



Sentieri d'autore

TRA I BOSCHI DI POSCANTE E I CRINALI DEL TEMPO

La contrada Castegnone (523 m) fa parte di Poscante che svela la propria identità nel nome: «post cantum» dopo il Canto Alto, la montagna-faro che illumina per i naviganti l'Oltre Bergamo. Si raggiunge Ripa, piccolo insediamento da dove sale il tracciato per il Canto Basso (900 m), crinale sul quale soffia l'essenza che è lo sguardo nella rosa dei venti. Da qui tagliamo verso la forcella di Nese (870 m) sotto il Cavallo per discendere lungo la mulattiera che saliva a Poscante e in Forcella di Nese da Zogno: una strada adagiata sulla congiunzione della «T» formata dalle valli Fosca a nord e Sottocanto a sud. Proseguiamo ammirati tra ripidi tratti



ma anche radure aperte, fino al sentiero (segnava biancorosso su albero) che a sinistra scende a Castegnone, lasciando la strada per Poscante. Un cammino circolare che, come l'apprendimento, irraggia sino a oggi documenti di quel genio rurale capace di creare la storia che si è fusa nei nostri passi.

Da Davide Sapienza

da un «maestro» che custodisce i segreti di questa particolare pratica

Il luogo Castegnone è la patria dei biligocc (le castagne affumicate): ogni anno a novembre una sagra prevede la visita alla casa dove c'è il locale chiamato «secadur», l'affumicatoio, guidati

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Seriate Sfida a beer pong in coppia

Tutti pronti per la sfida a «beer pong» al Sixty Road Cafe di Seriate domani sera a partire dalle ore 21. Si partecipa soltanto rigorosamente in coppia e il gioco consiste nel centrare con una pallina un bicchiere di birra. Chi fa centro, può bere. In palio premio per il primo e il secondo classificato. L'iscrizione costa 10 euro.



Casale di Albino Castagne affumicate per tutti

Domenica torna a Casale di Albino l'appuntamento con i tradizionali biligocc, le tipiche castagne della Valle del Lujo, affumicate e bollite secondo la ricetta locale. Si comincia con stand, assaggi e bancarelle dalle 9 e nel pomeriggio laboratori per tutti i bambini. La sagra è organizzata dagli Amici del Casale.

Upperlab Dieci minuti di microfono aperto

Dieci minuti sul palco per cantare, ballare, esibirsi in spettacoli comici o strappalacrime. Chiunque può mostrare la propria abilità stasera alle 21 a «Microfono aperto», l'evento di Upperlab in via Pescaria 1/A. L'ingresso è riservato ai soci e per iscriversi basta seguire le istruzioni sul sito www.upperlab.it/tesseramento.

Invito a nozze In Fiera 145 stand per il giorno più bello: dall'abbigliamento agli accessori, dai viaggi al trucco e parrucco. Domenica la sfilata delle miss

L'ABITO FA LA SPOSA (evitare l'effetto meringa)

«La felicità nel matrimonio è solo questione di fortuna». Così scriveva Jane Austen e, anche se l'autrice di «Orgoglio e pregiudizio» avesse ragione, si può fare qualcosa perché (almeno) il giorno del matrimonio sia perfetto. Torna oggi fino a domenica la Fiera degli Sposi. 145 stand di abiti, accessori, viaggi, trucco e parrucco e tutto ciò che è legato al grande giorno. Per un abito fatto a mano ci vogliono circa 6 mesi e in media dai 2 mila euro in su. L'atelier Blu Spose, a Fiorano al Serio, è tra i pochi in provincia di sartoria. «Le future spose arrivano spesso con idee e ispirazioni da internet — dice la titolare Lina Mazzoleni —. A volte disegnano anche il modello». Ci sono alcuni accorgimenti: una vita alta, con il taglio sotto il seno, sta bene alle donne dai fianchi morbidi. «Ma alla fine la scelta è più sulla base dell'emozione», conclude Mazzoleni. Artigianale è anche l'atelier Kore, a Milano, specializzato in abiti con fiori in organza e raso di seta e particolari dipinti a mano. «Dalie, peonie — elenca la stilista Chiara Vitale — e le rose, come nel modello Glamour Rouge, che casualmente richiama il tema di quest'anno della fiera, la rosa rossa». Le nuove tendenze sembrano allontanarsi dall'«effetto meringa». «C'è ancora un largo uso del tulle — afferma la stilista milanese Melania Fumiko —, ma più croccante, plissettato.



Romantici La rosa rossa è il richiamo della Fiera degli sposi di quest'anno. Nelle foto alcuni particolari: gli abiti, la carrozza, la tavola

Il creativo

IL ROSSO E IL LILLA PER IL «SÌ»

I colori della fiera sono il lilla e il rosso, tema delle decorazioni allestite da Marco Frigerio. «Per i fiori vanno molto i colori pastellati e cipria — dice —, seguendo la stagionalità: rose e peonie a maggio; tulipani, ranuncoli e giacinti d'inverno. È sempre più di tendenza sposarsi nella stagione fredda, scegliendo come location una villa o un luogo di prestigio».

La scheda

- La Fiera degli Sposi è alla Fiera di Bergamo. Gli orari: oggi (17-22.30), domani (10-22.30) e domenica (10-19)
- Numerosi gli eventi in programma, come quello di domani sera alle 20.30 per i 20 anni della kermesse. Ci saranno le miss e le coppie di sposi protagoniste delle passate edizioni. E musica dal vivo
- Domenica pomeriggio si tengono le sfilate da non perdere

Gli abiti si fanno puliti, scivolati, più leggeri e meno costruiti. Prevalge l'avorio e il bianco freddo, per le spose invernali, sempre più diffuse. Una novità che presenta in anteprima è una mantella in velluto di seta all'esterno e, all'interno, in duchesse, più pesante. Meglio fare attenzione a damigelle, testimoni e consuoceri, «da non obbligare a vestirsi tutte uguali. Di solito suggerisco non un vestito ma uno spezzato, gonna e blusa, da portare anche in futuro, e con tagli diversi, coordinati solo tramite un particolare». E non dimentichiamoci lo sposo. «Vanno molto i colori pastello anche per l'uomo — spiega Fabio Galletti, di Alberto Sposo —, azzurrati e grigio nuvola, giacche più sul corto che sul lungo. E sta tornando lo smoking da giorno». I prezzi: da 700 a 1400 euro, 3500 se tutto in seta.

I capelli della sposa vanno invece «spesso raccolti o semimiraccolti — dice Angela Cocchetti, dell'Accademia bergamasca acconciatori, che organizza il concorso La sposa artistica —. Una novità: i velis, capelli acconciati a formare un fiore». «Si usano anche molte perle, da incastonare in un raccolto — dice Guglielmo Mangili, dell'Accademia nazionale acconciatori misti —, ma l'importante è rispecchiare la personalità».

Gisella Laterza

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per le tradizioni Arlecchino apre i balli del Carnevale



Prologo A San Giovanni Bianco e a Tagliuno è già tempo di maschere e sfilate di Carnevale

Il Carnevale arriverà in anticipo di una settimana nel paese di Arlecchino. Domenica, in viale Roma a San Giovanni Bianco, la festa inizierà alle 9.30 con animazione per bambini e un concorso di disegno. Il momento clou sarà alle 13.30, quando i carri e le mascherine si ritroveranno nella piazza delle scuole elementari per iniziare la sfilata alle 14. I carri più belli e i migliori gruppi in costume meriteranno premi in denaro da 100 a 200 euro. Anche a Tagliuno (Castelli Calepio) la sfilata di Carnevale si farà domenica (ritrovo in via don Ravizza alle 13.45 e partenza alle 14.15). Parteciperanno i rioni Castello, Falconi e San Salvatore, che si esibiranno all'arrivo nel palio dei rioni. (gi.la.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per le sagre Capre in passerella Si vota la «regina»



Ad Ardesio Due novità: l'area maneggio e la possibilità di ammirare gli artigiani all'opera

Quale sarà la più bella? Domenica nel centro storico di Ardesio si svolgeranno, in abbinata, la 19esima Fiera delle capre e la 17esima Fiera dell'asinello, appuntamenti che attirano più di 3 mila visitatori ogni anno. La mattina il momento più atteso è il concorso di bellezza delle capre, che è soprattutto un'occasione di confronto per gli allevatori. I bambini dalle 10 alle 13, sul Ponte Rino, possono provare la mungitura. Per tutta la durata della sagra, gli adulti possono ammirare le novità di quest'anno: l'area maneggio, l'area artigiani, dai forgiatori di coltello ai maniscalchi, dai cestai agli scultori del legno. E, ancora, gli stand con abbigliamento e macchinari agricoli. (gi.la.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per gli appassionati Bergamo City Run Il via in notturna



Half Marathon Le istruzioni per l'iscrizione alle competizioni sono sul sito www.lamezza dibergamo.it.

Bergamo città che corre. Domani e domenica si dà il via alle gare della Mezza di Bergamo, competizioni per appassionati e professionisti. Domani alle ore 18 tutti ai posti di partenza per la «Urban night trail», corsa non competitiva di dodici chilometri sulle vie di Città Alta. È da fare tutta in velocità la «10K», 10 chilometri da bruciare domenica (partenza alle 9 dal teatro Donizetti). Il cuore della competizione batte nella Mezza Maratona dei Mille, domenica dalle ore 9.30, partendo da Colle Aperto e arrivando in Città Bassa. Infine c'è anche la staffetta con tre partecipanti per sette chilometri ciascuno, non competitiva, partenza alle ore 9.45 da Colle Aperto. (gi.la.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per il rilassamento Campane tibetane: effetti anti stress



Yoga L'iscrizione è obbligatoria. Si può provvedere telefonando al numero 345.4936378

Quello delle campane è considerato un «suono sacro», in grado di rilassare la mente e portarla a contatto con la parte più profonda. Stasera alle 21 alla sede di Yoga Bergamo (in via Carnovali 100/d) tutti i partecipanti, accomodati sulle amache, potranno cimentarsi in esercizi guidati e scanditi dal suono delle campane tibetane e di altri strumenti. Questa tecnica — a detta degli organizzatori — può aiutare a ridurre lo stress, abbassare la pressione sanguigna e migliorare la concentrazione. Chi fosse interessato, deve indossare un abbigliamento comodo e adatto all'esercizio fisico. Iscrizione obbligatoria. L'attività è aperta ai soci di Yoga Bergamo. (gi.la.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA