

## MOMENTI DI VITA ALL'ARIA APERTA



**Brunch all'aperto**  
Casale Monferrato, Piemonte, 2005

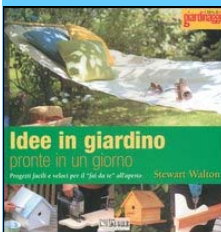
Fusione di due termini anglosassoni *breakfast* (colazione) e *lunch* (pranzo) il *brunch*, pur non derivando dalla cultura mediterranea, si avvicina al nostro "spuntino". Felicamente si abbina all'idea di un pasto non impegnativo,

informale, di facile preparazione.

Da degustare in allegria, magari in vacanza, all'aperto, in campagna o in riva al mare, oppure su un terrazzo fiorito che si affaccia sulla città, richiama alla mente

panieri, tovaglioli a quadrettoni bianchi e rossi dei tanto amati pic-nic, ma può celare anche imprevedibili, raffinati, accostamenti. Insalate, spiedini, focacce e torte salate, a cui ciascuno potrà attingere autonomamente servendosi in tutta libertà: un assortimento di sapori e colori che si fondono con l'aria festosa dell'estate...

Equipaggiandosi di un tavolo e qualche sedia da giardino, si potranno evitare gli incontri con le immancabili formiche!



Stewart Walton  
**Idee in giardino pronte in un giorno:  
progetti facili e veloci per il "fai da te"  
all'aperto**

Bologna, Il Sole 24 ore- Edagricole, 2005

Costruirsi da soli rustiche fioriere, un'amaca, oppure recinzioni a tavolato o

la casetta da albero per uccellini: il volume spiega in modo dettagliato, attraverso foto e sintetiche descrizioni, le fasi successive per realizzare, anche con strumenti non altamente professionali, accessori utili e allegri per la vita all'aria aperta.



## DAL WEB ALLA VITA ALL'ARIA APERTA

**Informazioni utili per chi ama le vacanze in camper**  
<http://www.camperonline.it/>

**Qualche spunto per il "fai da te", dentro e fuori casa**  
<http://casa.alice.it/categorie/index.html?ccat=113165>

**Per gli appassionati della bicicletta**  
<http://www.cicloweb.net/>

**Sito della Federazione Italiana Volo Libero**  
<http://www.fivl.it/>

**Sito ricco di informazioni su tecniche, attrezzature, mete per la pesca**  
<http://www.hobbypesca.com/sommario/home.asp>

**Itinerari e appuntamenti per il turismo secondo natura**  
<http://www.pleinair.it/index.xml>

**Rivista di itinerari e viaggi nella natura**  
<http://www.trekking.it/>

**Notizie utili per volare in sicurezza**  
<http://www.volareulm.it/>



**Biblioteca comunale "Renato Fucini"**  
Via Cavour, 36 - 50053 Empoli (FI)  
Tel. 0571/757840 Fax 0571/757832  
E-mail: [biblioteca@comune.empoli.fi.it](mailto:biblioteca@comune.empoli.fi.it)  
<http://www.comune.empoli.fi.it/biblioteca/biblioteca.htm>  
===

**Biblioteca con certificazione di qualità ISO 9001:2000**  
No. CERT-17838-2006-AQ-FLR-SINCERT  
===

**Orario di apertura:**  
dal lunedì al venerdì ore 9.00-19.00  
sabato ore 9.00-13.00

A cura di Francesca Pepi

Biblioteca comunale "Renato Fucini"

## LIBRI ALLA FINESTRA



## Vita all'aria aperta



© 2007 Comune di Empoli

## SPORT ALL'ARIA APERTA

Paola Amadesi, *Comprendere il cavallo: storia e teoria dell'equitazione*, Bologna, Perdipisa, 2005

Massimiliano Angeli, Stefano Martignoni, Mario Trimeri, *Trekking: la storia, la tecnica, gli ambienti*, Milano, Fabbri, 1999

Stefano Baldini, *Quelli che corrono: un manuale per cominciare, per continuare, per migliorare*, Milano, Mondadori, 2007

Nina Barough, *Camminare per tenersi in forma*, Milano, Tecniche Nuove, 2005

Malcolm Campbell, *La nuova enciclopedia illustrata del golf*, Milano, Mondadori, 2002

Elena Cardas, *Respirare*, Milano, Red, 2004

Angelo D'Aprile, *Tennis ok: la preparazione fisica...*, Roma, Società Stampa Sportiva, 2006

Kathleen M. Haywood, Catherine F. Lewis, *Il tiro con l'arco: passi verso il successo*, Roma, Società Stampa Sportiva, 2006

*Jogging: correre per stare bene*, a cura di Nirodh Fortini, Vicenza, Punto di Incontro, 2004 [+ CD AUDIO]

Chiara Porciatti, Gianluca Paoli, *Il piacere della corsa: manuale completo per tenersi in forma*, Firenze, Demetra, 2002

Marcello Profilo, *La forza dello spinning*, Roma, Edizioni Interculturali, 2005

Gianni Ravazzi, *Trekking a cavallo*, Milano, DVE Italia, 2005

*Il top del trekking a cavallo*, Novara, De Agostini, 2005

*Il top del trekking nel mondo*, a cura di Steve Razzetti, Novara, De Agostini, 2002



## PER MARE

Luca Bartoli, *Preparazione atletica per il sub: manuale di training psicofisico...*, Sesto Fiorentino, Editoriale Olimpia, 2006

Manuela Bonacina, Sergio Discepolo, *Guida all'attrezzatura subacquea: materiali, tecnologia, impiego, acquisto, manutenzione*, Sesto Fiorentino, Editoriale Olimpia, 2003

Roberto Borsa, Roberto Corna, *Tra cielo e mare: manuale di kitesurf*, Rimini, Idealibri, 2000

Gabriele Botta, *Corso di vela*, Milano, DVE Italia, 2002

Daniilo Fabbri, *Rigging: tutto quello che avreste voluto sapere su cavi e manovre...*, Roma, Incontri Nautici, 2005

Mimmo Marfè, *Surf casting in Mediterraneo: le tecniche di pesca a lancio dalla costa...*, Sesto Fiorentino, Editoriale Olimpia, 2005

Giorgio Parra, *La mia prima barca a vela*, Sesto Fiorentino, Editoriale Olimpia, 2004

*Pesca*, testi a cura di Alfredo Caligiani, Novara, De Agostini, 2007  
Adami Rodriguez, Mimi, *Aqua fitness*, Milano, Tecniche Nuove, 2004



## TRA LE ALTE VETTE

Giancarlo Corbellini, *Il manuale dell'alpinista*, Casale Monferrato, Piemme, 2002

Angelo D'Arrigo, *In volo sopra il mondo*, Milano, Mondadori, 2005

Catherine Destivelle, *Verticali*, Milano, Corbaccio, 2005

Stefan Glowacz con Ulrich Klenner, *On the rocks: una vita sulla punta delle dita*, Milano, Corbaccio, 2006

Jon Krakauer, *Il silenzio del vento*, Milano, Corbaccio, 1999



## IL CAMPEGGIO

*Andiamo in camper: Nord Italia*, Novara, De Agostini, 2006

*Campeggi e villaggi 2006*, Novara, De Agostini, 2006

*Campeggi e villaggi turistici*, Milano, Touring Club Italiano, 2007

*Ecocamp: il campeggio ecologico e la riqualificazione ambientale della costa*, [Firenze], Alinea, 2006

*Italia camping & village*, Roma, Lozzi & Rossi, 2007

Alessandra Sardano, *Vacanze verdi: guida al turismo rurale italiano di qualità*, Bologna, Calderini, 2006



## IDEE PER IL GIARDINO

Albert Jackson, David Day, *Lavori all'aperto*, Milano, Fabbri, 2001

*Sky garden: il giardino sul tetto*, a cura di Maurizio Corrado, Diegaro di Cesena, Macro, 2006

*Tutto per il giardino*, Firenze-Milano, Giunti, Demetra, 2006

## AMARE LA NATURA

Joseph Cornell, *Giocare nella natura*, Milano, Red, 2006

Elisabetta Gismondi, *Bird-watching alla finestra e in giardino*, Milano, DVE Italia, 2006

Richard Louv, *L'ultimo bambino nei boschi: come riavvicinare i nostri figli alla natura*, Milano, Rizzoli, 2006

