



Sentieri d'autore

Sogni artici nel labirinto roccioso della Val Cerviera

Lassù l'autunno è già arrivato da qualche settimana. Si capisce quando, dopo aver lasciato il rifugio Curò e il lago Barbellino, si risale di fronte alla spettacolare cascata alta circa cento metri e si vede la Val Cerviera. La salita accanto all'acqua, che sgorga circa 2 km più in alto, ci mostra il suo ingresso nel lago artificiale del Barbellino, miscelandosi a quella del fiume Serio. Il paesaggio è aspro e imponente; oltre un ponticello la traccia sale morbida sulla sinistra e compie altri due balzi spettacolari sino alla grande spianata (2250 m). Seguendo le indicazioni e gli ometti di pietra, sulla tundra ondulata intravediamo il roccioso labirinto scavato dall'acqua, dove ci «perdiamo» sino al laghetto di Val Cerviera (2320 m), raro spettacolo dove l'occhio viaggia incantato lungo le onde colorate d'autunno, slitta



sul pendio del Monte Verme e si libra nel cielo blu. A sud il Cimone (2531 m) è una lunga linea di cresta, la bastionata che separa questa dalla Valle Bondione. In mezzo a queste montagne rocciose, siamo come la roccia del paleozoico — tra le più antiche delle Orobie — viandanti della tundra che le ricopre. Qui, siamo liberi di sognare, osservare l'aquila, le marmotte, i camosci.

Daide Sapienza
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Martinengo
Colleoni star sui francobolli

Bartolomeo Colleoni torna protagonista della Bassa, seppur sui francobolli, con uno speciale annullo postale e l'emissione di cartoline ricordo. È una delle iniziative che caratterizzano, da oggi a domenica, l'Esposizione nazionale di Filatelia nel complesso del Filandone, a Martinengo. Orari: oggi e domani 9-18, domenica 9-14.



Santa Caterina
Batman Day con Bergomix

Borgo Santa Caterina domani si trasforma in Gotham City. La Batcaverna? Nella sede del Circolo Culturale Minardi, al civico 61. L'associazione Bergomix ha dato vita a un evento per il Batman Day. Dalle 15.30 conferenza, servizio gratuito di caricature, cosplay live, esposizione di volumi a fumetti e di memorabilia.

Treviglio
Street food, sapori dall'Europa

Oltre al cibo di strada, rilanciato ormai anche dall'opera dei grandi chef. Da oggi a domenica sarà protagonista a Treviglio, nelle piazze Matteotti e Garibaldi, con lo Street Food Market. Specialità da tutta Europa: dalla paella ai wurstel tedeschi, dalle crepes olandesi ai formaggi dei Pirenei. Il tutto annaffiato da birra artigianale e vini Doc.

Buoni propositi d'autunno: imparare a muoversi a tempo e divertirsi in coppia
La nuova moda venuta dall'Africa e i classici. Anche per sposi e bambini

Kizomba e «grandi passi» Danza, si torna a scuola

Fa parte della lista dei buoni propositi della nuova stagione: mettersi a dieta, smettere di fumare, imparare l'inglese e a ballare. Stando all'ondata di cartelloni pubblicitari che hanno invaso la città, quella del ballo, sembrerebbe una delle mission imprescindibili dei prossimi mesi. In tutte le sue varianti, perché se siete rimasti al valzer o alla salsa, vi trovate in pieno cenozoico danzereccio. La vera novità proposta da molte delle scuole di danza di Bergamo e provincia si chiama kizomba e, a detta degli esperti, è il ballo più sexy del mondo, capace di mixare al meglio tango, milonga, lambada e compas. Insomma, imparare questo ballo, nato negli anni '80 in Angola e che ha spopolato per tutta l'estate, è come prendere 4 piccioni (danzanti) con una fava. Non servono doti particolari, se non una gran pazienza e pratica; provare per credere. Dove? Ad esempio, alla scuola «Bailla conmigo» di via dei Cabrini, in città, dove — come alternativa — già dal prossimo lunedì sarà possibile partecipare alla prima lezione di balli irlandesi, un'altra delle infinite varianti sul tema. La prima lezione di un'ora e un quarto sarà gratuita, dopo di che, nel caso «il cielo d'Irlanda» dance vi affascini potrete continuare nella scuola che vi impegnerà con una lezione settimanale, fino a giugno.

Nel caso, invece, la vostra propensione sia per i ritmi ca-



Intreccio La kizomba è una danza che mixa quattro tipi di balli

Per l'arte

PERFORMANCE ALLA CARRARA

Performance alla Carrara. Stasera la pinacoteca sarà un palco diffuso per la coreografia del gruppo bergamasco Le Molecole, che si muoverà per le sale del museo dalle 20 alle 24

segundo l'ispirazione suscitata dai diversi ambienti. Attraverso il movimento del corpo, il linguaggio teatrale e la musica, il gruppo racconterà la storia dell'arte. (d.m.)

I corsi

● Kizomba è la novità del momento: è il ballo più sexy del mondo ed è capace di unire e mixare tango, milonga, lambada e compas

● Rueda de casino è invece una forma di ballo sociale: i partecipanti ruotano in tondo ed eseguono, con abilità, figure complicate

● Tra i corsi, anche zumba, fitness, hip hop e danza moderna per bambini

raibici potrete optare per la rueda de casino, una forma di ballo sociale ascrivibile al variegato mondo del latino-americano. Per chiarirci: rueda significa ruota, e casino si riferisce al tipo di giri e di pause che si possono eseguire. L'originalità di questa danza molto coreografica sta nel fatto che viene ballata in circolo, con un unico gruppo di partecipanti che ruotano in tondo, abilissimi nell'eseguire, sul ritmo di una musica incalzante, delle figure complicate. Anche in questo caso, un (as)saggio è possibile alla «Nueva Estudio Salsa» di via Ghislandi che, per una completa felicità famigliare, include tra gli insegnamenti anche i bambini con corsi di baby zumba (a partire dai 4 anni), baby fitness, baby hip hop e baby danza moderna.

Corsi di danza classica per bambini sono tenuti anche da «Step by Step». «A passo di danza», in Borgo Palazzo, oltre al ballo moderno-contemporaneo, ospita anche corsi di danza del ventre. C'è un ballo per ogni occasione, insomma, anche per il matrimonio. Il centro «Arthur Murray» di Albano Sant'Alessandro ha dedicato agli sposi imbrantati e innamorati che nel giorno del «sì» devono aprire le danze, un apposito corso. Perfetto per il primo ballo a due e per quelli che accompagneranno marito e moglie per tutto il resto della vita.

Donatella Tiraboschi
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per i più piccoli
Maratona di fiabe nel Borgo d'Oro



Compleanno
Il circolo dei piccoli lettori festeggia domani pomeriggio i suoi dieci anni

Una maratona di fiabe per festeggiare 10 anni di vita. Così Laura e Franca, anime e cuori della libreria «Fantasia-Il circolo dei piccoli lettori», hanno deciso di celebrare il primo compleanno a due cifre. «Dieci anni — ricordano da via Borgo Santa Caterina 55 — durante i quali abbiamo incontrato tanta vita. Quella dei nostri piccoli che nel frattempo sono cresciuti, la vita dei bimbi che sono nati, la vita delle mamme, papà, nonne e di tutte le persone che sono passate e hanno lasciato in libreria qualcosa di loro». Appuntamento domani con letture e animazioni di Elide Fumagalli (ore 15.30), Angelo Ceribelli (16.30) ed Elena Macchi (17.45), tre habitués dei giorni in «Fantasia».

Vanessa Bonacina
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per il vintage
La fiera del disco: vinile che passione



Mostra
La fiera del disco è domenica a Le Due Torri di Stezzano: ci saranno 80 stand

La mostra fotografica «Rocks and Shots» di Henry Ruggeri, fotografo ufficiale di Virgin Radio, con scatti di U2, Rolling Stones, Madonna, Bruce Springsteen, Depeche Mode. I vinili autografati di Giorgio Gussago. Il dj set, domenica alle 17, di Andrea Rock, sempre di Virgin Radio. Musica per le orecchie degli appassionati quella proposta domani e domenica a Le Due Torri di Stezzano per la «Fiera del disco, cd e vinile». Un weekend all'insegna del vintage, con oltre 80 stand di espositori e collezionisti. Merita cenno, domani alle 16, l'intervento di Alessandro Cutolo, direttore dello storico studio Elettroformati: spiegherà come nasce un vinile. A seguire (ore 17) viaggio tra le copertine dei dischi con Paolo Mazzucchelli. (f.c.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per le sagre
Sant'Anna, Bugada scala il campanile



Festa
Domenica, dalle 10 alle 20, via Borgo Palazzo si trasformerà in un'isola pedonale

Cinque palchi per concerti e dj set, 10 aree sportive, 25 food point con piatti tipici e specialità etniche, 20 aree di divertimento per i più piccoli, più di 200 tra botteghe e negozi aperti per l'occasione. Settima edizione, domenica dalle 10 alle 20, per la festa di via Borgo Palazzo, che si trasformerà in un'isola pedonale lunga un chilometro e mezzo. Alle 11 (replica alle 16) tutti col naso all'insù per l'impresa dell'arrampicatore Paolo Bugada, che scalerà il campanile della chiesa di Sant'Anna. Novità di quest'anno, Artilab, laboratorio artigiano per avvicinare i giovani alla cultura del lavoro artigianale: giocattoleria virtuale per invenzioni e idee da stampare in 3D, atelier orafico e laboratori di cake design, ceramica e costruzione. (f.c.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per gli sportivi
La Mezza Maratona a impatto zero



Tutti di corsa
La Mezza Maratona partirà domenica mattina, alle 9.30, da via Fara

Dopo la StraBergamo e la 1000 gradini, domenica 1.400 runner torneranno a invadere la città per la Mezza Maratona. Alla partenza anche atleti stranieri di livello come Jean Pierre Mvuyekure, Abdelhadi Tyar, Jean Marie Uwajenezza e Ahmed Nasef. Ad attenderli un nuovo percorso: dopo la partenza alle 9.30 da via Fara e il passaggio in Città Alta, il gruppo effettuerà due diverse tornate condensate nel centro cittadino. Da segnalare che la manifestazione è la prima in Italia a fregiarsi della certificazione ISO 20121 che garantisce un impatto ambientale pari a zero grazie al ricorso ai bus navetta, ai materiali biodegradabili ai ristori e all'attenzione rivolta alla comunicazione sociale. (r.a.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA