

solo
1€

F

N.17 settimanale 30 aprile 2014 1 euro

Charlize Theron

GLI INCONTRI CHE
HANNO CAMBIATO
LA VITA? MIO FIGLIO
NELSON MANDELLA

ASHTON KUTCHER
E MILA KUNIS
AMARSI È GUARDARSI
INSIEME UNA PARTNER

LAURA CHIARINI
E MARCO BOCCIA
IL NOSTRO SAGGIO
UN MATRIMONIO
DA FAVORITO

SERENA AUTIERI
SENZA MIO MARITO
VADO IN TILT:
IN TESTA SOLO

DA KATE MOSS
JENNIFER LOPEZ
ANCHE LE CANTANTI
SI PREPARANO AL
PROVA COSTUME

DONNE CORAGGIOSE
TUTTA LA MIA FAMIGLIA
È STATA TRUCIDATA
IN UNA NOTTE

Moda

**LA NUOVA SERA
È SPUMEGGIANTE**

BENESSERE

CIBI BUONI E
DANNOSI: LA VERITÀ
SULLA SPESA GIUSTA

VIAGGI

DAL TRENTINO
ALLA SICILIA:
IN CAMMINO
NEI LUOGHI PIÙ
BELLI D'ITALIA

via le tossine.

SGONFIATI, DEPURATI E RISVEGLIA IL TUO CORPO



CAIRO EDITORE



Il Picciolo Etna Golf Resort & Spa, a Castiglione di Sicilia (Catania), tra l'Etna e il Parco dell'Alcantara.

PARCO DELL'ETNA - SICILIA

Emozioni "di fuoco" sulle pendici del vulcano

Rocce nere, boschi fittissimi, tunnel sotterranei e gole che lasciano senza fiato. Uno scenario unico e quasi irreale, che si può attraversare scegliendo tra sentieri di varie difficoltà. A piedi, ma anche in gommone

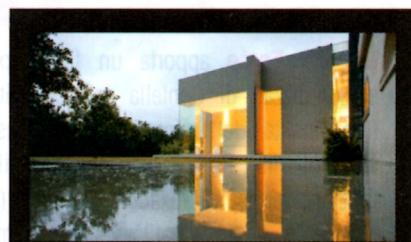
La primavera è la stagione migliore per affrontare la forza primordiale dell'Etna, il vulcano che già nell'antichità era identificato come la fucina del dio del fuoco Vulcano. Le escursioni si possono fare da soli o in gruppo, con le guide dei Centri Visita del Parco. Ma nei paesini sulle pendici della montagna si trovano numerosi alberghi attrezzati per camminatori, pronti a fornire cartine, informazioni e supporto tecnico per le escursioni. Le più facili sono quelle alle quote basse, come l'ascesa al **Monte Nero degli Zappini**, il primo sentiero natura realizzato nell'area protetta, che offre una visione dei paesaggi vulcanici più interessanti. Si snoda tra boschi fittissimi, pini isolati, rocce nere, campi lavici vecchi

e nuovi. Chi è un po' più allenato, invece, può affrontare il **Monte Zoccolaro**. La fatica viene ricompensata dal paesaggio che si apre sulla Valle del Bove, un anfiteatro naturale, il teatro di molte eruzioni, che racconta la complessa storia geologica del vulcano. Sempre in compagnia delle guide del Parco si possono visitare le grotte di scorrimento lavico, veri e propri tunnel sotterranei creati nel corso dei secoli dalle eruzioni. Un'emozionante discesa agli "inferi" che si affronta in sicurezza, con caschetto e luci da speleologo. **DA NON PERDERE:** il parco fluviale delle **Gole dell'Alcantara**, una delle sorprese naturalistiche della Sicilia orientale. È un lungo canyon scavato nella roccia buia,

con pareti alte fino a 50 metri che si allargano e restringono fino a sfiorarsi. Si può esplorare con discese in gommone o a piedi, attraverso otto percorsi diversi che portano a spiagge e cascate. Il delicato ecosistema è intatto grazie a un impianto di fitodepurazione delle acque tra i più innovativi in Italia (www.parcoalcantara.it). **MANGIARE:** nel centro storico di Catania, in una casa ricoperta da un gelsomino profumato, il ristorante **Vico San Barnabà** propone ricette storiche come la pasta ai broccoletti con uvetta e pinoli e la crostatina di ricotta, cannella e pistacchi (tel. 095.311068, www.grupposanbarnaba.it). **INFO:** Parco Etna, tel. 095.821111, www.parcoetna.it; www.regione.sicilia.it.



HOTEL DI LUSO ai piedi dell'Etna. **Il Picciolo Etna Golf Resort & Spa**, Castiglione di Sicilia, tel. 0942.986384, www.ilpicciologolf.com, mezza pensione da 95 euro a persona, con ombrellone, lettino e transfer per la spiaggia.



RIFUGIO CONTEMPORANEO, immerso in un aranceto. Piscina e ristorante con cucina siciliana. Zash, Archi - Riposto, tel. 095.7828932 www.zash.it, da 70 euro a persona la doppia con colazione.