

MEMO BENESSERE

1-2 agosto



GIARDINI IN FIORE Voglia d'Oriente? Soddissafa l'1 e il 2 agosto alla Villa della Pergola ad Alassio (SV) dove è in corso la fioritura di lotti e ninfee. I giardini sono aperti tutti i sabato e le domeniche estivi, con visite guidate su prenotazione. Tel: 0182646130, info@giardinidivilladellapergola.com

6 settembre

A SCUOLA DI PROFUMO

Se ti affascina il mondo dei profumi, il 6 settembre, all'Università Primo Levi di Bologna, non perdere il workshop *Il senso dell'olfatto per sentire, conoscere, creare* con tanto di training olfattivo, chimica degli aromi, classi delle fragranze e principi e regole di produzione. Ma fai in fretta: i posti sono limitati! Trovi le iscrizioni su smellfestival.it



1-10 agosto

PUGLIA SOTTERRANEA Chi non conosce le Grotte di Castellana (BA), le può scoprire dal 1 al 10 agosto grazie a *GrotteLand*: dieci giorni di arrampicate e laboratori che incanteranno grandi e piccoli. Info su grottedicastellana.it

30 luglio

LE PAROLE CHE FANNO BENE...

L'idea è dell'Onu: il 30 luglio si festeggia la *Giornata mondiale dell'amicizia*. Stiamo parlando di amici in carne e ossa, non di faccine su Facebook. Se hai un'amica del cuore, oggi è il giorno giusto per dirgli: "Ti voglio tanto bene!". Prova!

LE LEZIONI VERTICALI Quattro giorni per chi ama scalate, ferrate, pareti. Dal 30 luglio all'1 agosto tra Selva di Val Gardena e Santa Cristina (BZ) c'è il *Climbing Festival Move*, con guide alpine pronte a farti provare l'emozione della roccia. Info su move-dolomites.it



L'INCONTRO CON I MITI

Appuntamento con due miti dello sci in Val Gardena. Alla Casa della Cultura "Luis Trenker" di Ortisei (BZ) il 28 luglio intervengono alla presentazione del libro *Thöni vs. Stenmark. L'ultima porta* di Lorenzo Fabiano proprio i due straordinari campioni, avversari di mitiche sfide tra i pali. Alle ore 17.30, per informazioni telefona allo 0471782030.

FITNESS FRONTE MARE

Per un fine settimana gli appassionati di tutte le discipline del fitness potranno prendere parte a lezioni con i migliori presenters internazionali su palchi allestiti direttamente in spiaggia. Dove? Al Bibione Beach Fitness (VE), dall'11 al 13 settembre, guarda il programma e iscriviti subito su beachfitness.it

IL RITORNO DI UNA STELLA L'età è solo uno stato mentale e la maturità può regalare nuove e incredibili sfumature. Non ci credi? Allora vai il 30 luglio all'Auditorium Parco della Musica a Roma per ammirare la splendida Alessandra Ferri (classe '63) che nello spettacolo *Evolution* ritorna sul palcoscenico con immutata grazia ed energia. Alle ore 21, info e biglietti auditorium.com



30 luglio

dal 30 luglio
al 1 agosto

di Camilla Ghirardato

28 luglio

11-13 settembre

