

NATURAL

style

N. 189 mensile - marzo 2019 - 2 euro

Margot Robbie

IO E TOM SIAMO
UNA COPPIA
GREEN

BEAUTY

SENO, GAMBE
GLUTEI
LA REMISE
EN FORME

DIETA

SCOPRI I CIBI
EMOZIONALI
CHE TI FANNO
DIMAGRIRE

RELAX

VACANZE
BALSAMICHE
TRA MARE
E PINETA

WELLNESS
HAI CURA DI TE
STESSA? È LA TUA
VERA PRIORITÀ

LITIGA CON GARBO
E NON LASCIARE
NULLA IN
SOSPESO

FORTUNA
LA SCIENZA
CI DICE COME
ATTIRARLA

POTENZA
DELL'EROS
ABBANDONATI
A UN CORPO,
UNO SGUARDO,
UN'IDEA

LA SAGGEZZA
DEGLI ANIMALI
COSA CI
INSEGNANO

L'arte fa bene
al cuore e allo spirito

*è efficace contro ansia, obesità, Alzheimer. Dieci
percorsi nei musei più famosi tra salute e creatività*



CAIRO EDITORE

euro 4,40 in Francia, euro 4,00 in Spagna, euro 5,50 in Austria, chf 6,60 in Svizzera, chf 5,40 in Svizzera Canton Ticino, euro 4,20 in Lussemburgo, euro 5,50 in Germania, euro 3,05 a Malta - Mensile



Si ringrazia Fiercavalli (www.fiercavalli.it)

CHIARA ANGELINI Addestrò i cavalli con la doma naturale

«Dai puledri ai cavalli non domati, sino a quelli problematici, mi occupo dell'addestramento e della rieducazione di questi incredibili animali», racconta Chiara Angelini. Una passione innata per il mondo equestre, ha una formazione caprilliana, come spiega: «Seguo il Sistema di Equitazione Naturale, ideato dal capitano di cavalleria Federico Caprilli (1868-1907), un etologo *ante litteram*. È un'equitazione che non prevede né forza, né coercizione, né violenza: una doma naturale basata sull'etologia, cioè sulla conoscenza del comportamento del cavallo. Perché anche questi animali non sono tutti uguali: ci sono quelli più paurosi, gli attaccabrighe, i docili. Io cerco di capirne il carattere e comprenderne i disagi per trovare il miglior metodo di addestramento in base alle loro attitudini fisiche e psichiche. Non si ottengono risultati obbligando i cavalli a fare qualcosa con la forza, anzi si rischia di farsi male. La sicurezza in sella parte dalla conoscenza. Per questo è importante rispettare i tempi: l'addestramento deve iniziare dai tre anni e mezzo di età. Il cavallo, poi, deve vivere libero, in spazi aperti e in paddock, insieme ai suoi simili, in branco e non chiuso in un box. Con questa filosofia "natural style", nel 2014, col mio socio Fausto Sturaro, abbiamo aperto il Ranch del Mare, a Barricata di Porto Tolle (Ro), all'interno del Villaggio Barricata. Organizziamo trekking alla scoperta del Parco Naturale del Delta del Po, una zona ricca di biodiversità. Abbiamo 18 cavalli e ci troviamo sull'unica spiaggia del Veneto che ne permette l'accesso e la balneazione. Per galoppare da sogno».

Chiara Angelini, 32, di Porto Viro (Ro). È addestratrice etologica, istruttrice di equitazione, guida di trekking a cavallo. angelini.chr@gmail.com