

Supplemento al periodico mensile di informazione culturale e pubblicitaria ValleyLife, iscr. Trib di Perugia, del 17/05/2007 n. 23/2007, iscrizione R.O.C. n. 18175 Dir. Resp. Simone Bandini - Grafica: Vanessa Collarini - Prestampa e Stampa L'Artegrafica Treviso

COVER STORY

GUALDO TADINO, I GIOCHI DE' LE PORTE

Anno XXV, Nr. 180 / ESTATE AUTUNNO 2025

ValleyLife

GUBBIO E ALTO CHIASCIO

RIVISTA PANEUROPEA





PARK HOTEL AI CAPPUCCINI

Gubbio, Umbria, Italia.

Relax e Benessere in Umbria

L'Umbria conserva intatto il fascino della natura, delle arti e delle tradizioni.

Gubbio, nel cuore dell'Umbria, rappresenta un candido gioiello incastonato nel verde,

le sue architetture sono tra le testimonianze più alte di un Medioevo colto e raffinato e giungono a noi come monumenti senza tempo.

In questa cornice vi accoglie il Park Hotel Ai Cappuccini, dimora ideale di un'antica, nuovissima ospitalità, per un soggiorno all'insegna della buona tavola, del relax e del benessere.



PARK HOTEL AI CAPPUCCINI

Via Tifernate • 06024 • Gubbio (Perugia) • Italy • Tel. +39 075 9234 • Fax +39 075 9220323
www.parkhotelaicappuccini.it • info@parkhotelaicappuccini.it



In Copertina Dettaglio della corsa dei somari, Giochi delle Porte
Foto di Sofia Raggi

ESTATE - AUTUNNO 2025

EDITORE, DIRETTORE RESPONSABILE:
Simone Bandini

DIRETTORE EDITORIALE
Paola Butera

PROGETTO GRAFICO E IMPAGINAZIONE:
Vanessa Collarini

AUTORI
Simone Bandini
Editore di Valley Life. Dott. in Filosofia
Paola Butera
Direttore Editoriale di Valley Life Gubbio e
Alto Chiascio
Con la collaborazione di
Lorenzo Diamantini, scrittore e foodblogger
Federico Donti
Catia Giorni

Le opinioni degli autori non sono necessariamente le opinioni dell'editore.

©Valley Life - tutti i diritti riservati.
Ne è vietata la riproduzione anche parziale.

Questa rivista è stata chiusa venerdì 12 settembre. le giornate si accorciano ed ecco sopraggiungere l'autunno.

ValleyLife

REDAZIONE E PUBBLICITÀ
+39 350 0370 390
info@valleylife.it
www.valleylife.it

8 Osservazioni aristocratiche sul tempo
Aristocratic Observations on Time

10 Una scelta di Vita
A Choice Of Life



12 I Giochi de le Porte, tra giochi e tradizioni
The Games of the Gates, between games and traditions

20 Cantina Semonte Wine Resort, Il lusso accogliente di un borgo ritrovato
Cantina Semonte Wine Resort, the welcoming luxury of a rediscovered village

26 Marco Pierini, quando nasce un artista
Marco Pierini, The Birth of an Artist



32 Tenuta San Masseo, il panorama che non ti aspetti
Tenuta San Masseo, an unexpected panorama

36 Medical +, la tua salute al centro
Medical+, your health as the priority

40 Federico Minelli, correre per esistere
Federico Minelli, running to exist

44 Balloon Adventures Italy, dieci anni in volo
Balloon Adventures Italy, ten years in flight

50 Tecnocasa Gubbio e Gualdo Tadino, insieme si cresce
Tecnocasa Gubbio and Gualdo Tadino: Growing Together

56 Un atelier d'interni firmato Gina Ambrosi
An Interior Atelier Designed By Gina Ambrosi



60 Bosone Garden, un viaggio nel tempo e nei sapori
Bosone Garden, a journey through time and flavors

64 Golosità umbre, gente d'Appennino
Golosità Umbre, People of the Apennines

70 Terre di Giorgio
Giorgio's Land

76 Sapori di Stagione - "La trippa tra memoria e rinascita gourmet"
"Tripe Between Memory and Gourmet Revival"

80 Fuori Zona - Trattoria Lea: una storia di famiglia e autentica accoglienza
Trattoria Lea: a Family Story and Authentic Welcoming

If you have a house in Gubbio or Alto Chiascio area please subscribe for free and ask for you complimentary copy



ATMOSFERA, CONVIVIALITÀ E BUONA CUCINA

SS 318 km 27, 70 Pianello (PG)
Tel. +39 075 609 9077

www.road318.it
@road.318

CHIUSO IL MARTEDÌ

GENYO:
VMBRO

Gioielli che raccontano la storia



GIOIELLERIA

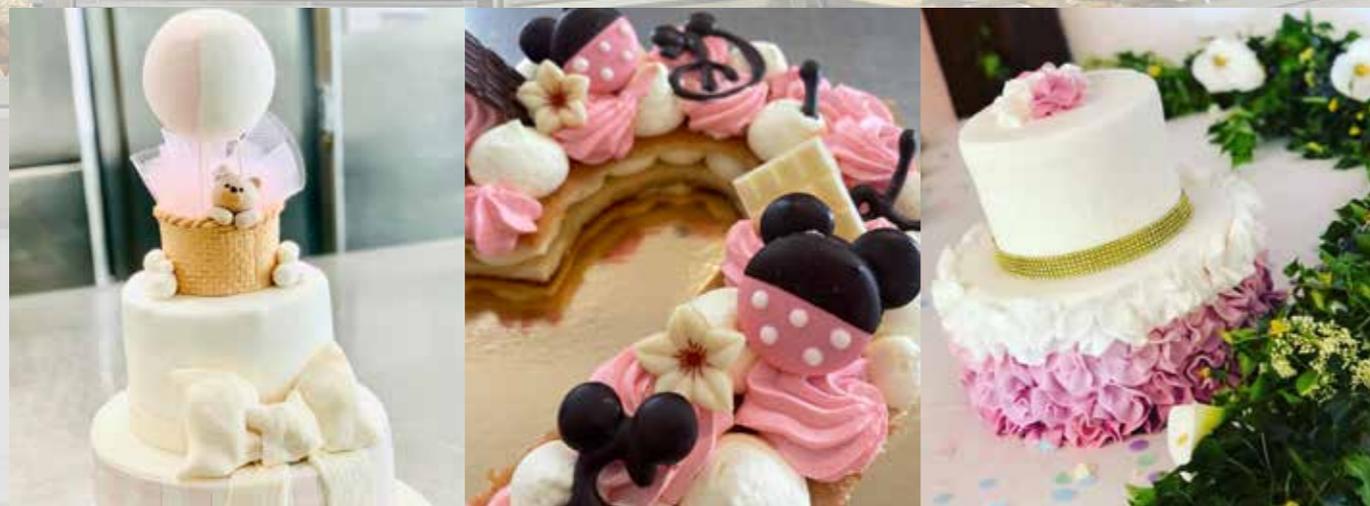
Bedini Celso



www.geniombro.it
@gioielleria.bedini.celso

Rendi unico il tuo momento

La tua torta personalizzata per ogni occasione speciale!



FESTE DI COMPLEANNO • MATRIMONI, BATTESIMI E COMUNIONI • FESTE DI LAUREA • ANNIVERSARI

PASTICCERIA LE QUATTRO PORTE
Via Vittorio Veneto, 48 - 06023, Gualdo Tadino PG
075 913 128




Blue Fashion
by Marta



AFFIDATI A NOI
PER VALORIZZARE AL MEGLIO IL TUO LOOK



OFFICIAL STORE

IL PARRUCCHIERE
DOVE VIVERE UN'ESPERIENZA
DI BELLEZZA UNICA

CI TROVI A GUALDO TADINO (PG)
IN PIAZZA GIUSEPPE MAZZINI, 6
TEL. 349 479 6638 - CHIUSO IL LUNEDÌ

www.bluefashionbymarta.it
@bluefashionbymarta



Stéphane Mallarmé fotografato da Paul Nadar (1890)



OSSERVAZIONI ARISTOCRATICHE SUL TEMPO

Aristocratic Observations on Time

DI SIMONE BANDINI

*"Il vergine, il vivace, il bell'oggi d'un colpo
d'ala ebra quest'obliato, duro
lago ci squarcerà, sotto il gelo affollato
dal diafano ghiacciaio dei non fuggiti voli!"*

Stéphane Mallarmé, "Il vergine, il vivace, il bell'oggi", *Poesie* (1887)

Prendiamo spunto dal celebre 'Sonetto del cigno' di Stéphane Mallarmé, il più aristocratico e tragico dei poeti decadenti francesi, per buttare giù uno sguardo sulla condizione umana, in particolare sulla saldatura misteriosa e archetipale tra la condizione estetica ed etica, ideale e materiale di ogni uomo che possa dirsi tale. Una creatura bellissima il cigno – che incarna la potenza epifanica della bellezza – il cui slancio vitale rimane

*"Le vierge, le vivace et le bel aujourd'hui
Va-t-il nous déchirer avec un coup d'aile ivre
Ce lac dur oublié que hante sous le givre
Le transparent glacier des vols qui n'ont pas fui!"*

Stéphane Mallarmé, "Le vierge, le vivace et le bel aujourd'hui", *Poésies* (1887)

We take our cue from the famous 'Swan Sonnet' by Stéphane Mallarmé, the most aristocratic and tragic of the French decadent poets, to take a look at the human condition, in particular on the mysterious and archetypal welding between the aesthetic and ethical, ideal and material condition of every man every man. The swan is a beautiful creature – which embodies the epiphanic power of beauty – whose vital impetus

tuttavia intrappolato nel lago ghiacciato, a voler manifestare l'inconciliabilità di idealità e prassi materiale, essenza e manifestazione. L'animo, l'assoluto spirituale, non trova rappresentazione nel mondo fenomenico della possibilità: il cigno non spiccherà il volo.

Ebbene cosa ostacola e 'impedisce' la nostra carismatica creatura? Di cosa è allegoria il diafano lago ghiacciato? Ve lo spieghiamo noi.

Quel ghiaccio trasparente, baluginante, è la distesa paralizzante del 'tempo materiale' – la paralisi della condizione umana dove 'trascorrere' significa 'decadere'.

Quel tempo rettilineo legato all'osservazione della 'differenza', del cambiamento, della ricombinazione e dunque del decadimento – quel tempo fenomenico così banalmente razionale ed umano – è causa di una malattia mortale: la condizione meramente materiale, limitata e finita – in discrasia totale con l'essenza assoluta e infinita dello spirito, delle idee, del pensiero.

Pur lasciando alla re-religione dell'aldilà l'eternità dell'animo, vediamo come scampare in questo mondo dalla trappola letale cui siamo ontologicamente sottoposti.

Ci salveremo giocando con il tempo: calibrando il battito d'ali verso la vittoria, la scalata, la conquista.

Dovrà essere coltivato e incarnato – e non solo inscenato in senso borghese – questo volo del cigno, come una 'sbornia' metafisica e virtuosa, ubriacandoci di noi stessi, temibilmente e sul serio. Uno stato di grazia, divinatorio. In fil di metafora pelagica una 'cavalcata in cresta d'onda'.

Pienezza sic et simpliciter, aderenza, adesione incondizionata, irragionevole.

Rompiano il ghiaccio con un colpo d'ala, ebbro, nell'aldiquà come semidei immortali.

nevertheless remains trapped in the frozen lake, wanting to manifest the irreconcilability of ideality and material practice, essence and manifestation. The soul, the spiritual absolute, finds no representation in the phenomenal world of possibility: the swan will not take flight.

Well, what hinders and 'prevents' our charismatic creature? What is the diaphanous frozen lake allegory of?

We'll explain it to you.

That transparent, shimmering ice is the paralyzing expanse of 'material time' – the paralysis of the human condition where 'to pass' is to 'decay'.

That rectilinear time linked to the observation of 'difference', change, recombination and therefore to decay – that phenomenal time so trivially rational and human – is the cause of a mortal disease: the merely material, limited and finite condition – in total discrepancy with the absolute and infinite essence of the spirit, of ideas, of thought.

While leaving the eternity of the soul to the religion of the afterlife, let's see how to escape in this world from the lethal trap to which we are ontologically subjected.

We will save ourselves by playing with time: calibrating the flutter of wings towards victory, climbing, conquest.

This flight of the swan will have to be practiced and embodied – and not just staged in a bourgeois sense – like a metaphysical and virtuous 'hangover', getting drunk on ourselves, fearfully and seriously. A state of grace, divinatory. In the thread of a pelagic metaphor: a 'ride on the crest of a wave'.

Fullness sic et simpliciter, unconditional and unreasonable adherence.

Let's break the ice with an inspired stroke of wing, in this life, like immortal demigods.



Un volo imperativo

ASCOLTO CONSIGLIATO
Recommended listening

'Indian Summer', The Doors



UNA SCELTA DI VITA A Choice Of Life

DI PAOLA BUTERA

Negli ultimi tempi sempre più persone desiderano trasferirsi in posti tranquilli, dove il tempo sembra ancora scandito dal suono delle campane e dove ci si ferma volentieri a chiacchierare per strada. Questo cambiamento riflette quanto oggi si dia più valore alla qualità della vita, alla salute e a uno stile di vita più sostenibile. In queste zone quasi intatte, dove non si passa solo per andare altrove ma il luogo stesso diventa una meta, ormai vivono molte persone che hanno scelto di stabilirsi qui. Spinti da motivazioni diverse, spesso si trovano un po' ai margini perché non sono nati o cresciuti in questi luoghi. Però la loro scelta nasconde un desiderio profondo: mettere radici, costruire una famiglia e dare il proprio contributo alla comunità. E spesso non ci si rende conto che queste persone rappresentano una grande risorsa: non servono a dividere, ma a intrecciare idee e pensieri per crescere insieme, sia come individui sia come comunità. Ci sono storie come quella di Francesca, che arriva dal Sud Italia per amore, visto che qui il suo compagno lavora come cameriere e insieme decidono di costruire la loro famiglia proprio in questo posto. Oppure c'è Vian dal Canada, che viene in viaggio, si appassiona alla storia di questa terra, scrive un libro e poi sceglie di trasferirsi definitivamente.

E ancora, c'è Alessandro con la sua fidanzata, arrivati dal Brasile in cerca di fortuna. Hanno un'idea chiara e ce la fanno: aprono il primo home restaurant della zona. Poi c'è Ketty, che è imprenditrice e ogni giorno fa avanti e indietro da Terni per dare finalmente una struttura solida al mondo del fitness. Gaetano porta con sé tutta la cultura partenopea nei suoi piatti, mettendo sempre quel tocco di napoletanità, ma ha imparato anche le ricette della tradizione umbra. C'è chi viene da Roma in cerca di un po' di pace e ristruttura un vecchio borgo nascosto nel bosco trasformandolo in un resort esclusivo. O come Cristiano, che viene dal vicino Lago Trasimeno e ha deciso di riprendere in mano un vecchio mestiere, seguendo regole antiche. Tante storie che ho incontrato negli anni con le quali mi accomuna la stessa scelta. Poi ci sono quelli che si sono trovati qui per caso e hanno deciso di restare. Infine, ci sono io che un po' mi ci sono ritrovata e un po' ce l'ho nel sangue. Qui racconto storie, osservo tutto intorno a me, a volte ho voglia di scappare ma sempre quella di tornare. Io che faccio fatica a capire tutte le tradizioni e i riti, però li rispetto e che ogni volta che passeggiavo per il centro mi sorprende a guardare ogni pietra come se fossi una turista alla prima visita.

Tante scelte di vita diverse che insieme formano una comunità dentro la comunità, tutte unite dal desiderio di sentirsi parte del posto rispettando il territorio e le persone

In recent times, an increasing number of individuals have expressed a desire to relocate to tranquil places where time still seems to be measured by the sound of church bells and where people willingly pause to engage in conversation on the street. This shift reflects a growing appreciation for quality of life, health, and a more sustainable lifestyle. In these nearly untouched areas, where one does not merely pass through en route elsewhere but where the place itself becomes a destination, many people now reside who have chosen to settle here. Motivated by various reasons, they often find themselves somewhat on the periphery because they were neither born nor raised in these locations. However, their choice reveals a profound desire: to put down roots, start a family, and contribute to the community. It is often unrecognized that these individuals represent a significant resource; they do not serve to divide but rather to weave together ideas and thoughts for mutual growth, both as individuals and as a community. There are stories such as that of Francesca, who comes from Southern Italy for love since her partner works here as a waiter, and together they decide to build their family in this very place. Or there is Vian from Canada, who arrives as a traveler, becomes passionate about the history of this land, writes a book, and then chooses to move here permanently.

Furthermore, there is Alessandro with his fiancée, who arrived from Brazil in search of fortune. They have a clear vision and succeed: they open the first home restaurant in the area. Then there is Ketty, an entrepreneur who travels daily from Terni to finally establish a solid foundation for the fitness industry. Gaetano brings all the Neapolitan culture into his dishes, always adding that touch of Neapolitan character, but he has also learned recipes from Umbrian tradition. Some come from Rome seeking peace and renovate an old village hidden in the woods, transforming it into an exclusive resort. Or like Cristiano, who comes from nearby Lake Trasimeno and has decided to revive an old craft by following ancient rules. Many stories I have encountered over the years share the same choice with me. Then there are those who found themselves here by chance and decided to stay. Finally, there is myself, who somewhat found her place here and partly has it in her blood. Here I tell stories, observe everything around me; sometimes I feel like escaping but always feel the urge to return. I struggle to understand all the traditions and rituals, yet I respect them, and every time I walk through the town center, I find myself admiring every stone as if I were a tourist visiting for the first time. Many different life choices together form a community within a community, all united by the desire to feel part of this place while respecting its land and its

che lo vivono. Ma anche con la speranza di non sentirsi mai estranei, con quella passione che li spinge a condividere la loro esperienza e con la consapevolezza che, anche dopo vent'anni, si è sempre ospiti.

"Ogni giorno, quello che scegli, quello che pensi e quello che fai è ciò che diventi." (Eraclito)

people. But also with the hope of never feeling like strangers, driven by a passion that compels them to share their experience and with the awareness that, even after twenty years, one is always a guest.

"Every day, what you choose, what you think, and what you do is what you become."



ASCOLTO CONSIGLIATO
Recommended listening

'Smile Again', The Manhattan Transfer

I GIOCHI DE LE PORTE, TRA GIOCHI E TRADIZIONI

The Games of the Gates, between games and traditions

DI PAOLA BUTERA

FOTO DI SOFIA RAGGI





La sfilata dei tavernieri di Porta San Martino

I Giochi de le Porte sono il cuore pulsante di Gualdo Tadino, e ne abbiamo parlato con Christian Severini, il presidente dell'Ente Giochi de le Porte. È stato eletto a marzo di quest'anno e guiderà il consiglio direttivo per i prossimi tre anni, occupandosi di tutta la parte amministrativa del Palio di San Michele Arcangelo e rappresentando i Giochi in ogni evento istituzionale.

Presidente, ci può raccontare un po' come si svolge la manifestazione?

Allora, "Giochi de le Porte" è il nome che identifica l'intera festa che ruota tutta intorno al Palio che si svolge la domenica ed è dedicato a San Michele Arcangelo. L'evento dura tre giorni, l'ultimo fine settimana di settembre e quest'anno sarà dal 26 al 28. Si comincia venerdì con un corteo molto suggestivo: partono circa 1.200 figuranti chiamati tavernieri da ogni singola

The Giochi de le Porte represent the vibrant heart of Gualdo Tadino, and we had the opportunity to discuss this with Christian Severini, the president of the Ente Giochi de le Porte. He was elected in March of this year and will lead the board of directors for the next three years, overseeing all administrative aspects of the Palio di San Michele Arcangelo and representing the Games at every institutional event.

Mr. President, could you please describe how the event unfolds?

Certainly. "Giochi de le Porte" is the name that designates the entire festival centered around the Palio held on Sunday in honor of Saint Michael the Archangel. The event spans three days during the last weekend of September; this year it will take place from the 26th to the 28th. It begins on Friday with a highly evocative procession: approximately 1,200 participants known as tavernieri depart from each individual gate of the city. The festival involves four districts, called gates: Porta San Facondino, San Donato, San Martino, and San Benedetto. Each gate has a Prior and a Priora who are elected every three years. The procession concludes with everyone gathering in Piazza Martiri della Libertà for a grand celebration where the tavernieri offer food and exchange gifts, thus officially commencing the main festivities of the games. The evening then continues with a magnificent performance: the drummers from each gate compete in truly extraordinary exhibitions. The following day, Saturday, is perhaps the most exciting day. It begins in the afternoon with a competition among the crossbowmen, and the winner earns the honor of parading with the Palio during the procession. In the evening, there is a grand procession featuring over a thousand people dressed in medieval costumes, with each city gate presenting a different theme. It is important to note that all of this is prepared and presented to an artistic committee at least six months before



Christian Severini -Presidente dell'Ente Giochi de le porte



Momenti di folklore ed emozione

porta della città. La festa coinvolge quattro rioni, detti appunto porte: Porta San Facondino, San Donato, San Martino e San Benedetto. Ogni porta ha un Priore e una Priora eletti ogni tre anni. Il corteo si conclude riunendo tutti in piazza Martiri della Libertà per una grande festa dove i tavernieri offrono cibo, si scambiano doni e dà così inizio alla vera manifestazione dei giochi. La serata continua poi con uno spettacolo meraviglioso: i tamburini di ogni porta si sfidano in esibizioni davvero straordinarie! Il giorno dopo, il sabato, è forse la giornata più emozionante. Si comincia nel pomeriggio con una sfida tra i balestrieri, e chi vince ha l'onore di sfilare con il Palio durante il corteo. La sera c'è il grande corteo con più di mille persone vestite in costumi medievali, e ogni porta della città presenta un tema diverso. È importante sapere che tutto questo viene preparato e presentato a una commissione artistica almeno sei mesi prima dell'evento. Inoltre, una giuria composta da uno scenografo, un costumista e un professore universitario di storia medievale valuta attentamente quanto i temi e i costumi siano fedeli al periodo storico. Il corteo attraversa la città lungo le antiche mura di Gualdo Tadino fino a raggiungere la piazza, dove si tiene uno spettacolo con una sfida tra le porte. Domenica, invece, è il giorno delle gare vere e proprie: il Palio! Si parte la mattina con la pesa dei carretti, poi nel pomeriggio c'è un altro corteo con priori, nobili e giocolieri. Tutti si radunano intorno al palazzo in piazza dove, dopo la benedizione, iniziano le gare ufficiali. La prima gara è quella della corsa del carretto trainato dal somaro con due fantini a bordo. Questa corsa è tipica della città perché il somaro è un simbolo per la nostra città. È una competizione a tempo che si svolge intorno alle mura ed è davvero avvincente, con tempi cronometrati che tengono tutti col fiato sospeso! Poi c'è il tiro con la fionda, uno sport in cui Gualdo Tadino detiene il titolo di campione italiano, e ovviamente c'è anche il tiro con l'arco. Per ogni gara si

the event. Furthermore, a jury composed of a set designer, a costume designer, and a university professor specializing in medieval history carefully evaluates how faithfully the themes and costumes adhere to the historical period. The procession traverses the city along the ancient walls of Gualdo Tadino until it reaches the square, where a spectacle takes place featuring a competition among the gates. Sunday, on the other hand, is dedicated to the actual races: the Palio! The day starts in the morning with weighing of the carts; then in the afternoon there is another procession with priors, nobles, and jugglers. Everyone gathers around the palace in the square where, after a blessing, official races commence. The first race is that of carts pulled by donkeys carrying two jockeys onboard. This race is characteristic of our city because the donkey symbolizes our community. The competition is a timed event held around the walls and is truly captivating, with timed intervals that keep everyone on edge. Additionally, there is the slingshot shooting contest, a sport in which Gualdo Tadino holds the title of Italian champion, as well as archery. Each contest awards points that are then totaled, and ultimately, the gate with the highest score wins. The final event is the bareback donkey race, where the riders from the four gates race on their donkeys without saddles, but this time they go in the opposite direction compared to the cart race. When the judge deems all donkeys ready, a bell rings to start the race, much like what happens at the Palio di Siena. This race usually determines the final Palio since it is rare for one gate to have already won before this last trial. Therefore, immediately after this race concludes, the actual Palio is awarded. It is worth noting that the Palio banner, kept in the Chapel of Saint Michael Archangel within the Basilica Cathedral of Saint Benedict, is created each year by an artist selected by a commission of experts. It always features elements such as Saint Michael Archangel, the city of



Partenza corsa a pelo sul somaro

assegna un punteggio che poi viene sommato, e alla fine vince la porta che ha totalizzato più punti. L'ultima gara è la corsa a pelo dove i fantini delle quattro porte, corrono sui loro somari montati a pelo, ma stavolta vanno nel senso opposto rispetto alla corsa a carretto. Quando il giudice ritiene che tutti i somari siano pronti, suona la campana e parte la corsa, un po' come succede al Palio di Siena. Questa gara di solito decide il palio finale, perché raramente si arriva all'ultima prova con una porta già vincitrice. Quindi, appena finisce questa corsa, si assegna il Palio vero e proprio. Vale la pena ricordare che il Palio, conservato nella cappella di San Michele Arcangelo all'interno della Basilica della Cattedrale di San Benedetto, ogni anno il drappo è realizzato da un artista scelto da una commissione di esperti e rappresenta sempre elementi come San Michele Arcangelo, la città di Gualdo, il drago (che simboleggia il male) o la bastola (che era l'acerrima nemica di Gualdo), insieme ai simboli delle quattro porte e viene portato dal balestriere vincente durante la sfilata. Al termine delle gare, il drappo viene consegnato al priore della porta vincitrice. L'ultima fase dell'evento è davvero suggestiva ed è quella del "rogo della bastola", che chiude ufficialmente tutta la manifestazione. Questa bastola, che nella storia è stata la nemica giurata di Gualdo Tadino, secondo la leggenda ha causato due incendi della città. Per questo motivo viene realizzato un fantoccio, che simboleggia una strega, portato in piazza per poi bruciarlo. Dopo il rogo, il fantoccio viene consegnato alla porta vincitrice dalla porta che ha vinto l'anno precedente. Tutti i portaioli si radunano intorno al fuoco per ballare, danzare e festeggiare insieme. Ed è così che si concludono i giochi.

Per chi viene a vedere questa importante manifestazione cosa si deve aspettare?

Gualdo, the dragon (symbolizing evil), or the bastola (which was Gualdo's sworn enemy), along with symbols representing the four gates and is carried by the winning crossbowman during the parade. At the conclusion of the competitions, the banner is presented to the prior of the winning gate. The final phase of the event is truly evocative and is known as the "burning of the bastola," which officially marks the end of the entire celebration. Historically, this bastola was considered the sworn enemy of Gualdo Tadino and, according to legend, caused two fires in the city. For this reason, a mannequin symbolizing a witch is created, brought to the square, and then burned. After the burning, the effigy is handed over to the winning gate by the gate that won in the previous year. All participants gather around the fire to dance and celebrate together. Thus, the games come to an end.

What should visitors expect when attending this significant event?

The whole town of Gualdo immerses itself in tradition: visiting during these days feels like stepping back in time. Watching the parades, competitions, and enjoying food at the taverns offers a truly unique experience. Throughout the three days, taverns open from Friday evening where one can eat and socialize with locals. On Saturday, everything transforms into a medieval atmosphere with taverns serving typical dishes from that historical period and participants dressed in period costumes. The inaugural edition dates back to 1970; subsequently, there was a seven-year hiatus, but since 1978 the event has been held regularly. This year marks the forty-seventh edition, with the exception of the years affected by the 1997 earthquake-which occurred just two days before the commencement-and 2020 due to the pandemic. This reenactment originated

L'intera Gualdo si immerge nella tradizione: visitarla in quei giorni è come fare un salto indietro nel tempo. Vedere le sfilate, le gare e gustare il cibo nelle taverne è davvero un'esperienza unica. Durante i tre giorni ci sono le taverne aperte già dal venerdì sera dove puoi mangiare e socializzare con la gente del posto. Il sabato invece tutto si trasforma in un'atmosfera medievale con le taverne che propongono i piatti tipici del periodo storico e i figuranti negli abiti storici. Consideri che la prima edizione risale al 1970; poi c'è stato uno stop di sette anni, ma dal 1978 si tiene sempre regolarmente. Quest'anno siamo alla quarantasettesima edizione, fatta eccezione per gli anni del terremoto del '97 - che arrivò proprio due giorni prima dell'inizio - e per il 2020 a causa della pandemia. Questa rievocazione è nata grazie a degli studi storici e inizialmente veniva curata da un'associazione che si è adoperata per riportare in vita i giochi antichi del Medioevo. Oggi la manifestazione è arricchita da tanti eventi collaterali che si svolgono durante l'anno, come i giochi di primavera, dedicati ai più piccoli fino a diciotto anni. C'è poi il Convivium Epulonis, che è una cena medievale a tema in cui tutti si ritrovano in costumi d'epoca. A questa serata sono invitati politici, giornalisti e rappresenta un po' un momento di presentazione dei giochi, oltre a essere importante per raccogliere fondi grazie al contributo economico degli imprenditori locali. Durante l'anno non mancano poi eventi e convegni che attirano interesse e noi ci auguriamo di far conoscere i Giochi de le Porte in tutto il mondo.

Aspettando di scoprire le ultime novità sui Giochi de le Porte, come i nomi dei giudici che sono ancora top secret, diamo la parola ai Priori di ogni porta. Intanto vi diciamo che i priori restano in carica per tre anni e che quest'anno sono gli stessi dell'anno scorso.

Partiamo dalla Porta di San Facondino: Luca Fiorucci è il Priore uscente vincitore, insieme alla priora Maria Cristina Cocchi. Luca ci racconta: "Sì, l'anno scorso siamo stati la porta vincente, abbiamo vinto sia il Palio di San Michele Arcangelo con le gare della domenica, sia il premio come miglior corteo storico del sabato sera. Quindi abbiamo fatto doppietta e siamo campioni in carica. Ovviamente noi diciamo sempre che la festa è il giorno del santo, quindi la domenica può sempre riservare sorprese, però non nascondo che sappiamo bene quanto valiamo e ci giocheremo le nostre carte fino in fondo anche quest'anno. Arriveremo pronti per la domenica. È vero che partiamo da porta vincitrice, ma sarà una gara durissima perché le altre porte sono molto competitive e si presentano forti anche loro. Anche lo scorso anno il palio è stato molto combattuto e incerto fino all'ultima gara; quindi mi aspetto un'altra sfida equilibrata fino alla fine. Noi faremo del nostro meglio per provare a mantenere il titolo."

Per Porta San Benedetto abbiamo parlato con il Priore Marco Pannacci, che con tutta l'esperienza accumulata nel tempo ci racconta: "Ho iniziato a partecipare ai giochi delle porte nel lontano 1996 come arciere e ho avuto la fortuna di vincere quattro Palii, sia nella gara di tiro con l'arco che nel palio stesso. Col tempo la mia esperienza è cresciuta, diventando responsabile degli arcieri; dopo una pausa sono tornato nel 2021 ricoprendo questo ruolo insieme alla Priora Stefania Comodi. Ormai è il quinto anno e siamo sempre arrivati tra il secondo e il terzo posto. Quest'anno sto lavorando con tutta la squadra per conquistare finalmente quel risultato tanto atteso che ultimamente ci è sfuggito anche un po' per mancanza di fortuna - e si sa, a volte serve pure quella! Speriamo davvero che sia l'anno giusto. Noi comunque ci prepariamo con umiltà, affrontiamo le gare rispettando gli avversari perché conosciamo la loro forza, ma siamo altrettanto consapevoli

from historical research and was initially organized by an association dedicated to reviving ancient medieval games. Today, the event is enriched by numerous ancillary activities held throughout the year, such as the spring games, which are aimed at children up to eighteen years old. Additionally, there is the Convivium Epulonis, a themed medieval dinner where all participants don period costumes. This evening invites politicians and journalists and serves both as a presentation of the games and as an important occasion for fundraising through contributions from local entrepreneurs. Throughout the year, various events and conferences continue to attract interest, and we aspire to promote awareness of the Giochi de le Porte worldwide.

While awaiting news about the latest developments regarding Giochi de le Porte-such as the names of judges which remain confidential-we now give the floor to each Porta's Priors. Meanwhile, we inform you that Priors serve a three-year term and that this year they remain unchanged from last year.

Let us begin with the Porta di San Facondino, Luca Fiorucci is the outgoing Prior and victor, alongside the Prioress Maria Cristina Cocchi. Luca shares with us:"Indeed, last year we were the winning gate; we triumphed both in the Palio of San Michele Arcangelo during the Sunday competitions and received the award for the best historical procession on Saturday evening. Thus, we achieved a double victory and are the reigning champions. Naturally, we always say that the celebration takes place on the saint's day, so Sunday can always hold surprises; however, I do not deny that we are well aware of our worth and will play our cards to the fullest once again this year. We will arrive prepared for Sunday. It is true that we start as defending champions, but it will be an extremely challenging competition because the other gates are very competitive and also present themselves strongly. Even last year, the palio was fiercely contested and uncertain until the final race; therefore, I expect another balanced challenge until the end. We will do our utmost to try to retain the title."

Regarding Porta San Benedetto, we spoke with Prior Marco Pannacci, who, drawing upon his extensive experience accumulated over the years, shared the following: "I began participating in the Games of the Gates back in 1996 as an archer and was fortunate enough to win four Palii, both in the archery competition and in the Palio itself. Over time, my experience grew, leading me to become responsible for the archers; after a hiatus, I returned in 2021 to resume this role alongside Prior Stefania Comodi. This is now our fifth year, and we have consistently placed between second and third. This year, I am working closely with the entire team to finally achieve that long-awaited result which has recently eluded us partly due to a bit of bad luck-and as is well known, sometimes that is necessary! We sincerely hope this will be the right year. In any case, we prepare with humility and approach the competitions respecting our opponents because we recognize their strength; however, we are equally aware of our own capabilities. We will leave nothing to chance nor any effort unmade: this has always been my guiding principle, first as a juggler and later as a leader. Currently, I am working across all sectors of the team and am firmly convinced that this year too we will be protagonists on par with the other gates, hoping finally to secure victory."

Gianluca Anzuini, the Prior of Porta San Martino, which ranked third last year, shares his experience with us. "I have been Prior since 2023, and in my first year, I already won the Palio San Michele Arcangelo with my gate, alongside Priora



Priore San Facondino - Luca Fiorucci e Maria Cristina Cocchi

della nostra e delle nostre possibilità. Non lasceremo nulla al caso né nulla di tentato: questa è sempre stata la mentalità che mi ha contraddistinto, prima da giocoliere e poi da responsabile. Ora sto lavorando su tutti i settori della squadra e sono convintissimo che anche quest'anno saremo protagonisti alla pari con le altre porte, nella speranza di riuscire finalmente a vincere."

Gianluca Anzuini, il Priore di Porta San Martino terza classificata lo scorso anno, ci racconta la sua esperienza. "Sono Priore dal 2023 e al mio primo anno ho già vinto il Palio San Michele Arcangelo con la mia porta, insieme alla Priora Sara Guidobaldi, che è al mio fianco fin dal giorno in cui sono stato eletto e mi accompagna in questa avventura. Quest'anno sono abbastanza ottimista, anche se c'è sempre quel pensiero: dobbiamo avere le stesse armi e gli stessi strumenti degli altri. L'aspettativa è vincere, soprattutto perché l'anno scorso a causa di una squalifica abbiamo combattuto fino all'ultimo per il Palio. E proprio questo è il bello della competizione. Certo, ci sono anche gli altri che danno battaglia e bisogna tenerne conto." Poi aggiunge: "Personalmente penso che siamo una porta che ha vinto poco rispetto ad altre, però dopo la vittoria del 2023 e quel terzo posto nel 2024 (causato dalla squalifica) siamo davvero andati vicino. In ogni caso ci siamo sempre, saremo forti e determinati; per batterci serve davvero tanta fiducia perché siamo in forma. Voglio chiudere con un augurio ai miei portaioli usando il mio motto: 'non calamo', cioè non abbassiamo mai la guardia e restiamo pronti a tutto."

Per la Porta San Donato, il priore è Alessandro Cesaretti, che è anche il gonfaloniere, una figura storica che collega i rappresentanti di tutti e quattro le porte, ed è affiancato alla Priora Elisa Lucarelli "Sono priore da gennaio 2023, ma sono legato a questa porta fin da bambino: ho ricoperto vari ruoli, anche quello di giocoliere e ho corso con il somaro per ben 17 anni. Insomma, ho fatto tanta esperienza e ora sono davvero orgoglioso di essere Priore." Ci racconta "L'anno passato è stato complicato, soprattutto per l'allagamento che ci ha costretti a ripristinare e allestire la nuova sede, e questo ci ha tolto energie. Ma finalmente siamo operativi e possiamo puntare a un corteo di alto livello. L'anno scorso abbiamo dovuto un po' difenderci; quest'anno invece vogliamo andare all'attacco! Il mio obiettivo resta quello di rappresentare al meglio e far sentire orgogliosi i miei portaioli con un meraviglioso spettacolo del corteo storico. Il tema scelto è davvero bello e sono sicuro che sarà fonte di grande orgoglio e bellezza." Poi continua "Parlando dei giochi cioè del palio, è stato un periodo di grandi investimenti che però sta dando i suoi frutti. Abbiamo fatto passi avanti importanti oltre che nella sede anche nell'allenamento e la preparazione



Priore San Benedetto - Marco Pannacci e Stefania Comodi

Sara Guidobaldi, who has stood by my side since the day I was elected and accompanies me on this journey. This year, I am quite optimistic, although there is always the thought that we must have the same weapons and tools as the others. The expectation is to win, especially because last year, due to a disqualification, we fought until the very end for the Palio. And that is precisely what makes the competition exciting. Of course, there are others who also put up a strong fight, and that must be taken into account." He then adds: "Personally, I believe we are a gate that has won less compared to others; however, after the victory in 2023 and that third place in 2024 (caused by disqualification), we truly came close. In any case, we are always present; we will be strong and determined; beating us really requires great confidence because we are in good form. I want to conclude with a wish to my porters using my motto: 'non calamo', meaning we never lower our guard and remain ready for anything."

Regarding Porta San Donato, the prior is Alessandro Cesaretti, who also serves as the gonfaloniere, a historic figure connecting the representatives of all four gates. He is supported by the Priora Elisa Lucarelli. "I have been prior since January 2023, but I have been connected to this gate since childhood: I have held various roles, including that of juggler, and I competed with the donkey for seventeen years. In short, I have gained extensive experience and am now truly proud to be Prior," he tells us. "Last year was challenging, especially due to the flooding that forced us to restore and set up a new headquarters, which drained our energy. However, we are finally operational and can aim for a high-level procession. Last year we had to be somewhat defensive; this year we intend to go on the offensive! My goal remains to represent my gate in the best possible way and make my portaioli proud with a magnificent historical parade. The chosen theme is truly beautiful, and I am confident it will be a source of great pride and splendor." He continues, "Speaking about the games-the Palio-it has been a period of significant investment that is now bearing fruit. We have made important progress not only in establishing our headquarters but also in training and preparing the donkeys; above all, we have focused heavily on our team of pullers. This year we are genuinely motivated; there is a strong team spirit among the young men-they are very united-and we are confident we will arrive ready for the challenge. We are aware, however, that the other gates are highly competitive, making this a formidable contest. Nevertheless, the spirit of the San Donato gate has always been to face challenges with courage and determination, embracing every challenge with pride. I anticipate that this time will be no different, fully aware that the journey is arduous, yet confident that upon reaching the summit, we will feel truly gratified."



Priore San Martino - Luca Anzuini e Sara Guidubaldi

dei somari, ma soprattutto abbiamo puntato molto sul gruppo dei tiratori. Quest'anno siamo davvero carichi, c'è un bel clima di squadra, i ragazzi sono molto uniti e siamo sicuri di arrivare pronti alla sfida. Sappiamo però che le altre porte sono super competitive, quindi sarà una bella battaglia. Però lo spirito della porta San Donato è sempre stato quello di affrontare le difficoltà con coraggio e determinazione, accettando ogni sfida a testa alta. Mi aspetto che anche questa volta sarà così, consapevoli che il percorso è duro, ma sono convinto che quando arriveremo in cima ne saremo davvero soddisfatti."

E infine abbiamo raggiunto il Sindaco Massimiliano Presciutti che ci dice: "La città da settimane è in fermento...da un lato per la sfida che attende arcieri, frombolieri e somarai per la conquista dell'ambito Palio...dall'altro per accogliere al meglio i tanti visitatori che anche quest'anno invaderanno pacificamente la nostra città. "Settembre a Gualdo è Mejo" non è solo un semplice slogan, ma un vero e proprio modo di essere e di condividere quella gualdesità, così contagiosa, da spingere chi è già venuto a tornare e a portare con sé amici e parenti, per fargli vivere tre giorni di festa indimenticabili! I Giochi de le Porte non sono una semplice festa o una classica rievocazione medievale, sono l'essenza di un popolo, di una comunità che si unisce in onore del suo Patrono "San Michele Arcangelo" e che soltanto per la durata delle prove del Palio trova momenti di rivalità, ma sempre e comunque "nello lecito e cavalleresco". E poi termina: "Nel dare il benvenuto a tutte le delegazioni ospiti e a tutti i forestieri che avremo il piacere e l'onore di poter ospitare, voglio esprimere ancora una volta il più sentito ringraziamento verso tutto il mondo de I Giochi de le Porte e, soprattutto, ai tanti volontari che tutto l'anno si prodigano per far sì che l'imponente macchina organizzativa possa garantire giorni di festa vissuti con gioia e grande spirito comunitario. E allora che la festa abbia inizio! E come ogni anno che vinca il migliore!"



Priore San Donato -Alessandro Cesaretti ed Elisa Lucarelli

Finally, we spoke with Mayor Massimiliano Presciutti, who told us: "The city has been abuzz for weeks... on one hand due to the challenge awaiting archers, slingshot users, and pack mule handlers in their quest for the coveted Palio... and on the other hand to warmly welcome the many visitors who will once again peacefully fill our city this year. 'September in Gualdo is better' is not merely a slogan but a genuine way of life and a shared sense of Gualdo's spirit-so infectious that it compels those who have already visited to return with friends and family to experience three unforgettable days of celebration! The Giochi de le Porte are not merely a simple festival or a traditional medieval reenactment; they represent the very essence of a people, of a community united in honor of its Patron Saint, Saint Michael the Archangel. Only during the preparations for the Palio do moments of rivalry arise, yet always within the bounds of fairness and chivalry. Furthermore, I would like to extend a warm welcome to all visiting delegations and guests whom we have the pleasure and honor of hosting. I wish to express once again my deepest gratitude to everyone involved in the world of Giochi de le Porte, especially to the many volunteers who dedicate themselves throughout the year to ensure that this grand organizational effort can provide days of celebration filled with joy and a strong sense of community spirit. And so, let the festivities begin! As every year, may the best competitor win!"

Info:

Comune di Gualdo Tadino

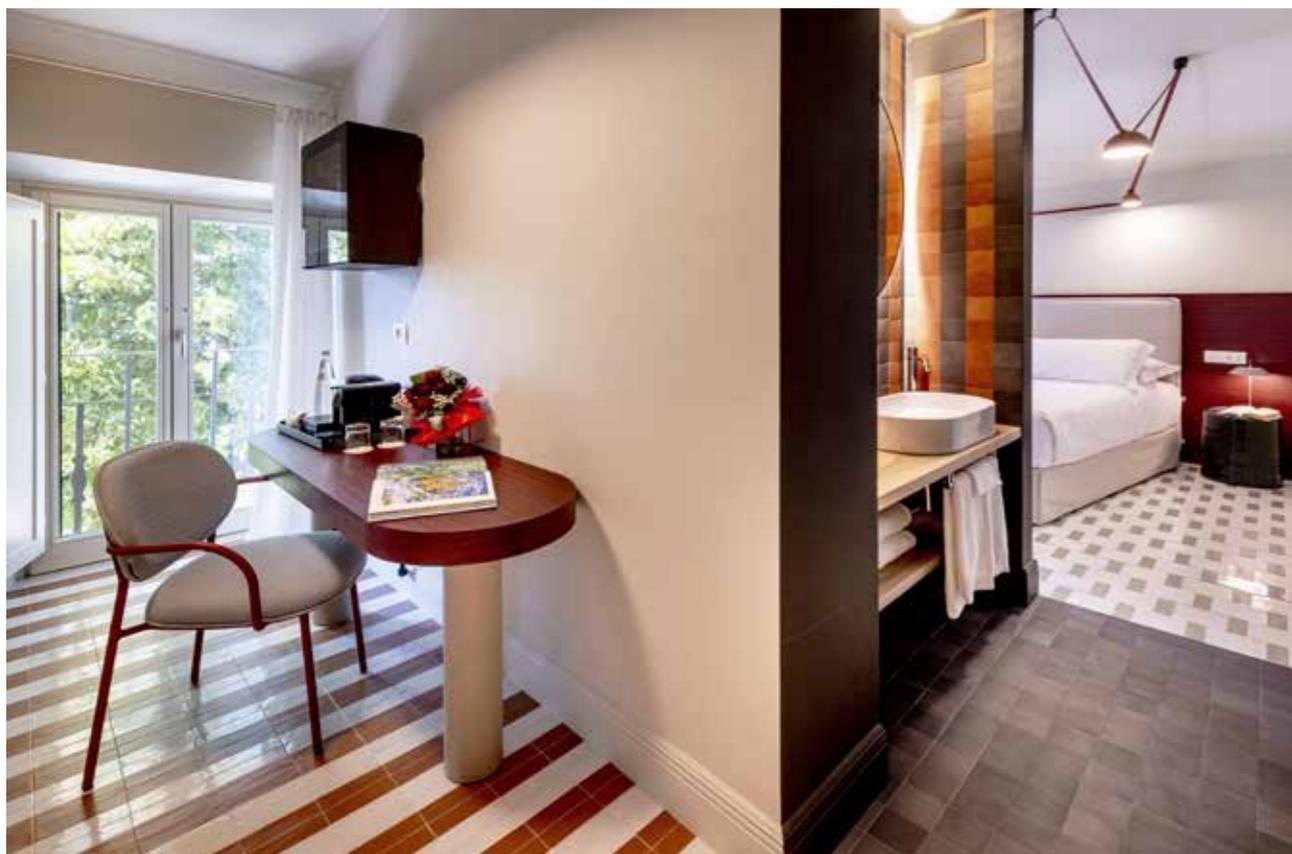
Piazza Martiri della Libertà, 4 - 06023, Gualdo Tadino PG
Tel. +39 075 915 021 · turismo@tadino.it · www.tadino.it

The image shows a bright, modern interior space, likely a lounge or reception area. In the center, a round white table holds a blue vase with a bouquet of yellow and pink flowers, and two books. To the left is a large, curved wall with a light blue, textured fabric covering. In the background, a white door is set into a light-colored wall. To the right, large glass doors with ornate metalwork lead outside, where a garden and a stone fountain are visible. The ceiling features exposed wooden beams and a large, white, disc-shaped pendant light hangs over the table. The floor is made of dark wood with light-colored stripes.

CANTINA SEMONTE WINE RESORT, IL LUSSO ACCOGLIENTE DI UN BORGO RITROVATO

Cantina Semonte Wine Resort, the welcoming luxury of a
rediscovered village

DI LORENZO DIAMANTINI



Tra le dolci colline ombre che carezzano Gubbio, il vecchio casolare padronale in pietra si erge come testimone immobile di un passato contadino.

Oggi, il Cantina Semonte Wine Resort rappresenta la rinascita di un piccolo borgo rurale, riportato alla vita con amore e rispetto, in un atto di trasformazione che non cancella, ma valorizza. Non si parla di perdita, ma di un vero e proprio upcycling dell'anima del luogo: la conservazione attenta di ciò che è prezioso, con un linguaggio contemporaneo che restituisce eleganza e accoglienza.

Entrando, si ha la sensazione di varcare la soglia di una dimora che custodisce storie, più che di un albergo. I muri in pietra viva raccontano la tradizione, le travi in legno parlano di radici, mentre il design moderno, sobrio ed essenziale, dona leggerezza e raffinatezza. Ogni spazio vive di un dialogo costante tra passato e presente, tra autenticità e stile.

Le camere sono rifugi di intimità e comfort, declinate in diverse tipologie per soddisfare ogni esigenza. Le Camere Classic accolgono con calore romantico e letti queen size ampi e soffici, dove ci si può letteralmente abbandonare, avvolti da lenzuola fresche come seta. Le Camere Superior ampliano lo spazio e offrono bagni moderni con docce generose, capaci di trasformare la routine in un momento di benessere

Amid the gentle Umbrian hills surrounding Gubbio, the old stone manor house stands as a steadfast witness to a rural past.

Today, the Cantina Semonte Wine Resort embodies the revival of a small rural village, brought back to life with care and respect in a process of transformation that does not erase but enhances. This is not about loss, but rather a true upcycling of the spirit of the place: careful preservation of what is valuable, expressed through a contemporary language that restores elegance and warmth.

Upon entering, one feels as though crossing into a home that holds stories, rather than merely stepping into a hotel. The exposed stone walls speak of tradition, the wooden beams evoke deep roots, while the modern, understated design imparts lightness and sophistication. Every space lives in constant dialogue between past and present, authenticity and style. The rooms serve as intimate and comfortable retreats, available in various types to meet every need. The Classic Rooms welcome guests with romantic warmth and spacious queen-size beds where one can truly relax, enveloped by linens as fresh as silk. The Superior Rooms offer expanded space and feature modern bathrooms with generous showers that transform daily



quotidiano. Le Junior Suite completano l'esperienza con un soggiorno elegante, ideale per chi desidera vivere la struttura in ogni sua dimensione, senza rinunciare alla privacy. In tutte le stanze, dettagli curati, tessuti naturali, arredi minimali ed eleganti si accompagnano ai comfort moderni: Wi-Fi, aria condizionata, minibar, angolo per tè e caffè. Ogni elemento si inserisce nella narrazione poetica della struttura senza mai spezzarla. E perché l'accoglienza sia davvero totale, la struttura è pet-friendly: qui anche gli amici a quattro zampe sono i benvenuti, accolti con la stessa cura riservata agli ospiti. All'esterno, il paesaggio si fonde con l'acqua: la piscina infinity sembra tuffarsi tra i filari, creando un gioco di riflessi che unisce cielo e vigna in un unico respiro. È un luogo sospeso, ideale per un pomeriggio lento, un calice in mano e il silenzio della campagna intorno. Negli spazi interni, la sala relax con ampie vetrate e divani di design invita a rallentare: un salotto di luce e conversazioni, in cui il tempo acquista la cadenza naturale delle stagioni. Il lusso qui non è ostentazione, ma accoglienza. È l'eleganza che nasce dai dettagli, dai materiali naturali, dai piccoli gesti che fanno sentire l'ospite speciale. Dal parcheggio gratuito ai comfort di ogni camera, fino alla promessa di una Spa di prossima apertura, tutto è pensato per offrire una coccola a 360 gradi. È il rifugio ideale

routines into moments of well-being. The Junior Suites complete the experience with an elegant stay, ideal for those who wish to fully immerse themselves in the establishment while maintaining their privacy. In every room, carefully curated details, natural fabrics, and minimalist yet refined furnishings are complemented by modern comforts: Wi-Fi, air conditioning, minibar, and a tea and coffee corner. Each element seamlessly integrates into the poetic narrative of the property without disrupting it. To ensure a truly comprehensive hospitality experience, the establishment is pet-friendly; even four-legged friends are warmly welcomed and cared for with the same attention as guests. Outside, the landscape blends harmoniously with water: the infinity pool appears to dive among the rows of vines, creating a play of reflections that unites sky and vineyard in a single breath. It is a suspended place, perfect for a leisurely afternoon with a glass in hand and the quiet of the countryside surrounding you. Indoors, the relaxation lounge with large windows and designer sofas invites guests to unwind: a bright living room filled with light and conversation where time takes on the natural rhythm of the seasons. Here, luxury is not ostentation but hospitality. It is elegance born from details, natural materials, and small gestures that make guests feel



per una fuga romantica, per un soggiorno di relax totale, per chi desidera vivere l'Umbria con autenticità e stile. Alla fine, ciò che resta non è solo il ricordo di un soggiorno, ma la sensazione di un sogno vissuto. Sprofondare in un letto queen size, svegliarsi con la luce che filtra dalle vetrate, tuffarsi in una piscina tra le vigne, cenare con un calice di vino della casa: il Cantina Semonte Wine Resort è tutto questo. Un borgo ritrovato, un rifugio dell'anima, un desiderio che si trasforma in esperienza.

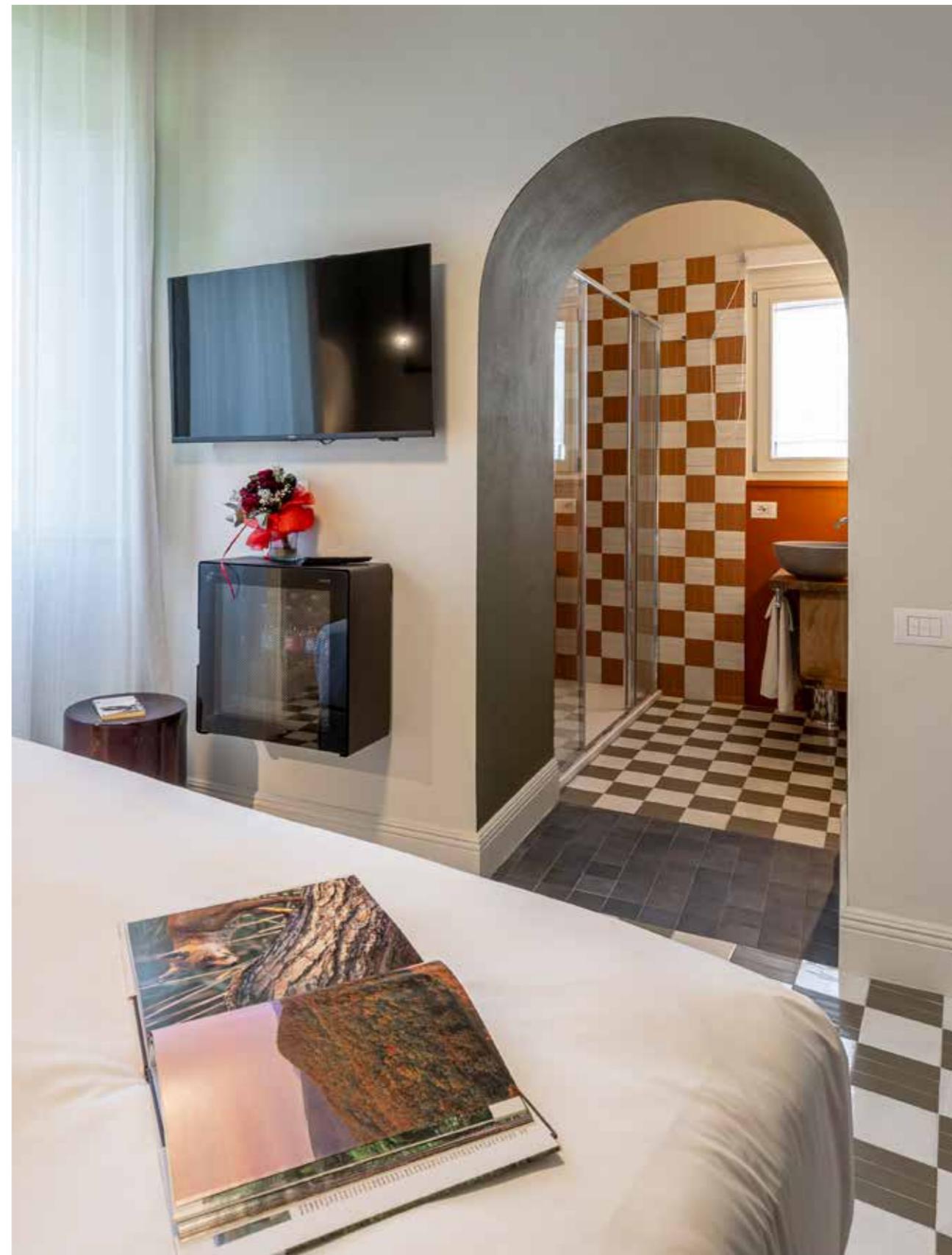
special. From free parking to all room amenities and up to the promise of an upcoming spa opening, everything is designed to offer comprehensive pampering. It is the ideal retreat for a romantic getaway, a stay of complete relaxation, and for those who wish to experience Umbria with authenticity and elegance. Ultimately, what remains is not merely the memory of a visit, but the sensation of having lived a dream. To sink into a queen-sized bed, awoken to light filtering through large windows, immerse oneself in a pool amid the vineyards, and dine with a glass of the house wine: Cantina Semonte Wine Resort embodies all of this. A rediscovered village, a sanctuary for the soul, a desire transformed into an experience.

Info:

Cantina Semonte Wine Resort

Loc. Semonte · 06024, Gubbio PG · Umbria, Italia

Prenotazioni: Booking.com · Cantina Semonte Wine Resort





MARCO PIERINI, QUANDO
NASCE UN ARTISTA

Marco Pierini, The Birth of an Artist

DI PAOLA BUTERA



Frida Kalo, acrilico su tela

Ho incontrato Marco Pierini nel suo studio, e questa volta non è stata una coincidenza, ma proprio la voglia di conoscere chi mi aveva colpito guardando alcuni suoi quadri su Instagram. E ti dico, la realtà è ancora più intensa di quanto ti aspetti. Fogli appesi con schizzi di figure, quasi a cercare le proporzioni giuste, pennelli e colori sistemati con cura in un angolo: tutto questo ti fa capire quanto meticolosamente porta avanti i suoi studi. E poi ci sono loro, le tele appoggiate a terra, alcune finite, altre ancora in lavorazione. Luci e ombre si mescolano a colori scuri che dominano quelli più vivaci. Ci troviamo davanti a un nuovo Caravaggio? Beh, il fatto che sia riservato ma allo stesso tempo sicuro delle sue capacità mi fa pensare che abbia un futuro brillante davanti. Quindi no, non è un nuovo Caravaggio, ma sicuramente un talento da tenere d'occhio. Marco, tu hai fatto tutt'altro nella vita prima di dedicarti all'arte. Quando hai sentito il bisogno di iniziare questo percorso artistico? «Da piccolo, già dai primi disegni, provavo un certo trasporto emotivo e ricordo che ogni volta che potevo sfruttavo l'occasione per disegnare. Ricordo come se fosse allora, di quando disegnavo sul banco di scuola durante la ricreazione e di quanto ero dispiaciuto trovare il banco pulito il giorno dopo, ma allo stesso tempo felice così potevo disegnarci di nuovo. La passione verso l'arte, unita al desiderio di dipingere, mi ha portato cinque anni fa ad iscrivermi a un corso per imparare le tecniche, tenuto dal maestro Loris Cardoni, che ho seguito per tre anni. Prima di iniziare il corso, non avevo davvero le basi, quindi ho imparato diverse tecniche, come la pittura con l'acrilico su legno antico e ho capito meglio le proporzioni. Ho cominciato lavorando in bianco e nero per capire il pigmento e come usarlo al meglio. Da lì, è nata un'evoluzione naturale verso qualcosa di più personale, ed è così che è iniziato il mio percorso

I had the opportunity to meet Marco Pierini in his studio, and this encounter was not a mere coincidence but rather a deliberate desire to get to know the individual who had captivated me through some of his paintings on Instagram. I must say, reality is even more profound than one might anticipate. Sheets with sketches of figures are hung up, seemingly in pursuit of perfect proportions; brushes and paints are carefully arranged in a corner-these details reveal the meticulous manner in which he conducts his studies. Furthermore, there are canvases resting on the floor, some completed and others still in progress. Light and shadow intermingle with dark hues that dominate the more vibrant colors. Are we witnessing a new Caravaggio? Well, his reserved nature coupled with confidence in his abilities suggests that he has a promising future ahead. Therefore, no, he is not a new Caravaggio, but undoubtedly a talent worthy of attention.

Marco, you pursued an entirely different path before dedicating yourself to art. When did you feel compelled to embark on this artistic journey?

"Since childhood, from my earliest drawings, I experienced a certain emotional connection; I recall seizing every opportunity to draw whenever possible. I remember as if it were yesterday drawing on my school desk during recess and feeling both disappointed to find the desk clean the next day yet simultaneously happy because it meant I could draw on it again." My passion for art, combined with the desire to paint, led me five years ago to enroll in a course to learn various techniques, taught by Master Loris Cardoni, which I attended for three years. Prior to starting the course, I did not possess a solid foundation; thus, I learned several techniques, such as acrylic painting on antique wood, and gained a



La serie dei ritratti Blu in acrilico su tela

monocromatico blu. Tutti mi dicevano che i miei ritratti sembravano fotografie, e questo mi ha spinto a trovare un segno distintivo. Per me il blu rappresenta l'anima di una persona, quindi dipingere in blu è stato come fare un viaggio introspettivo. Inoltre, è uno dei colori che preferisco perché lo associo al mare.

Nel suo studio e nella galleria a Gubbio puoi vedere tanti volti di donna appesi alle pareti: tele grandi affiancate da altre più piccole sui cavalletti; il blu si mescola tra mille sfumature e pose sempre diverse. Ho notato molti tuoi ritratti femminili della fase blu, hai partecipato a mostre o eventi in quel periodo?

Sì, ho preso parte a diverse collettive tra il 2022 e il 2023 qui a Gubbio, ma anche al Must di Lecce e a Cesenatico, dove ho ricevuto un riconoscimento internazionale al "Premio Leonardo da Vinci". Ho esposto a Palermo e in alcune gallerie di Roma. Dopo quel premio si sono aperte nuove opportunità per me: ho organizzato la mia prima mostra personale al Relais San Clemente di Bosco vicino Perugia, poi altre due mostre: una a Rimini e l'ultima personale, forse la più importante, alla Rocca di Passignano sul Trasimeno dove ho presentato tutto il mio percorso con l'acrilico.

Poi tutto cambia, l'evoluzione prende una piega diversa. Forse è stato un cambiamento di vita o una crescita personale che lo ha portato a una maggiore consapevolezza di sé stesso. A un certo punto, sentiva che il cambiamento era necessario. Ma cosa ti ha spinto verso la pittura a olio e la continua ricerca del figurativo?

Durante questo periodo di apprendimento ho avuto una svolta artistica, perché ho notato dei riscontri positivi, qualcosa che non mi aspettavo affatto. Così ho deciso di approfondire ancora di più lo studio dell'anatomia e della fisionomia nei

better understanding of proportions. I began working in black and white to comprehend pigment and how to use it most effectively. From there, a natural evolution towards something more personal arose, marking the beginning of my monochromatic blue journey. Many people told me that my portraits resembled photographs, which motivated me to develop a distinctive style. For me, blue represents the soul of a person; therefore, painting in blue was akin to undertaking an introspective journey. Additionally, it is one of my favorite colors because I associate it with the sea.

In his studio and gallery in Gubbio, you can see numerous female faces hung on the walls: large canvases alongside smaller ones on easels; blue blends into countless shades and constantly varying poses. I noticed many of your female portraits from the blue phase-did you participate in exhibitions or events during that period?

Yes, I took part in several group exhibitions between 2022 and 2023 here in Gubbio as well as at Must in Lecce and Cesenatico, where I received an international recognition at the "Leonardo da Vinci Award." I have exhibited in Palermo and in several galleries in Rome. Following that award, new opportunities arose for me: I organized my first solo exhibition at the Relais San Clemente di Bosco near Perugia, followed by two more exhibitions-one in Rimini and the most recent solo exhibition, perhaps the most significant, at the Rocca di Passignano sul Trasimeno, where I presented my entire journey with acrylic painting.

Then everything changed; the artistic evolution took a different direction. Perhaps it was a life change or personal growth that led to greater self-awareness. At a certain point, he felt that change was necessary. But what motivated you to turn to oil painting and the continuous exploration of



Marco Pierini mentre dipinge a olio

ritratti. Grazie a un altro maestro, Andrea Esposito, che si trova a Rimini, ho imparato la tecnica della pittura ad olio. In realtà sono sempre stato affascinato dalla tecnica rinascimentale, quindi ho voluto seguire le orme di grandi come Caravaggio e Leonardo da Vinci, ma anche altri maestri dal Rinascimento all'Ottocento e Novecento come Bouguereau. Questa nuova fase di studio mi ha permesso di sperimentare con il colore e la luce. Ho iniziato proprio riproducendo un'opera di Caravaggio: il mio primo quadro a olio è stato San Giovanni Battista, un dipinto a cui sono molto legato e che tengo qui nello studio. Dopo ho cominciato a lavorare su persone a me vicine per studiare bene le proporzioni; solitamente parto buttando giù tutte le idee che mi vengono in mente con bozzetti semplici e schematici fatti a matita. Di solito faccio bozzetti veloci, tipo 5 o 10 minuti, soprattutto per studiare le pose. Quando trovo quella che secondo me funziona meglio, mi concentro su quella e cerco di definirla con forme un po' più dettagliate.

Mi giro intorno, vedo cavalletti con opere appena iniziate o altre quasi finite, ma a ognuna dedica sempre un po' di tempo in più per aggiungere una pennellata, cercando di dare profondità o giocare con la luce. Niente è lasciato al caso. I tuoi dipinti a olio sembrano non solo raccontare uno stato d'animo, ma quasi essere una sorta di medicina per la tua anima. Cosa provi quando lavori sulla tela?

Per me è come tornare indietro nel tempo, immergermi in quell'epoca e lavorare alla maniera dei vecchi maestri. È stato proprio questo a farmi scattare qualcosa dentro e farmi capire che volevo continuare su questa strada e approfondirla. Infatti, ho iniziato a preparare i colori da solo, comprando i pigmenti e lavorandoli come si faceva un tempo. Da lì ho cominciato anche a sviluppare idee personali

figurative art?

During this period of learning, I experienced an artistic breakthrough because I noticed positive responses—something I had not anticipated at all. Thus, I decided to deepen my study of anatomy and physiognomy in portraiture even further. Thanks to another master, Andrea Esposito from Rimini, I learned the technique of oil painting. In fact, I have always been fascinated by Renaissance techniques; therefore, I wanted to follow in the footsteps of great masters such as Caravaggio and Leonardo da Vinci, as well as other masters from the Renaissance through to the nineteenth and twentieth centuries like Bouguereau. This new phase of study allowed me to experiment with color and light. I began precisely by replicating a work of Caravaggio: my first oil painting was Saint John the Baptist, a piece to which I am very attached and which I keep here in my studio. Subsequently, I started working on people close to me in order to study proportions thoroughly; usually, I begin by jotting down all the ideas that come to mind with simple and schematic pencil sketches. Typically, I make quick sketches, around five or ten minutes each, primarily to study poses. Once I find the one that I believe works best, I focus on it and try to define it with slightly more detailed forms.

I look around and see easels with works just begun or others almost finished, but he always dedicate a bit more time to each one to add a brushstroke, aiming to give depth or play with light. Nothing is left to chance. Your oil paintings seem not only to convey a mood but also almost serve as a kind of medicine for your soul. What do you feel when you work on the canvas?

For me, it is like traveling back in time, immersing myself in that era and working in the manner of the old masters.

per i miei quadri. Adesso sto lavorando a un autoritratto a figura intera, in doppia figura, alto un metro per ottanta, che ho chiamato "Portae Inferi". È un autoritratto in cui sono affiancato da una persona molto importante per me, qualcuno che è stato fondamentale in uno dei momenti più difficili della mia vita. Con questo quadro ho capito davvero cosa vorrò fare: trasmettere le mie emozioni e i miei stati d'animo in un'atmosfera elegante, usando tecniche antiche e tempi lenti. Ogni giorno guardo il quadro con occhi diversi, aggiungendo o togliendo colori e luci, e in quel processo sento anche la mia anima che si guarisce un po'.

Quando mi avvicino al quadro appoggiato a terra, con le luci gialle delle lampade che creano ancora più atmosfera, vedo lui tra le braccia di lei, come se avesse finalmente trovato la pace. E ora? Cosa ti aspetti da questo nuovo percorso?

Beh, spero davvero di riuscire a farmi conoscere nel mondo dell'arte. Ho avuto la fortuna di incontrare il maestro Ulisse Sartini, uno dei grandi artisti contemporanei che si ispirano all'arte rinascimentale. Per me è sempre stato un punto di riferimento enorme e una grande fonte di ispirazione. Mi piacerebbe seguire le sue orme e soprattutto essere riconosciuto come artista. Ma ho ancora tanto da dare: tante idee nella testa che diventano schizzi. Tra queste c'è anche il progetto di una tela molto grande, due metri per due metri e mezzo, che sarà il mio primo lavoro con più figure. Una vera sfida con me stesso per approfondire lo studio delle pose e dell'anatomia... ma non voglio svelare troppo! Sarà comunque un viaggio introspettivo più complesso, dove voglio mettermi alla prova continuando a studiare e sperimentare.

L'ambizione è viva, il talento naturale è presente, e ora non ci resta che attendere con fiducia. Questo lungo viaggio introspettivo ci porterà a scoprire cosa, nella prossima mostra personale, ha in serbo per noi. Non abbiamo fretta, perché sappiamo che la pittura a olio richiede il suo tempo prezioso per rivelarsi in tutta la sua bellezza.



Riproduzione a olio del San Giovanni Battista di Caravaggio

It was precisely this experience that triggered something within me and made me realize that I wanted to continue along this path and deepen my knowledge. In fact, I began preparing the colors myself by purchasing pigments and processing them as was done in the past. From that point, I also began to develop personal ideas for my paintings. Currently, I am working on a full-length double portrait self-portrait, measuring one meter and eighty centimeters in height, which I have titled "Portae Inferi." It is a self-portrait in which I am accompanied by a person who is very important to me, someone who was fundamental during one of the most challenging periods of my life. Through this painting, I have truly understood what I want to pursue: conveying my emotions and states of mind within an elegant atmosphere, employing traditional techniques and slow pacing. Each day, I observe the painting with fresh eyes, adding or removing colors and lights; through this process, I feel my soul healing somewhat.

When I approach the painting placed on the floor, illuminated by the warm yellow light of lamps that enhance the ambiance, I see him in her arms as if he has finally found peace. And now? What do you expect from this new journey?

Well, I sincerely hope to make myself known in the art world. I have been fortunate to meet Maestro Ulisse Sartini, one of the great contemporary artists inspired by Renaissance art. He has always been a significant point of reference and a tremendous source of inspiration for me. I would like to follow in his footsteps and above all be recognized as an artist. I still have much to offer: numerous ideas in my mind that take shape as sketches. Among these is a project for a very large canvas, measuring two meters by two and a half meters, which will be my first work featuring multiple figures. This represents a genuine challenge for me to deepen my study of poses and anatomy... however, I prefer not to reveal too much at this stage. It will nonetheless be a more complex introspective journey, during which I intend to test myself by continuing to study and experiment.

Ambition remains strong, natural talent is present, and now all that remains is to wait with confidence. This extensive introspective journey will lead us to discover what the upcoming solo exhibition has in store for us. There is no rush, as we understand that oil painting requires its precious time to fully reveal its beauty.

Info:

Marco Pierini

marcopierini17@gmail.com · www.marcopierini.it
IG @marcopierini17 · FB @marco pierini



TENUTA SAN MASSEO, IL PANORAMA CHE NON TI ASPETTI

Tenuta San Masseo, an unexpected panorama

DI PAOLA BUTERA



Il parco della Tenuta con i suoi angoli relax



La veduta di Assisi dalla Suite Cardinale



Un momento di relax per l'aperitivo



Uno degli angoli relax

Ai piedi di Assisi, in un angolo tranquillo e riservato, ho scoperto qualche tempo fa la Tenuta San Masseo, un luogo incantato che si apre su una vista panoramica straordinaria di Assisi.

Questa proprietà, tramandata di generazione in generazione, è a conduzione familiare e ha saputo reinventarsi nel tempo, conquistando un posto d'eccellenza tra le strutture più prestigiose dell'Umbria. Il vecchio essiccatoio del tabacco, trasformato nel tempo in casa di famiglia e avvolto da un manto di edera, ha custodito da sempre un sogno: quello di condividere la bellezza unica del paesaggio e offrire agli ospiti un rifugio accogliente dove sentirsi a casa in un luogo così suggestivo. Grazie ai valori profondi e al lavoro appassionato di Simona e Julia, quel sogno è diventato realtà: oggi la Tenuta San Masseo è un lussuoso boutique resort dal fascino senza tempo, dove ogni ospite viene accolto con attenzione e garbo. Immersa in un parco botanico di cinque ettari, la tenuta offre non solo una vista mozzafiato ma anche una splendida piscina con bar per gustare aperitivi a bordo vasca, aree romantiche con comodi divanetti dove ammirare uno skyline da favola e angoli per ritrovare armonia con la natura circostante. Qui si celebrano matrimoni indimenticabili e si organizzano eventi esclusivi dal gusto raffinato, affidandosi a professionisti esperti affinché nulla venga lasciato al caso. La proprietà dispone di 12 camere meravigliose, per chi desidera soggiornare, tra cui la suite Cardinale Charme che, grazie a una parete completamente in vetro, permette una vista incantevole che sembra uscita da una cartolina. Un luogo dove il cuore trova pace e lo spirito si rinnova. La profonda passione per l'arte contemporanea dei proprietari si manifesta con forza sia all'interno della struttura che nel parco, dove le opere sono collocate con cura e gusto straordinario. Un'autentica regina dell'accoglienza, grazie alla sua posizione privilegiata e ricercatezza, capace di creare un'esperienza unica e indimenticabile.

At the foot of Assisi, in a quiet and secluded corner, I discovered some time ago Tenuta San Masseo, an enchanting place that opens onto an extraordinary panoramic view of Assisi.

This estate, handed down through generations, is family-run and has successfully reinvented itself over time, earning a distinguished position among the most prestigious establishments in Umbria. The old tobacco drying shed, transformed over time into a family home and enveloped by a mantle of ivy, has always safeguarded a dream: to share the unique beauty of the landscape and offer guests a welcoming refuge where they can feel at home in such a captivating location. Thanks to the profound values and passionate work of Simona and Julia, that dream has become reality: today Tenuta San Masseo is a luxurious boutique resort with timeless charm, where every guest is received with care and courtesy. Set within a five-hectare botanical park, the estate offers not only breathtaking views but also a splendid swimming pool with a bar for enjoying aperitifs by the poolside, romantic areas with comfortable sofas to admire a fairytale skyline, and corners to rediscover harmony with the surrounding nature. Here unforgettable weddings are celebrated and exclusive events of refined taste are organized, relying on expert professionals to ensure that nothing is left to chance. The property offers 12 exquisite rooms for those wishing to stay, including the Cardinale Charme suite, which features a fully glass wall that provides an enchanting view reminiscent of a postcard. It is a place where the heart finds peace and the spirit is renewed. The owners' deep passion for contemporary art is prominently displayed both within the premises and in the park, where artworks are thoughtfully and tastefully arranged. A true queen of hospitality, thanks to its privileged location and refined elegance, capable of creating a unique and unforgettable experience.

Info:

Tenuta San Masseo

Assisi, PG · www.sanmasseoassisi.it



MEDICAL+, LA TUA SALUTE AL CENTRO

Medical+, your health as the priority

DI PAOLA BUTERA

Il centro riabilitativo Medical più di Dott.ssa Antonella Procacci rappresenta un punto di riferimento per le terapie riabilitative a Gubbio tra cui le terapie manuali come la Chiropratica, la Ginnastica Posturale, il Drenaggio Linfatico, la Ginnastica Temporo-Mandibolare, i Massaggi Decontratturanti e infine la Riabilitazione Pré e Post-Operatoria. Ma vediamo come vengono impiegate e quali sono i benefici.

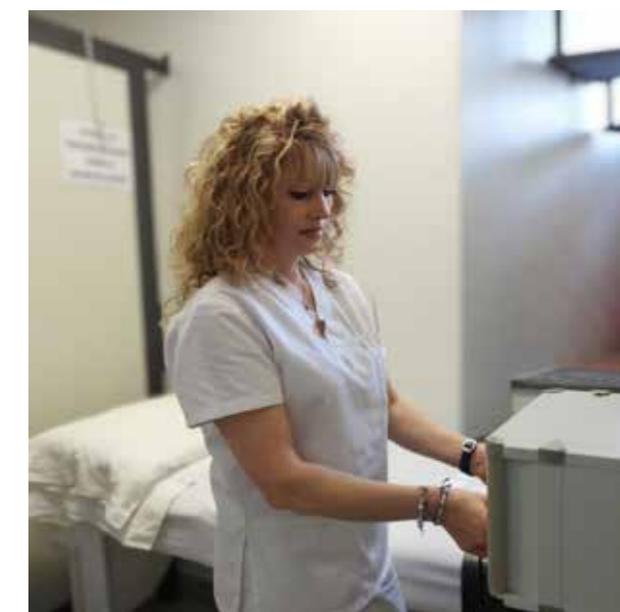
La KIROPRATICA si concentra sulla diagnosi e viene utilizzata

The Medical+ rehabilitation center, managed by Dr. Antonella Procacci, serves as a prominent reference point for rehabilitative therapies in Gubbio. These include manual therapies such as Chiropractic, Postural Gymnastics, Lymphatic Drainage, Temporomandibular Gymnastics, Decontracting Massages, and finally Pre- and Post-Operative Rehabilitation. Let us examine how these are applied and the benefits they offer.



per prevenire disturbi del sistema muscolo-scheletrico e nervoso, con particolare attenzione alla colonna vertebrale. Questa terapia impiega tecniche di manipolazione manuale non dolorose, volte a correggere disallineamenti, ripristinare la funzionalità articolare e favorire la capacità naturale del corpo di guarire. Un'altra opzione delle tecniche manuali è la GINNASTICA POSTURALE secondo il metodo Mézières, una tecnica globale di rieducazione posturale ideata dalla fisioterapista francese Françoise Mézières. Questo metodo si focalizza sull'allungamento delle catene muscolari per ristabilire simmetria ed equilibrio corporeo, basandosi sul principio che il corpo è un sistema interconnesso e che i problemi posturali derivano spesso da accorciamenti e tensioni eccessive della muscolatura, in particolare quella posteriore. Attraverso posizioni specifiche, respirazione diaframmatica e movimenti controllati, il metodo mira a riportare i muscoli alla loro lunghezza originale, migliorando così la consapevolezza corporea e la libertà di movimento. Per chi presenta patologie del sistema linfatico, il DRENAGGIO LINFATICO secondo il metodo Vodder rappresenta una tecnica terapeutica indicata. Questo metodo mira a facilitare il flusso della linfa dalla periferia del corpo verso il cuore. Il miglioramento del deflusso linfatico contribuisce anche a una migliore vascolarizzazione sanguigna, favorendo l'eliminazione delle scorie e garantendo l'apporto di sostanze nutritive ai tessuti. Si tratta di un procedimento rigoroso e scientificamente validato, la cui efficacia è ampiamente riconosciuta. Per quanto riguarda i disturbi temporo-mandibolari (DTM), che possono manifestarsi con dolore articolare, tensione nei muscoli masticatori, limitazioni nei movimenti di apertura e chiusura della bocca, scricchiolii o bruxismo, la GINNASTICA TEMPORO-MANDIBOLARE prevede una serie di esercizi, manipolazioni e tecniche manuali specifiche. Questa terapia ha l'obiettivo di ridurre il dolore, migliorare la mobilità mandibolare, alleviare le tensioni muscolari e ripristinare la funzionalità corretta dell'articolazione e dei muscoli masticatori, contribuendo così a migliorare la qualità della vita del paziente e a prevenire un peggioramento dei sintomi. L'irrigidimento anomalo delle fibre muscolari, che si manifesta con una tensione, può causare dolore, rigidità e una ridotta mobilità. I MASSAGGI DECONTRATTURANTI, eseguiti attraverso tecniche manuali

CHIROPRACTIC focuses on diagnosis and is employed to prevent disorders of the musculoskeletal and nervous systems, with particular attention to the spine. This therapy utilizes non-painful manual manipulation techniques aimed at correcting misalignments, restoring joint functionality, and promoting the body's natural healing capacity. Another option among manual techniques is POSTURAL GYMNASTICS according to the Mézières method—a comprehensive postural re-education technique developed by French physiotherapist Françoise Mézières. This method concentrates on stretching muscle chains to restore bodily symmetry and balance, based on the principle that the body is an interconnected system and that postural problems often arise from excessive shortening and tension in muscles, particularly those in the posterior region. Through specific positions, diaphragmatic breathing, and controlled movements, the method aims to restore muscles to their original length, thereby enhancing body awareness and freedom of movement. For individuals with lymphatic system disorders, LYMPHATIC DRAINAGE according to the Vodder method represents a recommended therapeutic technique. This method seeks to facilitate the flow of lymph from the periphery of the body towards the heart. The improvement of lymphatic outflow also contributes to better blood vascularization, promoting the elimination of waste products and ensuring the supply of nutrients to tissues. It is a rigorous and scientifically validated procedure whose effectiveness is widely recognized. Regarding temporomandibular disorders (TMD), which may present with joint pain, tension in the masticatory muscles, limitations in mouth opening and closing movements, clicking sounds, or bruxism, TEMPOROMANDIBULAR EXERCISES include a series of specific exercises, manipulations, and manual techniques. This therapy aims to reduce pain, improve mandibular mobility, relieve muscle tension, and restore proper functionality of the joint and masticatory muscles, thereby contributing to improving the patient's quality of life and preventing symptom worsening. Abnormal stiffening of muscle fibers, characterized by tension, can result in pain, rigidity, and reduced mobility. DECONTRACTING MASSAGES, performed through manual techniques such as pressure, rubbing, friction, pinching, and tapping, act





come pressioni, sfregamenti, frizioni, pizzicamenti e tamburellamenti, agiscono stimolando i tessuti muscolari interessati, contribuendo ad alleviare il dolore derivante dalle contratture e favorendo il recupero della piena funzionalità muscolare. Tra le tecniche manuali rilevanti vi è anche la RIABILITAZIONE PRE e POST-OPERATORIA, che comprende un insieme di trattamenti fisioterapici e strategie mirate a preparare il paziente all'intervento chirurgico e a facilitare il recupero successivo, migliorando i risultati complessivi, riducendo il rischio di complicazioni e accelerando i tempi di guarigione. Inoltre, da pochi mesi una novità di Medical Più è rappresentata dalla innovativa terapia strumentale TESLA, nota anche come Tesla Care. Si tratta di un trattamento riabilitativo non invasivo e indolore che utilizza campi magnetici ad alta intensità per stimolare in profondità muscoli e nervi. Questa tecnologia si basa sulla Stimolazione Magnetica Funzionale (FMS) ed è efficace nel trattamento di diverse condizioni muscolo-scheletriche e neurologiche. I campi magnetici inducono contrazioni muscolari e depolarizzano i nervi, contribuendo a rinforzare i muscoli, migliorare la circolazione sanguigna e il controllo del dolore. Il metodo è non invasivo e consente di raggiungere e stimolare i tessuti muscolari profondi senza richiedere alcuno sforzo da parte del paziente. Questa nuova tecnologia completa l'offerta di servizi che il centro fisioterapico fornisce da venticinque anni ai pazienti del territorio, aggiornandosi costantemente per garantire un'assistenza sempre più efficiente e mirata alla soluzione delle problematiche che interessano il sistema muscolo-scheletrico, neurologico e posturale. Il centro dispone inoltre di una piscina riabilitativa e di due postazioni dedicate a terapie inalatorie con acque termali.

by stimulating the affected muscle tissues, helping to alleviate pain caused by contractures and promoting the restoration of full muscular functionality. Among the relevant manual techniques is also PRE AND POST OPERATIVE REHABILITATION, which includes a set of physiotherapeutic treatments and targeted strategies aimed at preparing the patient for surgery and facilitating subsequent recovery. This approach improves overall outcomes, reduces the risk of complications, and accelerates healing times. Furthermore, Medical+ has recently introduced an innovative instrumental therapy known as TESLA therapy or Tesla Care. This non-invasive and painless rehabilitative treatment uses high-intensity magnetic fields to deeply stimulate muscles and nerves. The technology is based on Functional Magnetic Stimulation (FMS) and is effective in treating various musculoskeletal and neurological conditions. The magnetic fields induce muscle contractions and depolarize nerves, contributing to muscle strengthening, improved blood circulation, and enhanced pain control. The method is non-invasive and allows for the stimulation of deep muscle tissues without requiring any effort from the patient. This new technology enhances the range of services that the physiotherapy center has been providing to local patients for twenty-five years, continually updating its offerings to ensure increasingly efficient assistance aimed at addressing issues related to the musculoskeletal, neurological, and postural systems. Additionally, the center is equipped with a rehabilitation pool and two stations dedicated to inhalation therapies using thermal waters.



La TESLA Care per il trattamento riabilitativo non invasivo e indolore

Medical Più

Info:

Medical Più, Dott.ssa Antonella Procacci

Viale Teatro Romano, 1 - 06024, Gubbio PG - Tel- +39 075 922 2104

Orari: Lunedì - venerdì 8.00 - 13.00 - 15.00 - 20.30



FEDERICO MINELLI, CORRERE PER ESISTERE

Federico Minelli, running to exist

DI LORENZO DIAMANTINI

C'è chi corre per smaltire lo stress, chi per competere, chi per sfuggire. E poi c'è chi corre per esistere davvero. Federico Minelli è uno di questi.

L'ho incontrato una mattina d'estate a Gubbio, in una di quelle ore in cui l'aria profuma ancora di terra bagnata e silenzi operosi. Il momento in cui i runner veri hanno già concluso il loro allenamento. Perché la corsa, quella autentica, si fa all'alba, quando il mondo dorme e tu diventi l'unico suono udibile tra fiato e battito.

Federico non è solo un runner. È un maestro della corsa, un allenatore FIDAL, un educatore di giovani promesse e un uomo che ha trasformato i chilometri in una filosofia di vita. L'intervista che mi ha concesso si è rivelata un viaggio dentro un universo fatto di sudore, ascolto, dedizione e scoperte

Some run to alleviate stress, others to compete, and some to escape. Then there are those who run to truly exist.

Federico Minelli is one of them. I met him on a summer morning in Gubbio, during one of those hours when the air still carries the scent of wet earth and industrious silence. The moment when true runners have already completed their training. Because authentic running takes place at dawn, when the world sleeps and you become the only audible sound between breath and heartbeat.

Federico is not merely a runner. He is a master of running, a FIDAL coach, an educator of young talents, and a man who has transformed kilometers into a philosophy of life. The interview he granted me proved to be a journey into a universe composed of sweat, attentiveness, dedication,



personali. Un mondo che oggi più che mai attrae sempre più persone alla ricerca di qualcosa che somiglia alla libertà. Dalle scarpe in un armadio alla mezza maratona, la storia di Federico inizia quasi per gioco, come molte delle passioni vere. Da ex rugbista che si era rifugiato in palestra, un giorno trova in casa un paio di scarpe da corsa. Le infila, fa due chilometri, poi tre e non si ferma più. La corsa lo chiama, lo interroga, lo mette alla prova. Decide di iscriversi a una mezza maratona a Ferrara. Senza nessuna esperienza, con una scheda d'allenamento presa online. «Non sapevo nemmeno come vestirmi», mi racconta, «ma all'arrivo ho sentito qualcosa di potente, che non avevo mai provato prima». Quel giorno non ha solo tagliato un traguardo. Ha varcato una soglia. È nato il Federico runner, e con lui una visione nuova del movimento, fatta di ascolto profondo del corpo e del paesaggio interiore che ogni passo può dischiudere.

La corsa come meditazione: benessere, mente e chiarezza.

«Corro la mattina presto. Faccio anche allenamenti duri, ma poi lavoro meglio, penso meglio. È come se la mente si aprisse». Federico descrive con parole semplici il concetto chiave che tanti oggi cercano sotto il nome di mindful running: la corsa come pratica di centratura. Non si tratta solo di bruciare calorie, ma di creare uno spazio mentale fertile, libero, produttivo. Ed è qui che nasce la distinzione tra chi "corre" e chi è un corridore: nel modo in cui si abita la fatica, nel modo in cui la si attraversa per uscirne rigenerati.

Da allievo a tecnico: la svolta con Orlando Pizzolato

Il vero salto di qualità arriva con l'incontro con Orlando Pizzolato, due volte vincitore della Maratona di New York. «Ho vinto per caso uno stage ad Asiago, mi sono trovato davanti a un campione che parlava con me come fossimo pari. Umile, generoso, preparatissimo». È lui a mostrargli la scienza dell'allenamento, la fisiologia, l'arte di costruire tabelle non

and personal discoveries—a world that today more than ever attracts increasing numbers of people seeking something akin to freedom. From shoes stored in a closet to running a half marathon, Federico's story began almost as a game, like many genuine passions do. A former rugby player who had taken refuge in the gym one day found a pair of running shoes at home. He put them on, ran two kilometers, then three—and never stopped since. Running called him; it questioned him; it tested him. He decided to register for a half marathon in Ferrara with no prior experience and with a training plan obtained online. "I didn't even know how to dress," he told me, "but at the finish line I felt something powerful that I had never experienced before."

That day, he did not merely cross a finish line; he stepped beyond a threshold. The runner Federico was born, along with a new perspective on movement, characterized by profound attentiveness to the body and the inner landscape that each step can reveal. Running as meditation: well-being, mind, and clarity. "I run early in the morning. I also do intense training sessions, but then I work better, think more clearly. It's as if my mind opens up." Federico articulates with simple words the key concept that many today seek under the term mindful running: running as a practice of centering oneself. It is not solely about burning calories but about creating a fertile, free, and productive mental space. Herein lies the distinction between those who merely "run" and those who are true runners: in how they inhabit fatigue and how they pass through it to emerge rejuvenated.

From student to coach: the turning point with Orlando Pizzolato

The real leap in quality came with meeting Orlando Pizzolato, two-time winner of the New York Marathon. "I won a workshop in Asiago by chance and found myself



per adattare le persone ai numeri, ma per modulare i numeri sulla persona. Da quel momento inizia anche il percorso di Federico come istruttore FIDAL e come punto di riferimento per adulti e giovani che vogliono approcciarsi alla corsa non come moda, ma come stile di vita consapevole.

Corsa amatoriale o agonistica? Questione di anima

La bellezza della corsa, spiega Federico, è che può accogliere tutti. «Ci sono atleti professionisti, certo. Ma la vera rivoluzione oggi è l'universo degli amatori. Alcuni fanno agonismo a ottimi livelli, altri corrono per stare bene». L'importante è non confondere le strade: chi inizia deve farlo con pazienza, gradualità, rispetto per i limiti. «Oggi basta un clic per scaricare tabelle online, ma non c'è scheda che valga quanto l'occhio di un tecnico preparato, che sa leggere il corpo e la mente di chi ha davanti». E qui entra il valore della personalizzazione dell'allenamento. «Non esistono schemi buoni per tutti. Esistono storie, vite, esigenze diverse. Ed è lì che devi stare, tra la tecnica e l'empatia».

Correre con i ragazzi: educare correndo

Oggi è il responsabile del settore giovanile della Gubbio Runners. Con lui, bambini dai 5 anni in su iniziano il loro percorso tra pista, cross e gare su strada. Ma non è solo sport. È educazione civica in movimento. I ragazzi imparano la gestione delle emozioni, la disciplina, il rispetto per gli altri. «Devono capire che la gara non è il fine. È un mezzo per conoscersi meglio». E aggiunge: «I giovani sono spugne. Se li motivi con sincerità, ti seguono. Ma devi essere presente, credibile, autentico».

L'identità del coach: tra tecnica, ascolto e responsabilità

Allenare significa anche prendersi carico di chi si affida a te. «Ci sono persone che hanno vissuto momenti difficili che mi hanno chiesto aiuto per iniziare a correre. Come si fa a non sentirne il peso e l'onore?», racconta Federico con emozione. Allenare non è solo somministrare esercizi. È costruire percorsi sostenibili, adattati alla persona. È monitorare feedback, dolori, progressi. È offrire un appoggio sicuro

facing a champion who spoke to me as if we were equals. Humble, generous, highly knowledgeable." That day marked more than just reaching a milestone; it signified crossing a threshold. Federico the runner was born, along with a new perspective on movement—one characterized by a profound awareness of the body and the inner landscape that each step can reveal.

Running as meditation: well-being, mind, and clarity.

"I run early in the morning. I also do intense training sessions, but afterward, I work better and think more clearly. It's as if my mind opens up." Federico articulates in simple terms the key concept many seek today under the name of mindful running: running as a practice of centering oneself. It is not merely about burning calories but about creating a fertile, free, and productive mental space. Here lies the distinction between those who simply "run" and those who are true runners: it resides in how one experiences fatigue and how one moves through it to emerge renewed.

From Student to Technician: The Turning Point with Orlando Pizzolato

The significant advancement occurred with the meeting of Orlando Pizzolato, a two-time winner of the New York Marathon. "I won a stage in Asiago by chance and found myself face-to-face with a champion who spoke to me as if we were equals. Humble, generous, and highly knowledgeable." He was the one who introduced him to the science of training, physiology, and the art of creating training plans—not to fit people into numbers, but to adapt numbers to individuals. From that moment on, Federico began his journey as a FIDAL instructor and became a point of reference for adults and young people who wish to approach running not as a trend but as an informed lifestyle choice.

Recreational or Competitive Running? A Matter of Spirit

Federico explains that the beauty of running lies in its inclusiveness. "There are professional athletes, certainly. But today, the real revolution is within the amateur community.



lungo il cammino. Ed è proprio questo che oggi manca nel mare magnum della corsa digitale: un volto, una voce, un passo accanto al tuo.

Obiettivi e futuro: dal sogno di correre a quello di far correre

Gli obiettivi nella corsa non sono solo cronometrici. Sono traguardi interiori. La prima 10 km, la prima mezza, la maratona all'estero preparata con cura. E poi i sogni dei sogni: «Vedere i miei ragazzi crescere, magari uno arrivare ai campionati italiani. E io lì, a fianco a lui, a guardarlo spiccare il volo». Federico si vede ancora con le scarpette ai piedi a 70 anni, come quegli anziani che corrono fieri alle gare domenicali. Perché la corsa è una linea che attraversa la vita, la allunga, la intensifica, la rende reale.

La corsa come via di consapevolezza

Quello che Federico mi ha lasciato non è solo una testimonianza sportiva, ma una lezione di vita. Correre non è solo muoversi nello spazio. È muoversi dentro di sé. È imparare a conoscersi, a superarsi, a perdonarsi. È un linguaggio silenzioso che parla al corpo e all'anima. E in un tempo in cui tutto corre veloce senza una direzione, forse la vera rivoluzione è correre lentamente verso sé stessi. La corsa è, in fondo, un viaggio intimo e solitario, ma con paesaggi condivisi. Perché se il passo è tuo, il cammino si intreccia inevitabilmente con quello degli altri. E in quel momento nasce qualcosa di più grande: una comunità che corre per crescere insieme. Affidarsi a un coach preparato come Federico non significa solo ricevere tabelle o consigli tecnici: significa avere accanto qualcuno che sa ascoltare, guidare, leggere ciò che non dici. Qualcuno che conosce la strada perché l'ha percorsa. Un compagno silenzioso ma presente, pronto a correre un tratto con te, finché non troverai il tuo passo.

Info:

Federico Minelli
fminelli.tm@gmail.com
IG @therunnershigh1

Some compete at high levels; others run simply for well-being." What matters is not confusing these paths: beginners must start with patience, gradual progress, and respect for their limits. "Today, it takes just one click to download training plans online, but no plan can replace the insight of a skilled coach who understands both the body and mind of the individual before them." This highlights the importance of personalized training. "There are no universal schemes suitable for everyone. There are different stories, lives, and needs. And it is there that you must balance technique with empathy."

Running with Children: Educating Through Running

Currently, he serves as the head of the youth division at Gubbio Runners. Under his guidance, children aged five and above embark on their journey through track, cross-country, and road races. However, this is not merely about sport; it represents civic education in motion. The children learn to manage their emotions, develop discipline, and cultivate respect for others. "They must understand that the race is not the ultimate goal. It is a means to better self-awareness," he explains. He adds, "Young people are like sponges. If you motivate them sincerely, they will follow you. But you must be present, credible, and authentic."

The Coach's Identity: Balancing Technique, Listening, and Responsibility Coaching also entails taking responsibility for those who place their trust in you.

"There have been individuals who have experienced difficult times and have asked me for help to start running. How can one not feel both the weight and the honor of this?" Federico shares emotionally. Coaching is not merely about prescribing exercises; it involves creating sustainable programs tailored to each individual. It requires monitoring feedback, pain, and progress. It means providing reliable support along the way. This personal connection is precisely what is missing today amid the vast digital landscape of running: a face, a voice, a step beside yours.

Goals and the Future: From the Dream of Running to Enabling Others to Run

The objectives in running are not solely measured by time. They represent inner milestones. The first 10 kilometers, the first half marathon, a carefully prepared marathon abroad. And then the dreams beyond dreams: "Watching my young athletes grow, perhaps seeing one reach the Italian championships. And I will be there beside him, watching him take flight." Federico envisions himself still wearing running shoes at seventy years old, like those elderly runners who proudly participate in Sunday races. This is because running is a thread that weaves through life, extending it, intensifying it, making it tangible.

Running as a Path to Awareness

What Federico has imparted to me is not just a sports testimony but a life lesson. Running is not merely moving through space; it is moving within oneself. It involves learning to know oneself, overcoming challenges, and forgiving oneself. It is a silent language that speaks to both body and soul. In an era where everything moves rapidly without clear direction, perhaps the true revolution lies in running slowly toward oneself. Ultimately, running is an intimate and solitary journey with shared landscapes. Although your pace is your own, your path inevitably intersects with that of others. In these moments something greater emerges: a community that runs together to grow together. Entrusting yourself to a knowledgeable coach like Federico means more than receiving training plans or technical advice; it means having someone by your side who listens attentively, guides thoughtfully, and understands what remains unspoken.



La mongolfiera in volo su Assisi

BALLOON ADVENTURES ITALY, DIECI ANNI IN VOLO

Balloon Adventures Italy, ten years in flight

DI PAOLA BUTERA

Vi sarà capitato, magari in una mattina presto, mentre attraversavate le strade vicino ad Assisi, Bevagna o Spello, di alzare lo sguardo e vedere un grande pallone colorato che si librava leggero nel cielo. Ecco, quello è Balloon Adventures Italy: l'unica mongolfiera in Umbria che ti porta quasi a toccare il cielo, e lo fa da ben dieci anni. Conosco Peter fin dall'inizio della sua avventura qui in Umbria. Dieci anni fa la sua scelta mi aveva già conquistato, e col tempo si è dimostrata davvero azzeccata, tanto da crescere sempre di più. Adesso vediamo un po' cosa ci racconta di nuovo.

Peter, sono ormai dieci anni che hai iniziato questa avventura in Umbria, raccontiamo a chi non ti conosce come è cominciata? Quando sono arrivato qui, tra il 2015 e il 2020 avevo portato una sola mongolfiera e facevo voli solo d'estate, mentre d'inverno mi trasferivo a Dubai perché lì avevo l'azienda più grande e dove ho iniziato questa attività. Per quindici anni abbiamo gestito sette grandi mongolfiere a Dubai e ho portato in volo più di settemila passeggeri. Era diventata un'azienda enorme! Poi ho visto che qui le cose stavano andando bene e nel 2019 ho deciso di vendere l'attività a Dubai per concentrarmi solo su quella in Umbria. È stata davvero una fortuna. Avevo anche bisogno di

You may have experienced, perhaps on an early morning while passing through the roads near Assisi, Bevagna, or Spello, looking up to see a large colorful balloon gently floating in the sky. That is Balloon Adventures Italy: the only hot air balloon in Umbria that takes you almost to touch the sky, and it has been doing so for ten years. I have known Peter since the beginning of his adventure here in Umbria. Ten years ago, his decision had already impressed me, and over time it has proven to be very successful, growing steadily ever since. Now, let us see what new insights he has to share.

Peter, it has now been ten years since you began this venture in Umbria; could you tell those who do not know you how it all started?

When I arrived here between 2015 and 2020, I brought only one hot air balloon and operated flights solely during the summer; in winter, I would move to Dubai because I had a larger company there where I initially started this activity. For fifteen years we managed seven large balloons in Dubai and flew more than seven thousand passengers. It had become a massive enterprise! Then I noticed that things were going well here, and in 2019 I decided to sell the business in Dubai to focus



Il capitano Peter

stabilirmi con la famiglia, i bambini, e qui ho trovato la giusta dimensione sia per l'attività che per la vita della famiglia quindi nel 2020 ci siamo trasferiti tutti insieme in Italia. È stata una bella sfida, perché l'Umbria non offre molte agevolazioni, però Roma è vicina e abbiamo scelto di vivere tra Roma e Bevagna, dove ho il campo volo per le mongolfiere.

Come mai avete scelto proprio l'Umbria e questa zona?

Prima di tutto ho fatto uno studio del territorio: per volare con le mongolfiere serve una zona pianeggiante con molti terreni aperti e soprattutto un paesaggio interessante da vedere dall'alto. Qui in questa parte d'Italia non c'era niente del genere: né in Umbria né tra Firenze e la Sicilia c'era un'azienda di mongolfiere. Per me era incredibile, non riuscivo a crederci! È una zona splendida, secondo me molto più bella di tante altre parti della Toscana, con cibo di alta qualità, vini ottimi e un clima spesso perfetto per volare. E soprattutto, deve esserci un panorama bello da vedere mentre si vola. Devo dire che sono stato davvero fortunato a trovare un posto molto interessante e semplice da sorvolare, oltre alle persone giuste con cui collaborare.

Ma chi sono i passeggeri? Chi è che si lascia tentare da questa avventura?

All'inizio, l'80-90% erano turisti stranieri, e lo sapevo bene. Però la vera sfida era coinvolgere il pubblico italiano. E devo dire che adesso più della metà dei passeggeri sono italiani: gente che arriva per il fine settimana e vuole provare qualcosa di diverso. La maggior parte sono coppie. La soddisfazione più grande me la stanno dando i romani. Gli italiani che vengono si concentrano soprattutto su Roma e il Nord Italia, anche se dipende dai mesi. In primavera, per esempio, ad aprile arrivano tanti americani; mentre all'inizio dell'estate, tra maggio e giugno, ci sono più italiani. E poi cambia tutto anche tra giorni feriali e fine settimana: nel fine settimana gli italiani si muovono di più e spesso prenotano con due o tre mesi d'anticipo! È stata una sorpresa enorme per me. Oggi ho un mercato molto attivo e ovviamente mi servono entrambi i tipi di clienti. Ma non avrei

exclusively on the one in Umbria. It was truly fortunate. I also needed to settle down with my family and children, and here I found the right balance both for business and family life. In 2020, we all relocated together to Italy. It was a significant challenge because Umbria does not offer many incentives; however, Rome is nearby, and we chose to live between Rome and Bevagna, where I have the hot air balloon flight field.

Why did you choose Umbria and this particular area?

First of all, I conducted a territorial study: flying hot air balloons requires a flat area with many open fields and, above all, an interesting landscape to view from above. In this part of Italy, there was nothing like that: neither in Umbria nor between Florence and Sicily was there a hot air balloon company. For me, it was incredible-I could hardly believe it! It is a splendid area, in my opinion much more beautiful than many other parts of Tuscany, with high-quality food, excellent wines, and often perfect weather for flying. Most importantly, there must be a beautiful panorama to enjoy while flying. I must say I was truly fortunate to find a very interesting place that is also easy to fly over, as well as the right people to collaborate with.

But who are the passengers? Who is tempted by this adventure?

At first, 80-90% were foreign tourists, which I anticipated. However, the real challenge was engaging the Italian public. I must say that now more than half of the passengers are Italians-people who come for the weekend and want to try something different. The majority of our clients are couples. The greatest satisfaction comes from serving the residents of Rome. Italian visitors tend to focus primarily on Rome and Northern Italy, although this varies depending on the month. For instance, in spring, particularly in April, we receive many American tourists; while at the beginning of summer, between May and June, there is a higher number of Italian customers. Additionally, patterns differ between weekdays and weekends: Italians are more active during weekends and often book two or three months in advance. This has been a significant surprise for me. Currently, I have a very active market and naturally



L'atterraggio

mai pensato sarebbe andata così bene! In questi dieci anni c'è stato uno sviluppo continuo, un cambiamento vero. Ogni anno aumento il numero dei voli; proprio per questo ho comprato una seconda mongolfiera grande - la più grande in Italia - così ora possiamo volare con 12 fino a 24 passeggeri insieme. Sai, la novità è proprio recente: abbiamo comprato una mongolfiera più piccola perché c'era bisogno di offrire un volo romantico, pensato per le coppie. Ogni mese riceviamo richieste in questo ambito, soprattutto da stranieri, anche se pian piano cominciano a prenotare anche gli italiani. Qui si parla di vero lusso, perché far volare una mongolfiera costa parecchio e non è certo alla portata di tutti. Però pensa che cosa meravigliosa fare una proposta di matrimonio durante il volo, con tanto di champagne, soli lassù a godersi il panorama su Assisi e tutta la piana. È davvero uno spettacolo!

Parliamo un attimo del nostro target: il nostro mercato non si rivolge solo ai giovani, come molti potrebbero pensare. Certo, in Italia c'è il travel adventure e il volo in mongolfiera rientra in questa categoria, ma non è bungee jumping o scalare una montagna. È un'avventura soft, più tranquilla. Il nostro pubblico tipo non è i giovanissimi che magari usano TikTok o Instagram per raccontare le loro avventure. Chi vola con noi è una persona colta, che cerca un'esperienza a un livello superiore. È tutto un mix tra il piacere del volo e quello dei sapori. Proprio per questo, dopo il volo ci affidiamo alla Cantina Dionigi, che ci prepara una colazione perfetta con prodotti locali e una bella visita della cantina. Insomma, tutto si combina in una sinergia perfetta.

Peter, una curiosità: i voli in mongolfiera si fanno sempre molto presto la mattina, all'alba. Sai dirmi perché? E poi, raccontami un po' come avvengono il decollo e l'atterraggio.

Ah, questa è una domanda che mi fanno spesso i passeggeri ed è davvero interessante! Sì, c'è un motivo preciso: la mattina presto c'è meno vento. Vedi, i contadini iniziano a lavorare proprio all'alba per fare i trattamenti nei campi, e questo non è un caso. Come spiego sempre ai nostri clienti, i contadini lavorano così presto perché il vento è praticamente assente. C'è calma, fa meno caldo e soprattutto non tira vento. Perché

require both types of clients. However, I never anticipated such success! Over the past ten years, there has been continuous growth and genuine change. Each year, I increase the number of flights; consequently, I purchased a second large hot air balloon - the largest in Italy - allowing us to fly with 12 to 24 passengers simultaneously. Recently, we acquired a smaller balloon to offer romantic flights specifically designed for couples. We receive monthly requests in this area, mainly from foreigners, although Italians are gradually beginning to make bookings as well. This represents true luxury because operating a hot air balloon is quite expensive and not accessible to everyone. Nevertheless, imagine how wonderful it would be to propose marriage during a flight accompanied by champagne while enjoying the breathtaking view over Assisi and the entire plain below. It is truly a remarkable experience. Let us take a moment to discuss our target audience: our market is not exclusively aimed at young people, as many might assume. Certainly, in Italy there is the travel adventure sector, and hot air ballooning falls within this category; however, it is not comparable to bungee jumping or mountain climbing. It represents a more gentle, tranquil adventure. Our typical clientele are not very young individuals who might use TikTok or Instagram to share their exploits. Those who fly with us are cultured individuals seeking an elevated experience. It is an exquisite blend of the pleasure of flight and that of fine flavors. For this reason, after the flight we entrust Cantina Dionigi to prepare an impeccable breakfast featuring local products alongside an engaging tour of the winery. In short, everything combines into a perfect synergy.

Peter, I have a question: hot air balloon flights are always conducted very early in the morning, at dawn. Could you explain why? Additionally, please describe how the takeoff and landing procedures occur.

Ah, that is a question frequently posed by passengers and it is indeed intriguing! Yes, there is a specific reason: early morning conditions present less wind. You see, farmers begin working precisely at dawn to carry out treatments in the fields, which is no coincidence. As I always explain to our clients, farmers

succede questo? Durante la notte l'aria vicino alla terra si raffredda molto di più rispetto all'aria sopra di noi. In condizioni normali in meteorologia sappiamo che più saliamo in quota più fa freddo... ma al mattino presto succede il contrario: c'è un'inversione termica! L'aria fredda diventa più pesante e quindi si muove meno, rendendo il volo della mongolfiera molto più stabile. È semplice e scientifico! Per quanto riguarda il volo vero e proprio, anche qui tutto dipende dal vento. Di solito decolliamo dal nostro campo vicino alla Cantina Dionigi; qualche volta partiamo da Rivotorto dove abbiamo accesso a due campi diversi. Ma per lo più voliamo da lì e ci dirigiamo verso Assisi. Salendo raggiungiamo l'altezza del Monte Subasio, circa mille metri! Durante il volo possiamo ammirare posti storici come la Basilica di San Francesco o Spello, e io racconto sempre la storia dei luoghi mentre siamo in aria. Il volo in sé dura circa un'ora, ma prima c'è tutta una preparazione da vedere: dall'accensione per gonfiare la mongolfiera, alla salita di tutti i passeggeri, fino all'atterraggio. E sai una cosa? L'atterraggio non avviene mai nello stesso posto, perché è il vento a decidere dove andremo a posare. Per fortuna ci sono tanti campi che ci permettono di atterrare comodamente, e spesso i contadini stessi vengono incontro offrendoci le loro specialità e un buon caffè. È proprio questo il bello di aver scelto l'Umbria: la gente è sempre così cordiale e accogliente. Anche questa scelta si è rivelata azzeccata, con tanti campi disponibili per l'atterraggio e nessuna zona difficile come i boschi. Naturalmente, da terra siamo seguiti dal personale che monitora tutto e, con mezzi su strada, viene a prenderci per portarci in Cantina dove ci aspetta la colazione.

Ma siete attrezzati anche per fare voli partendo da altre zone, su richiesta?

Certo, se qualcuno vuole fare un charter privato in un'altra zona, siamo pronti! Lo abbiamo già fatto diverse volte. Ovviamente è un servizio diverso: per esempio, dobbiamo arrivare con quattro mezzi, la mongolfiera, sei membri dell'equipaggio e poi fare un sopralluogo sul posto per vedere dove poter atterrare. È tutto su misura e ogni richiesta ha un costo diverso. Per esempio, una volta abbiamo organizzato un volo partendo da un albergo sul lago di Bolsena. In questi casi non possiamo dare un prezzo a persona, ma proponiamo un pacchetto: diciamo che possiamo ospitare fino a 12 o 24 passeggeri, però se sono meno per noi non cambia niente.

Alla fine, Peter, questa attività che ormai è una realtà qui in Umbria, dove ti trovi davvero a tuo agio, cosa ti auguri per il futuro? Quali bisogni senti di avere per poter migliorare?

Ti confesso che sono molto soddisfatto di come sta andando e la mia preoccupazione per il futuro riguarda solo la possibilità di trovare piloti in grado di sostituirmi. Ho un'età che mi permette ancora 5-7 anni di volo secondo le regole, ma trovare piloti esperti in Italia non è affatto semplice. Mi piacerebbe davvero trovare qualcuno, così da poter aumentare le ore di volo e dare più opportunità ai nostri avventurieri di vivere questa esperienza fantastica. Qualcuno con esperienza, che parli bene l'inglese (qui in Italia non è mica facile) e che conosca anche un po' la storia del territorio da raccontare. Ecco, avere qualcuno che mi affianchi o mi sostituisca quando ce ne sarà bisogno. Ma c'è tempo. Intanto continuiamo a volare e a offrire l'esperienza più incredibile e unica in questa terra meravigliosa, per vivere insieme l'avventura.

Info:

Balloon Adventures

Per info e prenotazioni www.balloonadventures.it

start so early because the wind is virtually absent at that time. There is calmness, the temperature is lower, and most importantly, there is no wind. Why does this occur? During the night, the air near the ground cools significantly more than the air above us. Under normal meteorological conditions, we know that the higher we ascend, the colder it becomes; however, early in the morning, the opposite happens: a thermal inversion occurs. The cold air becomes denser and therefore moves less, making the hot air balloon flight much more stable. This phenomenon is both simple and scientific. Regarding the actual flight, everything depends on the wind. Typically, we take off from our field near Cantina Dionigi; occasionally, we depart from Rivotorto where we have access to two different fields. However, most of our flights originate there as we head toward Assisi. As we ascend, we reach the height of Monte Subasio, approximately one thousand meters. During the flight, it is possible to admire historic sites such as the Basilica of Saint Francis or Spello, and I always narrate the history of these places while airborne. The flight itself lasts about an hour; however, prior to this there is an entire preparation process to observe: from igniting and inflating the hot air balloon to boarding all passengers and finally landing. And do you know something? The landing never occurs in exactly the same location because it is determined by the wind where we will touch down. Fortunately, there are many fields that allow us to land comfortably, and often farmers come forth offering their specialties and a good coffee. The true advantage of having chosen Umbria lies in the consistently warm and welcoming nature of its people. This decision has proven to be highly appropriate, with numerous fields available for landing and no challenging areas such as forests. Naturally, from the ground, we are supported by personnel who monitor everything and, using road vehicles, come to collect us and transport us to the winery where breakfast awaits.

Are you also equipped to conduct flights departing from other locations upon request?

Certainly, if someone wishes to charter a private flight from another area, we are ready. We have already done this on several occasions. Obviously, this is a different service: for example, we need to arrive with four vehicles - the hot air balloon itself - six crew members - and conduct an on-site inspection to identify suitable landing spots. Everything is customized, and each request carries a different cost. For instance, once we organized a flight departing from a hotel on Lake Bolsena. In such cases, we cannot provide a price per person but offer a package deal: we can accommodate up to 12 or 24 passengers; however, if there are fewer passengers, it does not affect us.

Finally, Peter, since this activity has now become an established reality here in Umbria where you truly feel at ease, what are your hopes for the future? What needs do you perceive that would enable improvement?

I must confess that I am highly satisfied with how things are progressing, and my only concern for the future pertains to the possibility of finding pilots capable of replacing me. According to regulations, my age still permits me to fly for another 5 to 7 years; however, locating experienced pilots in Italy is by no means an easy task. I would genuinely appreciate finding someone who could help increase flight hours and provide more opportunities for our adventurers to experience this fantastic journey. Ideally, this person would possess experience, be proficient in English (which is not common here in Italy), and have some knowledge of the local history to share. Having someone to assist or substitute me when necessary would be invaluable. Nevertheless, there is still time. In the meantime, we will continue flying and offering the most incredible and unique experience in this wonderful land, sharing the adventure together.

**INIZIO NUOVA STAGIONE
15 SETTEMBRE 2025**

**PRE-ISCRIZIONI ENTRO IL 31 AGOSTO
SETTEMBRE GRATIS!**


Kineo
Piscina Gualdo Tadino



SCUOLA NUOTO
**ACQUATICITA' IN GRAVIDANZA
E NEONATALE**
CORSI FITNESS ACQUA
ATTIVITA' FISICA ADATTATA
NUOTO LIBERO

Kineo - Piscina Gualdo Tadino
Via Valsorda 8 - 06023 Gualdo Tadino (PG)



 **075.720.03.22**
www.piscinagualdotadino.it



TECNOCASA GUBBIO E GUALDO TADINO, INSIEME SI CRESCE

Tecnocasa Gubbio and Gualdo Tadino: Growing Together

DI PAOLA BUTERA



Veduta di Gualdo Tadino. Foto di Daniele Amoni

Tecnocasa, la conosciamo tutti, è un gruppo italiano che è partito come un network di agenzie immobiliari in franchising e si è poi allargato fino a diventare uno dei leader in Europa, presente anche in diversi Paesi nel mondo. Oltre agli immobili, si occupa anche di mediazione creditizia e assicurativa attraverso marchi e società collegate, offrendo così un servizio completo per comprare, vendere o affittare casa.

Nel nostro territorio ci sono due agenzie: una a Gualdo Tadino e una a Gubbio, che lavorano insieme con grande sinergia. Raccontiamo un po' la loro storia. Tutto è iniziato nel 1993 quando Riccardo Costantini ha aperto la prima agenzia a Gualdo Tadino che poi, nel 1998, con l'arrivo del socio Alessio Ramacci, ha cominciato a coprire un'ampia area che va da Nocera Umbra fino a Costacciaro, lungo l'Appennino, poi verso Perugia arrivando fino a Valfabbrica e infine nella zona di Fabriano dove in futuro puntano ad aprire una filiale proprio per rendere la zona più interessante, soprattutto ora che i prezzi sono scesi. In tutta questa vasta area si occupano principalmente della compravendita di immobili importanti come ville, casali e persino castelli con ampi terreni. Ma non disdegnano nemmeno case e appartamenti più piccoli e meno costosi. Proprio per questo hanno tanti tipi di clienti: dal mercato interno, con giovani ragazzi che cercano soluzioni accessibili, fino alle grandi proprietà terriere più ambite dagli stranieri. E sono proprio loro che si interessano maggiormente a questa zona, che siano europei o persone da fuori Europa, come dagli Stati Uniti, ma anche da Nuova Zelanda e Australia.

Tecnocasa is a well-known Italian group that began as a network of franchised real estate agencies and has since expanded to become one of the leading companies in Europe, with a presence in several countries worldwide. In addition to real estate, it also operates in credit and insurance mediation through affiliated brands and companies, offering a comprehensive service for buying, selling, or renting homes.

In our region, there are two agencies: one in Gualdo Tadino and one in Gubbio, which collaborate closely with great synergy. Let us share their story. It all began in 1993 when Riccardo Costantini opened the first agency in Gualdo Tadino. Then, in 1998, with the arrival of partner Alessio Ramacci, they started covering a wide area stretching from Nocera Umbra to Costacciaro along the Apennines, then towards Perugia reaching Valfabbrica, and finally the Fabriano area where they plan to open a branch in the future to make the area more attractive, especially now that prices have decreased.

In this extensive area, the primary focus is on the buying and selling of significant properties such as villas, farmhouses, and even castles with large estates. However, smaller and more affordable houses and apartments are also considered. Consequently, they cater to a diverse clientele: from the domestic market, including young individuals seeking accessible solutions, to large landholdings that are particularly attractive to foreigners. It is precisely these



L'agenzia di Gualdo Tadino

Riccardo, in passato, ha gestito per dieci anni anche l'agenzia di Gubbio, che però era stata chiusa dopo varie difficoltà. Fortunatamente, cinque anni fa è tornata attiva grazie a professionisti seri e con tanta esperienza nel settore immobiliare, come Alessio Nardelli, Silvia Cenni e Carlo Cernicchi. Loro si occupano dell'agenzia nel centro di Gubbio e seguono tutto il vasto territorio eugubino, arrivando fino a Pietralunga, Scheggia e Cantiano, quest'ultimo fuori regione ma ben collegato. L'agenzia di Gubbio tratta un tipo di immobili diverso rispetto a quelli di Gualdo Tadino e comprende: il centro storico, che tutti amano per la sua storia ed è sempre molto richiesto (e quindi più costoso), le zone limitrofe con appartamenti e ville più recenti che invece vanno soprattutto sul mercato locale e poi c'è tutta l'ampia area intorno a Gubbio, fatta di frazioni e borghi con casali e immobili prestigiosi che attirano clienti esteri. E non dimentichiamo che Gubbio ha un territorio molto esteso. I quattro soci si sono uniti per crescere insieme e così: Riccardo e Alessio, che gestiscono l'agenzia nella centralissima piazza Martiri della libertà a Gualdo Tadino, e Alessio N. insieme a Silvia, che si occupano dell'agenzia sul Corso Garibaldi a Gubbio, col tempo hanno acquisito un gruppo di lavoro giovane e sempre aggiornato con la formazione che segue la filosofia di Tecnocasa. Facendo grande attenzione nella ricerca degli immobili, puntando a creare rapporti di fiducia e stando sul campo ogni giorno. In più, grazie alla rete organizzata di Tecnocasa, ovunque tu sia nel mondo puoi contare su un agente di fiducia che si mette in contatto con l'agenzia locale. Così la trattativa può andare

foreign clients-whether Europeans or individuals from outside Europe, such as the United States, New Zealand, and Australia-who show the greatest interest in this region. Riccardo previously managed the Gubbio agency for ten years; however, it was closed due to various difficulties. Fortunately, five years ago it was reactivated thanks to dedicated professionals with extensive experience in the real estate sector, including Alessio Nardelli, Silvia Cenni, and Carlo Cernicchi. They oversee the agency located in central Gubbio and manage the entire Eugubine territory, extending as far as Pietralunga, Scheggia, and Cantiano-the latter being outside the region but well connected.

The Gubbio agency deals with a different type of real estate compared to those in Gualdo Tadino and encompasses: the historic center, which is highly valued for its history and is always in great demand (and therefore more expensive); the surrounding areas with more recent apartments and villas primarily aimed at the local market; and the extensive area around Gubbio, consisting of hamlets and villages with farmhouses and prestigious properties that attract international clients. It should also be noted that Gubbio has a very large territory.

The four partners have joined forces to grow together: Riccardo and Alessio manage the agency located in the central Piazza Martiri della Libertà in Gualdo Tadino, while Alessio N. and Silvia oversee the agency on Corso Garibaldi in Gubbio. Over time, they have built a young and continuously



Veduta del centro storico di Gubbio. Foto di Daniele Amoni

avanti anche a distanza, sia per vendere un immobile sia per trovare l'investimento giusto qui da noi e avere una vetrina così ampia, sia in Italia che all'estero, significa garanzia, puntualità e attendibilità.

Affidarsi alle due agenzie affiliate Tecnocasa di Gualdo Tadino e Gubbio rappresenta senza dubbio la soluzione ideale per garantire la massima visibilità al tuo immobile in vendita o in affitto; allo stesso tempo chi cerca casa potrà contare su un rapporto trasparente e su un servizio efficiente che fa davvero la differenza.

trained team aligned with Tecnocasa's philosophy. They place great emphasis on carefully selecting properties, aiming to establish trusting relationships, and maintaining a daily presence in the field. Moreover, thanks to Tecnocasa's organized network, wherever you are in the world, you can rely on a trusted agent who will connect you with the local agency.

Thus, negotiations can proceed remotely, whether for selling a property or finding the right investment here with us. Having such a broad showcase, both in Italy and abroad, signifies reliability, punctuality, and trustworthiness. Entrusting the two Tecnocasa affiliated agencies of Gualdo Tadino and Gubbio undoubtedly represents the ideal solution to ensure maximum visibility for your property, whether for sale or rent; at the same time, those seeking a home can rely on transparent communication and an efficient service that truly makes a difference.

Info:

Tecnocasa Gubbio

Corso Giuseppe Garibaldi, 51 · 06024, Gubbio PG · Tel. +39 075 927 3032 · www.gubbio1.tecnocasa.it

Tecnocasa Gualdo Tadino

Piazza Martiri della Libertà, 14 · 06023, Gualdo Tadino PG · Tel. +39 075 910 431 · www.gualdotadino1.tecnocasa.it



L'agenzia di Gubbio



UN ATELIER D'INTERNI FIRMATO GINA AMBROSI

An Interior Atelier Designed By Gina Ambrosi

DI FEDERICO DONTI

Nella magica cornice di Santa Maria degli Angeli ho scoperto uno show-room molto interessante e singolare, un insolito spazio dedicato alla casa vista nella sua interezza. La proprietaria, Gina Ambrosi, lo ha allestito con passione ed entusiasmo; ciò l'ho percepito sin da fuori e respirato poi profondamente quando sono entrato ed ho potuto ascoltare il racconto della sua storia fatta di impegno, fantasia e passione per il suo lavoro.

È stato necessario scoprire tutti i passaggi della sua esperienza per poter capire come sia arrivata ai giorni nostri con un'idea unica nel territorio!

Nasce come geometra, ma nel 1997, galeotto fu l'incontro rivelatore con una professionista che le fece scoprire il design degli interni. "Fu allora che capii di voler passare dal freddo mondo degli involucri a quello più caldo e morbido degli interni".

Inizia così la sua carriera di progettista d'interni collaborando con architetti, realtà locali del settore dell'arredo ed altri professionisti del settore edile, accompagnando i clienti da sempre passo dopo passo dal progetto, nelle varie fasi della realizzazione, fino alla scelta degli arredi, delle finiture e di ogni complemento. Nel 2009, la passione per il suo lavoro la spinge a realizzare uno dei primi siti web dedicati alla consulenza e alla progettazione d'interni on-line.

In the magical setting of Santa Maria degli Angeli I discovered a very interesting and unique showroom, an unusual space dedicated to the home seen in its entirety. The owner, Gina Ambrosi, has set it up with passion and enthusiasm; I perceived this from the outside and then breathed deeply when I entered and I was able to listen to the story of commitment, imagination and passion for her work.

It was necessary to discover all the steps of her experience in order to understand how she got to our days with a unique idea in the area!

She started out as a surveyor, but in 1997, she was convicted by the revealing encounter with a professional who made her discover interior design. "It was then that I knew I wanted to move from the cold world of enclosures to the warmer, softer world of interiors."

Thus began her career as an interior designer collaborating with architects, local companies in the furniture sector and other professionals in the construction sector, always accompanying customers step by step from the project, in the various stages of construction, up to the choice of furnishings, finishes and every accessory. In 2009, her

Mi racconta che all'epoca i blog erano dei punti di riferimento per gli utenti in cerca di consigli e proposte d'arredo e Gina riusciva ad esaudire anche quel tipo di richiesta, svalicando quindi i confini del territorio umbro con la sua professionalità. È stato questo l'input che ha dato vita al suo primo vero studio di progettazione, aperto a Bastia Umbra nel 2013.

Eppure il suo sogno, era da sempre quello di poter unire la teoria e l'astrattismo del design con una mostra – che fosse fisicamente in grado di offrire ai propri clienti esperienze sensoriali e visive.

Gina, questa è la sua sensibilità – vede da sempre la 'casa' come un abito da modellare su misura: "Ogni casa è diversa poiché ogni persona che la abiterà lo è!". Così nel 2018 inaugura il suo Atelier d'interni unendo lo studio di progettazione ad uno show-room di 175mq, definito da lei stessa un laboratorio sartoriale e proprio in vetrina ho notato una vecchia Singer, a testimoniare la forte volontà di esprimere questo concetto.

Queste premesse sono doverose per descrivere il servizio di questo elegante Atelier, dove Gina Ambrosi quotidianamente, progetta, ristruttura e arreda con esperienza e professionalità ultraventennale ogni tipologia di spazio.

Il servizio di progettazione è chiaramente la base: "Comprendendo e interpretando le idee, le esigenze e le aspettative del committente, metto in ordine ogni elemento, componendo il puzzle che, grazie anche alla sofisticata grafica 3D oggi a disposizione, dà vita ad un'abitazione personalizzata e concepita su misura per le sue esigenze e le sue preferenze di stile, permettendogli di visualizzare, ogni ambiente finito di tutti i dettagli, dal pavimento all'arredo, ai tendaggi, fino all'illuminazione, ancor prima di iniziare qualsiasi tipologia di intervento".

Mi racconta che il cuore del suo lavoro è oggi proprio la

passion for her work led her to create one of the first websites dedicated to online interior design and consultancy.

She tells me that at the time blogs were points of reference for users looking for advice and furnishing proposals and Gina was able to fulfill that type of request as well, thus crossing the borders of the Umbrian territory with her professionalism. This was the input that gave life to her first real design studio, opened in Bastia Umbra in 2013. Yet her dream has always been to be able to combine the theory and abstractionism of design with an exhibition – one that would be physically able to offer its customers sensory and visual experiences.

Gina, this is her sensitivity – has always seen the 'house' as a dress to be tailor-made: "Every house is different because every person who will live in it is!". So in 2018 she inaugurated her interior atelier by combining the design studio with a 175sqm showroom, defined by herself as a tailoring workshop and right in the window I noticed an old Singer, testifying to the strong desire to express this concept.

These premises are necessary to describe the service of this elegant Atelier, where Gina Ambrosi designs, renovates and furnishes every type of space with over twenty years of experience and professionalism for over twenty years.

The design service is clearly the basis: "Understanding and interpreting the ideas, needs and expectations of the client, I put each element in order, composing the puzzle which, thanks also to the sophisticated 3D graphics available today, gives life to a personalized home tailored to his needs and style preferences, allowing him to visualize every finished environment of all the details, from the floor to the furniture, to the curtains, up to the lighting, even before starting any type of intervention".



ristrutturazione: infatti il servizio che Atelier d'Interni offre è un "chiavi in mano", liberando così il cliente da ogni pensiero, supportando tutte le fasi, interfacciandosi con le imprese (grazie a consolidate collaborazioni con tecnici specializzati) che eseguono i lavori, assicurandosi che siano fatti secondo il progetto e a regola d'arte. Lo Showroom diventa quindi il punto focale dove Gina, con accoglienza, si mette a disposizione della clientela per comprendere le aspettative e le esigenze per poi iniziare la fase di scelta di ogni elemento.

Al suo interno presenta una materioteca di finiture per pavimenti e rivestimenti, sanitari, rubinetterie, una selezione di arredi e complementi di qualità, per mostrare le ultime tendenze di stile e le novità del design tramite colori, finiture, materiali e arredi da selezionare, abbinare e miscelare sapientemente.

"Il mio spazio espositivo vuole essere anche una presentazione delle novità del settore, con un occhio al futuro" ci dice Gina, che ama rinnovare frequentemente lo showroom proprio per permettere a tutti di scoprire le novità e di portarle nella propria casa. Le sue commissioni sono principalmente di natura privata, da appartamenti a ville e casali di campagna, occupandosi quindi sia di interni che di esterni – ma non mancano le progettazioni e forniture per esercizi commerciali, anche fuori regione.

L'elemento distintivo di Atelier d'Interni sta pertanto proprio nel servizio unico che offre. Il cliente ha la possibilità di affidarsi ad un'unica figura professionale e ad un unico fornitore per poter vedere realizzato il proprio sogno di casa, sollevandosi da ogni tensione e affaticamento, vivendo l'esperienza della realizzazione o della ristrutturazione in modo piacevole e gratificante. Per questo l'Atelier d'Interni ha scelto di ricevere su appuntamento, in modo da dedicare del tempo esclusivo necessario all'ascolto e alla comprensione delle singole esigenze.

She tells me that the heart of his work today is precisely the renovation: in fact, the service that Atelier d'Interni offers is a "turnkey", thus freeing the customer from any thought, supporting all phases, interfacing with the companies (thanks to consolidated collaborations with specialized technicians) who carry out the work, making sure that they are done according to the project and in a workmanlike manner. The Showroom then becomes the focal point where Gina, with hospitality, makes herself available to customers to understand their expectations and needs and then begin the phase of choosing each element.

Inside it has a materials library of finishes for floors and walls, sanitary ware, taps, a selection of quality furnishings and accessories, to show the latest style trends and design innovations through colours, finishes, materials and furnishings to be selected, combined and mixed wisely.

"My exhibition space also wants to be a presentation of the news in the sector, with an eye to the future" says Gina, who loves to frequently renovate the showroom precisely to allow everyone to discover the updates and bring them into their homes. Her commissions are mainly of a private nature, from apartments to villas and country houses, thus dealing with both interiors and exteriors – but there is no shortage of designs and supplies for commercial establishments, even outside the region.

The distinctive element of Atelier d'Interni therefore lies precisely in the unique service it offers. The customer has the opportunity to rely on a single professional figure and a single supplier to be able to see his dream of home come true, relieving himself of any tension and fatigue, living the experience of construction or renovation in a pleasant and rewarding way. For this reason, the Interior Atelier has



"La casa, come un abito, ci veste parla di noi; pertanto, deve essere progettata e realizzata come un abito ben fatto dal sarto, con criterio, empatia, responsabilità e sensorialità."
Gina Ambrosi

chosen to receive by appointment, in order to dedicate the exclusive time necessary to listen and understand individual needs.

"The house, like a dress, dresses us, speaks of us; therefore, it must be designed and made like a well-made suit by the tailor, with criteria, empathy, responsibility and sensoriality."
Gina Ambrosi

Info:

Atelier D'Interni

Via Los Angeles, 100 • 06081, Santa Maria degli Angeli PG
Tel. +39 366 454 1063 • www.atelierinterni.it • info@atelierinterni.it



La sala interna

BOSONE GARDEN, UN VIAGGIO NEL TEMPO E NEI SAPORI

Bosone Garden, a journey through time and flavors

DI PAOLA BUTERA

Nel cuore del centro storico di Gubbio, a pochi passi dalla maestosa Piazza Grande, si nasconde un luogo magico: il ristorante Bosone Garden. Immerso tra i palazzi medievali che raccontano secoli di storia, questo gioiello della Mencarelli Group è l'espressione autentica dell'antica tradizione umbra nel mondo del cibo. Situato all'interno di uno dei palazzi storici appartenuti alle nobili famiglie eugubine, che ha ospitato persino Dante Alighieri, Bosone Garden è molto più di un semplice ristorante: è un viaggio nel tempo e nei sapori.

Al suo interno, due sale accolgono gli ospiti con atmosfere diverse ma ugualmente affascinanti. La sala interna, avvolta dal calore delle pietre a vista e dagli eleganti arredi d'epoca, può ospitare fino a duecento persone ed è il rifugio perfetto durante le stagioni più fredde. All'esterno, invece, il giardino pensile del palazzo nobiliare si trasforma in un'oasi verde rigogliosa in primavera ed estate, ideale per serate romantiche o banchetti raffinati immersi nella storia e nella natura.

Ogni piatto racconta la ricchezza della tradizione locale e regionale, con il tartufo come protagonista indiscusso della cucina. Qui ogni assaggio diventa un'esperienza unica che celebra la cultura enogastronomica e la bellezza senza tempo di Gubbio.

La vivace eclettica padrona di casa, Lisetta, invita i suoi ospiti a

In the heart of Gubbio's historic center, just steps away from the majestic Piazza Grande, lies a magical place: the Bosone Garden restaurant. Nestled among medieval buildings that narrate centuries of history, this gem of the Mencarelli Group is an authentic expression of the ancient Umbrian culinary tradition. Located within one of the historic palaces once owned by noble families of Gubbio and even hosting Dante Alighieri, Bosone Garden is much more than a mere restaurant: it is a journey through time and taste.

Inside, two rooms welcome guests with distinct yet equally captivating atmospheres. The interior room, enveloped by the warmth of exposed stone walls and elegant period furnishings, can accommodate up to two hundred people and serves as the perfect refuge during colder seasons. Outside, the hanging garden of the noble palace transforms into a lush green oasis in spring and summer, ideal for romantic evenings or refined banquets immersed in history and nature.

Each dish narrates the richness of local and regional tradition, with truffle as the undisputed protagonist of the cuisine. Here, every tasting becomes a unique experience that celebrates the enogastronomic culture and the timeless beauty of Gubbio. The lively and eclectic hostess, Lisetta, invites her guests to discover the authentic flavors of the Eugubino territory,



Angoli romantici

scoprire i sapori autentici del territorio Eugubino, reinterpretati con un tocco di innovazione. Con una cura speciale per le materie prime, ogni piatto è preparato seguendo la stagionalità e la tradizione, garantendo così sempre freschezza e qualità eccellente. Ogni tipo di pasta presente nel menù, per esempio, è fatto rigorosamente in casa, riportando chi assapora quei piatti a un tempo antico, dove il gusto ritrovato si fonde con un'atmosfera ricca di storia e magia. Venire al Bosone Garden significa immergersi in un luogo dove l'esclusività e la raffinatezza si intrecciano armoniosamente con i sapori del passato e l'autenticità del presente.

reinterpreted with a touch of innovation. With special care for raw materials, each dish is prepared following seasonality and tradition, thus always ensuring freshness and excellent quality. Every type of pasta on the menu, for example, is strictly homemade, transporting those who savor these dishes back to an ancient time where rediscovered taste blends with an atmosphere rich in history and magic. Visiting Bosone Garden means immersing oneself in a place where exclusivity and refinement harmoniously intertwine with the flavors of the past and the authenticity of the present.

Info:

Bosone Garden

Via Mastro Giorgio, 1 · 06024. Gubbio PG
Tel +39 075 922 1246 · info@ristorantebosonegarden.com



Gnocchetti di patate mantecati con mascarpone e zafferano di Gubbio, guanciola croccante e polvere di cacao



Antipasto vitel tonne' con fior di capperi e cipolla marinata



GOLOSITÀ UMBRE, GENTE
D'APPENNINO

'Golosità Umbre', People of the Apennines

DI PAOLA BUTERA

Dal banco alla tavola, la scelta della carne da gustare sul posto



Nei frigoriferi a vista, tagli per una scelta condivisa

Siamo tornati dai nostri amici Silvia e Marcello – i due fratelli gestori di 'Golosità Umbre', cultori del gusto e dell'autenticità tipici dell'Umbria interna. Dalla raccolta dei prodotti tipici, conservati e freschi, fino agli insaccati e ai formaggi locali, dal ristorante apprezzatissimo per la pausa pranzo – questa volta volgiamo il nostro sguardo alla macelleria che seleziona pregiati tagli locali, salumeria tradizionale, il ritrovato quinto quarto e gastronomia pronta a cuocere.

Allora vediamo cosa ne pensa il 'nostro' Marcello delle mode del momento: "Beh io vado un po' controcorrente a quello che è il mercato; tutti quanti, ultimamente, subiscono il fascino della Chianina o comunque della razza in purezza. Tutto questo qui non è semplicemente possibile! Ci serviamo dagli allevatori locali che hanno un po' di tutto... hanno sì la Chianina, ma ci sono certamente altre eccellenti razze da carne. Ci veniamo dunque incontro, a seconda della disponibilità e si fanno delle grandi 'scoperte' in merito agli allevamenti. Intendiamoci: non è che la Chianina sia meno buona, non dico questo e la apprezzo. Tuttavia la carne può risultare troppo muscolosa, dura, dipende chiaramente anche da dove viene".

Insomma, diciamo noi, il fatto che costi di più e che si sia affermata nel mercato nazionale, non significa che sia la migliore. Io la penso proprio come lui.

Ci sono poi in esposizione boutique delle bellissime bistecche, con diverse frollature. "Cosa puoi dirci di questa vetrina: Anche questa una moda del momento?"

"Sì, le frollature non sono eccessive, direi ben calibrate come un buon macellaio dovrebbe sapere. Estremizzare le frollature, anche in questo caso, direi che sia un eccesso 'modaiolo' da evitare. In realtà queste bistecche in vetrina che si vedono nei locali non sono che una 'trovata commerciale', in quanto il macellaio ha sempre frollato le bistecche con mestiere, dietro le quinte – solo che invece di tenerle in cella

We went back to our friends Silvia and Marcello – the two siblings who run 'Golosità Umbre', lovers of taste and authenticity typical of inland Umbria. From the collection of typical, preserved and fresh products to local sausages and cheese, from the highly appreciated restaurant for the lunch break – this time we turn our gaze to the butcher shop that selects fine local cuts, traditional charcuterie, the rediscovered fifth quarter and ready-to-cook gastronomy.

So let's see what 'our' Marcello thinks of the fashions of the moment: "Well, I go a bit against the tide of what the market is; all of them, lately, are fascinated by the Chianina or in any case by the purebred breed. All this is simply not possible here! We use local breeders who have a little bit of everything... they do have the Chianina, but there are certainly other excellent meat breeds. We therefore meet each other, depending on availability and great 'discoveries' are made about farms. Let's be clear: it's not that Chianina is less good, I don't say that and I appreciate it. However, the meat can be too muscular, tough, it also depends clearly on where it comes from".

In short, we say, the fact that it costs more and that it has established itself in the national market does not mean that it is the best. I think just like him.

There are also on display beautiful boutique steaks, with different maturations. "What can you tell us about this showcase: Is this also a fashion of the moment?"

"Yes, maturations are not excessive, I would say well calibrated as a good butcher should know. Taking maturations to the extreme, even in this case, I would say is a 'fashionable' excess to be avoided. In reality, these steaks in the window that you see in the premises are nothing more



I salumi non possono mancare, ampia scelta di qualità

frigorifera, che non le vedeva nessuno, adesso si espongono perché questo si richiede".

Perché si devono vedere, appunto. Le mode si costruiscono anche con la proposta costante, devono essere sotto gli occhi: "Ma quelle lì, che ho in esposizione anche io, sono le stesse bistecche dei bovini che si macellano. Qui non troverai una carne di provenienza estera. Non è che c'è una carne polacca. E no! C'è la carne di Peppe, di Francesco e compagnia bella".

Poi prosegue: "È chiaro che qualche volta uno vorrebbe magari una carne più marezzata, è comprensibile. Ma per rilanciare e sostenere l'economia circolare, locale, l'allevatore sa che tu gli prendi dieci vitelli l'anno – e quelli sono! Non è che dici, questo non te lo prendo perché so che è magro. Glielo devi prendere".

Ci affascina ma non ci stupisce la sua fedeltà al territorio e alla sua gente: "Ma poi francamente, se vieni a mangiare in un posto del genere, devi essere espressione del territorio. È inutile che si trovi il Wagyu giapponese", rincarà.

"Puoi mangiarla nelle città, togliendoti lo sfizio. Quando mi dicono che non vogliono la carne in vetrina ma quella della cella di frullatura, dico di sì – se non piace il taglio, posso accontentarti alla vecchia maniera".

"E tu Marcello, cos'è che ti piace più mangiare?". "Allora, i macellai in genere non mangiano mai filetti. Innanzitutto, perché li devi vendere, no?" Se la ride... "Ma non è questo. Certo mi piace una buona bistecca, quanto un buon filetto, ma preferisco una carne cucinata. Quindi uno spezzatino, oppure un brasato. Tanto che devi essere pure bravo a farlo, tutto sommato ti ci devi dedicare un po'. Non è una cosa esagerata, no?"

Apprezzo decisamente la velata, acuta, attualissima ironia della modernità senza 'fatica' – con tutti i suoi comfort e i suoi limiti.

"Noi mangiamo tanti secondi tagli, buoni – continua – che

than a 'commercial gimmick', as the butcher has always used the steaks with skill, behind the scenes – only instead of keeping them in cold storage, which no one saw them, now they are exposed because this is required".

Because they have to be seen, in fact. Fashions are also built with constant proposal, they must be under the eyes: "But those there, which I also have on display, are the same steaks of cattle that are butchered. You won't find meat from abroad here. There is no 'Polish' meat. There is the meat of Peppe, Francesco and company!"

Then he continues: "It is clear that sometimes one would perhaps like a more marbled meat, it is understandable. But to revive and support the circular, local economy, the farmer knows that you get ten calves a year – and those are! It's not that you say, I don't take this because I know he's thin. You have to take it from him".

We are fascinated but not surprised by his loyalty to the territory and its people: "But then frankly, if you come to eat in a place like this, you have to be an expression of the territory. It is useless to find Japanese Wagyu," he adds.

"You can eat it in the cities, taking away your whim. When they tell me they don't want meat in the window but that of the blending cell, I say yes – if they don't like the cut, I can satisfy you the old-fashioned way".

"And you, Marcello, what is it that you like to eat the most?". "Well, butchers generally never eat fillets. First of all, you have to sell them, right?" He laughs about it... "But that's not it. Of course I like a good steak, as much as a good fillet, but I prefer cooked meat. Then a stew, or a braised meat. So much so that you have to be good at it, all in all you have to dedicate yourself to it a little. It's not an exaggeration, is it?"

I definitely appreciate the veiled, sharp, very current irony



Una selezione di prodotti già pronti da cucinare a casa

magari la gente scarta perché hanno il nervetto, o un filo di grasso in più. Un po' come il bachino sulla mela, no? "Esatto".

Non si comprende come in natura un frutto, quanto un taglio di carne perfetto, abbiano dei limiti biologici, non siano autentici.

"Amo e propongo il quinto quarto, i cosiddetti tagli poveri – che poveri non sono – sono gustosi il fegato, la trippa... poi i bolliti sono buonissimi, ne vado matto!"

Va bene, io mi dichiaro soddisfatto.

"Ti dichiaro colpevole?"

"No, no, mi dichiaro soddisfatto. È stata proprio una bella conversazione".

"Ma lo sai che ti devo fare una foto, eh?"

"Questo è più difficile!"

of modernity without 'fatigue' – with all its comforts and its limits.

"We eat many good second cuts," he continues, "that maybe people discard because they have a nerve, or a little more fat." A bit like the little worm on the apple, isn't it? "Exactly".

It is not understood how in nature a fruit, as well as a perfect cut of meat, have biological limits, are not authentic.

"I love and propose the 'Fifth Quarter', the so-called poor cuts – which are not poor – liver, tripe are tasty ... then the boiled meats are delicious, I'm crazy about them!"

Okay, I declare myself satisfied.

"Are you pleading guilty?"

"No, no, I declare myself satisfied. It was a really good conversation."

"But you know I have to take a picture of you, huh?"

"This is harder!"

Info:

Golosità Umbre

Via Eugubina, 45 · 06022, Fossato di Vico PG

Tel +39 339 234 6870 (È consigliata la prenotazione a pranzo per il ristorante)



Marcello mentre serve della porchetta

TERRE DI GIORGIO

Giorgio's Land

A CURA DELLA REDAZIONE





Agricoltura biologica e cucina d'autore nel cuore della Val d'Orcia.

La storia e la filosofia

La terra e i suoi frutti, la passione e la visione d'impresa: Terre di GIORGIO è un'azienda agricola e vitivinicola che unisce tradizione e innovazione. Un casale storico, Villa la Palazzetta, trasformata in agriturismo, circondata da vigneti, uliveti, orti profumati e campi di zafferano, nel cuore della Val d'Orcia, patrimonio UNESCO, con vista sul Monte Amiata.

«Abbiamo scoperto questo luogo magico nel 2019 - spiega Alberto Giorgio, titolare anche di uno studio di ingegneria forense -; da sempre sono appassionati del buon cibo, del vino, della natura e dei progetti innovativi. In questo luogo ho trovato una nuova sfida: territori ideali per produrre un gran vino e per creare ospitalità di alto livello». Nel 2019, dunque, Alberto Giorgio scopre questi luoghi, intuendo le sconfinde potenzialità: «Castiglione d'Orcia è il più bello e al contempo il meno valorizzato dei paesi, insieme a mia moglie Maja abbiamo trovato questo spazio meraviglioso, ci siamo circondati di personale capace e affidabile, e il resto è tutto intorno». Il resto, appunto, è la storia di Terre di Giorgio.

Agriturismo

L'agriturismo, dotato di ogni comfort, è un cespite storico tra la Val d'Orcia e l'Amiata, comprendente otto camere, due suites e un ristorante, era il casino di caccia della Contea del Vivo, residenza storica dei conti Cervini, circondato da due ettari di parco, boschi secolari che circondano la proprietà e una piscina di quindici metri incastonata in un contesto naturalistico

History and Philosophy

The land and its fruits, passion and entrepreneurial vision: Terre di GIORGIO is a farming and winemaking estate that blends tradition and innovation. A historic farmhouse, Villa La Palazzetta, has been transformed into a charming agriturismo, surrounded by vineyards, olive groves, fragrant gardens, and saffron fields, in the heart of the UNESCO World Heritage Val d'Orcia, overlooking Mount Amiata.

"We discovered this magical place in 2019," explains Alberto Giorgio - also the owner of a forensic engineering firm. "I have always been passionate about good food, wine, nature, and innovative projects. Here I found a new challenge: land perfectly suited for producing great wine and for creating top-level hospitality."

In 2019, Alberto Giorgio and his wife Maja recognized the untapped potential of Castiglione d'Orcia: "It is the most beautiful yet least celebrated of the villages. Together, we found this extraordinary estate, surrounded ourselves with a capable and reliable team, and everything else followed." That "everything else" is what today defines Terre di Giorgio.

The Farmhouse

Equipped with every comfort, the agriturismo is a historic estate between the Val d'Orcia and Mount Amiata, featuring eight rooms, two suites, and a restaurant. Once the hunting lodge of the County of Vivo, residence of the noble Cervini family, the property is set within two hectares of parkland and centuries-old woods, with a fifteen-meter pool nestled in a unique natural setting among gardens, orchards, flowers, and



unico, tra gli orti, i frutteti, i fiori e il campo di zafferano dove è possibile effettuare ogni tipo di sport all'aperto. Le otto camere e le due suite combinano eleganza toscana e comfort moderni. La terrazza panoramica si affaccia sulla piscina e sull'antico vulcano del Monte Amiata. «In questo contesto unico al mondo, è possibile degustare i vini prodotti dall'azienda, accompagnati dai prodotti della nostra cucina o fare un aperitivo indimenticabile con vista sul Monte Amiata. L'azienda ha un corpo di 110 ettari e numerosi casolari adibiti alle funzioni aziendali, fra i quali un mulino di prossima apertura nel quale lavorare i grani e i cereali autoprodotti e l'agriturismo come punto centrale dell'azienda». Qui, lontano dalle strade, regna un silenzio autentico: di notte si ammirano tutte le costellazioni, accompagnati solo dal canto delle rane, mentre di giorno il suono è quello delle mandrie al pascolo. Un'esperienza che tocca lo spirito, la Toscana al suo splendore.

Vini biologici

«Abbiamo rilevato vari vigneti, portandoli al loro massimo splendore e ne abbiamo impiantati di nuovi seguendo le migliori pratiche agronomiche, anche alla luce del cambiamento climatico, privilegiando le migliori esposizioni e scegliendo le necessarie lavorazioni al fine di permettere vendemmie ottobrine, le uniche che possono garantire un prodotto di altissima qualità grazie all'escursione termica garantita dall'essere alle pendici del monte Amiata. Ad oggi produciamo il Calus (con tre annate già in cantina, di cui la prima del 2021) un super cru di Sangiovese in purezza le cui uve sono prodotte da una sola vigna (vigna Diana). Calus è

saffron fields - an ideal place for outdoor activities.

The rooms and suites combine Tuscan elegance with modern comfort. The panoramic terrace overlooks both the pool and the ancient volcano of Mount Amiata.

"In this one-of-a-kind setting, guests can taste our estate wines paired with dishes from our kitchen, or enjoy an unforgettable aperitivo with views of Mount Amiata. The estate extends over 110 hectares and includes several farmhouses dedicated to agricultural activities, among them a soon-to-open mill for processing our own grains and cereals, with the agriturismo as the estate's central hub."

Here, far from the roads, silence reigns. At night, the sky is filled with constellations, accompanied only by the croaking of frogs; by day, the sound of grazing herds. An experience that nourishes the spirit: Tuscany in its purest splendor.

Organic Wines

"We restored several vineyards to their full potential and planted new ones, following the best agronomic practices while also adapting to climate change—selecting the finest exposures and cultivation methods to allow October harvests. Only autumn's temperature shifts at the foot of Mount Amiata can guarantee wines of exceptional quality.

Today we produce Calus (with three vintages already in the cellar, the first in 2021), a pure Sangiovese super cru sourced from a single vineyard (Vigna Diana). Calus is an Etruscan word dear to us, honoring those who inhabited these lands before us. Another vineyard in full production (Vigna delle Querce) will yield our Terre di GIORGIO label, designed to be the wine first



un termine etrusco a noi molto caro che intende omaggiare chi ha abitato le terre di Giorgio prima di noi. Abbiamo anche un altro vigneto in piena produzione (vigna delle Querce) dal quale produrremo il vino Terre di GIORGIO con l'obiettivo di servire il primo calice ai nostri avventori. Produciamo inoltre un rosato nature, Diana, con uve 100% Sangiovese. Nei prossimi anni sarà possibile assaggiare nella nostra tenuta anche vini da uve Cabernet Franc, Vermentino, Merlot, Petit Verdot, Pinot Nero, Pinot Grigio e Chardonnay. Ogni nostro vino nasce da una sola vigna e da una sola varietà: la nostra filosofia del super cru. I terreni che coltiviamo sono argillosi - difficili da lavorare - ma ricchi di minerali derivati dagli oceani del periodo del Pliocene, che generano vini di alta qualità destinati a un lungo affinamento. Vini dal gran corpo con profumi intensi e una capacità di invecchiamento da oltre vent'anni».

Le bottiglie, eleganti, biologiche e sempre prestigiose, si possono degustare e acquistare esclusivamente presso la nostra azienda. Questi vini sono l'espressione diretta del territorio e dell'annata, frutto di una cura maniacale di ogni processo, dall'impianto delle vigne alla raccolta. Tutte le produzioni agricole sono seguite dal fattore Gianfranco Moi.

Olio e zafferano

Accanto al vino, Terre di GIORGIO produce un olio extravergine da olivi plurisecolari - DOP Terre di Siena - e zafferano di prima categoria da stimmi purissimi, frutto di un lavoro meticoloso e artigianale.

Cucina

poured for our guests. We also produce Diana, a natural rosé, 100% Sangiovese.

In the coming years, visitors will also be able to taste wines from Cabernet Franc, Vermentino, Merlot, Petit Verdot, Pinot Noir, Pinot Grigio, and Chardonnay. Every wine we make comes from a single vineyard and a single grape variety - our super cru philosophy.

Our soils are clay-based—difficult to work, yet rich in minerals from the Pliocene seas—producing wines of great structure, intense aromas, and remarkable longevity, capable of aging for over twenty years.”

Elegant, organic, and refined, the wines can be tasted and purchased exclusively at the estate. Each bottle reflects the terroir and the vintage, the result of meticulous attention to every stage of the process, from vineyard planting to harvest. All farming activities are overseen by estate manager Gianfranco Moi.

Olive Oil and Saffron

Alongside wine, Terre di GIORGIO produces extra-virgin olive oil from centuries-old groves - certified POD Terre di Siena - and top-grade saffron from pure hand-harvested stigmas, the fruit of meticulous artisanal care.

Cuisine

The kitchen at Terre di GIORGIO is led by Chef Maurizio D'Incognito, who transforms the estate's organic products into creative and memorable dishes. Each proposal is born in harmony with the agricultural cycle, blending tradition



La cucina

La cucina di Terre di GIORGIO è guidata dallo Chef Maurizio D'Incognito, che interpreta le materie prime biologiche dell'azienda trasformandole in piatti creativi e memorabili. Ogni proposta nasce in perfetta sinergia con i prodotti agricoli, unendo tradizione e innovazione per offrire esperienze gastronomiche autentiche e raffinate.

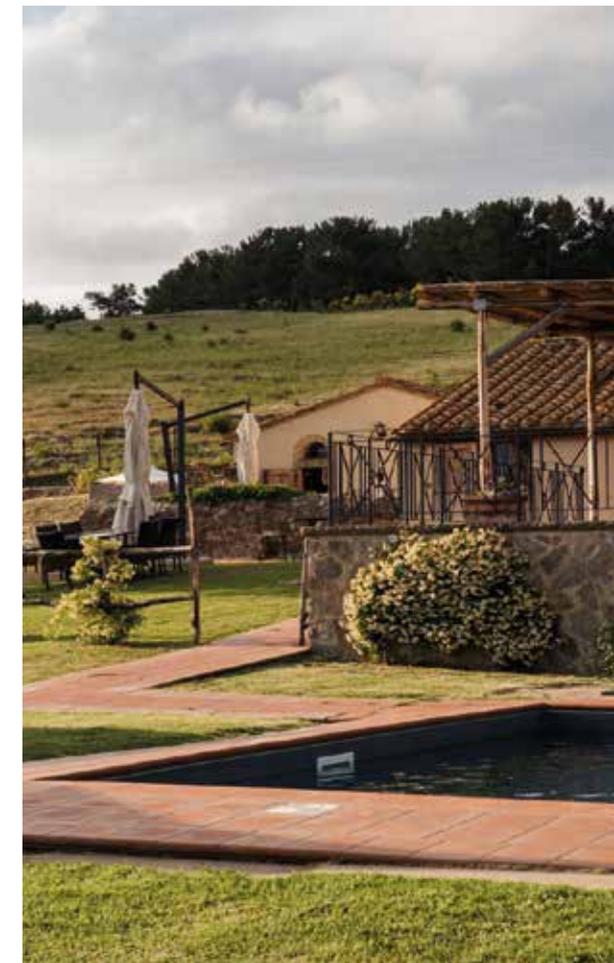
La filosofia dello Chef riflette quella aziendale: valorizzare la Val d'Orcia e i suoi ingredienti attraverso una cucina che sorprende senza mai tradire le radici del territorio.

L'agriturismo è anche cornice ideale per occasioni speciali, dalle cene romantiche agli eventi privati. In sala, l'accoglienza è affidata al maître Giulio Capecchi, originario della Val d'Orcia e custode dei suoi valori, che accompagna gli ospiti in un percorso di convivialità, eleganza e cura del dettaglio.

Da sapere

Nella Tenuta Terre di GIORGIO è possibile acquistare in esclusiva i nostri prodotti: vini, grappa, olio, zafferano e, a breve, cereali e farine da grani antichi.

«Tutto ciò che nasce qui racconta la nostra filosofia: rispetto per la terra, qualità assoluta e autenticità».



and innovation to deliver authentic and refined gastronomic experiences.

The chef's philosophy mirrors that of the estate: celebrating the Val d'Orcia and its ingredients through a cuisine that surprises without ever betraying the land's roots.

The agriturismo is also the perfect setting for special occasions, from romantic dinners to private events. In the dining room, maître Giulio Capecchi - himself from the Val d'Orcia and a guardian of its values—welcomes guests with elegance, conviviality, and attention to detail.

Good to Know

At the Terre di GIORGIO estate, guests can exclusively purchase our products: wines, grappa, olive oil, saffron, and soon cereals and flours from ancient grains.

Info:

Terre di Giorgio, Val d'Orcia - Agriturismo Villa La Palazzetta
Tel. +39 0577 1607 589 · prenotazioni@giorgio.land · www.giorgio.land



LA TRIPPA TRA MEMORIA E RINASCITA GOURMET

Tripe Between Memory
and Gourmet Revival

DI LORENZO DIAMANTINI

C'è un filo sottile che lega i piatti della memoria a quelli dell'alta cucina. Basta uno sguardo diverso, un gesto nuovo, e ciò che per secoli ha riempito le scodelle dei contadini diventa protagonista di una tavola raffinata. La trippa, in Umbria come altrove, appartiene alla cucina della parsimonia: un quinto quarto destinato alle famiglie povere, trasformato con pazienza in pietanza sostanziosa e confortante.

Un tempo si cucinava in grandi pentoloni durante le feste paesane, accompagnata dai fagioli cannellini, regina di sagre e pranzi domenicali. Oggi, purtroppo, la trippa è rimasta spesso confinata a quelle occasioni, percepita come troppo rustica, legata a un gusto antico. Ma è proprio qui che entra in gioco la sfida: nobilitare ciò che è umile, restituire dignità e bellezza a un piatto che appartiene alla nostra identità. La trippa e fagioli è memoria viva delle campagne eugubine. Nelle case contadine, mentre le donne la cuocivano lentamente con pomodoro e odori, i bambini intingevano il pane nel tegame ancora fumante. Era un piatto che radunava, scaldava e nutriva. Oggi possiamo riproporlo in una chiave nuova, sfruttando ingredienti stagionali e locali di settembre: la dolcezza della zucca appena raccolta, la cremosità dei cannellini, l'intensità dei porcini secchi, la croccantezza delle nocciole umbre.

Così nasce questa versione: la trippa, saltata in una crema di zucca profumata all'aglio, accoglie la nappatura di una vellutata di cannellini. I porcini, rinvenuti e rosolati, aggiungono il bosco, mentre le nocciole tostate e i semi di senape regalano contrasti e materia. Un velo di polvere di pomodoro, infine, porta acidità e colore, quasi fosse un ricamo sul piatto. È un omaggio alla tradizione contadina che diventa racconto contemporaneo, dove il rispetto per gli ingredienti locali incontra la volontà di restituire dignità a un piatto troppo a lungo relegato al folklore.

There exists a subtle connection that links traditional dishes to haute cuisine. A different perspective, a novel approach, can transform what for centuries filled the bowls of peasants into the centerpiece of an elegant table. Tripe, in Umbria as elsewhere, belongs to the cuisine of frugality: a fifth quarter cut designated for impoverished families, patiently transformed into a hearty and comforting dish.

In the past, it was cooked in large pots during village festivals, accompanied by cannellini beans, reigning over local fairs and Sunday lunches. Unfortunately, today tripe often remains confined to such occasions, perceived as too rustic and associated with an old-fashioned taste. However, this is precisely where the challenge lies: to elevate what is humble, restoring dignity and beauty to a dish that forms part of our identity. Tripe with beans is a living memory of the Eugubine countryside. In peasant homes, while women slowly cooked it with tomato and herbs, children would dip bread into the still steaming pot. It was a dish that gathered people together, warmed them, and nourished them. Today we can reinterpret it in a new way by utilizing seasonal and local September ingredients: the sweetness of freshly harvested pumpkin, the creaminess of cannellini beans, the intensity of dried porcini mushrooms, and the crunchiness of Umbrian hazelnuts. This version originates as follows: the tripe, sautéed in a pumpkin cream infused with garlic, is complemented by a coating of cannellini bean velouté. The porcini mushrooms, rehydrated and sautéed, introduce an element reminiscent of the forest, while toasted hazelnuts and mustard seeds provide contrast and texture. A fine dusting of dried tomato powder finally adds acidity and color, resembling an intricate embellishment on the plate. This dish pays tribute to rural tradition while presenting a contemporary narrative, where respect for local ingredients meets the intention to restore dignity to a dish long relegated to folklore.

TRIPPA CON CREMA DI ZUCCA E CANNELLINI, PORCINI E NOCCIOLE



INGREDIENTI (per 4 persone)

- 800 g di trippa di vitello cruda (foiolo e centopelli)
- 400 g di zucca fresca
- 250 g di fagioli cannellini secchi
- 200 g di porcini freschi (o 30 g secchi)
- 1 spicchio d'aglio in camicia
- 1 cipolla dorata
- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 1 foglia di alloro
- 40 g di nocciole tostate umbre
- 1 cucchiaino di semi di senape
- Polvere di pomodoro essiccato q.b.
- Olio extravergine d'oliva umbro
- Sale e pepe q.b.

TRIPPE WITH PUMPKIN AND CANNELLINI CREAM, PORCINI MUSHROOMS, AND HAZELNUTS

INGREDIENTS (for 4 people)

- 800 g raw veal tripe (foiolo and centopelli)
- 400 g fresh pumpkin
- 250 g dried cannellini beans
- 200 g fresh porcini mushrooms (or 30 g dried)
- 1 garlic clove in its skin
- 1 yellow onion
- 1 carrot
- 1 celery stalk
- 1 bay leaf
- 40 g toasted Umbrian hazelnuts
- 1 teaspoon mustard seeds
- Dried tomato powder as needed
- Umbrian extra virgin olive oil
- Salt and pepper as needed

PROCEDURE

Preparation of the tripe

1. Rinse the tripe thoroughly under running water, then boil it in plenty of salted water with celery, carrot, onion, and bay leaf for approximately one and a half to two hours, until tender.
2. Drain it, allow it to cool slightly, and cut it into thin strips.



PROCEDIMENTO

Preparazione della trippa

1. Sciacquare bene la trippa sotto acqua corrente, poi lessarla in abbondante acqua salata con sedano, carota, cipolla e alloro per circa 1 ora e mezza, 2 ore, fino a quando risulta tenera.
2. Scolarla, lasciarla intiepidire e tagliarla a listarelle sottili.

Preparazione dei cannellini

1. Mettere in ammollo i cannellini secchi in acqua fredda per almeno 12 ore.
2. Cuocerli in acqua leggermente salata con un filo d'olio e una foglia di alloro per circa 1 ora e mezza, finché risultano morbidi.
3. Scolarli (conservando parte della loro acqua) e frullarli fino a ottenere una vellutata liscia, aggiungendo poco olio e un mestolino della loro acqua di cottura.

Crema di zucca

1. Mondare la zucca, eliminando buccia e semi, e tagliarla a cubetti.
2. In una casseruola, far scaldare un filo d'olio con lo spicchio d'aglio in camicia leggermente schiacciato. Aggiungere la zucca, salare e cuocere con poca acqua fino a quando sarà morbida.
3. Rimuovere l'aglio e frullare fino a ottenere una crema liscia e vellutata.

Porcini

Se freschi: pulirli con un panno umido, tagliarli a fettine e saltarli in padella con poco olio e sale per cinque minuti.
Se secchi: metterli in ammollo in acqua tiepida per 20 minuti, poi scolarli e saltarli come sopra.

COMPOSIZIONE DEL PIATTO

1. In una padella larga, scaldare un filo d'olio e saltare le listarelle di trippa, unendo un mestolo di crema di zucca che la avvolgerà dolcemente.
2. Disporre sul piatto un fondo di crema di cannellini.
3. Adagiare sopra la trippa insaporita alla zucca.
4. Completare con i porcini, le nocciole spezzettate, i semi di senape e una spolverata di polvere di pomodoro.

ABBINAMENTO VINO

Un piatto che lega terra, bosco e memoria richiede un bianco importante e identitario: il Trebbiano Spoletino DOC, con le sue note erbacee e agrumate, la struttura ampia e la freschezza tesa, capace di armonizzare la dolcezza della zucca, la cremosità dei cannellini e l'intensità dei porcini.



Preparation of the cannellini beans

1. Soak the dried cannellini beans in cold water for at least 12 hours.
2. Cook them in lightly salted water with a drizzle of oil and a bay leaf for about one and a half hours, until soft.
3. Drain them (reserving some of the cooking water) and blend until smooth and velvety, adding a little oil and a ladleful of their cooking water.

Pumpkin cream

1. Prepare the pumpkin by removing the skin and seeds, then cut it into cubes.
2. In a saucepan, heat a drizzle of oil with a slightly crushed garlic clove in its skin. Add the pumpkin, season with salt, and cook with a small amount of water until tender.
3. Remove the garlic and blend until smooth and creamy.

Porcini mushrooms

If fresh: clean them with a damp cloth, slice them thinly, and sauté in a pan with a little oil and salt for five minutes.
If dried: soak them in warm water for 20 minutes, then drain and sauté as described above.

Composition of the dish

1. In a large pan, heat a drizzle of oil and sauté the strips of tripe, adding a ladle of pumpkin cream to gently coat them.
2. Arrange a base of cannellini bean cream on the plate.
3. Place the pumpkin-flavored tripe on top.
4. Finish with porcini mushrooms, chopped hazelnuts, mustard seeds, and a dusting of tomato powder.

Wine pairing

A dish that connects earth, forest, and memory calls for a significant and distinctive white wine: Trebbiano Spoletino DOC, with its herbal and citrus notes, broad structure, and crisp freshness, capable of harmonizing the sweetness of the pumpkin, the creaminess of the cannellini beans, and the intensity of the porcini mushrooms.

TRATTORIA LEA: UNA STORIA DI FAMIGLIA E AUTENTICA ACCOGLIENZA

Trattoria Lea: a Family Story and Authentic Welcoming

DI CATIA GIORNI

FUORI ZONA





Panoramica dei piatti tipici della trattoria

Vi è mai capitato di sentire l'odore del tartufo prima ancora di vedere il piatto? Succede ogni volta che si entra dalla "Trattoria Lea". Vogliamo raccontarvi il dietro le quinte di un locale in cui passato e futuro si mischiano come la farina e le uova sulla spianatoia: la storia di una trattoria che è casa, cuore, e laboratorio di cucina tipica umbra nel cuore di Città di Castello.

Valley Life: Partiamo dalla storia di questo locale. Cosa potete raccontarci?

Cristiano e Marco: "Era il 1986 quando tutto è cominciato, in via San Florido, grazie a mamma Lea e a papà Antonio. All'inizio eravamo in pochi, quaranta posti appena: con il passare del tempo, il ristorante è cresciuto con noi. Ogni restauro, ogni ampliamento – e sono stati almeno quattro, se la memoria non ci tradisce – aveva il sapore di una nuova sfida, ma anche di una festa. Poi, nel 2017, la grande svolta: il trasferimento in piazza Matteotti, l'unica piazza rinascimentale dell'Umbria. Un salto che ci ha dato visibilità, certo, ma anche una nuova energia. Non è stato facile lasciare il vecchio locale, ma la piazza ci ha accolto con il suo abbraccio ampio e luminoso. Da quaranta posti siamo passati a ottanta, novanta all'interno, e fino a cento all'esterno, tra la piazza e la veranda. La clientela turistica è aumentata, ma la nostra anima è rimasta la stessa".
Valley Life: E quest'anima si trova prima di tutto nei vostri piatti, a partire da quelli a base di funghi e tartufi, che sono il vostro cavallo di battaglia.

"Sì, senza dubbio, quelli a base di funghi e tartufi sono i nostri piatti simbolo. Sono loro che ci hanno reso riconoscibili, che ci legano al territorio dell'Alta Valle del Tevere e che continuano a portare gente da ogni parte del mondo. Il menù a base di tartufo è quasi un rito: bruschette, uova, tartare, fonduta,

Have you ever smelled the truffle before you even saw the dish? It happens every time you enter the "Trattoria Lea". We want to tell you the behind the scenes of a place where past and future mix like flour and eggs on a pastry board: the story of a trattoria that is home, heart, and laboratory of typical Umbrian cuisine in the heart of Città di Castello.

Valley Life: Let's start with the history of this place. What can you tell us?

Cristiano and Marco: "It was 1986 when it all began, in Via San Florido, thanks to mom Lea and dad Antonio. At the beginning there were only a few, just forty seats: as time went by, the restaurant grew with us. Every restoration, every expansion – and there were at least four, if memory serves us by it – had the flavour of a new challenge, but also of a party. Then, in 2017, the big turning point: the move to Piazza Matteotti, the only Renaissance square in Umbria. A leap that gave us visibility, of course, but also a new energy. It was not easy to leave the old place, but the square welcomed us with its wide and bright embrace. From forty seats we have gone to eighty, ninety inside, and up to a hundred outside, between the square and the veranda. The tourist clientele has increased, but our soul has remained the same".

Valley Life: And this 'soul' is found first of all in your dishes, starting with those based on mushrooms and truffles, which are your signature ones.

"Yes, without a doubt, those based on mushrooms and truffles are our symbolic dishes. They are the ones who have made us recognizable, who bind us to the territory of the Upper Tiber Valley and who continue to bring people from all over the world. The truffle-based menu is almost a ritual: bruschetta, eggs, tartare, fondue, tagliatelle, gnocchi, lambs



Un classico umbro, le tagliatelle ai porcini

tagliatelle, gnocchi, agnellotti e carni selezionate. E il bello è che qui, a Città di Castello, abbiamo la fortuna di lavorare con tutti i tipi di tartufo, dal bianco pregiato al nero di Norcia, fino allo scorzone estivo.

E un'altra delle nostre specialità è la pasta fatta a mano. Ricordiamo ancora quando, da bambini, vedevamo nostra madre impastare le tagliatelle la domenica mattina. Era un rito, quasi sacro che si ripete anche oggi, nel nostro laboratorio, dove continuiamo a preparare la pasta fresca artigianale ogni giorno. Le tagliatelle, gli gnocchi fatti con le patate di Pietralunga, i cappelletti in brodo (quelli 'originali della Lea', che sono diventati un must per chi ci conosce), gli agnellotti e i ravioli. Il laboratorio, che è in via San Florido dove era il locale storico, è aperto al pubblico, e ci si può recare per acquistare sia la pasta fatta in casa, che altri piatti pronti da asporto (per esempio, impasti per i crostini, vitello tonnato, etc...)"

Valley Life: L'artigianalità, quindi, che si sposa con un'attenzione fortissima alla qualità delle materie prime.

"Sì, ogni portata è pensata per valorizzare le materie prime selezionate, che scegliamo con grande cura. La carne, ad esempio, arriva da allevamenti locali: gli agnelli sono cresciuti sotto Monte Santa Maria, in un'azienda agricola che lavora solo per noi. Non lo pubblicizziamo mai abbastanza, ma chi assaggia il nostro agnello capisce subito la differenza. E le verdure? Solo fresche, di stagione, raccolte nei campi della zona. Niente surgelati, niente compromessi. La cucina tipica umbra è fatta di verità, e la verità si sente al palato.

C'è anche da dire che, con il passare degli anni, il gusto delle persone è cambiato. Un tempo si mangiava più salato, più forte. Oggi, abbiamo imparato ad alleggerire le ricette, a renderle più delicate, senza mai perdere l'anima della cucina



Il tartufo nella sua variante estiva

and selected meats. And the beauty is that here, in Città di Castello, we are lucky enough to work with all types of truffles, from the fine white to the black of Norcia, up to the summer scorzone.

And another of our specialties is handmade pasta. We still remember when, as children, we saw our mother kneading tagliatelle on Sunday mornings. It was an almost sacred ritual that is repeated even today, in our laboratory, where we continue to prepare fresh artisan pasta every day. Tagliatelle, gnocchi made with potatoes from Pietralunga, cappelletti in broth (the 'original ones of Lea', which have become a must for those who know us), agnellotti and ravioli. The laboratory, which is in via San Florido where the historic restaurant was, is open to the public, and you can go there to buy both homemade pasta and other ready-to-take away dishes (for example, dough for croutons, vitello tonnato, etc...)"

Valley Life: Hand-made procedure, therefore, which is combined with a very strong attention to the quality of raw materials.

"Yes, each course is designed to enhance the selected raw materials, which we choose with great care. The meat, for example, comes all local: the lambs grew up under Monte Santa Maria, on a farm that works only for us. We can't advertise it enough, but those who taste our lamb immediately understand the difference. And vegetables? Only fresh, seasonal, harvested in the fields of the area. No frozen foods, no compromises. Typical Umbrian cuisine is made of truth, and the truth can be felt on the palate. It must also be said that, over the years, people's tastes have changed. Once upon a time, people ate more salty, stronger. Today, we have learned to lighten the recipes, to



Uovo e tartufo, binomio perfetto



Marco e Cristiano Cuccarini



Storia fotografica de' La Lea

tradizionale umbra".
Valley Life: Una grande cucina, quindi, che va di pari passo con un servizio molto attento, grazie a tutte le persone che lavorano qua.

"Sì, la forza della Trattoria Lea sta proprio qui: in una squadra affiatata, che negli anni è rimasta stabile. C'è Federica, la Chica, che con la sua allegria e la sua voce porta un sorriso a chiunque. La sua serenata di compleanno è diventata un piccolo rito, un gesto che trasforma un pranzo o una cena in un ricordo speciale. In cucina c'è Hergis, per tutti Gigi, che ormai è con noi da sei anni. E ancora la compagna di Gigi, la Gigia, Monalisa e tutti gli altri ragazzi e ragazze che sono diventati parte della nostra famiglia allargata.

Non è solo questione di simpatia. È anche organizzazione, attenzione, rispetto per il tempo e le esigenze di chi si siede a tavola. Anche nei giorni di plenone, i tempi di attesa restano brevi. Non è magia, ma lavoro di squadra, esperienza, e quella cura che si vede nei dettagli: i piatti che arrivano insieme, i sorrisi che non mancano mai, la capacità di ascoltare e consigliare. La nostra trattoria è diventata un punto di riferimento anche per chi vuole organizzare degli eventi: battesimi, comunioni, matrimoni, compleanni, cene aziendali. Gli spazi sono versatili, sia all'interno – dove il calore è quello di una casa – sia all'esterno, nella cornice unica di Piazza Matteotti".

Valley Life: all'entrata, c'è una locandina con scritto "La Lea in giro": di cosa si tratta esattamente?

"Si tratta di un'opportunità in più che diamo a chi ama la nostra cucina, e vuole appunto portarla in una location in particolare. Un servizio di catering che ci permette di venire dove volete voi: un servizio di alta qualità, adatto a gruppi che non superino le 50 persone. Proprio per preservare al

make them more delicate, without ever losing the soul of traditional Umbrian cuisine".

Valley Life: A great kitchen, therefore, which goes hand in hand with a very attentive service, thanks to all the people who work here.

"Yes, the strength of Trattoria Lea lies right here: in a close-knit team, which has remained stable over the years. There is Federica, 'Chica', who with her cheerfulness and her voice brings a smile to anyone. His birthday serenade has become a small ritual, a gesture that transforms a lunch or dinner into a special memory. In the kitchen there is Hergis, known to everyone as 'Gigi', who has been with us for six years now. And again Gigi's partner, Gigia, Monalisa and all the other boys and girls who have become part of our extended family. It is not just a matter of sympathy. It is also organization, attention, respect for the time and needs of those who sit at the table. Even on busy days, waiting times remain short. It is not magic, but teamwork, experience, and that care that can be seen in the details: the dishes that arrive together, the smiles that never fail, the ability to listen and advise. Our trattoria has also become a point of reference for those who want to organize events: baptisms, communions, weddings, birthdays, business dinners. The spaces are versatile, both inside – where the warmth is that of a home – and outside, in the unique setting of Piazza Matteotti".

Valley Life: At the entrance, there is a poster with the words "La Lea around": what is it exactly?

"This is one more opportunity that we give to those who love our cuisine and want to bring it to a particular location. A catering service that allows us to come wherever you want: a high-quality service, suitable for groups of no more

meglio i nostri sapori e garantire la stessa qualità che si ha al ristorante, stiamo molto attenti nella scelta dei contesti in cui andare.

Perché alla fine, il segreto della Trattoria Lea non sta solo nelle ricette tramandate, nei funghi freschi o nei vini pregiati. Sta nella capacità di far sentire chiunque accolto, ascoltato, parte di una storia che continua a scriversi ogni giorno. E in un mondo dove tutto corre veloce, trovare un posto così, dove la tavola è davvero calore, è un piccolo grande privilegio".

than 50 people. Precisely to best preserve our flavours and guarantee the same quality that you have in the restaurant, we are very careful in choosing the contexts in which to go. Because in the end, the secret of Trattoria Lea does not lie only in the recipes handed down, in the fresh mushrooms or in the fine wines. It lies in the ability to make anyone feel welcomed, listened to, part of a story that continues to be written every day. And in a world where everything runs fast, finding a place like this, where the table is really warm, is a great little privilege".

Info:

Trattoria Lea

Corso Cavour, 8 · Città di Castello PG · Tel. +39 075 852 1678

Segui la pagina instagram @trattorialea

ValleyLife

GUBBIO E ALTO CHIASCIO RIVISTA PANEUROPEA

HAI UN'ATTIVITÀ DA PROMUOVERE O
UNA STORIA DA RACCONTARE?

NON PERDERE L'OCCASIONE PER ESSERE
NELLA PROSSIMA EDIZIONE!

Inverno

2025

Per informazioni contattare:

✉ info@valleylife.it ☎ 350 0370 390

📷 [@vallelife.gubbio.gualdot](https://www.instagram.com/vallelife.gubbio.gualdot)



AREA DI DIFFUSIONE

ValleyLife

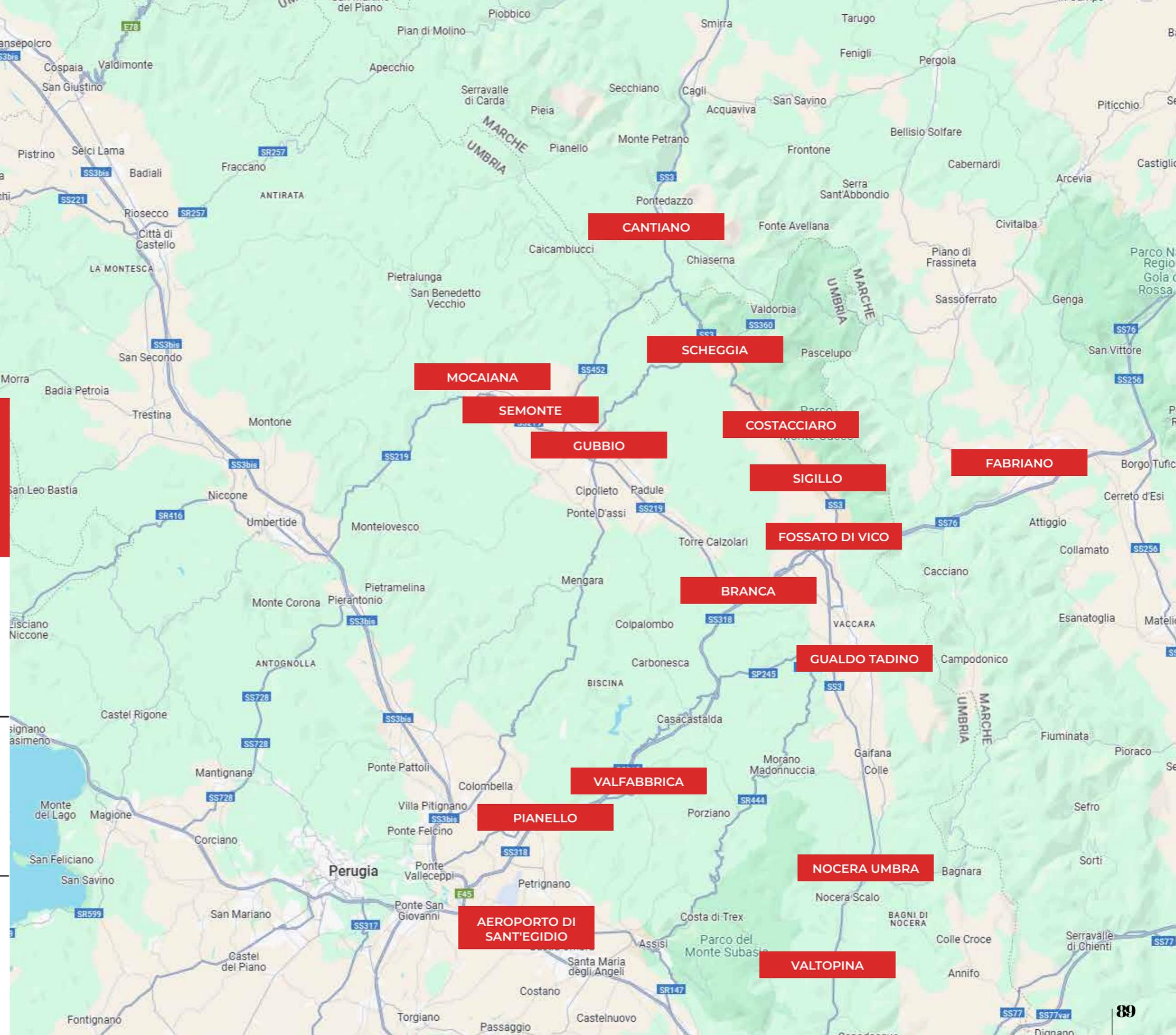
GUBBIO E ALTO CHIASCIO
FREE PRESS

DOVE PUOI TROVARE LA TUA COPIA:

Caffè - Pasticcerie
Centri Commerciali
Centri benessere e Hairstyle
Studi medici e tecnici
Ristoranti - Hotel
Aeroporto di Perugia

WHERE YOU CAN OBTAIN YOUR COPY:

Coffee shops - Pastry shops
Shopping centers
Wellness and hairstyling centers
Medical and technical offices
Restaurants - Hotels
Perugia Airport





OPPIARELLI
ARREDAMENTO INTERNI

CUCINA | GIORNO | NOTTE | CAMERETTE

Romano Oppiarelli (Fondatore)	Fabio Oppiarelli (Interior Designer)	Michele Oppiarelli (Interior Designer)
Esperienza	Progettazione	Servizio

Oppiarelli
da Sempre arreda
i vostri spazi

Via Gerardo Dottori, 68 · Perugia · 075.5288473 · oppiarelli.it



**RESTAURO
MOBILI ANTICHI
FALEGNAMERIA
TRASPORTI**



Via dell'Acquedotto, 7a
Perugia

Tel. 328.9651535 ◊ 347.8387270



TORNIAMO CON IL PROSSIMO
NUMERO A DICEMBRE!



IN COLLABORATION WITH



UMBRIA, AUTENTICA. VIAGGI CHE DIVENTANO ESPERIENZE!

Tour enogastronomico | Tour spirituale | Tour culturale | Tour fotografico | Tour d'arte



Pacchetti personalizzati, creati su misura in tutta Italia
bluesuntraveling@gmail.com +39 327 7232525



NUOVE

SALE INDOOR ACTIVITY

FITNESS & WELLNESS

- Wellness Space
- Attività Fitness

INDOOR ACTIVITY

- Group Cycling
- Striding

KINEO DANCE ACADEMY - GUBBIO

- Danza Classica
- Danza Moderna
- Danza Contemporanea
- Hip Hop & Breackdance

PILATES STUDIO

- Pilates Refomer (esclusivi a Gubbio)
- Pilates MAT
- Pancafit (R) Raggi Method (R)
- Corsi Olistici
- Attività Fisica Adattata
- Esercizio Fisico Adattato

BOXE E KARATE

- Corsi di Boxe
- Corsi di Karate

PRENOTA ORA !
375.571.35.20

Kineo Fitness & Wellness
Via Don Giuseppe Diana - 06024 Gubbio (PG)
Tel.: 075.922.12.44 - www.kineofitness.it





READY FOR TAKE-OFF

SUMMER 2025

airport.umbria.it



UMBRIA
INTERNATIONAL AIRPORT
SAN FRANCESCO D'ASSISI