



Cenate Sotto
Street food, piatti dal mondo

Torna «Cenate con gusto». Giunta all'undicesima edizione, la rassegna di street food invade il parcheggio della scuola primaria da oggi a domenica, dalle 10 a mezzanotte. Come sempre, arriva cibo di strada da tutto il mondo, e non mancano prodotti tipici locali, per un weekend dedicato ai più golosi. (gi.la.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Piazza Brembana
La mela a chilometro zero

Produzioni a chilometro zero nell'ottava Sagra della mela, domani e domenica, a Piazza Brembana. Il programma prevede mostra mercato, stand di prodotti tipici, animazione, incontri, concorsi gastronomici, show cooking e attività didattiche. Menù a tema e soggiorni in decine di strutture convenzionate. (r.s.)

Martinengo
Una giornata nel Medioevo

Tuffo nel Medioevo con il palio dei Cantù a Martinengo. Domani, alle 20, la cena sotto i porticati offerta dai commercianti. Domenica dalle 10 si potrà ammirare l'accampamento. Alle 11.30 combattimenti tra gli armigeri, alle 15 rievocazione storica e sfilata con centinaia di figuranti. A seguire la corsa con gli asinelli. (r.s.)

Sentieri d'autore

Dolomiti di Scalve
Colpi di teatro e foreste sotto l'Arano

Visto dall'aquila il passaggio orientale orobico tra Prealpi e Alpi, è annunciato da una lunga e imponente serie di cime, note come Dolomiti di Scalve. Creste ora frastagliate, poi erbose, vallate che a nord creano il classico ambiente alpino e a sud uno marcatamente prealpino; pascoli e vallate, intervallati da quinte naturali i cui fondali sono impreziositi da foreste miste, una frontiera paesaggistica totale. Dal lago di Lova (Borno, 1.299 m) si punta verso il passo Mignone, radura fatta di tante storie, per risalire il lariceto che si intrufola sul margine di una bastionata rocciosa fino a un piccolo pascolo. Sul sentiero scegliamo la via verso il piccolo rifugio Laeng, splendida dimora al cospetto dell'incombente pizzo



Camino. I colori di stagione distillano la forza dell'autunno tra i larici e i bastioni «dolomitici», che risaliamo verso sudovest diretti al rifugio San Fermo e che ci deposita nell'area del monte Arano (1.940 m). La visione è un colpo di teatro alpino, si arricchisce seguendo la traccia che ci fa chiudere l'anello parziale, per scendere al passo Mignone.

David Sapienza
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Le cime

Le chiamano Dolomiti di Scalve e non è difficile capire perché. Da sud a nord sono otto le vette oltre i 2.000 metri, argenteo skyline che si esalta di contrasti autunnali: Corna di San Fermo

(2352m),
Moren
(2366m),
Pizzo Camino
(2491m),
Sossino
(2399m),
Ezendola
(2175m)

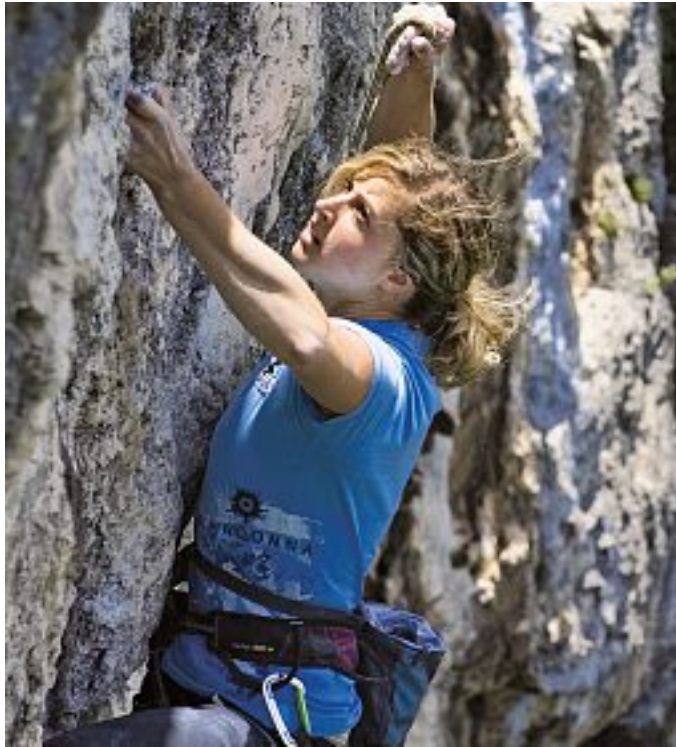
In Fiera al via la kermesse sulla montagna: dagli stand specializzati alla polenta Video dei super atleti ed esibizioni: lezione di arrampicata con Angelika Rainer

SOGNI D'ALTA QUOTA
Sci, arrampicata e parkour

La fatica della salita, la bellezza dei sentieri nascosti, il silenzio che si respira arrivati in cima. È tornata «Alta Quota», la kermesse alla Fiera di Bergamo dedicata a chi vive la montagna a 360 gradi, dalla pratica sportiva fino all'agricoltura. C'è chi fa entrambe le cose, come la pluricampionessa mondiale di arrampicata su ghiaccio Angelika Rainer, che sarà ospite domenica, e che da 8 anni vive a Gandino con il compagno, coltivando il mais spinato.

La fiera si svolge fino domenica, a ingresso gratuito, oggi dalle 15 alle 22, domani dalle 10 alle 22 e il terzo e ultimo giorno dalle 10 alle 20. Saranno 120 le imprese espositrici, provenienti da 6 regioni d'Italia oltre che da Austria, Svizzera e Francia. Si potrà provare abbigliamento e attrezzatura tecnica, dalle corde alle bici, e si potranno esplorare diverse discipline, dallo sci al nordic walking, con qualche appuntamento dedicato al mondo degli scout e a quello della bicicletta, per vivere la montagna in estate e in inverno.

Dodici gli spazi all'esterno per provare diversi sport di montagna, compresi, quest'anno, anche parkour, zumba (che per qualcuno è vista come un buon allenamento presciistico) e «urban ski lab», un laboratorio per imparare a sciare. Tre strutture (Boulder wall, Torre e Rotor) saranno



La campionessa Angelika Rainer in arrampicata: l'atleta vive a Gandino

I workshop

LA ZUMBA PER SCALDARE I MUSCOLI

Per la quattordicesima edizione, Alta quota introduce sessioni di zumba e parkour (la disciplina di arrampicate e evoluzioni su strutture urbane). La zumba, in particolare, è ritenuta

utile per prepararsi allo sci. Un workshop di parkour si tiene oggi alle 18, domani alle 12.30 e domenica alle 11. Lo zumba è domani alle 18 e domenica alle 10.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La scheda

● Alta Quota apre oggi alla Fiera di via Lunga

● Gli orari di apertura: oggi dalle 15 alle 22, domani dalle 10 alle 22, domenica dalle 10 alle 20

● Saranno 120 le società e i negozi che esporranno i loro prodotti all'avanguardia per le diverse discipline sportive. Alcuni rivenditori arriveranno da Austria e Francia

● La kermesse proporrà anche un Villaggio della Taragna: degustazioni di tradizioni montane

dedicate all'arrampicata, con istruttori certificati che assistono chi vuole tentare le salite.

Domani dalle 13 alle 18 si svolge il BergaBlocco contest, una sfida tra decine di atleti. Alla Fiera sono presenti diversi professionisti. Domani alle 17 sarà ospite Federica Mingolla, prima donna capocordata ad aver salito in libera una delle più famose vie delle Dolomiti, chiamata «Attraverso il pesce», che presenterà il video «My vertical dream». Domenica alle 15 Angelika Rainer, pluri campionessa mondiale di arrampicata sul ghiaccio, sarà allo stand della Grivel per firmare autografi e poi alle 16 al Meeting point per proiettare video delle gare in mezzo alla natura e dei campionati del mondo: infine offrirà una dimostrazione di arrampicata con le piccozze.

Alle tre giornate parteciperanno anche gli atleti della Federazione italiana sport invernali, per raccontarsi e fare previsioni sulla prossima stagione agonistica. Tra i 40 eventi collaterali della fiera da non perdere è la Taragna Night, domani sera dalle 20 alle 22 nell'area chiamata «Villaggio della Taragna», dove, oltre a cenare, si può assistere a esibizioni di musica dal vivo e di bici freestyle. Il programma completo della rassegna è sul sito www.alta-quota.it.

Gisella Laterza
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per gli appassionati
Tesori da svelare con la giornata Fai



Bonate Sotto
La chiesa di San Giuliano sarà tra i beni protagonisti della giornata Fai d'autunno

I tesori architettonici ancora poco conosciuti, si sveleranno al pubblico, domenica, nella giornata Fai d'autunno, con la campagna «Ricordiamoci di salvare l'Italia». A Bonate Sotto apriranno le porte la basilica di Santa Giulia, la chiesa parrocchiale del Sacro cuore, le chiese di San Giorgio e San Giuliano, e Mezzovate, contrada di costruzioni medievali. A Mozzanica si potranno visitare le chiese di Santa Marta, Madonna delle Nevi (con ingresso esclusivo per gli iscritti al Fai) e la parrocchiale di Santo Stefano, oltre alla Torre civica e all'antico mulino. A Presezzo la chiesetta intitolata ai patroni Fermo e Rustico. Visitabile tutto l'anno il mulino Gervasoni a Roncobello. Contributo suggerito 3 euro. Info e orari su www.giornatefai.it. (r.s.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per gli amanti dell'arte
Le installazioni dei giovani talenti



Treviglio
Installazione di Davide Mancini Zanchi, in mostra da domani al Centro civico Culturale

In mostra, da domani, le opere dei vincitori del Premio Città di Treviglio. Alle 17.30, nella Sala Crociera del Centro civico culturale, l'inaugurazione delle personali «Il sogno del corpo» di Saba Masoumian e «Milleduecento» di Davide Mancini Zanchi, curate da Sara Fontana. La prima è un'artista iraniana che aveva vinto il Concorso giovani talenti nell'ambito della quarta edizione del premio d'arte con il video «Mare asciutto», che sarà riproposto. La nuova tematica è la maternità, declinata in una sequenza di gruppi plastici carichi di pathos che gravitano intorno al corpo femminile. Il talento di Urbino, premiato da San Paolo Invest per l'opera «Guardami le spalle», esporrà nello spazio via Cavallotti una selezione di lavori recenti. (r.s.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per i buongustai
Torna la sagra del mais spinato



Gandino
Nell'ambito della sagra anche la raccolta di pannocchie e una cena per degustare

A Gandino il fine settimana sarà dedicato al mais spinato. Domani alle 10 ci si improvviserà contadini con la raccolta delle pannocchie in località Ca' Parecia. Alle 15 l'itinerario storico, artistico e gastronomico nell'ambito dei «Giorni del melgotto»: si andrà alla scoperta del mulino per la macinatura della varietà autoctona, dei lanifici lungo il torrente Romna e dei palazzi nobiliari che ospitavano le filande per la lavorazione della seta. A seguire la degustazione al ristorante Centrale (ritrovo in piazza Vittorio Veneto, costo 7 euro, prenotazione obbligatoria allo 035 704063). Nel pomeriggio scartoccatura del mais, merenda e laboratori del gusto. Domani e domenica sagra con la cena in piazza. Mail a mais.spinato@gandino.it e progandino@gandino.it (r.s.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per i cinofili
La sfilata di bellezza con i cani di ogni età



Chiusuno
Il Dog Show andrà in scena al Palasettembre di Chiusuno domenica, dalle 8

Un imperdibile appuntamento di bellezza. Per cani. Il concorso Dog Show (organizzato dall'associazione Athletic dog show) torna per tutta la giornata di domenica a Chiusuno, al Palasettembre per la trentaquattresima volta. L'esposizione inizia alle 8 e fino alle 10 sono aperte le iscrizioni per le varie classi di concorso: puppy (dai 4 ai 6 mesi), juniores (dai 6 mesi ai 9), giovani (dai 9 mesi ai 15), adulti (dai 15 mesi ai 7 anni), veterani (dai 7 anni in poi), campioni. Il lavoro della giuria inizia alle 14.30 e alle 16.30 c'è la sfilata. Alle 18.30 si esibiscono i migliori ed è prevista l'elezione dell'esemplare più bello. Tutti i cani partecipanti devono essere dotati di libretto sanitario con vaccinazioni in regola e microchip. (gi.la.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA