

The Bike Festival

Torna il Florence Bike Festival, tre giorni dedicata al mondo del ciclismo e della mobilità sostenibile. Da ven 15 a dom 17 nel Parco delle Cascine appuntamenti per atleti professionisti e non, come la Granfondo De Rosa e per curiosi e appassionati, come la suggestiva Sunrisebike Ride.

Giunta alla IV edizione la **Granfondo Firenze De Rosa, dom 17**, è l'evento clou della tre giorni. Un percorso unico che nel giro di pochi anni è diventato tra i più importanti del settore con 3.500 iscritti da tutta Italia e dall'estero, pronti a sfidarsi prima nelle strade del centro storico e poi sulle colline attorno a Firenze. 133 km di salite e discese, passando per Vette Le Croci, Passo del Giogo, Passo della Futa e Poggio dell'Uccellina. Ma non solo Granfondo: tra le novità il progetto di una **ciclovia** toscana che percorra l'intero territorio regionale dagli Appennini al mare: una delle più estese d'Italia, circa 150 km. Altro appuntamento curioso la **Sunrisebike Ride**, suggestiva pedalata all'alba di **sab 16**, per gustarsi la città ancora addormentata. Inoltre iniziative e attività per famiglie sotto l'ombrello di Cyclopride, l'associazione che promuove l'uso della bici come mezzo di locomozione in città, nel tempo libero e nello sport.

Da ven 15 a dom 17 - Parco delle Cascine - www.fbf.bike



Palamita festival

Un mare di gusto, Palamita & Friends è il titolo dell'appuntamento gastronomico dedicato al pesce azzurro che invade San Vincenzo da ven 29 a dom 1 maggio con un programma ricco di eventi e un'anteprima sab 23 e dom 24. Dom 1 maggio nel centro e al porto un Percorso del Gusto che vede locali e ristoranti proporre assaggi di piatti dedicati alla Palamita & Friends e proposte di vino in collab. con la Fisar di Livorno. Inoltre laboratori e incontri a tema: dom 24 alle 17.30 Dipingere col cibo con la Chef Deborah Corsi; sab 30 dalle ore 11 I piatti imbroglia pargoli per i più piccoli, alle ore 15 l'Arte dell'impattamento con l'architetto Roberta Restelli food blogger dell'AIFB e alle 17 L'arte di intagliare frutta e verdura a cura di Mario Caciagli, esperto di Thai carving. Dom 1 alle 11.30 l'incontro Olio Extra vergine d'oliva, erbe aromatiche e peperoncino per palamita & friends; dalle 15 Giornalisti ai fornelli - Chef in giuria un confronto a ruoli invertiti; alle 18 la premiazione del food contest Palamita ad arte - un concorso culinario in rete, con ospite d'onore Valeria Piccini, Chef del ristorante Da Caino. Inoltre a cornice della manifestazione possibile ammirare il dipinto del Maestro Giampaolo Talani Due Uomini con i Pesci e visitare altre mostre.

Da ven 29 a dom 1 maggio - San Vincenzo (Li) - www.unmaredigusto.it

Nel Carnet Tagliandi offerte per i lettori di Firenze Spettacolo