



Corniole nel Vicentino

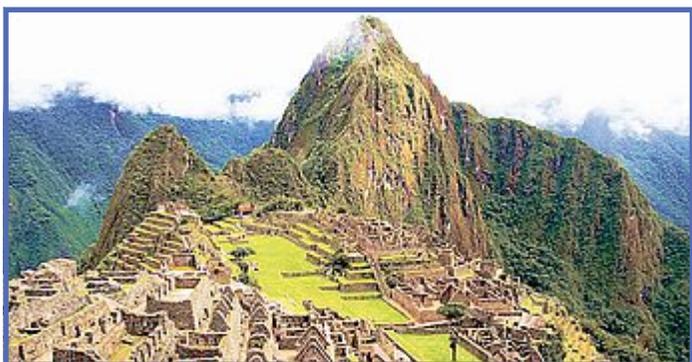
Prima festa nazionale della corniola di Cornedo vicentino (11-13 settembre), con visite, gastronomia, spettacoli, talk show. Su facebook: corniolecornedo



Parma, prosciutto in festa

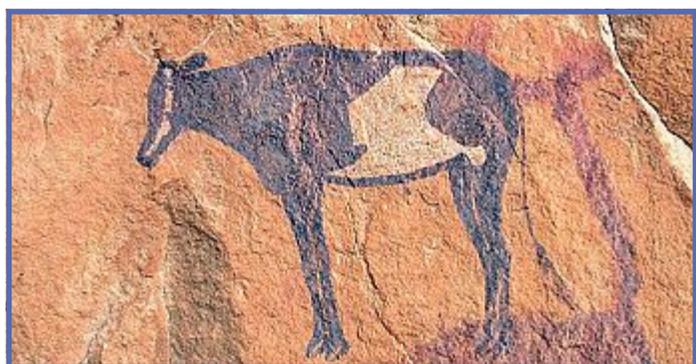
Fino a domenica 20 settembre nei 13 comuni della zona di produzione con 'Finestre Aperte' i prosciuttifici apriranno le porte al pubblico. Info: www.festivaldelprosciuttodiparma.com

Viaggi in pillole



Occasioni d'autunno in Perù

Perù con la formula 'Essenza' proposta da Tour 2000 (www.tour2000.it; tel. 071 2803752): 10 giorni-8 notti a 1950 euro (tasse aeroportuali a parte). Le tappe: Lima, Arequipa, Puno, Lago Titicaca, Cusco, Machu Picchu (nella foto). Partenze da Milano e Roma, trasferimenti, hotel, ecc. Partenze 29 settembre, 20 e 27 ottobre, 17 novembre



L'Algeria dei dipinti rupestri

Un viaggio sicuro in Algeria è a nord-ovest dell'oasi di Djanet, nel sud-est, e ad occidente del Tassili n'Aggher. Da Djanet si attraversa l'erg d'Admer, e poi Tin Abaro con rocce scolpite dal vento e oasi abitate da tuareg. L'erg di Tihodaine è un oceano di dune con al centro una nera montagna di 1.600 m. Il Tassili è famoso per le incisioni rupestri. Spicca la 'vacca che piange' di Terarat, un bassorilievo di bovini che tentano di bere da una pozza secca. Con 'I Viaggi di Maurizio Levi' (tel. 02 34 93 45 28, www.viaggilevi.com) 10 giorni in fuoristrada e tenda. Partenze mensili con Air Algerie da Milano da ottobre ad aprile. Da 1.860 euro.



Tariffe aeree speciali per il Giappone

C'è tempo fino al 19 ottobre per prenotare una vacanza in Giappone con la promozione ANA che propone tariffe di a/r a partire da 597 euro per 40 destinazioni in tutto il Paese, con partenze dal 1 novembre 2015 al 16 aprile 2016. Si può fare stop-over sia a Tokyo che a Osaka (vicina a Kyoto), con un supplemento a partire da 50 euro. Alla tariffa promozionale per l'Economy Class si affiancano le offerte speciali per voli in Premium Economy da 1.199 euro e in Business Class da 1.999 euro. La tariffa speciale è acquistabile tramite agenzie di viaggio, sul sito: www.anaskyweb.com/it/e, oppure presso l'ufficio prenotazioni ANA in Italia, tel 06.6501.1600

Un cavallo per amico In sella più liberi e felici

Due giorni sul lago per imparare a conoscersi

Mariangela Cecchi

SPONDA occidentale del Lago di Garda, dopo il ponticello che segna la fine del comune di Toscolano Maderno e l'inizio di Gargnano si gira a sinistra e la strada inizia a salire: dopo dieci minuti eccoci su un altipiano, tra cipressi e ulivi la vista sul lago con alle spalle il monte Baldo è un abbraccio aperto di bellezza. Qui c'è la sede operativa di Raidho Healing Horses, l'associazione fondata dalla coach italo tedesca Alexandra Rieger (nella foto a destra). Il suo lavoro è sulla persona attraverso i cavalli. «I cavalli sono per l'uomo uno specchio dell'anima, di ciò che è veramente, nel suo profondo - spiega Alexandra -. Spesso le persone si dimenticano di ciò che le rende davvero felici e per questo soffrono molto».



LA CONSEGUENZA

può essere una quotidianità mediocre, impregnata di vittimismo, che origina aggressività, chiusura, tristezza e depressione. «Quando ci ricolleghiamo alla nostra verità - prosegue la coach citando lo scrittore Eckhart Tolle - ci ricordiamo come sia inaccettabile vivere schiavi delle paure e dei limiti invisibili! I cavalli ci invitano a tornare alla verità, perché è solo da lì che possiamo comunicare in modo chiaro ed efficace con loro, con noi stessi e con gli altri». Il prossimo 17 e 18 ottobre si terrà il seminario 'Sciogliere il corpo di dolore' attraverso i cavalli (info su raidhohealinghorses.com, per dormire hotelbaiadoro.it). Il lavoro (nella foto in basso un gruppo di partecipanti a una passata edizione) è unicamente da terra, in un mix di teoria e pratica, per cui non è necessaria nessuna conoscenza pregressa dei cavalli. «Avere davanti il cavallo durante un esercizio o lavorare con il branco - assicura Alexandra - ci porta in un istante, grazie al prezioso veicolo delle emozioni che qui impariamo a riconoscere, a prendere coscienza delle debolezze e dei limiti che impediscono di essere persone realizzate e serene». Ed è proprio dall'emozione che emerge quando il lavoro con i cavalli 'non funziona' che è possibile, grazie alla delicatissima e competente guida di Alexandra Rieger, entrare in contatto con quel dolore spesso dimenticato e non elaborato, versando proprio lì il balsamo del perdono, dell'accettazione di sé, imparando ad assumere nuovi punti di vista.



È in edicola Cavallo Magazine di settembre con un nuovo formato e una grafica accattivante completamente rinnovata. Cavalli ma non solo. In questo numero, oltre al servizio sul lavoro di crescita personale attraverso i cavalli della coach Alexandra Rieger, la storia della Maison Hermes, per scoprire i segreti della sua antica sede di Parigi, quando nel 1837 il sellaio Thierry Hermès la inaugurerà. E ancora turismo e Italia: le ippovie della Maiella, a cavallo ma anche a piedi o in bicicletta, per assaporare la bellezza incontaminata della 'Montagna madre'. Poi uno sguardo ai giovani e alla versatilità: Filippo Bogni, classe 1994 e cinque volte campione italiano assoluto nella

disciplina del salto ostacoli, racconta come ha unito le passioni per cavalli e musica con il suo Music Riders Project, il cui primo brano è già un video su youtube che, ispirato al rapper Fedez, ha già raggiunto le 9mila visualizzazioni.

