

ELLE

elle.it

**SEI YIN
O YANG?**
SCEGLI
IL TUO SPORT
DI FORZA
O RESISTENZA

**LA DIETA
PANCIA
PIATTA**

**IN & OUT
DOOR**

**GLI
ESERCIZI
CHE TI
RIMETTONO
IN FORMA**

CAPELLI
IL "TAGLIANDO"
PRIMA
DELL'ESTATE

**BEAUTY
& FIT**

TENDENZA SURF
PRENDI L'ONDA!

Moda
**SUMMER LOOK
PER TIPI
DA SPIAGGIA**

**SOTTO
QUESTO
SOLE**
SUPER TINTARELLA
A ZERO RISCHI



N. 32/2019 - MAGGIO

AGENOVTM
SKINCARE

AMAZONIAN INGREDIENTS



Made in Italy
www.agenovskincare.com

info@agenovskincare.com



IL COMITATO
organizzatore di
Tokyo 2020 ha
APPROVATO
per la prima volta
L'ACCESSO
DEL SURF alle
Olimpiadi

Per restare in argomento (e, almeno momentaneamente, in zona), non perdetevi il prossimo grande appuntamento italiano: nello spazio Base, a Milano, si terrà dal 9 al 12 maggio lo *Skate and Surf Film Festival*. L'onda chiama, l'interesse aumenta. Le cifre parlano chiaro: secondo gli ultimi dati statistici, i surfer nel mondo sarebbero oltre 35 milioni, con l'80 per cento di uomini e un (comunque rilevante) 20 per cento di donne, tutti per lo più over 25 (il 60 per cento circa degli wave addict). Ora poi che il Comitato organizzatore di Tokyo 2020 ha approvato per la prima volta l'accesso alle discipline olimpiche delle tavole da surf, c'è da scommettere che questi dati subiranno presto un'impennata. Del resto, cavalcare le onde fa bene alla salute: l'allenamento su superfici instabili è la nuova frontiera del fitness e della preparazione atletica (come dimostra il successo delle swiss balls per l'home training), fa bruciare calorie (500 all'ora circa) e rinforza i muscoli in modo completo: le braccia per remare, il core (ovvero la parte centrale del corpo) per stare in equilibrio sulla tavola, le gambe per controllarla tra le onde. Per chi volesse cominciare *Il Guardian* ha appena stilato una classifica delle migliori scuole di surf al mondo. La più vicina, fra quelle incluse nella top ten, è la *Jo Moraiz Surf Scho-*

ol di Biarritz, in Francia: 100 euro all'ora, con pacchetti che vanno dai tre ai cinque giorni. Se l'impatto con l'Oceano vi spaventa, si può sempre imparare in acque più sicure. Le piscine con onde artificiali adatte alla disciplina sono solo otto in tutto il mondo, la più a portata di mano delle quali è quella di Wavegarden Cove, a Montgat, in Spagna. Ma cosa indossare per l'occasione? Al netto dell'equipaggiamento tecnico - marchi di riferimento: Quiksilver, Billabong, O'Neill, Vans e Hurley International per l'abbigliamento; Hayden-Shapes, JS Industries, ...Lost



Surfboards, Channel Islands e Rusty Surfboards per le tavole - non c'è che l'imbarazzo della scelta: la collezione estiva più centrata sul tema è stata quella di Etro, ma gli interi a manica lunga di Marysia sono un cult a prescindere, come la tavola in alluminio di Chanel (prezzo 8000 euro circa) e il cardigan con cintura e collo a scialle di Alanui. Usateli per assistere alla prossima tappa della *World Surf League*: la *Rip Curl Pro* sulla spettacolare Bells Beach, fino al 27 aprile nei pressi di Torquay, minuscola località balneare nello stato australiano di Victoria. Che l'Oceano sia con voi! *Ha collaborato Laura Salsi*

Sotto. Con aloe vera: Amazonian Ingredients Siero Delax di Aagenov (65 euro). Gourmand: Sport Continuous Spray SPF 30. Piña Colada di Coala (38,50 euro).

