GIOVANNI MORO
giovanni.moro@rcs.it

LO SPORT RENDE FELICI

Da quattro anni su *Dove* abbiamo smesso di raccontare viaggi: preferiamo raccontare le passioni che ci spingono a viaggiare. Il tempo libero, e in particolare quello dedicato ai nostri weekend e alle nostre vacanze, è uno dei beni più preziosi di cui disponiamo. È il tempo in cui possiamo finalmente fare quello che più ci emoziona, che sia il piacere di una giornata al mare o di un'esperienza gastronomica, di un tour on the road tra borghi minori o della scoperta di un Paese lontano. La passione per lo sport, per uno stile di vita attivo, da praticare immersi nella natura, è oggi uno dei "motori del viaggio" più potenti e sempre più influenza le nostre scelte di vacanza.

I numeri lo confermano. Secondo i dati dell'Osservatorio italiano del turismo outdoor, il più autorevole studio italiano sul fenomeno, realizzato dalla agenzia di consulenza JFC, dai quasi 13 milioni di appassionati che si sono messi in viaggio per sport nel 2017, passeremo agli oltre 14 milioni previsti per il 2019, per un totale di presenze (ovvero giorni individuali di pernottamento) in crescita da 39,4 a 44,6 milioni, con un incremento percentuale rispettivamente dell'11 e di oltre il 13 per cento. In pratica: il turismo *active* muove sempre più persone e per sempre più giorni. Non è tutto. Lo studio, che *Dove* ha consultato in anteprima, evidenzia che l'età media del "turista outdoor" è, sì, attestata sui 44 anni, ma che in particolare crescono gli under 30 (16,8 per cento del totale) e gli over 60 (11,8 per cento). Viaggiare seguendo la passione sportiva coinvolge tutti.

Per questo abbiamo deciso di dedicare proprio ai viaggi outdoor il dossier monografico che state per leggere. Un Grand tour d'Italia che conduce dai trekking sulle Dolomiti di Brenta alle corse sui sentieri dell'isola di Pantelleria, passando per l'itinerario cicloturistico in Umbria, per gli sport acquatici sul lago di Garda, per il nuovo cammino sulla Via Flavia nel nord-est. Uno speciale dedicato non solo a chi, nello sport, cerca costantemente di misurarsi con sé stesso prima che con gli altri, ma soprattutto a chi insegue la propria personale dimensione di benessere vissuto all'aria aperta. Pensando a queste diverse esigenze abbiamo costruito anche le pagine di suggerimenti tecnici: consigli per godere al meglio, e in sicurezza, anche la più semplice passeggiata in montagna. Sicurezza, benessere psico-fisico, equilibrio interiore. Non c'è dubbio: lo sport rende felici.

Trekking sull'**Etna**. Sono molteplici gli itinerari che è possibile percorrere sul vulcano, **sia a piedi, sia in mountain bike** (vedere a pag 60).