

#MUSICA #DANZA #SPETTACOLO TOP ONE



Top - One - Anno 2 - N.2 - 2020 - Iscr. Tribunale di Roma N.150/2019 del 7/11/2019 - COPIA OMAGGIO

MANUEL MELI
DA ALL TOGETHER NOW



DAVID PIRONACI
DA ALL TOGETHER NOW



ROLY MADEN
LATIN NEWS



IN PARTNERSHIP CON



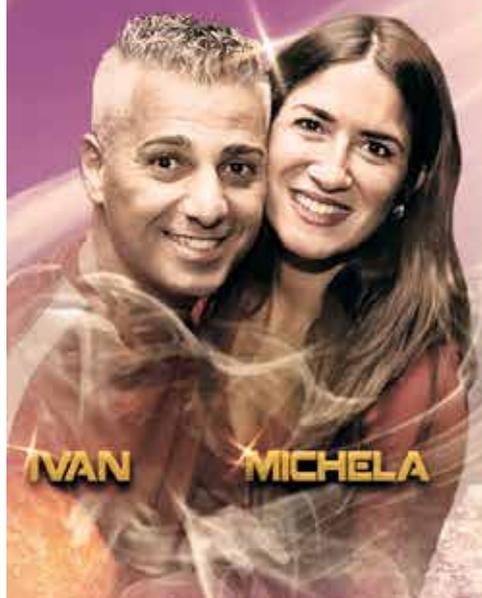
IN COPERTINA

SCOOP: SPIDER-MAN E ARYA SI AMANO!

ALEX POLIDORI (VOCE DI SPIDER-MAN) E SARA LABIDI
(VOCE DI ARYA STARK - TRONO DI SPADE) SONO FIDANZATI

A.S.D.

TRES LAB



IVAN

MICHELA

PINAR CLUB

ACCADEMICO	VEN	21:30
BACHATA FUSION 1	MAR	22:30
BACHATA FUSION 1	SAB	14:30
BACHATA FUSION 2	GIO	21:30
LAB. COREOGRAFICO	VEN	22:30
RUMBA CUBANA	VEN	19:30
SALSA CUBANA BAS	MAR	20:15
SALSA CUBANA BAS	SAB	15:30
SALSA CUBANA INT	MAR	21:30
SALSA CUBANA INT	SAB	16:30
SALSA CUBANA AVA	GIO	20:30
SON 1	GIO	22:30
SON 2	VEN	20:30

BACHATA FUSION 1	LUN	21:30
BACHATA FUSION 2	MER	21:30
SALSA CUBANA BAS	LUN	20:15
SALSA CUBANA INT	LUN	22:30
SALSA CUBANA AVA	MER	20:30
SON	MER	22:30

TRES LAB | VIA AURELIA 1051 ROMA | 338 32 38 437-3476933603

PINAR CLUB | VIA AURELIA KM 37.300 LADISPOLI | 3476933603

facebook

treslab | ivan de vita

Instagram

asdtreslab | michelafiori

WhatsApp

338 32 38 437 - 347 69 33 603



dolly

moda



Tel. 06.5083398 - GALLERIA GARDA 1
Viale Caduti per la Resistenza, 79
Spinaceto - Roma



IN REGALO PER TE ...
UNA GRAZIOSA COLLANA BIJOUX
(SPESA MINIMA 20 EURO)

Tante idee regalo
per San
Valentino

Il Forno delle Delizie

Pasticceria - Caffè - Wine Bar - Catering

Tel. 065034666 - 3921740645 - Via A. Baldovinetti, 36 - Roma

Dolci Specialità di San Valentino
Dolci e Torte decorate a tema



Dolci Specialità
di Carnevale

Frappe Fritte e al Forno - Castagnole
Bignè e Bignolini Farciti con Crema,
Ricotta, Pistacchio e Nutella



SOMMARIO

#EDITORIALE PAG. 5
DOPPI AUGURI...

#NEWS PAG. 6
NEWS DA FIUMICINO

#BEVERAGE PAG. 8
RIFLESSIONI "DIVINE"...

#FOOD PAG. 9
CREAM TART

#WELLNESS PAG. 10
BIOSTIMOLAZIONE

#DECALOGO PAG. 12
10 REGALI PER SAN VALENTINO

#YOU&ME PAG. 14
NASCE LA COMMUNITY
"TOP-ONE"

**#DOPPIATORI
(COPERTINA) PAG. 16**
SCOOP: SPIDER-MAN E ARYA
STARK SONO FIDANZATI!

#CINEMA PAG. 18
"JUDY"

#TEATRO PAG. 20
DIAMOCI DEL TU

#WHYNOT? PAG. 22
LASCIA TEMI CANTARE...

#LATIN MUSIC PAG. 24
INTERVISTA:
ROLY MADEN

#DISCOMUSIC PAG. 25
PROFESSIONE DJ

#NEWMUSIC PAG. 26
MARCK ILARY
LOMI... LORD & LADY

#DESIGN PAG. 28
GIULIA IOSCO,
DA ROMA NEL MONDO

#TRAVEL PAG. 30
ROMANTICAMENTE CUBA:
UNA META PER SAN VALENTINO



SEGUI TOP-ONE SU



e sul sito Internet
www.locaeventi.it



#SOMMARIO

@TOP-ONE



TOP-ONE
#MUSICA #DANZA #SPETTACOLO
www.locaeventi.it

Iscrizione al Tribunale di Roma
n°150/2019 del 07/11/2019

Direttore Responsabile
Dott.ssa Michela Flammini
michelaflammini@yahoo.it

Redazione
Via Spiro Valles n 44/G
00143 Roma
Tel. 3939934778
top.one.magazine@gmail.com

Editore
Loca S.r.l.s. - p. iva 15441151006
Via Spiro Valles n 44/G - Roma

PUBBLICITA'
info@locaeventi.it

Tipografia
Sosa Lica Lediannis - Passo Corese
Largo XXIV maggio, 18
Fara in Sabina - 02032 (RI)

Finito di stampare:
gennaio 2020

Le collaborazioni pubblicate sulla presente rivista sono da considerarsi a titolo gratuito e non retribuite. Le immagini di qualsiasi tipo, pubblicate sulla rivista a fini pubblicitari sono state direttamente fornite dagli sponsor, che garantiscono di averle elaborate nel rispetto delle norme sulla privacy e di quelle sul copyright.

DOPPI AUGURI...

BUON SAN VALENTINO E BUON CARNEVALE

Eccoci con un nuovo numero di Top-One, un altro tassello per creare insieme a voi lettori, che fin da subito ci avete seguito, e vi ringraziamo, una Community legata al mondo della Movidà, della Danza, della Musica e dello Spettacolo: chi di voi non ha almeno una di queste passioni? Allora condividetela con noi, non solo seguendo le nostre interviste, ma partecipando, da protagonisti agli eventi, alle iniziative, ai progetti che Top-One ha in serbo per voi... Il primo evento che vi proponiamo, riguarda proprio la festa degli innamorati: "UNLOCK PARTY - Valentine's Edition" (pag. 21), firmata Planet Roma, al quale troverete una lista riservata "Top-One", per tutti i lettori che vogliono partecipare e co-



#EDITORIALE

@MICHELAFLAMMINI

Michela Flammini

noscere così il nostro Staff e la nostra Community, a cui potete iscrivervi anche se non cercate l'anima gemella, ma semplicemente amate il divertimento, il ballo (di tutti i generi) e volete avere sempre un posto in prima fila per gli eventi più esclusivi della Capitale: basta riempire ed inviare il modello che trovate a pag. 15.

Ma la Community Top-One è molto di più: è accademie di musica e ballo, è un circuito all'interno del quale voi lettori potete accedere ad offerte esclusive di tutti i nostri Sponsor, che trovate all'interno della rivista e di tutti i Brand Partner: ne trovate alcuni ad esempio, a pag. 13 dedicati a servizi, web, social, musica e danza... Parte di questa Community sono anche i tanti artisti, che abbiamo intervistato per voi su questo numero: dal nostro "Spider-Man" in copertina (il doppiatore Alex Polidori), al cantautore David Pironaci (direttamente da "All together Now"), e poi ancora il ballerino Roly Maden, i giovani cantanti emergenti (Marck Ilary e Lomi), Radio Mambo, nostra partner, e tutti i redattori, che non sto qui ad elencare, senza i quali la rivista non avrebbe tanti contenuti interessanti e variegati.

Allora che aspettate? Entrate a far parte anche voi della Community Top-One e seguitemi sui nostri social, per essere sempre informati su tutte le novità al Top.

PERCHE' ... SE SEI AL TOP, SEI SU TOP-ONE!

Per i tuoi clienti scegli GENERAL SERVIZI...



SOCIETA' DI SERVIZI ALBERGHIERI

Pulizie | Facchinaggio | Gestione Magazzino | Servizio Colazione | Manutenzione

GENERAL SERVIZI S.R.L.S. Via del Tibet, 41 - 00144 Roma
Tel./Fax 06 54210641 - e-mail: generalservizisrls@tiscali.it

NEWS DA FIUMICINO

WORLD DANCE ACADEMY: LO SPORT E LA DANZA ITALIANA NEL MONDO

A Fiumicino, presso l'Istituto Scolastico Porto Romano, è attiva, fin dal 2001 la World Dance Academy, un Centro Studi Danza che lavora nell'ambito del territorio Laziale, con Maestri Qualificati, Trainer e competitori di alto livello agonistico. Tra i promotori di importanti iniziative, come il progetto "Danza nelle Scuole", la WDA vanta nel corso degli anni, numerose coppie finaliste e vincitrici ai Campionati Italiani e alle Competizioni Nazionali Federali FIDS.

Il fondatore, nonchè il cuore pulsante della scuola, è il ballerino Fabrizio Del Bono: attualmente Insegnante Professionista, Tecnico Federale Fids, Giudice di Gara e Coreografo: trent'anni di esperienza, tra lezioni con i migliori professionisti mondiali delle danze latino americane. Stage, competizioni ed eventi di livello internazionale hanno contornato la sua carriera di competitore, vedendolo finalista in tutte le competizioni italiane.

Al suo fianco maestri internazionali del calibro di Massimiliano Sodini, Insegnante Professionista di danze Latino Americane, Giudice Internazionale e Coreografo, che ha allenato numerosi campioni italiani e del mondo. Ma anche Serena Martellucci, Giudice FIDS e Insegnante Midas, Nadiya Dyatlova, Ballerina e Insegnante Professionista; Giulia Antonelli, la ballerina che abbiamo ammirato a "Ballando con le Stelle" nel "Team Suor Cristina" con Stefano Oradei ed inoltre i campioni di Danze Standard Elisa ed Alessio, che insegnano preso la WDA questa importante disciplina.



SOPRA, DA SINISTRA:

Fabrizio Del Bono (Insegnante Balli Latino Americani - Giudice FIDS)

Massimiliano Sodini (Insegnante Balli Latino Americani, Giudice Internazionale)

Serena Martellucci (Insegnante Balli Latino Americani - Giudice FIDS)

Nadiya Dyatlova (Insegnante e Ballerina Professionista Balli Latino Americani)

SOTTO, DA SINISTRA:

Elisa Ricci e Alessio Loretucci (Ballerini e Insegnanti di Danze Standard)

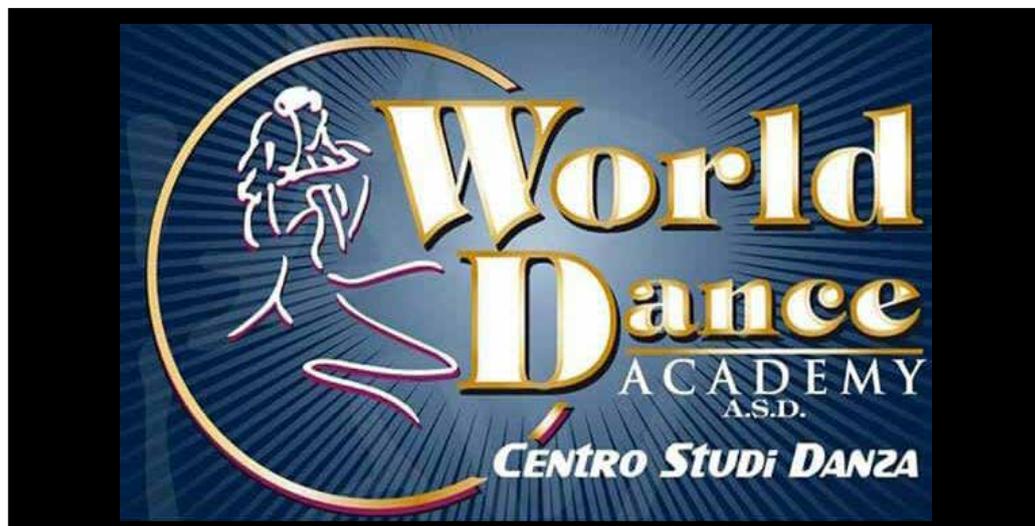
Giulia Antonelli (Ballerina del Team Suor Cristina a "Ballando con le Stelle")



#NEWS

@FRANCESCACONTINI

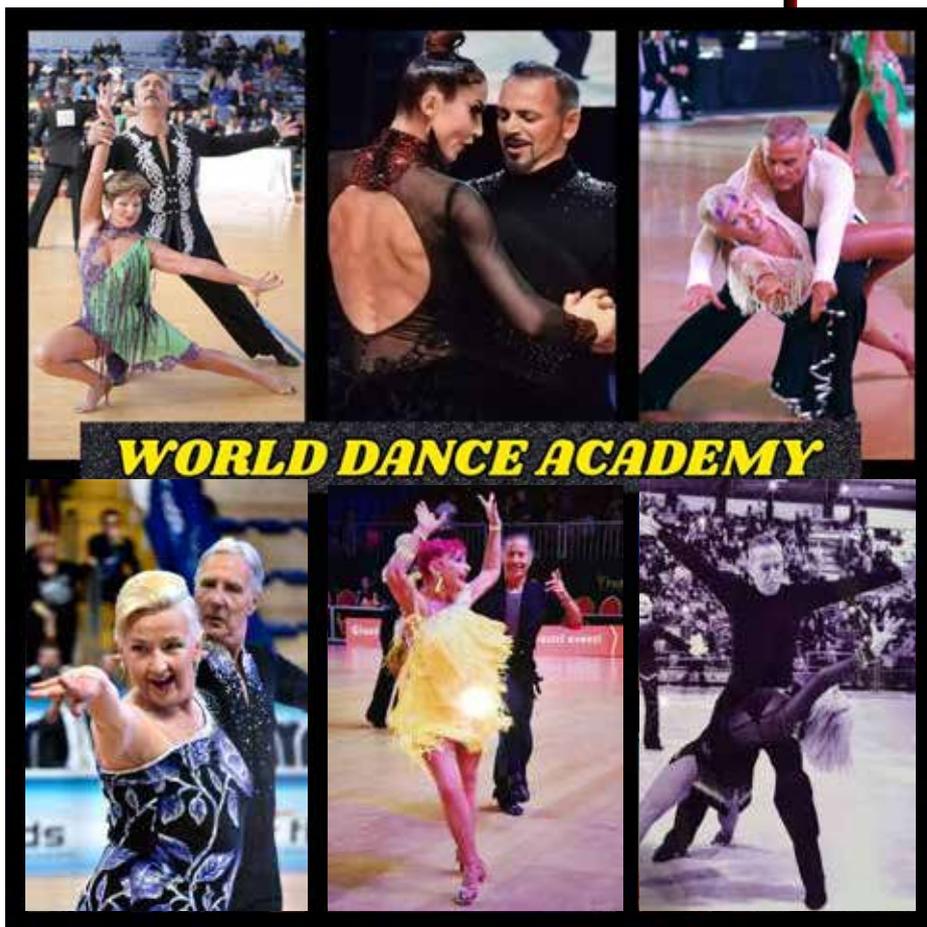
World Dance Academy A.s.d.
Ist. Sc. Porto Romano
Via Giuseppe Bignami, 22
Fiumicino - Tel. 3929024139



A SINISTRA:

Gabriele Romiti e Sara Panariello
Finalisti Campionato Italiano 2019 Youth A

A destra:

Carla Rotondi e Massimo Tamburi
(Atleti Classe 61/64 AS)Paolo Argentino e Manuela Oliva
(Finalisti Campionato Italiano 2019
Classe AS - 46/55 Latini)Vittorio Altomare e Rosaria Mazzetti
(3' classificati campionati Italiani 2019
Classe AS - 61/64)Paolo Gibaldi e Barbara Kocicezka
(Atleti Classe 65/69 A)Domenico Bucci e Daniela Borgognoni
(Campioni Italiani 2018 e 2019
Classe AS - 65/69 Latini)Nunzia De Simone e Francesco Lojudice
(Atleti Classe 61/64 AS)

Un grande in bocca al lupo a tutti gli atleti, soprattutto alle nuove coppie: Eros Benedetti e Francesca Altobelli (16/18 AS), e Stefano Marchi e Alice Santucci (19/34 A2), che il 2020 sia un anno di soddisfazioni per tutta la World Dance Academy!



**TRATTAMENTO
DELL'ACUFENE
TRAMITE
NEUROFEEDBACK**



**Effettua una CONSULENZA
GRATUITA con i nostri esperti**

**Tel: 06 2116570 – 06 22420955
E-Mail info@italsoundlab.it
Via Prenestina 1132 - 00132 - Roma**

RIFLESSIONI “DIVINE”...

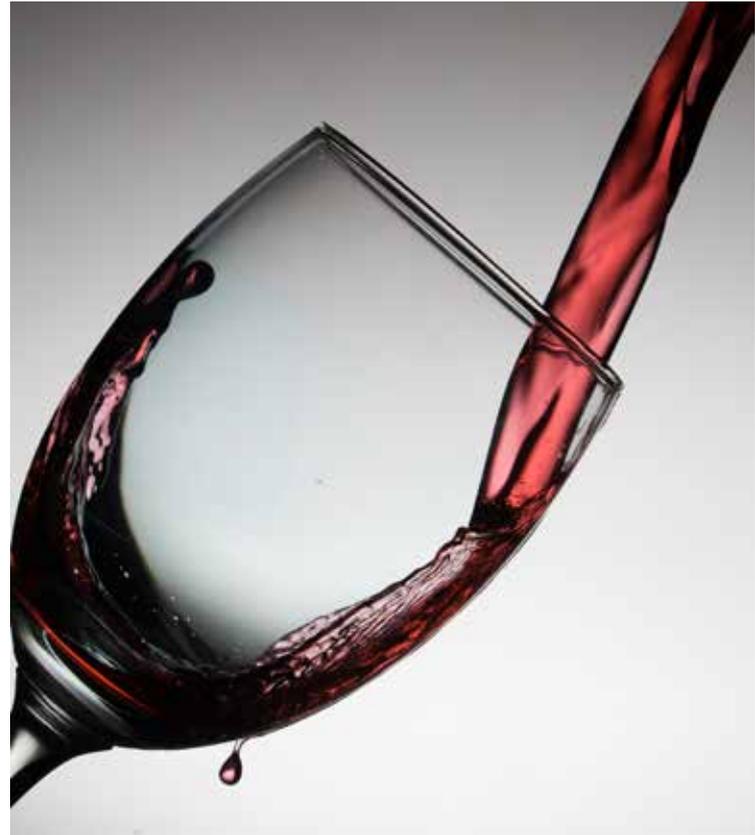
IL SENSO DEL VINO

Quante volte quando ci viene offerto un calice di vino ci fermiamo a pensare a ciò che abbiamo nel bicchiere? Siamo abituati a bere, non a degustare; non ci concentriamo sul prodotto, ma soltanto sulla parte liquida che ingeriamo. In realtà il vino, qualunque esso sia, porta con sé molteplici sfumature. Si potrebbe dire che è l'impero dei sensi in quanto è in grado di stimolare pienamente i nostri cinque sensi. La vista, ci da enorme piacere poter apprezzare in controluce le variazioni di colore dovute all'infrangersi dei raggi luminosi con le molecole

#BEVERAGE

@CARLODUGO

del prodotto. L'udito, provate a versare del vino strutturato in un calice con silenzio attorno, sentirete parlare il vino, lo sentirete trasmettervi ciò che per anni ha sviluppato, durante gli affinamenti in botte e successivamente in bottiglia... Il tatto, prendere una bottiglia, sentirne il peso del vetro, toccare il tappo di sughero, sfiorare l'etichetta per comprenderne le sfumature, ci rende l'idea di qualità e bontà del prodotto. L'olfatto, forse il più importante dei sensi... Ci fa apprezzare la storia del vino, ci fa comprendere le qualità scaturenti dalle varie sfumature di profumo, ci consente di viaggiare con la memoria fino a tornare bambini, soltanto apprezzando un profumo che ci ricorda l'infanzia. E il Gusto: il vino è in grado di stimolare le papille gustative poste alla base della lingua; queste iniziano a salivare aiutandoci nella fase della masticazione e deglutizione, ma in realtà, il vino ci trasmette altre sensazioni, tipo l'astringenza e la persistenza, sinonimo di vini di struttura. Il vino risveglia i nostri cinque sensi ed entra in contatto con il nostro mondo più nascosto, dobbiamo soltanto farlo esprimere e comprendere il suo messaggio. Il vino è fatto per noi, i nostri avi ci hanno fatto giungere un prodotto di ineguagliabile bellezza, pertanto il consiglio è “ascoltare” ed immedesimarsi nella storia del prodotto che stiamo degustando.



**COSTRUZIONE E
RISTRUTTURAZIONE**

DI BENI IMMOBILI
DI QUALSIASI NATURA

servizi

**INSTALLAZIONE E
MANUTENZIONE**

DI IMPIANTI TERMO-IDRAULICI,
MECANICI ED ELETTRICI



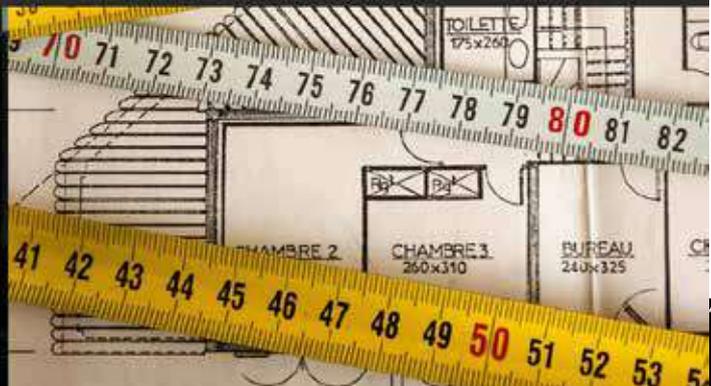
**CONTATTACI PER UN
PREVENTIVO GRATUITO**

TEL. 3776760341
farosrl2016@gmail.com

contatti

- FARO S.R.L. -

VIA ERNESTO GIACOMO PARODI, 4
00125 - ROMA



CREAM TART

SAN VALENTINO... DOLCI SAPORI



#FOOD

@FRANCESCOBELLO

Chef Bello
Personal Chef
Francesco Bello
www.chefbello.it
info@chefbello.it

PER IL BISCOTTO SABLE':

275 gr burro freddo a cubetti
500 gr farina
200 gr zucchero a velo
110 gr farina di mandorle
2 uova piccole
5 tuorli
qb vaniglia
scorza grattugiata di un limone
4 gr sale

PER LA CREMA AL MASCARPONE:

400 gr mascarpone
400 gr panna montata
80 gr zucchero a velo

PER LA DECORAZIONE A PIACERE:

meringhe
macaron
caramelle
frutta secca
biscottini
frutta fresca



BISCOTTO SABLE': Togliete il burro dal frigo 30 minuti prima. Mettete in una ciotola la farina, aggiungendo poi il burro a piccoli pezzi. Mescolate il tutto, fino ad ottenere un impasto dall'aspetto sbriciolato. Per velocizzare potete utilizzare anche un robot da cucina. Aggiungete poi i tuorli d'uovo e lo zucchero a velo. Miscelate il composto, fino ad ottenere un composto liscio, compatto ed uniforme. Create un panetto, avvolgetelo nella pellicola trasparente e mettetelo in frigorifero per 30 minuti.

CREMA AL MASCARPONE: Intanto montate la panna fresca liquida e riponetela da parte. In un'altra scodella lavorate a crema il mascarpone unito allo zucchero a velo. Infine, aggiungete la panna montata, con movimenti delicati, dal basso verso l'alto. Mettete in frigo, coprendola con della pellicola trasparente.

PREPARAZIONE: Accendete il forno a 170°. Prendete il panetto di pasta sablé e tagliatene i 3/4. Lavorate un po' la pasta con le mani, stendetela, trasferitela sulla carta da forno già infarinata e stendete ancora fino ad un'altezza di mezzo centimetro. Appoggiate una forma a cuore sopra alla pasta frolla ottenuta, con un coltello affilato ritagliate il cuore e mettetelo da parte la pasta frolla eccedente. Bucherellate con una

forchetta la superficie. Infornate per 15/20 minuti, a seconda dell'altezza, fino ad ottenere la doratura.

Una volta cotta, aspettate che si sia raffreddata del tutto, prima di toglierla dalla teglia, per non rovinare la torta. Riprendete poi la pasta frolla avanzata e create allo stesso modo un altro cuore.

Inserite infine gli strati di crema e decorate a piacere con crema, frutta fresca, meringhe, macaron, biscottini... e tanta fantasia!

BIOSTIMOLAZIONE

PRENDITI CURA DELLA TUA PELLE
CON LA BIOSTIMOLAZIONE

Mi piace vedere i mesi di gennaio e febbraio come un periodo di rinascita in cui si programma la fase che ci separa dall'estate, assorti nelle attività quotidiane: lavoro, studio, attività fisica, traffico, ecc...

In Medicina Estetica questo è il momento di riprendere i trattamenti che si occupano del benessere del nostro fisico e del nostro viso,



per chi invece si avvicina a questa disciplina per la prima volta, per prima cosa dovrà sottoporsi alla visita in cui verranno misurati vari parametri cutanei, tra cui idratazione e produzione di sebo, che andranno a formare il film idrolipidico, che protegge la superficie dell'epidermide.

Se il film idrolipidico è in equilibrio, la nostra pelle sarà protetta, se invece i valori misurati non rientrano nei parametri fisiologici, allora potremmo "sentire" la nostra pelle attraverso delle sensazioni di fastidio, prurito, disidratazione, pelle che tira o pizzica.

Attraverso questo esame il medico estetico prescrive la corretta cosmesi per viso e corpo e può consigliare, in sinergia con l'estetista, i trattamenti da eseguire in cabina per reidratare e stimolare la pelle.

Per la medicina estetica la cosmesi è la base da cui partire per raggiungere i risultati prefissati.

Una volta prescritta la cosmesi che supporterà i successivi trattamenti, si passa alla fase operativa vera e propria per cui la

parola d'ordine è BIOSTIMOLAZIONE, cioè l'uso di metodiche, tecniche e sostanze per riattivare le cellule che formano la pelle e permettere loro di funzionare al meglio, restituendo tono, luminosità, turgore alla pelle, che durante l'estate magari non ha avuto le attenzioni dovute.

Solitamente si inizia con dei peeling, applicazione di sostanze ad azione esfoliante, che hanno lo scopo di rinnovare gli strati epidermici esfoliandoli delicatamente, stimolandone così la rigenerazione e la compattezza, ma non solo, ormai molti peeling hanno una combinazione di principi attivi che favorisce, nel tempo, l'uniformità del colorito cutaneo e sono molto efficaci nel trattare le lievi discromie e gli ispessimenti cutanei.

In base alla valutazione del medico a questa prima fase può seguire o può essere effettuata in contemporanea, alternando i trattamenti, la biostimolazione dello strato dermico della pelle, dove risiedono i fibroblasti che producono collagene, elastina e acido ialuronico, sostanze fondamentali per il sostegno all'epidermide ed il turgore del viso.

Lo scopo della biostimolazione cutanea è quello di rallentare l'invecchiamento cutaneo, di assicurare alla pelle una buona luminosità, una buona elasticità, un normale turgore.

Si esegue attraverso diverse procedure e metodiche a discrezione del medico che utilizzerà la più adatta alla condizione del paziente.

#WELLNESS

@GIANLUCAFATUZZO



Dott. Gianluca Fatuzzo
Medico Chirurgo
formato in medicina estetica
e medicina ayurvedica

Viale della Marina 9 Ostia
Tel. 3203254426
gianlucafatuzzo@gmail.com

BIOSTIMOLAZIONE INIETTIVA

Terapia iniettiva distrettuale a base di acido ialuronico, aminoacidi, vitamine, polinucleotidi (sul viso, sul décolleté, sul dorso delle mani), atta a stimolare l'attività anabolica dei fibroblasti (biosintesi di elastina, collagene, acido ialuronico), a favorire l'attività mitotica dei fibroblasti e delle cellule dello strato basale dell'epidermide, a frenare il catabolismo dell'acido ialuronico (inibendo le ialuronidasi), del collagene (inibendo le collagenasi), dell'elastina (inibendo le elastasi), a favorire un effetto antiossidante (scavenger dei radicali liberi dell'ossigeno).

RADIOFREQUENZA E HIFU

La radiofrequenza non ablativa e gli ultrasuoni focalizzati ad alta intensità, invece, determinano la loro azione di stimolo andando a scaldare le fibre di collagene e denaturandole, in tal modo si attiva la sintesi di nuovo collagene in sostituzione di quello vecchio denaturato. A seconda del macchinario utilizzato, dell'energia applicata e del calore sviluppato, saranno necessarie più sedute per ottenere i risultati sperati.

PRP

I derivati piastrinici sono anch'esse sostanze biostimolanti della cute, estratte dal paziente stesso. In questo caso dal sangue del paziente vengono estratte, mediante un sistema di centrifugazione, piastrine e plasma. Il razionale d'uso risiede nel fatto che le piastrine sono in grado di rilasciare numerose sostanze che promuovono la riparazione tissutale e modulano le risposte di altre cellule della cute grazie alla capacità di liberare fattori di crescita, tra i quali il PDGF, il TGF β , il VEGF, l'IGF-1, l'FGF, e l'EGF, citochine e chemochine. Il numero di sedute dipende dal danno cutaneo e dall'età della paziente. Purtroppo però, a causa delle leggi differenti nelle diverse regioni italiane e le varie interpre-

tazioni sulla manipolazione degli emocomponenti, non ci sono delle linee guida univoche in tal senso.

CARBOSSITERAPIA

Metodica in cui si inietta anidride carbonica, un gas, a livello dermo-ipodermico per migliorare la perfusione e la distribuzione del sangue nei capillari, consentendo un miglior apporto di nutrienti e ossigeno, indispensabili alla vitalità dei tessuti e favorire l'azione delle sostanze biostimolanti. Quindi una terapia che a mio parere andrebbe utilizzata di base in sinergia con tutti i trattamenti estetici.

ALIMENTAZIONE

Ovviamente l'alimentazione ha un importante ruolo nella cura della nostra pelle e non solo. Mangiare bene, bilanciando i nutrienti, rappresenta la base del nostro benessere.

Nel nostro caso bisognerà aumentare il consumo di frutta e verdura per avere una migliore attività antiossidante e depurante, aumentare l'assunzione di acqua naturale, quando possibile calda (farla bollire per 10 minuti) almeno 3 tazze al giorno, per aiutare il nostro organismo ad idratarsi nella maniera corretta, bilanciare l'apporto di grassi, zuccheri e proteine, variando la dieta, in modo da favorire la funzione intestinale e i nutrienti necessari alla pelle.

Chiaramente le metodiche e le sostanze finora espone rappresentano le "armi" per stimolare e riattivare la pelle, il più vasto organo del corpo, che ci rappresenta ed ha un ruolo fondamentale nei rapporti interpersonali; il professionista formato in Medicina Estetica deve adattare alle necessità del paziente, secondo la propria esperienza.

SCOPRI LA FITOTERAPIA E I FIORI DI BACH per il benessere di corpo e mente



Per Febbraio prenota la tua
**CONSULENZA GRATUITA
PERSONALIZZATA**

LA TUA ERBORISTERIA DI FIDUCIA

VIALE CADUTI PER LA RESISTENZA, 79 - GALLERIA GARDA 1 - SPINACETO (RM)

INFO E CONTATTI: TEL. 0664531771
erboristeriagliantichirimedi@gmail.com



INSTAGRAM: Erboristeria "Gli Antichi Rimedi"
FACEBOOK: erboristeria_gliantichirimedi

10 REGALI PER SAN VALENTINO

PER TUTTI I GUSTI... ANCHE I PIU' DIFFICILI

PER LUI ...



... PER LEI

UN WEEKEND PER DUE

Beh intanto la prima domanda da porsi è dove festeggiare?!? Allora perchè non regalare un fantastico viaggio per due, magari una gita fuori porta alle terme, per festeggiare insieme la giornata e perchè no, il weekend, dedicato agli innamorati?!? Se non avete ancora in mente la meta precisa, regalate un "box" omaggio per viaggi e decidete insieme dove andare...



UNA FELPA PERSONALIZZATA

Oppure per i più sportivi che ne dite di un indumento, anzi due, personalizzati con la scritta "King" per lui e "Queen" per lei? Ci sono felpe, t-shirt, cuscini, bracciali ecc. tra cui scegliere!

UN DIAMANTE E' PER SEMPRE

San Valentino è il momento adatto per fare "la proposta", ma se ancora non vi sentite pronti, un anello o un gioiello è pur sempre un regalo graditissimo da una donna, anche se non prelude ad impegni più importanti...

Largo spazio quindi ad anelli (magari in una catena - in versione lei-lui, così da condividere lo stesso accessorio), oppure un bracciale dove il disegno del cuore si interrompe a metà per continuare sul bracciale del proprio partner. Oppure per i meno romantici due portachiavi uguali, con un significato nascosto che solo voi conoscete...

UN BUONO REGALO

Se poi maschietti non sapete proprio cosa regalare, ricordatevi sempre che esistono, per vostra fortuna, i buoni regalo adatti ad ogni occasione... Così la vostra lei avrà il suo regalo perfetto e voi meno tempo da impiegare nella scelta!

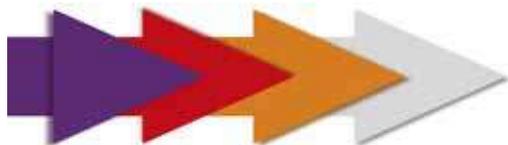
In ogni caso ricordate che il pensiero è la cosa più importante per qualsiasi regalo, per cui, una volta deciso cosa comperare, non dimenticate la cosa essenziale: un biglietto di auguri a tema, meglio ancora se fatto da voi, non importa che le parole siano scritte in bella grafia, l'importante è che vengano dal cuore, e una donna, credetemi le apprezzerà più di qualsiasi costoso regalo!

PER IDEE REGALO VISITA IL NOSTRO SITO

#DECALOGO

@FRANCESCACONTINI

PER LUI/PER LEI



SCANNERIZZA IL
QR CODE
CON IL TUO SMARTPHONE



#MUSICA #DANZA #SPETTACOLO
TOP ONE
BRAND SELECTION

#service



#web-social



#music-dance



Carnival

NASCE LA COMMUNITY “TOP-ONE”!



IN QUALE DI QUESTE SITUAZIONI TI TROVI?!?

SEI DA POCO A ROMA E VUOI TROVARE UNA COMITIVA CON LA QUALE CONDIVIDERE PASSIONI, DIVERTIMENTI E SERATE IN ALLEGRIA?

SEI IN CERCA DELLA TUA ANIMA GEMELLA, MA LE APP PER CUORI SOLITARI SI SONO RIVELATE INUTILI E INEFFICACI?

BALLI E CERCHI UN PARTNER CON CUI AFFRONTARE UNA CARRIERA AGONISTICA?

SEI UN IMPRENDITORE O HAI UN PROGETTO CHE VUOI REALIZZARE E CERCHI SOCI O COLLABORATORI CHE TI SEGUANO IN QUESTA AVVENTURA?

#YOU&ME

@TOP-ONECOMMUNITY

Sicuramente sarai già iscritto alle classiche community Facebook ed Instagram ed anche Top-One fa parte di esse, ma il nostro staff ti consentirà di utilizzare le relazioni che si creano su questi social per rendere la tua vita sociale molto più ricca e attiva non solo sul web, ma anche nella realtà, grazie ad eventi, manifestazioni ed iniziative ad hoc per te.

Entra a far parte della Community di Top-One e troverai tante persone con i tuoi stessi interessi, se ami ballare ad esempio potrai condividere con noi questa passione e anche se non frequenti nessuna scuola, avrai dei compagni con cui condividere serate salsere, disco ecc.

ISCRIVITI SUBITO: E' SEMPLICISSIMO!

COMPILA QUESTO MODULO ED INVIACELLO VIA MAIL O VIA WHATSAPP - ALLEGA UNA TUA FOTO!

I TUOI DATI

NOME _____

COGNOME _____

DATA DI NASCITA _____

SESSO _____

CITTA' _____

HOBBY _____

E PASSIONI _____

COSA CERCHI

L'ANIMA GEMELLA M F

AMICI

UN PARTNER DI BALLO

DISCIPLINA _____

LIVELLO _____

UN SOCIO/COLLABORATORE

SETTORE _____

RUOLO _____

Informativa sulla Privacy

Informativa ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs. n. 196/2003. Si informa che i dati personali conferiti con la presente liberatoria saranno trattati con modalità cartacee e telematiche nel rispetto della vigente normativa e dei principi di correttezza, liceità, trasparenza e riservatezza; in tale ottica i dati forniti, ivi incluso il ritratto contenuto nelle fotografie suindicate, verranno utilizzati per le finalità strettamente connesse e strumentali alle attività come indicate nella presente. Il titolare del trattamento è LOCA S.r.l.s. Il conferimento del consenso al trattamento dei dati personali è facoltativo. In qualsiasi momento è possibile esercitare tutti i diritti indicati dall'articolo 7 del D. Lgs. n. 196/2003, in particolare la cancellazione, la rettifica o l'integrazione dei dati. Tali diritti potranno essere esercitati inviando comunicazione scritta.

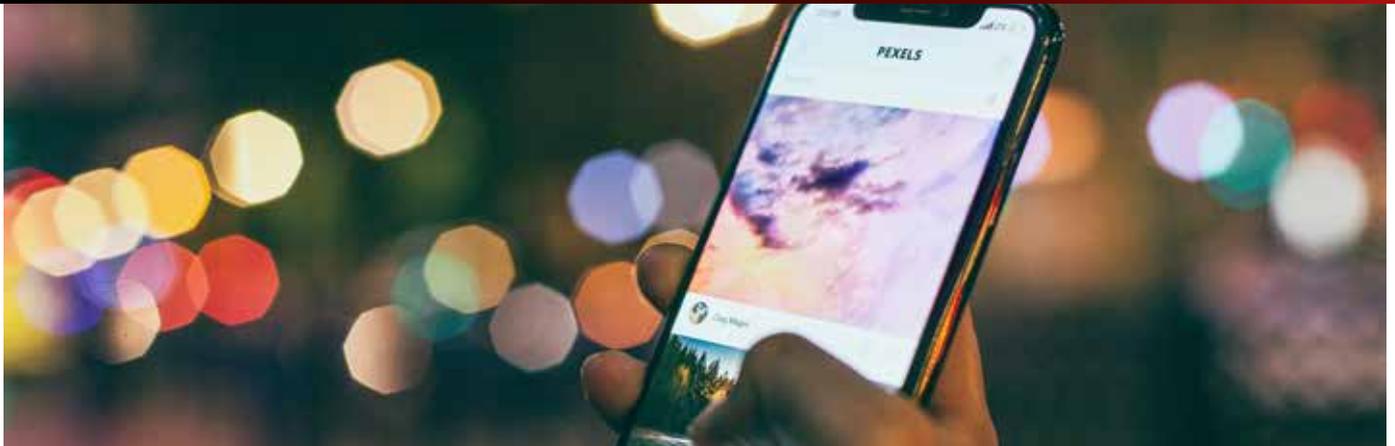
presto il consenso

nego il consenso

Lì, _____

Firma (leggibile) _____

SEGUICI SUI SOCIAL PER ESSERE SEMPRE INFORMATO





Davide Pigliacelli



SCOOP: SPIDER-MAN E ARYA STARK SONO FIDANZATI! SPECIALE SU ALEX POLIDORI

Continua la nostra rubrica sui fantastici attori del doppiaggio, quelle voci all'ombra del cinema, che da sempre colorano le grandi emozioni per noi pubblico italiano e che finalmente stanno uscendo dall'anonimato. In vero non è solo una nostra realtà locale, dato che i doppiatori professionisti esistono da decenni anche in molte altre nazioni, ma noi italiani siamo riconosciuti fra i migliori dalle stesse produzioni cinematografiche, che supervisionano i doppiaggi internazionali. Possiamo ben dire che, oltre a tradizioni come la pasta e il buon vino, un altro patrimonio culturale di cui vantarci sono gli attori del doppiaggio. Di questi, andiamo oggi a scoprire Alex Polidori e Sara Labidi.

Nato a Roma il 16 novembre 1995, Alex Polidori è attore del doppiaggio, ma anche musicista e cantautore. Nel 2016 è arrivato secondo alla rassegna musicale "Festival Show", che lo ha visto esibirsi all'Arena di Verona col suo singolo "Va Tutto Bene", mentre nel 2017 ha partecipato al "Tour Music Fest" arrivando tra i finalisti nella categoria cantautori. In seguito ha vinto il Talent Show "You Can Sing" ottenendo un contratto con un'etichetta discografica. Nel 2018 Rai Gulp ha trasmesso nella rubrica "Gulp Music" il suo video "Non lo faccio apposta" tratto dall'omonimo singolo, col quale narra le simpatiche disavventure di un ragazzo ritardatario. Il brano realizzato la scorsa primavera, invece, è "Paranoico", in cui descrive in modo divertente le piccole paranoie dell'essere umano, fra la poesia e un ritmo che far venir voglia di ballare...

Alex organizza spesso serate canore nei locali di Roma, condividendo la passione musicale anche con l'amico e collega doppiatore Manuel Meli (voce di Aladdin nel live action Disney 2019) col quale di tanto in tanto si esibisce in memorabili duetti, anche ospiti di spettacoli teatrali e festival del doppiaggio.

Nel 2019 Alex ha cantato in occasione di serate importanti, aprendo i concerti di nomi come Shade e Federica Carta. Talvolta lo troviamo nei panni di insegnante presso corsi di doppiaggio in varie località italiane, compresi gli incontri culturali fra doppiatori e studenti, presso vari licei romani.

Alex è fra i doppiatori che da tempo aderiscono al progetto "Le voci del cuore", col quale fanno visita ai pazienti di ospedali e case di cura della Capitale, portando loro le emozioni del cinema ed un sorriso di solidarietà.

Ricordiamo alcuni dei maggiori ruoli di Alex per il doppiaggio: Peter Parker negli "Spider-Man" di Tom Holland, Elio in "Chiamami col tuo nome",

mami col tuo nome", Sam Gardner in "Atypical", Christian Varela Exposito in "Elite", Adso nella miniserie TV 2019 "Il nome della rosa", Blue Ranger nel film cinema 2017 "Power Rangers", Finn di "Adventure Time", Ezra Bridger in "Star Wars: Rebels", Kyle Scheible in "Lady Bird", Laurie in "Piccole Donne" del 2020, Matteo Balsano in "Soy Luna", Rico in "Hanna Montana", da piccolo era la voce del famoso pesciolino Nemo della Disney.

Da bambino ha partecipato in vari ruoli a fiction e programmi TV, anche con Nino Frassica, Pippo Baudo e Mike Bongiorno. Alex è fratello del doppiatore Gabriele Patriarca, che da piccolo cantò la celebre canzone "Il Coccodrillo Come Fa?" allo Zecchino D'Oro.

Nel febbraio 2015 Alex è apparso su Vanity Fair per il doppiaggio del film "Boyhood".

A destra:
Manuel Meli,
doppiatore
e cantante



Alex Polidori



I PREMI DI ALEX

Voce Emergente dell'anno al "Gran Galà - Romics" (2006), Voce Emergente al "Gran Premio Del Doppiaggio" (2008), Miglior Voce di un cartone animato per "Star Wars: Rebels" al Festival "Le Voci Del Cinema" (2014), Premio "Sergio Fiorentini" per "Spider-Man: Homecoming" alla Casa del Cinema di Roma e la Targa "Bruno Paolo Astori" come Voce Emergente al Festival di Savona "Voci Nell'Ombra" (2017), Premio per "Spider-Man" a "Voci Tra Le Onde" e Premio come miglior voce maschile di un film per "Chiamami col tuo nome" al festival "Le Voci Del Cinema" (2019).



#DOPPIATORI

@DAVIDEPIGLIACELLI



A sinistra: Alex Polidori, doppiatore - A destra: Tom Holland, attore in "Spider-Man: Far from home"



Il piccolo Alex Polidori, a "Sanremo 2003", con Pippo Baudo e Nino Frassica



Sopra: Alex Polidori con la fidanzata Sara Labidi

Tutti conosciamo le stravaganze amoroze della serie "Il trono di spade", ma avreste mai immaginato che Arya Stark potesse spingersi perfino oltre? Beh, ecco svelato il segreto: "Arya Stark" e "Spider-Man" stanno insieme! Eh si: Sara Labidi (classe 1998), voce italiana di Arya, è appunto la fidanzata del nostro Alex Polidori. Anche lei è una delle

monetti in "Soy Luna", Sara in "La chiave di Sara", Sheila Peterson in "Come ti rovino le vacanze", Sally in "Avengers: Infinity War", "Spider-Man: Homecoming" e "Spider-Man: Far from home", Kara Bright in "Noi siamo tutto", Marley in "Io sono leggenda", Gabrielle in "Belle E Sebastien - L'avventura continua", Anna Shirley in "Chiamatemi Anna", Cristina Santos in "Shades of blue", Katie Knight in "Big time rush", Asuman in "Bitter Sweet - Ingredienti d'amore", Emma Ross in "Jessie", Emma Barber in "Beautiful", Lydia in "The Walking Dead".



Sopra: Sara Labidi, Attrice e Doppiatrice

Nel 2008 Sara ha vinto il premio "Giovani Doppiatori" al Gran Premio Internazionale Del Doppiaggio e nel 2019 ha ricevuto il riconoscimento "Federico Fellini e il doppiaggio" all'omonima serata svoltasi al Teatro Belli di Roma. Nel dicembre 2019 si è esibita sul palco del Teatro Due di Roma con lo spettacolo di genere drammatico "La porta di casa" del giovane regista Piergiorgio Seidita.

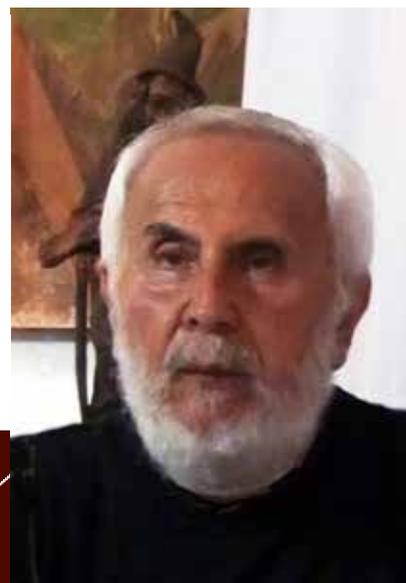
valenti voci italiane del cinema. Si sono conosciuti a otto anni, finché un giorno, fra un turno di lavoro e l'altro, è sbocciato l'amore. Tranne un periodo intermedio di incertezza adolescenziale, è da anni che la loro romantica storia li accompagna. Oltre a "Il trono di spade" troviamo Sara in molti altri ruoli, alcuni dei quali: Debbie Gallagher in "Shameless" (USA), Nina Si-

SEGUI IL CANALE YOUTUBE "Doppiatori Italiani"!



Per le letture sui doppiaggi italiani proseguiamo con le opere dello storico del doppiaggio Prof. Gerardo Di Cola, del quale stavolta segnaliamo il nuovo appassionante libro: "Via col vento - Tra doppiaggio e ridoppiaggio", pubblicato da Edicola Editrice (Chieti). Info per l'acquisto su www.doppiatoriitaliani.com. In questo comodo volume tascabile scopriamo il dietro le quinte italiano della celebre pellicola che ha cresciuto generazioni di spettatori, ritrovando voci storiche andate perdute per decenni fra le sabbie del tempo.

Infine vi ricordiamo di seguire la musica di Alex Polidori su tutte le piattaforme digitali e di iscriverci al nostro canale Youtube "Doppiatori Italiani" per restare aggiornati sulle voci del cinema.



“JUDY”...

IL CAPOLAVORO DEDICATO ALLA VITA DI JUDY GARLAND

Judy Garland: la leggenda dietro l'arcobaleno.

Questo mese, naturalmente, sarà ancora nei migliori cinema italiani “Judy”, dato che il film con protagonista Renée Zellweger, presentato nel nostro Paese lo scorso ottobre, alla 14ª edizione della Festa del Cinema di Roma, è stato distribuito, dalla Notorious Pictures, a partire dal 30 gennaio.

Opera seconda di Rupert Goold, ci voleva dunque un regista dal cognome che ricordasse un po' loro a raccontare la storia di una delle più lucenti stelle del cinema mondiale.

Judy Garland, pseudonimo di Frances Ethel Gumm, è ancor oggi la dolcissima Dorothy del “Mago di Oz” del 1939, un ruolo che le ha regalato tanta fama e un'iniziale prosperità, ma anche molta sofferenza.

La vita di un bambino prodigio è tutt'altro che rose e fiori, e da quel che sappiamo, quando arriva il successo, sono pochi coloro che riescono a raggiungere la tarda età in serenità, come successe invece a due colleghi della sua generazione, Shirley Temple e Mickey Rooney.

Judy ha subito troppe pressioni e forse anche molestie sul sentiero dorato per Oz, e tutto ciò sembra esserle stato fatale, non solo per la carriera, ma anche per la vita sentimentale, appesantita da cinque matrimoni mal riusciti. “Judy” di Goold è dunque un film biografico, che ricorda molto il recente “Stanlio & Ollio” di Jon S. Baird, un'inquadratura dettagliata sull'ultima parte della carriera dell'attrice (che casualmente, al pari del duo comico, si è svolta proprio nel Regno Unito), senza dimenticare diversi flash-back, non solo sul set de “Il Mago di Oz”, ma anche con alcuni protagonisti dell'Hollywood di una volta.

Così ecco ritrovarci di fronte la piccola Dorothy, Mickey Rooney, la “strega” Margaret Hamilton, il produttore Louis B. Mayer, e naturalmente le figlie dell'attrice, Liza Minelli e Lorna Luft.

Un'opera dunque non solo storicamente interessante, ma anche decisamente commovente. Per l'empatia nei confronti della sofferenza della povera stella cadente e per il suo pubblico, che nonstan-

te i problemi dell'attrice, l'ha amata fino alla fine. Judy Garland ha ricambiato più che ha potuto questo amore, non solo con i suoi spettacoli, ma anche relazionandosi con loro: significativa la scelta dell'incontro con una coppia omosessuale di Londra. Per chi non lo sapesse, l'attrice era davvero un'icona gay, e quella scena rappresenta tutta la sua bontà nei confronti delle ingiustizie verso la comunità LGBT, che in quel periodo storico in Inghilterra era perseguitata a norma di legge. Scontato, ma doveroso, concludere che sarà difficile per voi non piangere nel finale, scontato anche quello, ma ugualmente meraviglioso, sulle note e parole di “Somewhere over the rainbow”...



#CINEMA

@VALERIOBRANDI



GLI ALTRI FILM DI FEBBRAIO

BIRDS OF PREY

Conosciuto anche come “Birds of Prey e la fantasmagorica rinascita di Harley Quinn”, è il nuovo film targato DC Comics, che dopo “Justice League”, prova a rilanciare la propria immagine puntando proprio su questo lavoro cinematografico: il primo titolo di punta del mese di febbraio 2020, nelle sale dal 6 febbraio, con protagonista Margot Robbie, attrice, tra l'altro, sempre più amata dal pubblico, che interpreta la storica fidanzata di Joker in questa nuova avventura.



SONIC – IL FILM

Altro film attesissimo, per quello che è successo in produzione più che altro. I fan del celebre videogioco non avevano apprezzato l'aspetto grafico del protagonista, così i produttori hanno deciso di ricrearlo. Ed ecco che il nuovo Sonic sarà sotto gli occhi di tutti a partire dal 13 febbraio: un lungometraggio da vedere, non soltanto per gli appassionati del franchising, ma anche per la presenza di un attore formidabile come Jim Carrey.

LUPIN III - THE FIRST

Il ladro gentiluomo Lupin, per decenni eroe sui nostri televisori grazie all'animazione tradizionale, per la prima volta ci apparirà completamente in CGI. Un po' di paura, nostalgia del passato, ma anche tanta curiosità per gli appassionati del personaggio, che sicuramente potranno contare, dal 27 febbraio in poi, sulle voci italiane di Stefano Onofri (Lupin III), Joy Saltarelli (Fujiko), Alessandro D'Errico (Jigen), Antonio Palumbo (Goemon), e Rodolfo Bianchi (Zenigata).

IL RICHIAMO DELLA FORESTA

È uno dei romanzi d'avventura più amati di sempre, e abbiamo “un certo” Harrison Ford, doppiato da Michele Gammino. Tre elementi che bastano per andarlo a vedere con tutta la famiglia, a partire da giovedì 20 febbraio.

BAD BOYS FOR LIFE

Va bene, siamo tutti d'accordo che troppi sequel e remake non fanno bene al cinema... Però in casi come questi, come non si fa ad essere contenti, o perlomeno curiosi? I personaggi Mike Lowrey e Marcus Barnett di Will Smith e Martin Lawrence ci hanno regalato due film cult diversi anni fa, quindi, se non c'è due senza tre... Appuntamento al prossimo 20 febbraio per scoprirlo!

DIAMOCI DEL TU

CON GAIA DE LAURENTIIS E PIETRO LONGHI
REGIA DI ENRICO MARIA LAMANNA

Per la prima volta insieme sul palco del Teatro Manzoni di Roma andranno in scena Gaia De Laurentiis e Pietro Longhi, con la commedia brillante "Diamoci del tu", regia di Enrico Maria Lamanna.

Un asettico rapporto di lavoro pluriennale diventa sorprendentemente una spassosa, arguta scintillante relazione. Come un fiore sbocciato solo al momento giusto, la storia tra il burbero e scontroso datore di lavoro e la sua inefabile collaboratrice ci offre lo spunto per una commedia deliziosa, che cancella di colpo la ruggine di un lungo regime di incomunicabilità. Ed il nuovo, improvviso scoprirsi riscatta sia lui che lei da anni di solitudine, di segreti e di dolori, prendendo molto presto una piega briosa e brillante. Lei sa tutto di lui. Lui non sa assolutamente nulla di lei. Non ha mai voluto saperne nulla, considerandola poco più di uno degli strumenti di cui si serve per il suo lavoro d'ufficio.

Così, in una fredda sera di novembre, i due cominciano a confrontarsi per la prima volta senza la formalità dei ruoli, arrivando presto a rivelazioni sorprendenti, ma anche divertenti e commoventi.

Alle volte l'amore, come il paradiso... può attendere, ma al momento opportuno sa sempre come coinvolgere il nostro cuore.

Una commedia brillante, romantica, ma soprattutto da un finale per nulla scontato.

DAL 30 GENNAIO AL 23 FEBBRAIO 2020

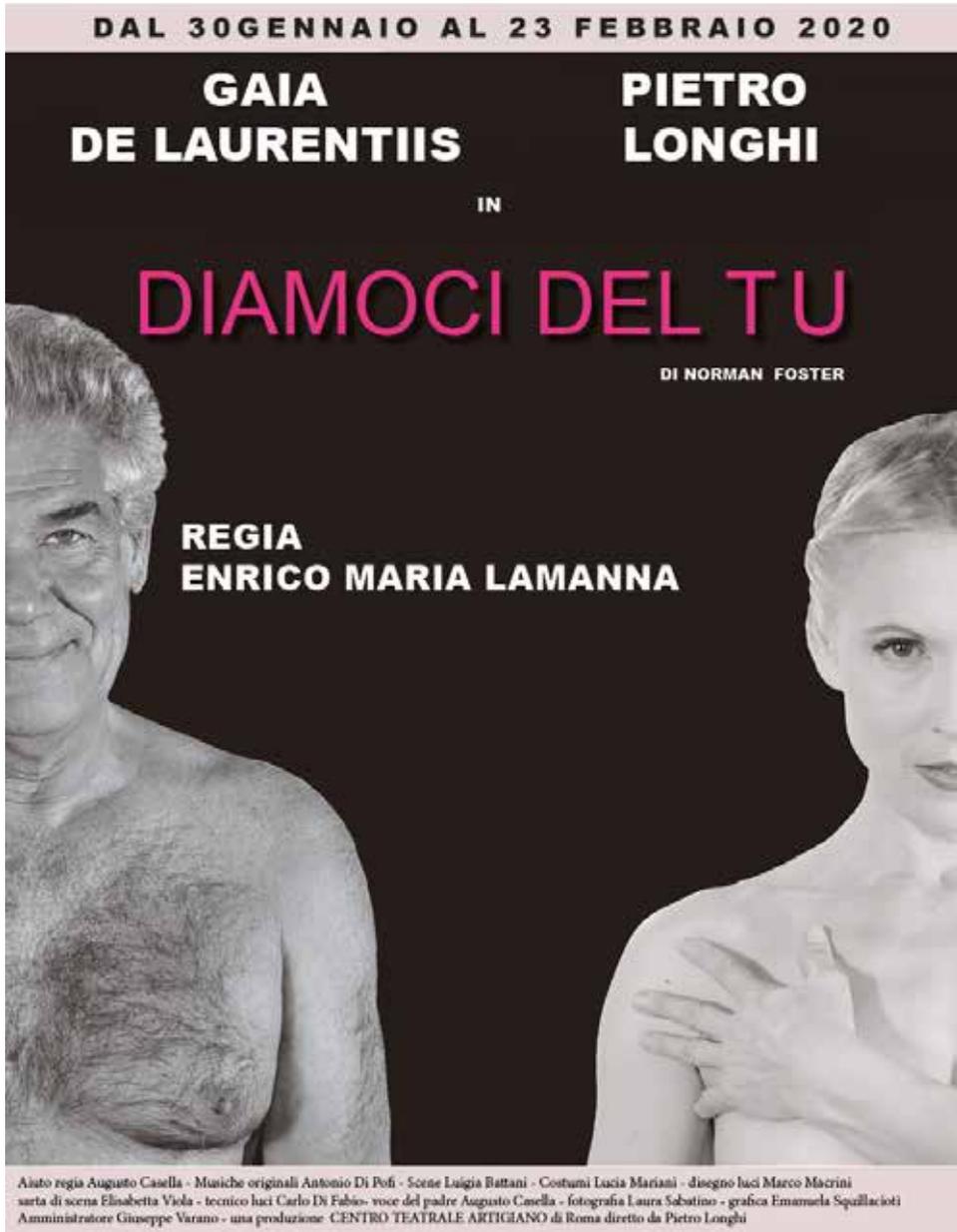
GAIA DE LAURENTIIS PIETRO LONGHI

IN

DIAMOCI DEL TU

DI NORMAN FOSTER

REGIA ENRICO MARIA LAMANNA



Aiuto regia Augusto Casella - Musiche originali Antonio Di Pofi - Scene Luigia Battani - Costumi Lucia Mariani - disegno luci Marco Macrini
sarta di scena Elisabetta Viola - tecnico luci Carlo Di Fabio - voce del padre Augusto Casella - fotografia Laura Sabatino - grafica Emanuela Squillacioti
Amministratore Giuseppe Varano - una produzione: CENTRO TEATRALE ARTIGIANO di Roma diretto da Pietro Longhi

#TEATRO

Ufficio stampa
Daniela Chessa Communication
chessa.stampa@gmail.com
cell. 347.7868350

@DANIELACHESSA

Aiuto regia - Augusto Casella
Musiche originali - Antonio Di Pofi
Scene - Luigia Battani
Costumi - Lucia Mariani
Disegno Luci - Marco Macrini
Sarta di scena - Elisabetta Viola
Tecnico luci - Carlo Di Fabio
Voce del padre - Augusto Casella
Fotografia - Laura Sabatino
Grafica - Emanuela Squillacioti
Amministratore - Giuseppe Varano

Produzione - CENTRO TEATRALE ARTIGIANO
di Roma diretto da Pietro Longhi

TEATRO MANZONI

Via Monte Zebio, 14/c (Piazza Mazzini) - 00195 ROMA - Tel. 06/3223634

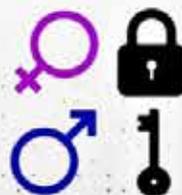
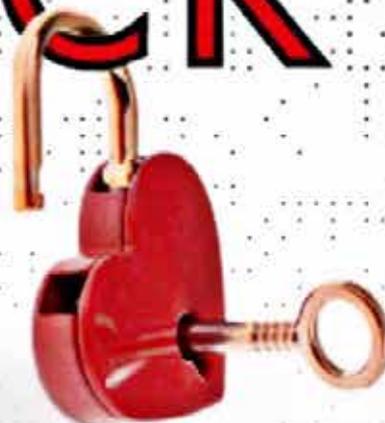
DAL 30 GENNAIO AL 23 FEBBRAIO 2020

Prenotati in "LISTA TOP-ONE"
- POSTI LIMITATI -

UNLOCK PARTY

Valentine's Edition ♡

Venerdì 14 Febbraio



Via dei Magazzini Generali 29 Lista e Tavoli: 3939934778

LASCIATEMI CANTARE...

INTERVISTA A DAVID PIRONACI: CANTANTE, VOCAL COACH, GIUDICE DI "ALL TOGETHER NOW" E ORGANIZZATORE DEL TALENT "LASCIATEMI CANTARE"



©ANTONELLO ARIELE MARTONE

David Pironaci è un Cantautore italiano, ma anche Vocal Coach, Speaker Radio, Talent Scout, Giudice ad "All Together Now" (canale 5) al fianco di J-Ax e Michelle Hunziker ed è l'organizzatore del concorso canoro "Lasciatemi Cantare", che si svolge ogni anno, in questo periodo, presso il Centro Commerciale "Aprilia 2" e che è giunto quest'anno alla quarta edizione. Abbiamo intervistato David per sapere qualcosa di più su di lui e su questo magnifico talent.

Iniziamo da David cantante: ci parli del tuo percorso, da quando (e perché) hai iniziato a cantare ad oggi, del tuo singolo "You are my angel" e dell'ultimo uscito in questi giorni, dedicato a tua nipote?

Ho iniziato a cantare con il mio papà perché mi ha sempre portato a vedere grandi concerti, come i Pink Floyd, i Genesis e molti altri. Ma fin da piccolo ho sempre amato insegnare, giocavo con i miei pupazzi fingendo che fossero i miei studenti e così sono diventato l'insegnante di oggi, con una gran voglia di cantare, ma senza mai perdere di vista il mio lavoro.

Infatti l'anno scorso è uscito il mio primo singolo che avevo tenuto nel cassetto per un po' di tempo e mi è sembrato giusto proporre anche la mia musica. L'ho fatto con "You are my angel", a cui tengo tantissimo, perché racconta dei nuovi amori tra omosessuali e bisessuali, che, quasi sempre, non vengono mai presi

seriamente.

E adesso è uscito il mio secondo singolo: questa volta è una dedica alla mia piccola nipotina, la quale ha rappresentato per la mia famiglia un momento di rinascita. All'interno del brano ci sono grandi collaborazioni, scritta con il maestro Nico Pistolesi e il violinista dell'Orchestra Rai, Alessandro Golini.

David Vocal Coach: invece, quando hai deciso di diventare insegnante e di fondare con i tuoi collaboratori l'accademia "Why not?"

Come accennavo, seguo questa passione da piccolo, ma la grande svolta è arrivata quando ho preso in affidamento le mie sorelle, dopo la morte della nostra mamma. Li ho preso consapevolezza che far crescere gli altri è molto più gratificante.



Poi ho incontrato nella mia vita un amico, Tomas Conforti ed insieme abbiamo deciso di dare un'opportunità a tutti di cantare, anche se non più giovani: i sogni non hanno età, religione, sesso o colore.

David Produttore: ad un certo punto hai iniziato a seguire ed aiutare i tuoi allievi per realizzare il sogno di incidere i loro inediti...

Ovviamente per chi oggi vuole fare il cantante è importante comunicare, le voci "alte" non sono più l'unica caratteristica da ricercare in un talento, ma si cerca la comunicazione: da qui l'esigenza di spingere i ragazzi a scrivere e tirare fuori tutto ciò che hanno dentro, attraverso la musica e i loro testi.

Poi Speaker Radiofonico: per Radio Danza ed altre emittenti web ed FM, come ti trovi in questa veste?

Come puoi immaginare chi ama insegnare ha sempre tante cose da dire e quindi per caso mi sono avvicinato alle radio, attraverso le interviste. Una persona mi ha spinto a provarci e da lì una bellissima carriera nel mondo delle radio tra quelle in FM o sul web, una grande spalla è stata la mia amica Moira Sorrisi, che ha sempre creduto nel mio talento radiofonico.

E ancora Giudice... di concorsi importanti, come "Area Sanremo" e "All together Now"... Che ti hanno lasciato queste due esperienze?

"All Together Now" è stata la mia vera esperienza davanti alla telecamera di una TV nazionale. Ho imparato tantissimo dalla condivisione tra noi 100 giudici e i numerosi talenti che si sono scontrati sul palco. Cantare, ballare ed essere circondati da calore ed allegria ti fanno amare ancora di più il tuo lavoro. Sono già alla seconda edizione e spero veramente tanto di partecipare anche alla terza, ma la prima volta non si scorda mai!

David Talent Scout, Organizzatore e Presentatore: stai preparando un tuo talent (ormai alla quarta edizione),

che si intitola

"Lasciatemi Cantare" dacci qualche anticipazione... calendario... ospiti...

Si, "Lasciatemi Cantare" è una mia creatura, nata in collaborazione con Tomas Conforti, Ernesto Lantignotti, Chiara Consorti e Alessio Bonelli: siamo alla quarta edizione, grazie al meraviglioso Centro Commerciale "Aprilia 2", che ha fortemente voluto la prima edizione e da lì un grande sodalizio tra "Why Not" e il Centro Commerciale. Tra gli ospiti di questa edizione avremo: Lavinia Fiorani, cantante pop/folk romana, ci saranno anche tanti amici da "All Together Now" come Lucya, Luca Buttiglieri e molti altri, ma avremo anche ospite uno dei grandi del passato, Ivan Cattaneo, che riscalderà il pubblico di Aprilia Domenica 9 febbraio. Per la finale di domenica 16, invece, ci saranno due grandi artiste ed amiche, con cui ho avuto modo di lavorare ad "All Together Now": le Donatella, che saranno con noi in giuria e faranno un loro live! Ma non mancheranno anche i temi sociali come il bullismo, le disabilità e le diversità, per far sì che il concorso non sia solo musica...

#WHYNOT?

@MICHELAFLAMMINI

Ottimo messaggio, quello sociale, veicolato all'interno di uno spettacolo musicale... In bocca al lupo per tutto, e, anticipiamo ai nostri lettori, che anche Top-One seguirà da molto vicino l'evento in questi giorni!

Certo vi aspettiamo!



Accademia "Why Not?"
Tel. 392 547 9746
Info@whynotroma.it

INTERVISTA: ROLY MADEN

EL REY DE LA TIMBA

Rolando Maden Sotolongo, in arte Roly Maden, nato all' Havana (Cuba) nel 1971, inizia a ballare sin da piccolo e la sua carriera parte a Cuba, già da giovanissimo, all'età di 16 anni.

Roly arriva in Italia nel '96 per lavoro, con una compagnia di ballo, per una tournée di spettacoli e decide di rimanere nel nostro Paese dopo aver ricevuto un'importante proposta di collaborazione da Natalia Estrada, con la quale lavora per un periodo, mentre vive nella zona delle Marche.

Nel 1998 si trasferisce al nord, sul lago di Garda, dove, insieme a dei colleghi, inizia a lavorare con spettacoli e serate nei locali più rinomati della zona.

Nello stesso periodo iniziano le prime proposte di lavoro per palestre e scuole di ballo ed il nome di Roly compare nei primi eventi Salseri in Italia, da prima come solista e poi, per ovvie esigenze lavorative, in coppia con diverse ballerine, per poter esprimere al meglio il concetto di Salsa Cubana.

Già da allora lo stile di Roly fa la differenza: si distingue tra tanti per il suo modo di contaminare la Salsa con piccoli movimenti Hip Hop e Break Dance, rendendo il suo ballo originale, per la dinamicità e la musicalità che lo hanno sempre contraddistinto, pur un po' in contrasto con il suo fisico scolpito e massiccio, che però, per assurdo, riesce ad essere sempre elegante e sinuoso.

Durante un concerto dei Van Van, dove Roly viene chiamato sul palco per ballare, il Maestro Juan Formell, catturato da questa sua gestualità e dal suo modo di interpretare

la musica, lo elogia con un'espressione ben precisa: "Esta si es Timba!", da lì il soprannome "El Rey de la Timba", che è lo stile che Roly preferisce in assoluto ballare, perché è la musica più ricca di contaminazioni ed è proprio esattamente lo specchio della sua danza, che lui è in grado di interpretare in ogni particolare, senza mai mancare di rispetto alla cultura cubana.



un modo per dimenticare i problemi di ogni giorno... Non è una competizione costante a chi arriva primo: studiate con persone serie e che vi facciano divertire, che vi stimolino ad andare a ballare per divertimento e non per lucrare su di voi.

Roly, se dovessi dire grazie, a chi lo diresti?

A mia madre! Mi ha sostenuto e mi sostiene tutt'ora ed è lei che mi ha dato la forza per realizzare i miei sogni.

Ed invece, la tua più grande soddisfazione?

Sicuramente vedere il mio lavoro propagarsi nel tempo...

Grazie Roly, speriamo di vederti presto, di nuovo, sui palchi della Capitale, visto che ogni tanto vieni a trovarci con qualche tuo spettacolo!

Grazie a voi, Ivan e Milena, e un saluto a tutti i lettori!



Lo abbiamo intervistato per i lettori di Top-One e gli abbiamo chiesto un consiglio per chi balla da tanto, lui ci ha risposto così:

Non smettete mai di studiare, rispettate la cultura cubana e non dimenticate di trasmetterla ai vostri allievi.

#LATINMUSIC

@IVANDEVITA-MILENAPIRFO

Uno per chi balla da poco...

Non limitatevi al corso più economico, non limitatevi alle apparenze, prima di approcciarvi ad una scuola, informatevi, ma soprattutto partite dal presupposto che la Salsa per noi cubani è

PROFESSIONE DJ

COME DIVENTARE UN PROFESSIONISTA DELLA CONSOLE

In questo articolo vogliamo dare dei consigli utili a tutti coloro che vogliono affacciarsi al meraviglioso mondo del djing.

Partiamo dicendo che una delle cose fondamentali che un Dj utilizza è la musica, e molto spesso la selezione musicale fa davvero la differenza. Quindi avere una buona cultura musicale e la capacità di spaziare tra i vari generi, se non addirittura personalizzarli (mashup o remix), dà quel giusto tocco di originalità al proprio Dj Set. Da non trascurare la qualità audio dei vostri file musicali, che su impianti professionali danno il giusto impatto sonoro, necessario ad infiammare la pista! Infatti buona norma sarebbe acquistare musica nei vari formati (digitale o vinile) in versione extended, dai tanti digital store che sono online o dai punti vendita specializzati (nel caso dei vinili). In questo modo oltre a sostenere i Dj/Producer, vi renderà più facile il mixaggio dei brani.

Naturalmente tutta questa "bella musica" che avete selezionato va mixata con gli strumenti giusti. Attualmente sul mercato ci sono console per tutte le tasche, che di solito sono composte da un mixer, 2 Cdj o giradischi (piatti) e controller (nel caso si usi un software), per finire con la All-in-one, che risulta la soluzione più adatta a dj sempre in movimento. Il passaggio successivo è affinare la propria tecnica di mixaggio e creatività, magari seguendo anche un buon corso di formazione.

Un altro aspetto da non sottovalutare è curare la propria immagi-

ne. Quindi adeguare l'abbigliamento al proprio stile musicale, realizzare dei book fotografici, che utilizzerete per creare locandine dei vostri primi podcast e radio show e per i flyer degli eventi.

Ed anche la collaborazione con un buon grafico sarebbe l'ideale, per dare più



#DISCOMUSIC

@MIRKOALIMENTI

IN COLLABORAZIONE CON
@FRANKYEPOLARIS

professionalità alla vostra immagine.

Ed ora è arrivato il momento di parlare di voi e di

gestire la vostra comunicazione, un passaggio necessario se vogliamo raggiungere più follower possibili. In questo caso è d'obbligo avere un profilo social (Facebook, Instagram, Soundcloud, Youtube ecc.), un sito Internet, indirizzo mail ed il vostro contatto telefonico o Whatsapp, e per ultima, ma non per questo meno importante, una buona e corretta comunicazione verbale, perché la vostra personalità vince su tutto!

Per concludere, dedica più tempo possibile a questa arte. Non solo sarai migliore, ma, se fai questo con passione, ti divertirai un sacco! E soprattutto farai divertire gli altri...

LA HIT PARADE DI FEBBRAIO

MIRKO ALIMENTI E FRANKYE POLARIS



- 1) BLACK EYED PEAS - "RITMO"
- 2) DUA LIPA - "DON'T START NOW" (PURPLE DISCO MACHINE)
- 3) MEDUZA, GOODBOY & BECKY HILL "LOSE CONTROL"
- 4) REGARD - "RIDE IT"
- 5) RITON & OLIVER HELDENS FEAT. VULA "TURN ME ON"
- 6) MARTIN SOLVEIG & ROY WOODS - "JULIET & ROMEO"
- 7) PARAH DICE - "HOT" (IMANBEK REMIX)
- 8) CAMELPHAT FEAT. JEM COOKE - "RABBIT HOLE"
- 9) TONES AND I - DANCE MONKEY
- 10) ADA - "PUSH IT"

TRACKS FOR FRIENDS...

- MIRKO ALIMENTI - FEEL IT
- JOVANOTTI - L'OMBELICO DEL MONDO (FRANKYE POLARIS MASH UP)

MARCK ILARY

POP E R&B COME NON LE AVETE MAI SENTITE



Marck Ilary è un giovane Cantautore romano, che studia giurisprudenza, mentre intanto lavora alla sua musica e ha già fatto uscire il primo CD, "Primera Vez", dai ritmi pop e latini, che ha fatto ballare la scorsa estate tutti i suoi fan, al ritmo di "Caribbean Dream"...

A poco dall'uscita dell'ultimo video "Addicted to your love", che lo vede affiancato dalla bellissima influencer Dasha Kina, lo abbiamo intervistato per voi: ecco cosa ci ha risposto...

Come è nata la tua passione per la musica? È vero che da piccolo eri un fan di Michael Jackson?

Si... quando ero piccolino, mia madre mi regalò la sua vecchissima chitarra con solo tre corde e io cercavo di creare con quelle poche corde qualche melodia orecchiabile. Quando poi ho scoperto la musica di Michael Jackson, mi si sono aperti gli occhi e grazie a lui ho capito che era questa la strada che volevo percorrere nella mia vita.

Fai un genere particolare, a metà tra Pop e ritmi latini, come definirlo?

Come genere musicale quello che più mi appartiene è sicuramente il Pop e R&B, ma mi piace anche spaziare su altri generi, come ho fatto l'estate scorsa con il Reggaeton: sono un amante delle sfide e tentare di

scrivere musica in generi nuovi è sempre entusiasmante per me!

Perché le tue canzoni sono in inglese o in spanglish?

Sin da quando ho iniziato a scrivere musica ho sempre prediletto

la lingua inglese per i testi, forse perché, essendo italiano, riesco a sentire più la musicalità del suono delle parole straniere che di quelle italiane, di cui mi soffermo più a riflettere sul significato, perdendo la "melodia" del testo.

Di cosa parlano i tuoi testi?

I temi sono svariati, poiché prendo spunti da tutto ciò che mi comunica qualcosa, da esperienze di vita o da slogan che mi restano in testa: infatti i miei testi non sono sempre parte del mio vissuto, ma a volte sono storie che racconto agli ascoltatori, come un romanzo in musica...

Quale è la tua canzone preferita?

Se dovessi identificare una canzone che mi ha segnato è stata Smooth Criminal di MJ: la prima volta che ho ascoltato questo brano, ho avuto la pelle d'oca e ce l'ho ancora oggi. È il brano che identifica quello che cerco di dare io nelle mie composizioni, ossia quel qualcosa che appena lo senti non riesci a stare fermo e ti porta a ballare e cantare senza controllo.

Il tuo ultimo singolo, "Addicted to your love" è ambientato a Milano al fianco di una bellissima attrice...

Per il mio ultimo singolo ho scelto Milano come location e Dasha Kina come modella, perché vedevo in lei il viso perfetto per interpretare questo brano. Nei suoi occhi azzurri come il ghiaccio ci si perde e la sua pelle chiara e i capelli bruni creano quel mix di colori che richiamano il mood del brano di "Odi et amo".

C'è qualche "musa" a proposito a cui ti ispiri, come tutti i grandi cantanti?

Mi ispira tutto ciò che suscita in me un qualcosa di emozionante, o che semplicemente mi rimane in testa: non ho mai scritto un brano pensando a una persona in particolare, ma solamente al sentimento o alla sensazione che provavo. La mia musa si può dire essere tutto ciò che mi circonda...

Hai recentemente partecipato al "Tour Music Fest", cosa ti ha lasciato questa esperienza?

Il TMF è stata una delle esperienze più formative che abbia mai fatto. È stata una full immersion nella musica a tutto tondo: dalla tecnica alla performance sul palco. Sicuramente mi sento più arricchito e completo di prima e porterò quegli insegnamenti sempre con me.

Progetti per il futuro?

Per il futuro il progetto è di continuare sul filone Pop/R&B e qualche feat è già all'orizzonte, quindi continuate a seguirmi perché vedrete e sentirete qualcosa di molto molto interessante a breve... #staytuned!!

#NEWMUSIC

@MICHELAFLAMMINI

LOMI . . . LORD & LADY

NOVITA' DEL PANORAMA RAP ITALIANO

Finalista al Tour Music Fest 2019, Lorenzo Minella, in arte LOMI è un rapper romano, dal particolare timbro e dai titoli delle sue canzoni ancora più singolari: "Yacuza", "Flamenco Drama" e "Welcome to Italia" sono i suoi tre primi singoli, ma in lavorazione ha in serbo per noi tanti progetti, di cui ci ha parlato in questa intervista...



#NEWMUSIC

@MICHELAFLAMMINI



"Welcome to Italia" invece è una contestazione al sistema del nostro Paese...

Il mio terzo singolo, "Welcome to Italia", è stato il primo che ho scritto in assoluto. Credo che sia nato più per la differenza di pensiero che avverto con le persone intorno a me, che come un vero e proprio mezzo di contestazione.

Quale è il brano a cui sei più affezionato?

Il pezzo a cui sono più legato è il secondo, "Flamenco Drama", perché penso che il testo nasconda fra i versi delle verità importanti su me stesso.

Novità e prossime uscite?

Dopo essere arrivato in finale nazionale del "Tour Music Fest" ho lavorato e concluso diversi progetti che lancerò nei prossimi mesi. La prossima uscita è prevista per il 14 febbraio con "Lord & Lady". Sarà la hit di San Valentino.

Allora in bocca al lupo per questa hit!

Grazie, crepi...!

Quando hai iniziato a scrivere?

Ho iniziato a scrivere un anno e mezzo fa, durante uno dei periodi emotivamente più incisivi della mia vita, che mi ha portato ad avere la necessità di articolare i miei pensieri e trasformarli in musica.

Chi è il tuo modello, se ne hai uno?

Io sono il mio preferito...! Ma inevitabilmente mi sono lasciato ispirare dai migliori artisti della scena italiana, che, secondo me, sono da sempre Fabri Fibra e Gemitaiz.

Da cosa nasce la tua musica?

La mia scrittura è dettata dal flusso di coscienza, che prende il sopravvento sulla logica e trova da solo la strada fra la memoria e le emozioni...

Come definiresti il tuo genere, che, come il tuo timbro è molto particolare ed inconfondibile?

Il mio non è un genere, sono solo io!

"Yacuza", il tuo primo singolo ha un titolo molto particolare, ce lo spieghi?

La "Yakuza" è un'organizzazione criminale giapponese. Il titolo deriva semplicemente dal fatto che quando fumo i miei occhi diventano sottili, come quelli dei giapponesi.



GIULIA IOSCO, DA ROMA NEL MONDO

QUATTRO PASSI DENTRO IL MONDO ARTISTICO DI UNA GIOVANE ROMANA MOLTO APPREZZATA ANCHE (E SOPRATTUTTO) ALL'ESTERO

A Roma, in via Brunetti 39, a pochi minuti dal centralissimo Piazzale Flaminio, ha da poco aperto una piccola galleria che, senza nulla togliere alle grandi produzioni artistiche che si respirano passeggiando per le strade e le piazze della Città Eterna, offre una fresca ventata di novità sia per l'estimatore, che per il profano. Stiamo parlando del "Blue Grace", il piccolo regno di Giulia Iosco, giovane romana piena di talento, che sta conquistando passo dopo passo il palcoscenico nazionale ed internazionale.

Questa non vuole essere una recensione degna dei libri di storia dell'arte, ma vuole essere uno spunto per sentirci, una volta tanto, orgogliosi del lavoro e del talento della nuova generazione di artisti nostrani. Perché se è vero che quasi sempre guardiamo a ciò che succede oltreoconfine per avere esempi di come dovrebbero essere fatte le cose, è altrettanto vero che una volta tanto possiamo vantarci, senza ombra di dubbio, di ciò che succede per la prima volta in casa nostra.

Proviamo a fare insieme, allora, quattro passi all'interno della galleria "Blue Grace", lasciando che tacciano le parole superflue e che parlino i quadri, le sculture e i gioielli di Giulia Iosco.

BLUE GRACE: UN GIRO PER LA GALLERIA

Trovare il "Blue Grace" a Roma è un po' come cercare di raggiungere lo storico negozio "Tiffany" di New York, sotto Natale. Non perché sia complicato arrivarci (si raggiunge benissimo grazie alla Metropolitana Linea A), ma perché tra tanti nomi altisonanti lì intorno, luci, cartelloni pubblicitari e il caos di turisti che affolla Roma in ogni stagione, quasi non si fa caso al piccolo studio. Meglio, così si può apprezzare con più tranquillità l'arte di Giulia Iosco.

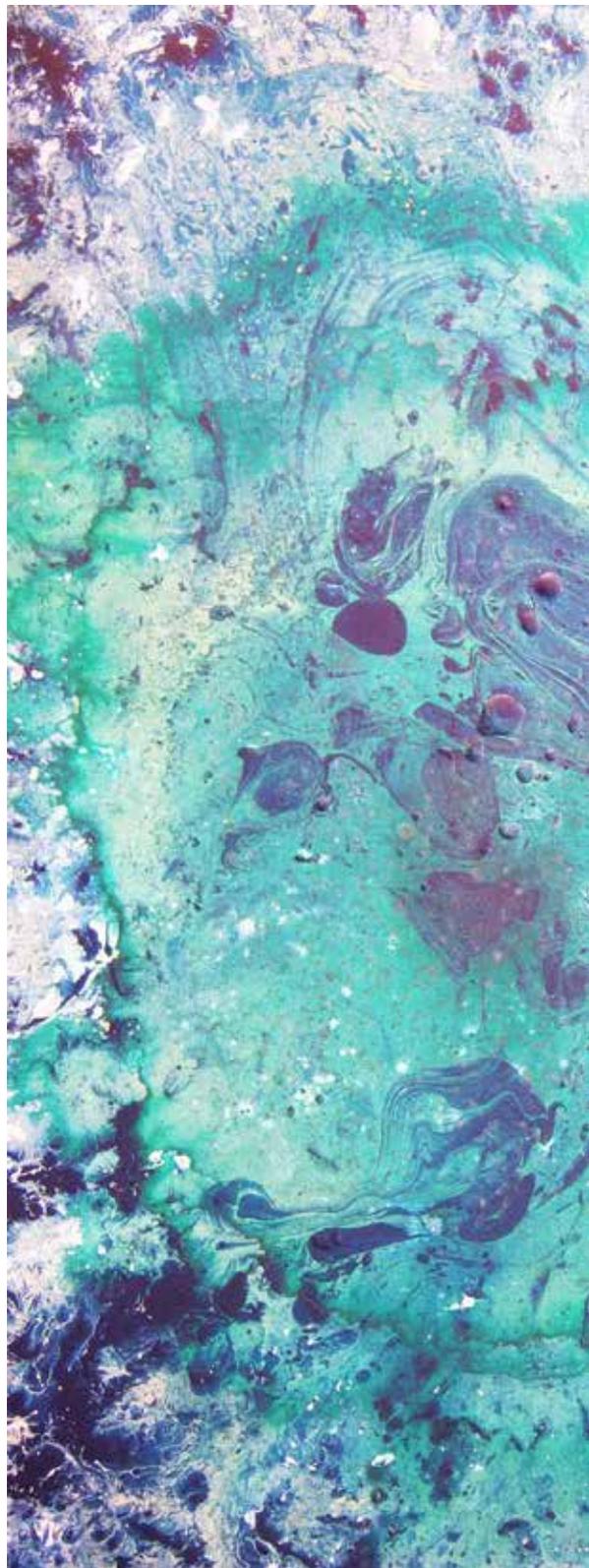
Il piccolo fondo ha pareti bianchissime sulle quali esplodono, come se fossero bombe di colore, alcuni quadri singoli e multipannelli in grado di rappresentare la produzione pittorica d'avanguardia dell'artista romana. Anche se quasi tutti si innamorano a prima vista del dolce sguardo di una bimba in abiti etnici, aspettate di posare lo sguardo sul "Blue Mother"! Il grande quadro, che campeggia sulla parete di fondo dello studio e a cui spetta l'onore/onore di aver ispirato il nome della galleria, è l'opera pittorica in cui si esprime al meglio l'arte della Iosco: ad uno sguardo poco attento può sembrare un "classico" quadro astratto, ma se lo osservate con attenzione vi sembrerà ben presto di ascoltare l'infrangersi delle onde caraibiche su una qualche spiaggia paradisiaca.

Ma il "Blue Grace" non racchiude solo produzione pittorica, perché l'artista, formata presso l'Accademia di Costume e Moda di Roma e dividendosi tra lo studio e alcune importanti aziende del settore luxury, espone anche alcune sue opere legate proprio a questo mondo: un abito, scarpe e borse di design, ma soprattutto gioielli. Dal disegno alla lavorazione, ogni ciondolo, anello o bracciale è del tutto originale e frutto della sperimentazione di Giulia Iosco con la cera persa e soprattutto con la tecnica dello smalto a fuoco. Ne è un esempio l'eccezionale ciondolo "Blue Tarantula"

(non temete: anche le aracnofobe non vedranno l'ora di indossarlo!), che sarà esposto al Castello Sforzesco di Milano dal 18 febbraio fino al prossimo 20 aprile.

#DESIGN

@BEATRICECRESCENTINI

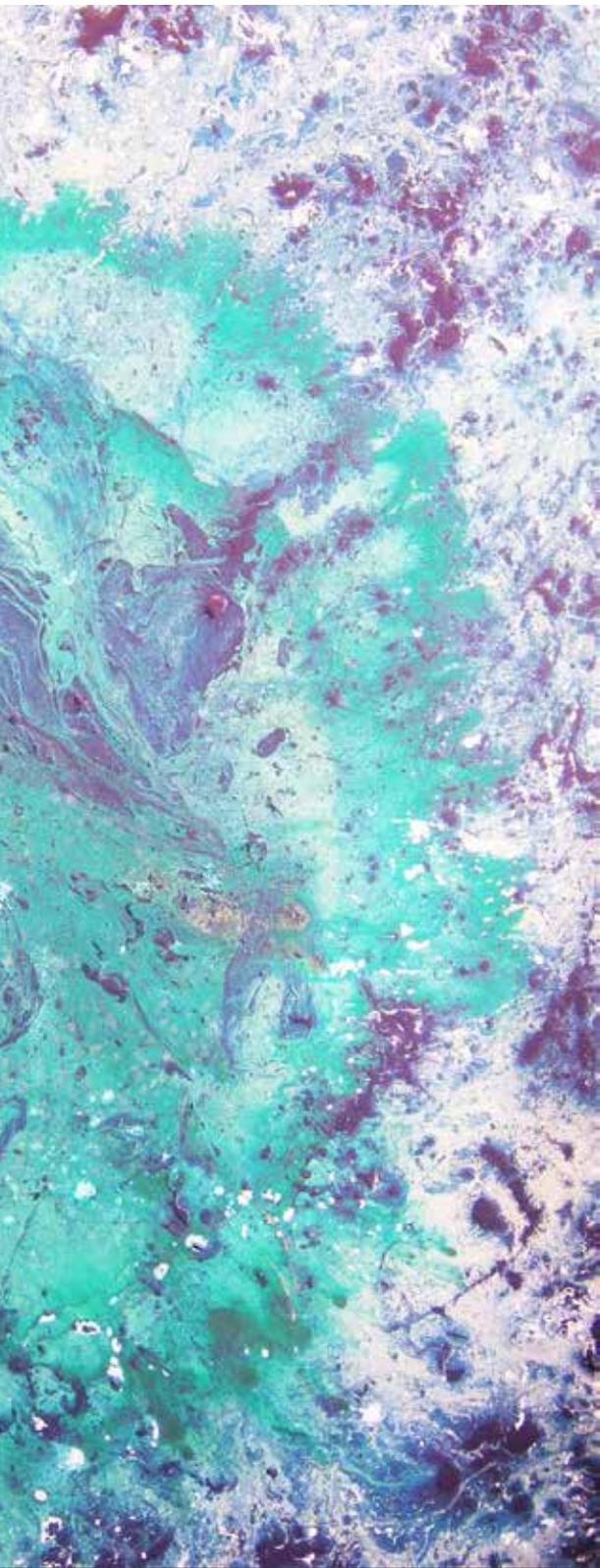


Se vi abbiamo incuriosito e volete visitare questa piccola oasi artistica, allora non resta che prendere appuntamento e recarvi in via Brunetti 39 (Metro A fermata Flaminio) a partire dalle 18.30 dal lunedì al venerdì e tutto il giorno, sempre previo appuntamento, durante i fine settimana.

Per contattare l'artista:

Sito web: <https://giulia-giuliaiosco.blogspot.com>

Facebook e Instagram: Giulia Iosco



CONTATTACI SUBITO

 Tel. 338.765.7624

IL TUO SITO INTERNET A PARTIRE DA

180 EURO + IVA



ASSISTENZA E MANUTENZIONE PC

30 EURO + IVA

Quante volte ti sarai detto: il mio computer è lento, il mio computer si è bloccato!
Quello che possiamo fare per te?

Interventi a domicilio rapidissimi entro 12 / 24 ore dalla chiamata

configurare ex-novo il tuo pc - ripulire il pc da virus - recuperare dati persi - backup Hard Disk
configurazione di schede video, schede audio, schede di rete, modem wireless e switch

PROGETTAZIONE E REALIZZAZIONE di SOLUZIONI SOFTWARE - CORSI DI INFORMATICA

WWW.SERVICE24H.IT

ROMANTICAMENTE CUBA: UNA META

PER CHI I CARAIBI.

Che sia per il Rhum, per la Rumba, per i sigari, o perché è stata definita da Colombo “la più bella isola che abbiano mai visto occhi umani”, questo paradiso dei Caraibi è entrato di diritto nel cuore degli Europei da moltissime generazioni.

Fermatevi un momento. Cos'è per voi Cuba? Rumba, Salsa e Balli Caraibici? Giusto. Rhum? Ovvio. Il sapore caratteristico delle foglie di tabacco arrotolato dei loro sigari? Esatto, anche quello. La travolgente storia politica? La bellezza paradisiaca dei suoi mari e delle sue spiagge? Insomma, potremmo continuare all'infinito... Sicuramente per le coppie può essere una meta romantica per San Valentino!

Fatto sta che questa isola, una stretta lingua di terra tra il Mar dei Caraibi e il Golfo del Messico, è strettamente legata sia con la cultura europea, che con quella statunitense. A causa della sua posizione centralissima, Cuba è stata per lungo tempo contesa tra le maggiori potenze mondiali fino a che, appena pochi anni fa, è diventata terreno di conquista dei sogni dei turisti di tutto il mondo.

Ma quando è il momento migliore per poter visitare questo fantastico angolo dei Caraibi? Come scoprire la vera essenza di Cuba, al di fuori dei tipici luoghi comuni?

LE STAGIONI DI CUBA

A parte i primi mesi autunnali, in cui spesso l'isola è vittima di uragani, Cuba si presta ad essere visitata molto bene in ogni periodo dell'anno. Il clima tropicale infatti, complice anche l'azione dei venti Alisei e della corrente del Golfo, è stabile praticamente dovunque e garantisce temperature elevate che vanno dai 20°C di minima in inverno ai >30°C in estate. I collegamenti con l'estero sono numerosi e fanno quasi tutti capo all'aeroporto José Martí della capitale L'Avana.

Abbiamo già accennato che i mesi di settembre e ottobre sono poco sicuri per visitare Cuba, soprattutto per via del rischio uragani. Ebbene, durante il resto dell'anno il clima si divide grossomodo in due stagioni: una prima secca nel periodo invernale, una umida in quello estivo. Ecco allora spiegato perché il turismo, in questa bella isola, non cala praticamente mai.

COSA VISITARE

La bellezza di quest'isola, che affascina non solo gli appassionati dei Caraibi e della loro cultura, deriva da una storia unica nel panorama di queste terre: Cuba, infatti, non è mai stata una colonia di piantagione, con tutto ciò che ne consegue a livello di struttura sociale ed economica, ma collaborava attivamente con la madrepatria spagnola. Cuba era il punto di arrivo dall'Europa e da qui si diramavano

le varie azioni nelle Americhe.

Proprio la sua posizione centrale ha fatto sì che molte nazioni, nel corso degli ultimi cinque secoli, abbiano tentato di conquistarla. Ecco allora spiegato il motivo per cui a L'Avana, soprattutto nel quartiere più antico (Habana Vieja) tutela UNESCO dal 1982, si respira molto forte l'influenza spagnola, che ha caratterizzato il barocco caraibico. A Varadero, località molto turistica a poche ore di navigazione da Miami, sembra di stare proprio negli USA,



#TRAVEL

@BEATRICECRESCENTINI

tato di conquistarla. Ecco allora spiegato il motivo per cui a L'Avana, soprattutto nel quartiere più antico (Habana Vieja) tutela UNESCO dal 1982, si respira molto forte l'influenza spagnola, che ha caratterizzato il barocco caraibico. A Varadero, località molto turistica a poche ore di navigazione da Miami, sembra di stare proprio negli USA,



PER SAN VALENTINO

. CE LI HA NEL SANGUE



invece a Trinidad, tutela UNESCO dal 1988, si può assaporare pienamente il periodo coloniale, mentre Cienfuegos, conosciuta anche come la perla dei Caraibi e tutela UNESCO dal 2005, ci racconta un po' della dominazione francese dell'isola.

Ma, se vogliamo parlare delle cose da fare e da vedere a Cuba, non possiamo assolutamente escludere la natura rigogliosa e i panorami mozzafiato: onore alle autorità cubane che nel corso degli anni, nonostante rivoluzioni e colpi di stato, sono sempre riuscite a proteggere il loro territorio, istituendo più di 250 aree protette (circa il 22% di tutta la repubblica), tanto da essere denominato come il polmone verde dei Caraibi. La regione più indicata per tutte le attività naturalistiche è sicuramente la valle di Viñales, mentre non avrete che l'imbarazzo della scelta per le località balneari (Playas del Este, Varadero, Trinidad ecc.).

ENOGASTRONOMIA

La cucina creola è un miscuglio delle tradizioni culinarie francesi, spagnole (soprattutto per quanto riguarda le tecniche di cottura degli alimenti) e africane, per l'uso abbondante delle spezie. Se il pesce è generalmente riservato alle esportazioni ed è difficile trovarlo sulle tavole delle casas particulares (abitazioni private in cui è possibile soggiornare), la carne, specie quella di maiale e pollo, è molto apprezzata.

Da provare senza dubbio l'Ajiaco, una minestra a base di patate, banane, mais e carne, considerata il piatto tradizionale. Proprio le banane e i platani sono parte essenziale dell'alimentazione creola, ingredienti che, proprio come accade con la manioca e le patate dolci, sono largamente usate in molte ricette tipiche.

INFORMAZIONI UTILI

Per entrare a Cuba è necessario essere in possesso di tre documenti:

1. Passaporto: la scadenza deve essere successiva di almeno sei mesi rispetto alla data di rientro prevista;
2. Visto: normalmente viene rilasciato quello turistico, con validità di 30 giorni rinnovabili fino a un massimo di 90, dal consolato cubano in Italia presente a Roma o Milano;
3. Polizza assicurativa: visto che non sono previsti accordi con il sistema sanitario cubano, è obbligatorio entrare con

una polizza assicurativa che copra eventuali spese mediche.

La moneta ufficiale è il CUC, anche chiamato come Peso Cubano Convertibile o affettuosamente chavito. È possibile sia cambiarlo prima della partenza che in loco, anche se ormai non è difficile trovare professionisti che accettano anche l'euro.

Insomma Cuba è un'isola meravigliosa, carica di fascino e di natura da togliere il fiato. Che dire di più?

Feliz Viaje!



IL MARKETING
DIPENDE DA TANTI FATTORI
OGNI TASSELLO E' IMPORTANTE!

TV

ADS

INFLUENCERS

CARTELLONISTICA



RADIO

VOLANTINI

SOCIAL

DIGITAL
MARKETING

Diventa Sponsor
info@locaeventi.it
Tel. 3939934778

www.locaeventi.it

