, per chi arriva da Napoli, è «la regina» Sorrento. Città natale di Torquato Tasso, con l'omonima piazza centrale che mostra ancora il tracciato ortogonale delle strade romane con cardì e decumani. Si visita rigorosamente a piedi partendo dalla centrale via San Cesareo, dove si affacciano gli affollati negozi di souvenir. Non si torna senza avere acquistato un bottiglia di limoncello doc e se il bagaglio lo permette anche qualche profumato limone fresco. Nei vicoli, a

metà strada, bisogna fermarsi a Sedil Dominova. Il monumento a cupola, aperto sui lati, dal 1200 antico ritrovo di nobili.

Luogo iconico del centro storico di Sorrento è il Grand Hotel Excelsior Vittoria. Fondato dalla famiglia Fiorentino nel 1834, tutt'ora proprietaria con gli eredi di quinta generazione. Secondo tradizione l'hotel è costruito nello stesso luogo dove era edificata la villa romana dell'imperatore Augusto. «Oggi la struttura comprende 84 camere, finemente arredate con gusti diversi - spiega Guido Fiorentino - negli anni hanno ospitato sovrani, personalità politiche e artisti». Tra questi la principessa Sissi, Margaret d'Inghilterra e ancora Wagner, Marilyn Monroe e Sophia Loren. Ma a renderlo famoso, per il panorama esclusivo con vista sul Vesuvio e sul golfo di Napoli è stato Lucio Dalla. Nella suite Caruso che ancora oggi conserva pianoforte e arredi, il musicista bolognese

Caruso e Dalla

Nella suite Caruso dell'hotel Excelsior Vittoria Lucio Dalla compose nel 1986 la canzone «Caruso»

nell'86 ha composto «Caruso». Da questa stanza sono uscite le parole: «Qui dove il mare luccica e tira forte il vento, su una vecchia terrazza davanti al golfo di Sorrento». Da non perdere una cena al ristorante Bosquet, insignito nel 2013 di una stella Michelin. Qui assaporerete la raffinata cucina del giovane chef Antonino Montefusco, www.exvitt.it.

Fino al 15 novembre Sorrento ospita la mostra di Marc Chagall «I colori dell'anima». Una collezione di 120 opere pittoriche e grafiche dall'olio su tela ai disegni a matita, fino agli inchiostri di china su masonite. Un'intera parete è occupata dallo straordinario «Le coq violet». Non lasciate la Costiera senza l'assaggio di una buona pizza. Il meglio lo trovate a Vico Equense «all'Università della pizza», nel centrale corso Nicotera. Lo storico locale dove negli anni 30 è stata inventata quella a metro. Carlo e Andrea esperti conoscitori della zona vi aiuteranno per spostamenti in auto ed escursioni in barca, www.networkworldtravel.com. Perché in Costiera è il mare a farla da padrone.