

SESSO: LEGGI I SUOI SEGNALI NASCOSTI

FOR MEN

GAZINE

diretto da Andrea Biavardi

€ 2,00 (IN ITALIA)

N. 99 MAGGIO 2011

TOGLI LA MAGLIA!

- ▶ **Pettorali forti**
- ▶ **Braccia+grosse**
- ▶ **Niente pancia**

67 TRUCCHI ANTI GRASSO

BEVI QUESTO NON QUELLO

UN CHECK UP IN 5 MINUTI

VITAMINE PER L'UOMO GUIDA ALL'ACQUISTO

STRESSATO DAI SOLDI? NON PIÙ!

**CHRISTIAN
PANUCCI**
ex difensore
Milan, Real
Madrid e Roma

7 TIPI DI DONNA DA EVITARE


CAIROEDITORE





VOLARE SENZA FARSI MALE

Sei alla ricerca di emozioni forti? 3-2-1-bungee... Tuffati nel vuoto!

Si salta a testa in giù da ponti e viadotti sospesi nel vuoto, ancorati a elastici di sicurezza. Il bungee jumping s'ispira a un antico rituale d'iniziazione praticato dagli abitanti dell'isola oceanica di Pentecoste che si lanciavano legati per le caviglie da una torre alta 25 metri.

«La scarica di adrenalina è molto forte, per questo il bungee jumping è sconsigliato a chi soffre di cardiopatie» spiega Michele Morganti, responsabile comunicazione del centro Exploring Outdoor, in provincia di Biella. «Prima di saltare nel vuoto è obbligatorio essere pesati: il peso determina infatti il tipo di elastico che verrà usato. Poi si viene legati con due sistemi: due cavigliere a cui viene

agganciato il primo moschettone dell'elastico e un'imbracatura completa che funge da sistema di sicurezza. Durante il salto l'elastico si allunga di circa tre volte la sua lunghezza; è dotato di Anti elongation system), una fettuccia interna che impedisce ulteriori allungamenti».

Il momento del volo libero dura pochi secondi, poi entra in tensione l'elastico e si rimbalza per circa tre volte. «Per un salto a regola d'arte seguì queste tre regole: guarda l'orizzonte (altrimenti non ti butterai mai). Aspetta il conteggio del responsabile lancio: 3-2-1-bungee e poi salta. Buttati sempre a testa in giù e mai di gambe, potresti farti male» conclude Morganti.

DOVE L'AVVENTURA È SERVITA

1 PIEMONTE

Un salto da 152 metri. Dal Colosso, un viadotto che collega i comuni di Veglio e Mosso, in provincia di Biella, considerato un "cult" dagli appassionati di tutto il mondo. Salto a 100 euro. Il pacchetto Bungee Surprise comprende una notte in baita, cena e salto a 198 euro. Per anche il bungee notturno per lanciarsi al buio totale (130 euro).
Info: Exploring Outdoor, 015/702488; www.bungee.it

2 BASILICATA

Ancorato a un cavo d'acciaio, imbracato e col casco in testa, voli a 120 chilometri all'ora a oltre 1000 metri di altezza sulle Dolomiti Lucane. Il Volo dell'Angelo può essere provato su due linee: la prima percorre 1415 metri a una velocità massima di 110 km/h. L'altra tocca i 120 km/h su una distanza di 1452 metri. Biglietto: 35 euro.
Info: 0971/986020 o 0971/983110; www.volodellangelo.com

3 SICILIA

Appuntamento il 20 e 21 maggio con l'associazione sportiva Skybrothers a Mondello, la spiaggia di Palermo, per provare il salto da una gru che è portata da un castello all'altezza di 55 metri, poi non resta che trovare il coraggio per provare il brivido del vuoto. Il bungee jumping è andato col cofanetto Smartbox Adrenalina a 159,90 euro ed è valido per due persone.
Info: www.smartbox.com

A TUTTO SPORT

FRESCO E LEGGERO →

Fantasia patchwork e inserti di tessuto con motivi a contrasto per la camicia a maniche corte di G.Liu. 69 euro. Freschissima.



← AUMENTA L'ENERGIA

Le speciali fibre sintetiche respingono il calore facendoti sentire meno fatica. T-shirt Resbook, 42,90 euro.



PESO Piuma →

Si comprime ed è leggerissimo, il gilet Borealis di Dynafit. Idrorepellente, trattiene il calore anche in condizioni di bagnato estremo. Costa 150 euro.



← PROTETTO

I pantaloni Nomader di Patagonia con una zip si trasformano in bermuda, proteggono dal sole grazie al fattore 40 Upf e sono idrorepellenti. 90 euro.



↓ SALDA TENUTA

È perfetta per guardare fiumi, torrenti e camminare su superfici sconesse grazie alla suola, concepita per il trail. Owyhee di Keen, 95 euro.



GULP! ▶▶

42

IN UN'ORA: il numero di salti nel vuoto compiuti dall'inglese James Fields a Londra lanciandosi da una piattaforma alta 49 metri, vicino al Tower Bridge. La sua impresa è stata registrata nel Guinness dei primati.