

Vi piace camminare, amate la natura, detestate il caldo e la vita affannosa? Amate la pace e il silenzio, il mare vi rende nervose? Avete avuto un inverno pesante, siete affaticate o stanche dopo tanti mesi di lavoro sedentario, i vostri bambini sono appena usciti da una delle inevitabili malattie dell'infanzia?

Se avete risposto affermativamente a qualcuna di queste domande, potete essere certe che le vostre prossime vacanze saranno perfette e veramente salutari se le passerete in montagna. La villeggiatura sopra i mille metri è infatti la più distensiva, la più tonica, la più adatta a ritemperare il fisico e lo spirito dopo un anno di attività intensa.

Stabilita dunque la meta delle vacanze, come sarà il guardaroba per la montagna? Bisogna pensarci in tempo, stabilire che cosa ci sarà utile, che cosa indispensabile, che cosa sarà bene lasciare a casa. Preoccupiamoci di portare con noi una valigia «saggia», completa, pratica, che tenga conto delle varie occasioni che la nostra vacanza ci offrirà e soprattutto degli sbalzi di temperatura e dei capricci del tempo che in montagna sono frequenti e imprevedibili.

GUARDAROBA PRATICO

Se amate lo stile sport, la tenuta gonna più golf o gonna più blusa, i mocassini, le borse a tracolla, se i tessuti inglesi sono i vostri preferiti in fatto di abbigliamento, siete fortunata: quasi tutto il vostro guardaroba cittadino si adatta a una vacanza estiva in montagna.

Se invece vi piacciono gli abiti un po' ricercati, i tessuti morbidi e preziosi, i modelli romantici e femminili e non avete troppa simpatia per tutto ciò che sa di sportivo, allora dovete cercare, almeno per questa volta, di lasciare da parte ogni romanticheeria e di approfittare dell'occasione per rifornire il vostro guardaroba di qualche capo diverso dal solito, che in montagna è assolutamente indispensabile. Sareste del tutto fuori posto e «sbagliate» se voleste affrontare le vacanze in montagna con un guardaroba stile «città-elegante».

GONNE, BLUSE, GOLFINI

Le gonne sono la base più adatta per un abbigliamento comodo, vario e nello stesso tempo elegante.

A seconda della loro linea e del tessuto in cui saranno realizzate, accompagnate da golfini, bluse, camicette, maglioni, po-

VACANZE ESTIVE IN MONTAGNA

tranno essere indossate veramente «dal mattino alla sera». In montagna ci si cambia d'abito in media tre volte al giorno; questa sarà una cosa da tenere ben presente nel fare la valigia. Ci si cambia non per un inutile sfoggio di eleganza ma per necessità.

Infatti se al mattino e nell'ora del mezzogiorno (quando non piove) il sole è decisamente caldo, appena il sole tramonta (e specie nelle valli più chiuse spesso tramonta molto presto) il termometro subisce un calo improvviso e sensibile che, naturalmente, va affrontato con capi di lana, caldi e confortevoli.

La sera in montagna è di solito risolta con disinvoltura, senza particolari problemi di eleganza, ma per pranzare in albergo, per fare quattro salti al night-chalet è bene indossare qualcosa di elegante completato da un mantello, un soprabito, un giaccone che ripari dall'aria pungente. Per le diverse ore e temperature del giorno ecco come si potrà variare la tenuta gonna più... «qualcosa».

Al mattino la gonna sarà in lino, canapa, gabardine di cotone, a teli svasati o a cannoni stirati (non diritta, a tubo, che non consente di camminare con agio) oppure, addirittura, una comoda gonna pantalone. Si potrà completarla con camicette di taglio maschile in popeline, con magliette di filo, con bluse leggere e semplicissime.

Così vestite potremo fare la piccola passeggiata non troppo... ripida e faticosa, un giro in paese, una sosta al tennis per assistere, a un'interessante partita, eccetera.

Per il pomeriggio, specialmente se un po' imbronciato e piovoso, la gonna è in lana (flanella, tweed, pied-de-poule, gabardine, velluto a coste), tutta a pieghe o con qualche sfondo di piega, accompagnata da un completino, «sopra e sotto», di cachemire, da camicette di seta, da maglioni di lana, a seconda del clima. Così si scenderà in paese per uno degli innumerevoli, obbligati «giretti», per un tè alla baita, per una partita di ping-pong o di canasta. Sulle spalle,



I pantaloni, particolarmente indicati a donne alte e snelle, sono il capo «principe» per la montagna: pratici ed eleganti insieme quelli che vi presentiamo, in tessuto elasticizzato, abbinabili a bluse e a maglioni.

nella borsa oppure in mano, l'immane, necessario golfino (anche se vi sembra caldo e se vi pare che se ne possa fare a meno). Sarà di lambs-wool (pron. lémsvul), di lana sottile o grossa, lavorato ai ferri da voi stesse, come preferite. Per la sera la gonna sarà di velluto liscio, di drap e sarà accompagnata da bluse di organzino, da camicette di chiffon, di maglia di seta, di jersey.

SE PREFERITE I PANTALONI

Ma se non siete una « patita » delle gonne, avrete a disposizione tutta una serie di altri capi particolarmente adatti alla montagna: sono in genere quelli sportivi, come gli chemisiers, i pratici tailleurs di maglia, i due pezzi, gli scamiciati e tutti, indistintamente, i capi di pelle.

E poi, bisogna parlare del capo « principe » per la montagna, adattissimo (come le gonne) nelle sue varianti a tutte le ore del giorno: i pantaloni. Non a tutte stanno bene, perciò consigliamo di non volerli mettere a tutti i costi, solo perché « fanno montagna » o perché sono comodi ed eleganti: si può benissimo farne a meno. Ma se siete snelle e giovani, se vi piacciono e vi ci sentite bene dentro, allora metteteli senza stancarvene.

Per il mattino, per le gite, per le colazioni o le merende sull'erba, per le spedizioni nel bosco a caccia di fragole e mirtili, saranno adattissimi i bermuda (cioè i pantaloni che arrivano al ginocchio) gli shorts (non cortissimi, tipo mare), i blues-jeans. Insomma, tutti i pantaloni tranne quelli elasticizzati che di solito sono piuttosto stretti e aderenti e lasciano una relativa libertà di movimento.

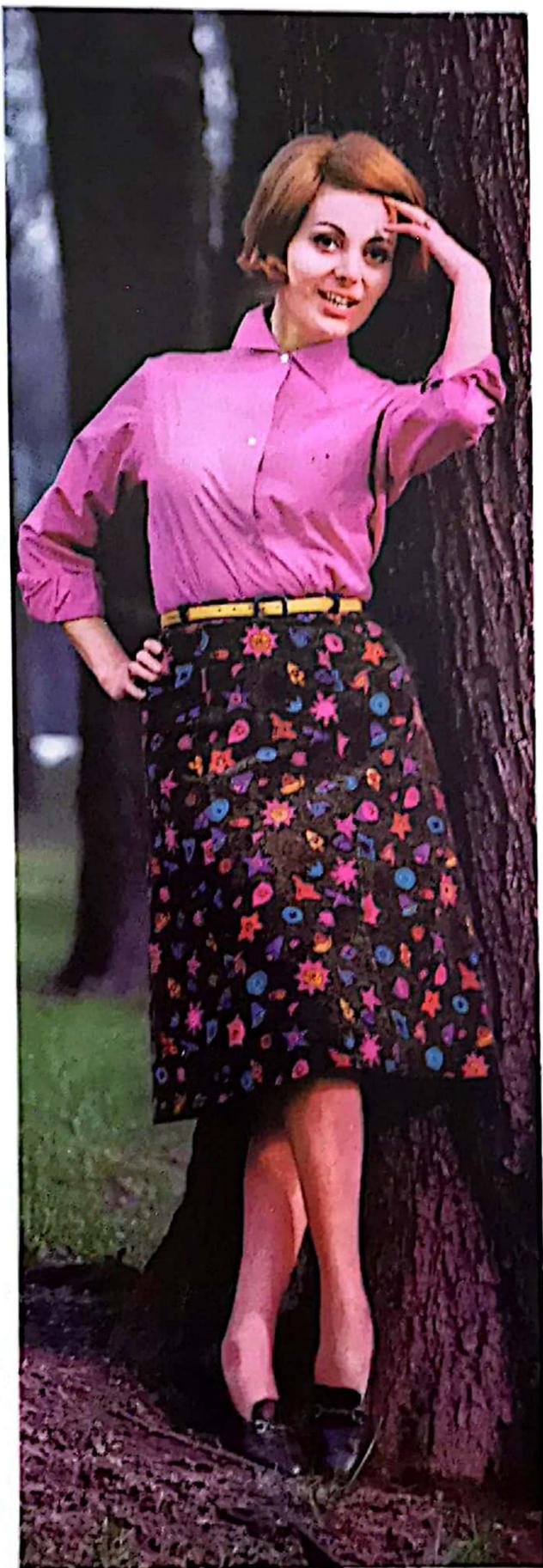
Per il pomeriggio e la sera andranno bene invece quelli elastici, in gabardine, shantung, velluto completati da casacche, bluse o maglioncini più o meno eleganti.

Fate attenzione ad accordare bene le tinte e a studiarle in modo da avere molti capi intercambiabili; potrete così giocare e combinare i vari pezzi del guardaroba e cambiare spesso « toilette » con capi limitati.

GLI ACCESSORI

A un abbigliamento pratico, sportivo, disinvolto si accompagnano accessori altrettanto pratici; così l'insieme è armonico e senza contrasti. In montagna poi è necessario che gli accessori siano prima di tutto comodi; niente borse minuscole, di

(segue)



Una deliziosa gonna « fiorita » per la passeggiata del pomeriggio; l'accompagnerà una semplice camicetta in popeline, di taglio maschile, ma in tinta particolarmente delicata.

La gonna leggermente svasata di velluto a coste, beige sarà accompagnata da una giacca tre-quarti in renna marrone; completeranno l'insieme accessori in morbido cuoio color « testa di moro » e un simpatico cappello « da cacciatore », nell'identico velluto della gonna.



VACANZE ESTIVE IN MONTAGNA

(segue da pagina precedente)

stile cittadino, niente tacchi a spillo, niente gioielli vistosi.

Le scarpe - Saranno solide, robuste, con pianta comoda e larga. Per camminare andranno bene le pedule, che tengono bene la caviglia, oppure le scarpe con suola di para o di gomma. Per tutto il giorno si porteranno scarpe con tacco quadrato: ideali i mocassini, permesse le ballerine (specialmente coi pantaloni). Per la sera scarpe eleganti in vitello con tacco di cinque-sei centimetri. Meglio evitare le scarpe di tessuto (raso, canneté) che si possono facilmente tagliare sulle strade non perfettamente lisce.

Le borse - Per le gite e le passeggiate saranno ideali le borse di cuoio a tracolla, i tascapane di tela, le borse a sacca, capaci e non troppo delicate, per potervi mettere la merenda, la crema antisolare, un golf in più ed eventualmente un leggerissimo impermeabile ripiegato. Per la sera, meglio le borse a bustina che quelle con manici.

I foulards - Non c'è un numero limite per i foulards. Portatene tanti, vi saranno utilissimi in molte occasioni, per proteggervi dalla pioggerella che vi ha colte di sorpresa, per difendervi dal sole o dal vento. Quelli di seta pesante (non di chiffon) e di cotone saranno i più indicati.

RICAPITOLANDO...

Ecco che cosa dovrà contenere la valigia della montagna:

- un bel numero di gonne o di pantaloni (di tela e di lana)
 - un buon numero di golf, maglioni, maglioncini
 - un bel numero di camicette, bluse (sportive e non)
 - un impermeabile
 - una giacca a vento
 - un ombrello (sportivo, magari di grosso cotone colorato e manico di legno)
 - un mantello o un soprabito in lana per la sera
 - almeno un paio di scarpe robuste con cui poter affrontare sentieri erti e scoscesi
 - un costume da bagno, se c'è un lago, una piscina, o semplicemente per prendere il sole
 - la tenuta da tennis se praticate questo sport.
- In molti paesi di montagna c'è almeno un campo da tennis.



Il binomio gonna-camicetta, gonna-maglioncino sarà sfruttabile, in montagna, dalla mattina alla sera. Eccovi, una gonna di lana a quadretti minuti marrone e rossi, accompagnata da un maglioncino rosso a maniche lunghe e collo alto.

DIECI SÌ E NO DA RICORDARE

- SÌ agli occhiali scuri e a una crema antisolare
- SÌ alle calze di filanca e ai calzettoni di lana con le scarpe grosse e i mocassini
- SÌ al lavoro a maglia da sferuzzare (e tanto meglio se non avremo tempo di lavorare!)
- SÌ a qualche abitino di cotone, semplice e disinvolto
- NO a un guardaroba troppo ot-

- timista e anche troppo estivo
- NO ai tacchi a spillo e agli accessori da città
- NO al trucco vistoso e alle pettinature complicate
- NO alle tenute da mare (zoccoli, bikini, cappellucci di paglia)
- NO all'ombrello durante i temporali; la punta metallica attira i fulmini.
- NO al cappotto o soprabito sopra i pantaloni; sarà meglio indossare un «tre-quarti».