



Sentieri d'autore

LA VALLE DELL'ALBANO E IL SEGRETO DI ARGON

In un'area antropizzata e caotica come quella della cintura intorno a Bergamo non è facile trovare spazi preservati con lungimiranza. A sud di Albano Sant'Alessandro, ogni ettaro sembra cementificato, ma nel cuore agricolo del paese, la sorpresa è la valle dell'Albano — che non è grande, ma è vastità di bellezza, quiete, respiro. Immaginazione in cammino. Storicamente dedita alla viticoltura, questa langa, consente al visitatore di addentrarsi con curiosità nel PLIS delle Valli dell'Argon. Saliamo allora verso San Giorgio dall'area di sosta. Il bosco bello, poi i crinali del monte Argon sino all'Eremo, ci infondono la certezza che ogni bella cosa percepita nella valle dell'Albano non può essere scalfita dall'iper



per scoprire
la storia di un
passaggio
cruciale della
geografia
e dunque
della storia
bergamasca

Davide Sapienza
© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

San Pellegrino Terme

«Beer in black» con Cà Bigio

Per gli appassionati della birra scura è imperdibile «Beer in black», il festival organizzato dal birrifico Via Priula a San Pellegrino Terme. Più di venti spine di birre nere saranno proposte e accompagnate dai piatti della cucina del ristorante Ca' Bigio. Oggi e domani dalle 17 all'1, domenica dalle 11 all'1. (r.s.)



All'ex Italcementi

«Alt sposami», il giorno più bello

Seconda edizione di «Alt sposami» all'ex Italcementi di Alzano Lombardo: lo spazio ospiterà oltre settanta espositori specializzati nel rendere indimenticabili le nozze. I visitatori saranno allettati da presentazioni, sfilate e musica. Domani dalle 14 alle 23, domenica dalle 10 alle 20. Ingresso gratuito. (r.s.)

Adrara e Treviglio

Palio e concerto di San Martino

Paesi in festa per San Martino. A Treviglio, domani alle 20.45, si ricorda il patrono nella cornice della basilica con l'elevazione a cura del corpo musicale cittadino. Domenica, alle 18.30, si svolgerà il palio delle contrade «Dreda vs Dreda» ad Adra San Martino, anticipato dal corteo con gli sbandieratori. (r.s.)

FESTIVAL DELLA BICICLETTA Allo Spazio Fase di Alzano tutto sul mondo a due ruote. Dai modelli d'epoca alle cargo-bike. Domani l'«Enduro Wild Ride»

UNA VITA A PEDALI

Tutti in sella (e in forma)

Da non perdere

POLLICE VERDE SUL MANUBRIO

Domenica la bottega
Bici&Radici di Milano terrà
un workshop per creare
«ruvasota» (vasi / ruota),
«lampagrassa» (vecchi
portalampade da biciclette
che diventano dei bellissimi

vasi per piante grasse) e «blubluplant» (camere d'aria lavorate pendenti che ospitano piantine). Basta portare ruote usate, camere d'aria e fanalini, luci di bicicletta. (gi.la.)



bike per portare fino a tre bambini. Non è ancora molto usata, ma sta prendendo piede». Oltre ai molti espositori, «Raggio» sarà ricco di conferenze sul tema della mobilità sostenibile e non mancheranno gli incontri sportivi, come il torneo italiano di bike polo, che riunirà 16 squadre provenienti da tutta la penisola domani e domenica, dalle 10 alle 20. Inoltre, domani alle 8.30 da Milano partirà una pedalata, curata da Wonderway, con arrivo allo Spazio Fase attorno alle 13.30. Dalle 14 alle 18 ci si potrà divertire con la caccia al tesoro a squadre per il territorio di Alzano. Una app, Aurora TM, indicherà in tempo reale le missioni da completare.

Gisella Laterza
© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per gli studenti

Wrestling, dal ring un no al bullismo



Per dire no al bullismo salirà sul ring il «Team delle bestie», domani alle 21, nel Centro sportivo comunale di Verdellino. A prestare volto e muscoli alla nobile causa saranno gli atleti, mascherati e tatuati, del «Bologna wrestling team». L'evento gioca sulla contraddizione legata a questo sport: all'apparenza i lottatori non si risparmiano colpi, in realtà dietro alla loro attività ci sono dedizione, rispetto delle regole e dell'avversario e capacità di stare al gioco, seguendo un copione. Da loro i ragazzi possono prendere esempio per osservare le norme di convivenza civile. Gli atleti incontreranno gli studenti delle medie, la mattina, dalle 9.30 alle 11.30, all'auditorium dell'istituto comprensivo Verdellino Zingonia. (r.s.)

Per il gusto

Passione cioccolato

Assaggi e massaggi



Fine settimana dedicato al cibo degli dei. Il Palafeste a Grumello del Monte ospita la seconda edizione di «Chocolab», l'evento che alla prima edizione ha richiamato golosi da tutta Italia, sfiorando le novemila presenze in due giorni. Oggi, alle 19, il buffet inaugurale a cura della fondazione Ikaros. Ci saranno degustazioni e la possibilità di acquistare diversi tipi di cioccolato, l'animazione per bambini, l'intrattenimento con giocolieri e spettacoli vari. Domani, e domenica alle 10, si terrà il laboratorio di massaggi al cioccolato (informazioni al numero 340 3942863). Sarà anche possibile fermarsi per pranzare e cenare gustando le specialità dello street food. Oggi dalle 19 alle 22, domani e domenica dalle 10 alle 22. Ingresso gratuito. (r.s.)

Per rilassarsi
Su e giù dai colli
si scarica lo stress



Esercizi bioenergetici e passeggiate per scaricare lo stress. Domenica, sui colli di Bergamo, sarà possibile partecipare alla Wabi experience, che prende il nome dall'associazione bergamasca esperta nella forma di psicoterapia che utilizza il corpo, oltre alla parola. Partendo dai piedi saranno approfonditi i sensi. La Wabi experience avrà una durata complessiva di tre ore, strutturate in due di cammino per sei-sette chilometri e un'ora di esercizi di bioenergetica, suddivisi in vari momenti e integrati ai passi, lungo il percorso. Sono consigliate scarpe, abiti comodi e una torcia. L'iniziativa è a numero chiuso, l'iscrizione è valida solo se inviata via mail a info@wabi.guru o telefonando al numero 333 5458705 entro domani alle 20. (r.s.)

Per gli appassionati Cantine aperte a Scanzorosciate



Cantine aperte a Scanzorosciate. Domani, alle 15, a si potrà degustare la produzione dell'azienda La Rodola, dal Moscato di Scanzo docg al passito giallo Fior d'Arancio, passando per il Rosso della Bergamasca Igt e il Bianco della Zari. Anche l'azienda vinicola Il Cipresso, ospitata in una villa colonica del '600 immersa tra i vigneti, aprirà le sue porte domenica offrendo ai visitatori degustazioni del moscato, oltre che del Valcalepio bianco, rosso e riserva, le grappe, lo spumante dolce rosso e il brut millesimato doc Terre del Colleone. I palati saranno soddisfatti anche dagli assaggi di cioccolatini ripieni, tavolette al fondente, confetture di frutta, biscotti e panettone, tutto a base di moscato. Visite guidate dalle ore 10 alle 13 e dalle ore 14.30 alle 18. (r.s.)