

IPAD IMMERSION

■ **Learning by doing**
 Approfitta del tempo libero per scoprire tutte le potenzialità del tablet multitouch della Apple (da €499).
Il consiglio in più
 Scarica le app musicali, come GrooveMaker, e trasformati in dj.

TECNOFIT FOR TECNOFUN

Vuoi rimetterti in forma e le palestre sono chiuse? Sfrutta l'iPhone e le fitness app, sarà come avere un personal trainer che ti segue ovunque.

- **GymFu** utilizza l'accelerometro integrato nello smartphone per contare i piegamenti sulle braccia, gli addominali, i movimenti di seduta.
- **iFitness** vi suggerisce programmi d'allenamento divisi per obiettivo: dimagrimento, aumento della forza.
- **Fitnity** funziona da diet coach.



BACI SOLARI

■ Per avere i colori dell'estate sulle labbra usa il charm da appendere alla borsetta, Addicted to Coral, Dior (€58,37): contiene due gloss, oro e corallo.

60 idee glam per goderti una vacanza mordi e fuggi. Ma anche il tempo libero se stai in casa, in città, in ufficio...

Ooohhhh!
 (anche se non parti)

GIOVANNI ALLEVI, PIANISTA

"Torno nella mia amata Ascoli: un break nei luoghi dell'infanzia è rigenerante".

NAIL MANIA

■ **Unghie multicolor** sgarbanti, da provare ora che hai tempo, per allenarti ad applicare lo smalto alla perfezione. E farti notare. Ecco gli smalti brillanti, satinati e con glitter, MNY, Maybelline N.Y. (€4,20 l'uno).



In agosto Giovanni Allevi continua il tour estivo Piano Solo 2010. Per tutte le date: <http://giovanni.allevi.eventi.digitali.com>



Spiagge

Pausa sotto il sole, con benefit. Trova quella che fa per te.

NEW AGE

- **In Romagna** Il Circuito Turisport (tel. 335-5419107) offre gratis in 40 spiagge corsi di yoga, tai chi e danza del ventre.
- **In Sicilia** All'Isola Bianca di Trapani c'è un'area wellness con corsi di Pilates (www.islabiancabeach.com).

PARTY BEACH

- **In Friuli** Dal 31/7 il Lignano Dance Festival vi farà ballare sulla spiaggia del Kursaal (www.kursaallignano.it).
- **In Puglia** Aperitivo a ritmo della migliore house music al Cocoloco di Torre San Giovanni (www.lidococoloco.it).

TECNO ADDICTED

- **In Liguria** Il Manè di Imperia ha postazioni con computer e connessione Wi-Fi (tel. 0183-64219).

A TUTTO SPORT

- **In Romagna** Al Beach 96 di Cattolica (tel. 0541-830430) ci sono corsi di spinning da €30.
- **In Calabria** A Gizzeria (Cz) c'è l'Hib, il parco sportivo più grande d'Italia (www.hangloosebeach.it).

TOTAL RELAX

- **In Sardegna** A Porto Rotondo, la spiaggia Ira (tel. 0789-34745) è Nivea Beach con massaggi.

IL SOLE SULL'IPHONE

■ **L'abbronzatura è geolocalizzata** se carichi gratis l'iPhone app Lancaster: a seconda di dove sei e di come hai la pelle, ti invia consigli su come prendere il sole. **Non hai l'iPhone?** Collegati al link Lancaster di Facebook.



Best disco

Il dj Cristian Marchi ci dice dove fuggire per una notte tutta da ballare.

■ VERSILIA

«Vi consiglio la Canniccia: qui il 20 agosto suona Boy George». www.cannicciaversilia.com

■ GALLIPOLI

«Rio Bo: è un locale in mezzo alla natura». www.riobodiscoteca.it

■ RIMINI

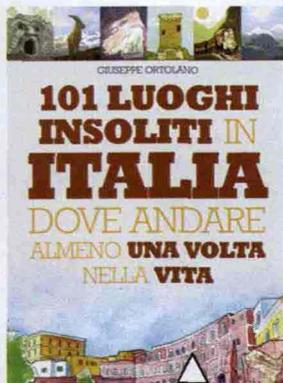
«Tutti i venerdì sono in console con Gabry Ponte all'Altromondo Studios per farvi tirare l'alba». www.altromondo.com

■ LATINA

«Al Makkeroni Disco Show si balla bene e si mangia ancora meglio. Il 28 agosto non perdetevi David Morales e la sua house». www.makkeroni.it

■ LONATO DEL GARDA

«A 45 minuti da Milano sei in spiaggia: al Coco Beach Club, dove il mercoledì e la domenica si cena gratis e si balla a piedi nudi». www.cocobeachclub.net



PER SHORT BREAK

■ **Vacanze mordi e fuggi** senza allontanarsi troppo da casa, ma senza rinunciare allo charme. Scopri tutte le mete più affascinanti e low budget su 101 luoghi insoliti in Italia dove andare almeno una volta nella vita (Newton Compton, €14,90).



RAINBOW EYES

■ **Le palpebre arcobaleno** sono la piccola follia dell'estate. Verde, blu, rosa e viola sono i colori della palette The Eyeshadow Quad n. 155, Dolce&Gabbana (€49).

SCEGLI IL RÉTRO MOOD

■ **Gira per i mercatini dell'usato** alla ricerca di clutch e gioielli d'antan. Sono gli accessori più hot di stagione. Guarda, per esempio, la collana dal gusto vintage con catene e perle, Dior.



5	7		4
		3	2
2	9		5
7	8	5	3
4			
8	5		
6			
1	2	9	8

GIOCA!

■ **Esercita la mente** con l'Eudoku, il sudoku tutto a colori. Per imparare c'è il manuale *La mente arcobaleno* (Anteprima Edizioni, €16).
 ■ **Riscopri le bocce:** in Francia è il passatempo preferito delle star.



QUESTI COLLEZIONALI

Organizza serate a tema rock e fai scorrere le immagini di questi due dvd imperdibili:
 ■ **Stones in Exile** è il docufilm sulla nascita del mitico doppio LP dei Rolling Stones, *Exile On Main St.*, del 1972 (Edel, €13,46).
 ■ **London Calling: Live In Hyde Park**, ovvero il concerto che Bruce Springsteen & The E Street Band hanno tenuto all'Hard Rock Calling Festival a Londra (Sony Music, €27).



STENCIL BIKINI

■ **Il rasoio creativo** a batterie con formine-stencil è l'ultima mania per depilare la zona bikini. È Quattro Bikini, Wilkinson (€10,90).
Per allenarti nella rasatura, divertiti con Bikini Ville per Facebook: rasi il prato e crea la tua aiuola.



STUDIA INGLESE DOVE SEI

Lezioni live a distanza, via Skype. L'idea è di Shenker che vi offre incontri illimitati con un tutor da 30 minuti ciascuno. Dal lunedì al venerdì, dalle 8 alle 20, il sabato fino alle 13. **Offerta speciale per tutto agosto: €150.**

VAI SOTT'ACQUA

Per un week end al mare tutto da documentare c'è la macchina fotografica waterproof: va fino a 3 metri di profondità e fa anche i video, WP10, Samsung (€199).

ELEONORA ABBAGNATO, ÉTOILE

"Scappo alle isole Eolie perché l'arcipelago è rilassante e ha paesaggi stupendi".

Eleonora Abbagnato: parteciperà agli Oscar della Lirica, il 31 agosto all'Arena di Verona.

HOT SUMMER

		2	9	1
	1	5	7	8
	8	6	4	3
	4	9	1	2
1	2	7		
8		4		
4	3	1		
2			5	
5				

SFOGGIA LA LINGERIE

Baby-doll in pizzo da portare come minidress, reggiseni a vista e culotte effetto shorts. Indossa l'underwear più glamour alle feste di stagione: ora sei fresh&sexy, quest'inverno li userai sotto i blazer e i cappotti come vuole la moda.

DOLCE & GABBANA
F/W 2010-11

HOME TRAINING

Usa il salotto come palestra per arrivare in forma all'autunno: la Ciclotte è talmente bella che la puoi esibire come un pezzo di design. È monoruota ed è la exercise bike del futuro, Lamiflex Group (www.ciclotte.com).

LA COPERTA TARTAN

È l'ideale per i picnic con gli amici. Con il primo freddo, indossala tipo poncho: ti basterà una semplice cintura in vita e ti scalderà. Plaid Benetton (€59,90); cintura Messagerie (€85).

IL TECNOTELO

In spiaggia o al parco stenditi sotto il sole e ascolta la tua playlist preferita con il telo dotato di altoparlanti e jack per l'Mp3. hi-Sun, hi-Fun (€59,90).

PLASTIC CHIC

Si chiamano BowWow le ballerine in plastica riciclabile nate dalla collaborazione tra Kartell e Moschino: leggere, pieghevoli, perfette da infilare in borsa (€85).

STUDIO LAZZARI
BRUNO MAGLI
DOMINIQUE TARTAN
RICOSTRUTTO
STILL LIFE
KUNG CASHLARO

HOT SUMMER

VESTITI COME UNA PIN-UP

■ È il dress code del Summer Jamboree (vedi gli appuntamenti a destra), tutto sull'America anni '40 e '50. Il mood Fifties impazzerà nelle collezioni d'autunno. Occhiali Sonia Rykiel (€370).

NOTTI IN DISCO

■ Il trucco c'è e si illumina di notte con Fluo Night, Make Up For Ever (€29): è un kit di 8 polveri fluo da usare da sole o mixate ad altri colori.

IL COLORE CHE VUOI TU

■ La tintarella è modulabile, se unisci qualche goccia di Color to Mix alla tua crema, al solare o al fondotinta. Cos'è? Un concentrato di pigmenti brevettato da Helena Rubinstein (€37).

COLORE AL POLSO

■ Devi lavorare in agosto? Rallegra il tuo tempo con un orologio colorato. Questi ultrasottili e in silicone li trovi in 15 diverse nuance, Ops! Flat (€24,90).

SCATTI URBANI

■ Fotografa la tua città deserta e sperimenta i 16 filtri digitali con cui farai foto insolite e creative. La nuova K-x è ipercolorata, disponibile in 12 tinte sgargianti, Pentax (€599).

PERFETTA DA WEEK END

■ Si a trolley e a beauty-case. Pratici, in tessuto spalmato, su questi di Moschino Lost and Found ci sono stampati simboli scaramantici. La sfortuna non va mica in vacanza...

CRISTINA SCABBIA, CANTANTE

"Mi rilasso sdraiata alle pendici di Montecarlo... che si trova fuori dalle mura di bucca".

Cristina Scabbia è la voce dei Lacuna Coil, gruppo rock metal.

234

IL GLAMPING

Fai un week end glamping, ovvero in campeggio, ma superglam: è questa l'ultima moda all'around the world. Tutti gli indirizzi su <http://goglamping.net>. Il primo in Italia è a Mirano, vicino a Venezia (una tenda doppia con colazione costa €80).

Musica live

Tutti gli appuntamenti più rock del mese.

AFTERHOURS

■ A Siena, il 18/8 c'è l'ultima data del tour (www.afterhours.it).

BUSKERS FESTIVAL

■ A Ferrara, dal 20 al 29/8 ci sono gli artisti di strada (www.ferrarabuskers.com).

EDISON CHANGE THE MUSIC

■ In tutta Italia, Edison porta in tour ecosostenibili le band emergenti (www.edisonchange.themusic.it).

CHEMICAL BROTHERS

■ A Lecce, l'8/8 sono in dj set (www.thechemicalbrothers.com).

IRON MAIDEN

■ A Udine, il 17/8 live per l'uscita dell'album *The Final Frontier* (www.ironmaiden.com).

SUMMER JAMBOREE

■ A Senigallia (An), dal 31/7 all'8/8 sono in scena gli Usa anni '40 e '50 (www.summerjamboree.com).

SARROCH SUMMER GROOVE

■ A Catania, 25-29/8: live Gogol Bordello e Placebo (www.voxday.com).

U2

■ A Torino, il 6/8 arriva l'attesissimo *360° Tour* (www.u2.com).

FEDERICA AGAMENNONI. COPYRIGHT AC EUROPEGROUP

HOT SUMMER

LA SACCA XXL

■ Sceglila in cuoio e sempre oversize, in alternativa funziona anche il maxizaino: per la piscina, la palestra, le trasferte brevi. Poi, diventerà l'accessorio di culto una volta rientrati in città. Sacca in cuoio, Jérôme Dreyfuss.

MASSIMILIANO VARRESE, ATTORE

"Per uno stacco di 2 giorni, cerco un corso di meditazione: così elimino lo stress."

Massimiliano Varrese: quest'estate è al cinema con *Alice* di Oreste Crisostomi.

MARCELLO STYLE

■ Punta sul revival *Dolce vita*: guarda i vecchi film girati nella capitale quando era la Hollywood sul Tevere e copia i look delle star più iconiche. Occhiali *Marcello*, Jplus (€137).

SURFIN' USA

■ Impara lo street surfing e ti sentirai in California: è qui che è scoppiata la moda di questa tavola che mixa surf, skate e snowboard. Si chiama *The Wave* e ha solo 2 ruote, Roces (€150).

WHAT, WHERE, WHEN

Cosa facciamo stasera?

Ci pensano le app gratuite per il nuovissimo iPhone 4 a suggerirti i locali e i ristoranti aperti, gli eventi più suggestivi a pochi chilometri da casa e gli alberghi per una breve fuga dalla città.

■ **2night** In base a dove vi trovate, vi segnala degustazioni, aperitivi e feste a tema...

■ **StayHip** Vi seleziona gli hotel più chic dove passare un week end da sogno.

IL PC POCLETTE

■ Grande come una borsetta, il nuovo computer Vaio Serie P è studiato per essere usato (e impugnato) mentre si cammina, è anche dotato di bussola e Gps, Sony (da €899).

CACCIA ALLA IT-BAG

■ Shopping senza sgomitare e senza waiting list se riesci a essere nei negozi prima di tutte: ad agosto arrivano le borse must di stagione. Per le fashioniste incallite c'è la borsa in pelle con tracolla, Céline.

PARTI LOW COST

■ Vai sul **Trip Planner** di **easyJet** (<http://it.planner.easyjet.com>), inserisci quanti giorni vuoi stare via, il periodo, il numero di partecipanti e il tuo budget. Il sistema ti darà tutte le possibilità tra cui scegliere.

Peaches Geldof: è stata una delle prime a lanciare il trend.

LA FASCIA GIOIELLO

■ L'accessorio bijoux che va di moda tra le star è l'headband, da portare con i capelli lisci, magari effetto wet. Qui sotto, fascia con Swarovski, Tarina Tarantino.

Si va in scena

Festival e kermesse, tra cinema e teatro.

TEATRO FESTIVAL

■ A Bardonecchia (To), 7-21/8, arriva la *Cenerentola* di Emma Dante (www.tangramteatro.it).

CONTEMPORARY FESTIVAL

■ A Catania, 21/8-3/9, la danza è protagonista con workshop e varie performance (www.compagniazappala.it).

CLOROFILLA FILM FESTIVAL

■ A Grosseto, 6-15/8, è di scena l'ecologia (www.festambiente.it).

FESTIVAL DEL FILM LOCARNO

■ Dal 4 al 14/8, appuntamento con il miglior cinema d'autore dal mondo (www.pardo.ch).

BMOTION

■ A Bassano del Grappa (Vi), 24/8-4/9, c'è il teatro più all'avanguardia (www.operaestate.it).

SPETTACOLO COSMICO

■ Ad Apricale (Im), dal 6 al 15/8, tutto il borgo diventa un teatro con spettacoli ispirati ai segni dello zodiaco (www.teatrodellatosse.it).

GETTY IMAGES. OLYCOM

Hanno collaborato Z. Cremonini e G. Fiore