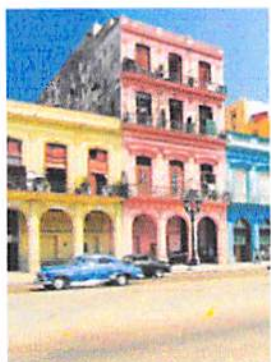
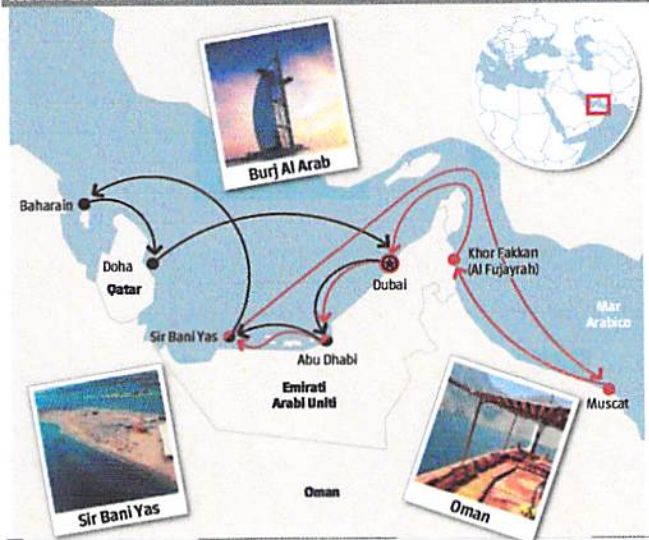


pagina a cura di Stefano Passaquindici | stefano.passaquindici@ilgiornale.it

NAVIGANDO NEL GOLFO PERSICO



San Juan, la capitale di Puerto Rico, a Philipsburg sull'isola di Saint Maarten, e a Nassau nelle Bahamas. Il secondo in-

clude Ocho Rios in Giamaica, George Town nelle Isole Cayman e Cozumel in Messico. E, per chi non si accontenta, c'è la Butterflycruise di 14 notti che, combinando i due itinerari, permette di attraversare i Caraibi da est a ovest. A bordo un design innovativo e particolari che regalano scorci mozzafiato. Sempre di grande fascino anche Cuba, da dove le navi gemelle MSC Opera e MSC Armonia, salpano alla volta di due itinerari: il primo tocca Montego Bay in Giamaica, Georgetown alle Cayman e Cozumel in Messico, mentre l'altro Belize City, l'Isola di Roatan in Honduras, la Riviera Maya e Cozumel. Nel Golfo Persico arriva MSC Splendida, nave da oltre 4mila passeggeri con a bordo

«MSC Yacht Club», zona esclusiva definita «La nave all'interno della nave», che offre privacy e servizi privilegiati come lounge dedicata, piscina esclusiva, accesso diretto alla spa e maggiordomo. Due i porti di imbarco, Dubai e Abu Dhabi, e gli itinerari: gli Emirati Arabi Uniti, l'Oman con la sua capitale Muscat, la pittoresca località balneare di Khor al Fakkan, e il secondo, lanciato lo scorso anno, che include Emirati Arabi Uniti, Bahrain e Qatar. Entrambi fanno scalo sulla spiaggia-oasi di Sir Bani Island: un'isola riserva naturale poco al largo di Abu Dhabi con 36.000 mq di spiagge dorate e aree esclusive. Ma le crociere d'inverno non finiscono qui. Per scoprirle: www.msccrociere.it.

last minute

PIEMONTE

Sentieri del Quadrifoglio tra lago, colline e montagne



■ Incastonato tra due laghi, non lontano dalla più nota Orta San Giulio annoverata tra i «Borghi più belli d'Italia», Ameno è un piccolo paese tra le colline che aderisce al progetto Borghi Sostenibili del Piemonte. Da qui partono i 33,6 km del Quadrifoglio, quattro sentieri ad anello adatti anche alle famiglie con bambini. Da seguire a piedi o in mountain bike. Info: www.amenoturismo.it.

ALLA SCOPERTA DELLA CIOCIARIA

Avventura dalla grotta Falvaterra a Castro dei Volsci



■ Questo territorio nel cuore del Lazio offre un'esperienza particolare: l'esplorazione delle sue grotte di Pastena e Falvaterra. Quest'ultima, in particolare, può essere oggetto di un'avventurosa visita che prevede l'arrampicarsi fra le stalattiti e il risalire la corrente del fiume sotterraneo. Per assaporare i piatti locali, la cucina dell'agriturismo il Ruspante è varia e genuina. Info: www.grottedifalvaterra.it, www.ilruspante.it.

LOMBARDIA

Spa, golf e cucina gourmet a Palazzo Arzaga



■ Palazzo Arzaga Hotel Spa & Golf Resort è un'antica dimora del XV sec., in una immensa tenuta nei pressi del Lago di Garda, armoniosamente convertita in un hotel di lusso. Gli infiniti spazi esterni con la spettacolare terrazza con piscina e i due campi da golf da 18 e da 9 buche, garantiscono pace e tranquillità, mentre la raffinata Spa propone una vasta gamma di trattamenti. Info: www.palazzoarzaga.it.

L'ORIENTE IN RIVA AL LAGO

Relax al Cocca Hotel Royal Thai Spa di Sarnico



■ Dedicato a chi è alla ricerca di un'oasi di pace, a chi è affascinato dalla visione olistica delle filosofie orientali ed a chi vuole concedersi una vacanza all'insegna del relax. E' il Cocca Hotel Royal Thai Spa di Sarnico, un resort esclusivo affacciato sulle sponde del lago d'Iseo. Il pacchetto thai experience con 2 pernottamenti e trattamenti costa euro 349 a persona. Info: www.coccahotel.com.

il tempo

Sereno Variable Poca nuvoloso Nuvoloso Molto nuvoloso Pioggia Rovesci local Rovesci Temporale Grandine Neve Nebbia Calma Poco mosso Mosso Molto mosso Agitato Forza 1-3 Forza 4-6 Forza 7-9



LA SITUAZIONE

TEMPERATURE
Grosseto 27
L'Aquila 18

NORD: nubi sparse alternate a schiarite con maggiori addensamenti tra Alpi e pedemontane, senza fenomeni rilevanti. Temperature stazionarie, massime tra 20 e 24.

CENTRO: soleggiato o velato sul versante tirrenico, nubi sparse su quello adriatico, più frequenti sulle interne abruzzesi. Temperature stabili, massime tra 20 e 24.

SUD: instabile su Est Sicilia, Lucania, Puglia e Calabria con piovoschi e qualche temporale sparso. Più soleggiato su Campania e Ovest Sicilia. Temperature stabili, massime tra 20 e 24.

LUNA
Sorge alle 05:23
Tramonta alle 02:37

SOLE
Milano 09:39 18:09
Torino 09:25 18:13
Firenze 09:10 18:29
Roma 09:05 18:34
Palermo 09:00 18:32

BBmeteo
aggiornamenti h24 su www.3bmeteo.com

IN ITALIA

	min.	max.
ANCONA	16	21
ASOLA	15	21
BARI PALESE	17	20
BOLZANO	13	24
BOLZANO	12	23
CAGLIARI	17	26
CAMPORASSO	17	19
CATANIA	17	22
CUNEO	12	21
FIRENZE	13	24
GENOVA	19	24
IMPERIA	17	21
LAQUILA	18	21
LECCE	15	21
MESSINA	19	23
MILANO	16	23
NAPOLI	18	24
PALERMO	20	24
PERUGIA	15	20
PESCARA	15	20
PISA	17	23
POTENZA	18	21
REGGIO CALABRIA	18	24
ROMA CIAMPINO	15	24
ROMA FIUMICINO	15	24
S. M. DI LEUCA	18	21
TORINO	14	23
TREVISE	16	22
VENEZIA	14	22
VERONA	12	23



DOMANI IN ITALIA

Tempo discreto con ampi spazi soleggiati su bassa Val Padana, regioni del Centro, Sardegna, Campania ed Est Sicilia. Più nuvoloso su Alpi e Prealpi. Ancora variabile su estremo Sud e Sicilia ionica con qualche piovosco. Temperature stabili. Venti da Nord.



DOPODOMANI IN ITALIA

Nuvoloso al Nord, sulla Toscana e in Sardegna con qualche pioggia su quest'ultima nell'arco del giorno. Complessivamente soleggiato sul resto del Paese. Temperature invariate, gradevoli di giorno. Ventilazione debole tra NO e NE con locali rinforzi.