

TEMPO LIBERO D'ESTATE

Il tempo libero estivo rappresenta un'occasione importante per staccare dalla routine quotidiana, divertirsi e recuperare energie in vista dei mesi successivi. La Malatestiana propone una selezione di letture dedicate alle attività più piacevoli da svolgere in questa stagione dell'anno.

- **CAMBIOCAMPO. È INIZIATA UN'ALTRA EPOCA DEL TENNIS**, Giri Nathan, Altrecose, 2026
- **CAMMINARIO. MANUALE PRATICO PER CAMMINATORI FELICI**, Tom Search, Terre di Mezzo, 2026
- **LA DIFESA DELL'ORTO. IL MANUALE DI « ORTO DA COLTIVARE » PER PROTEGGERE LE PIANTE DA INSETTI E MALATTIE**, Matteo Cereda, Pietro Isolan e Sara Petrucci, Gribaudo, 2026
- **IL GRANDE LIBRO DEI 4000: VIE NORMALI E CLASSICHE**, Marco Romelli e Valentino Cividini, Idea montagna, 2026
- **PIOVONO VERDURE. 100 RICETTE PER RENDERLE IRRESISTIBILI E INIZIARE AD APPREZZARLE DAVVERO... BASTA UN PIZZICO DI FANTASIA!**, Isabel De Simone, Mondadori, 2026
- **ARTETERAPIA. ACQUARELLI CREATIVI: DIPINGERE PER SENTIRSI BENE**, Jean Haines, Il castello, 2025
- **BRAVI A DISEGNARE SI DIVENTA. UN CORSO PER PRINCIPIANTI DISPERATI**, Mitch Sanna, Rizzoli, 2025
- **BREVE STORIA DELL'ALPINISMO IN 33 OGGETTI**, Reinhold Messner, Corbaccio, 2025
- **UN DECIMO DI TE. CAMMINARE E SCOPRIRE L'ESSENZIALE, CON LO ZAINO LEGGERO E IL CUORE APERTO**, Marco Maccarini, Limina, 2025
- **EASY SALAD DI VERDURE E NON SOLO. INSALATE PER TUTTE LE STAGIONI**, a cura di Federica Vizioli, Slow Food, 2025
- **ERBE SPONTANEE: RICONOSCERLE, RACCOGLIERLE E CONSERVARLE**, Wateki Taliana Tobert e i creatori di "Bosco di Ogigia" - Francesca Della Giovampaola e Filippo Bellantoni, Gribaudo, 2025
- **FRA I RAMI. STORIE, SCOPERTE E RIFLESSIONI DA UNA CASA SULL'ALBERO**, Daniele Zovi, UTET, 2025

- **GIARDINI SOSTENIBILI: PROGETTARE, REALIZZARE E MANTENERE SPAZI VERDI A BASSO CONSUMO IDRICO**, Francesco Fedelfio, Gribaudo, 2025
- **GIARDINO IN VASO. SUL BALCONE E TERRAZZO**, Demetra, 2025
- **GINNASTICA SEMPLICE. ESERCIZI PER RAFFORZARE IL CORPO E RILASSARE LA MENTE**, Chiara Ferrari, Gribaudo, 2025
- **L'ITALIA IN CAMMINO. PER RISCOPRIRE IL NOSTRO PAESE CON LENTEZZA: 52 GRANDI ITINERARI**, Fabrizio Ardito e Natalino Russo, Touring Club Italiano, 2025
- **MONTAGNA. ISTRUZIONI PER L'USO**, Giulia Negri, Laterza, 2025
- **PIATTI LIGHT**, Il cucchiaino d'argento, Editoriale Domus, 2025
- **STORIE DI TENNIS: CAMPIONI, PARTITE E BIZZARRIE DELLO SPORT PIÙ BELLO DEL MONDO**, Alessandro Martini e Maurizio Francesconi, Einaudi, 2025
- **UNCINETTO: TUTTI I SEGRETI. PIÙ DI 100 TRUCCHI & CONSIGLI PER MIGLIORARE IL VOSTRO LAVORO A UNCINETTO**, Anna Leyzina, Il castello, 2025
- **LO ZAINO ESSENZIALE. OGGETTI E CONOSCENZE INDISPENSABILI PER VIVERE LA MONTAGNA**, Club alpino italiano, Mondadori, 2025
- **DI BICICLETTE E ALTRE FELICITÀ. LE STORIE E I CONSIGLI DI UNA CICLISTA APPASSIONATA SULLA VITA PIÙ SANA, SOSTENIBILE E LIBERA DI TUTTE**, Ilaria Fiorillo, De Agostini, 2024
- **LA GRAMMATICA DEI COCKTAIL**, Maurizio Maestrelli, Gribaudo, 2024
- **IL GRANDE LIBRO DELLA BICICLETTA**, Jan Wittenbrink, Slow Food, 2024
- **LEZIONI DI ACQUERELLO GIAPPONESE**, Ayano Otani, Nuiui, 2024
- **MAGLIA PER PRINCIPIANTI. CON 8 PROGETTI FACILI E DIVERTENTI**, Lynne Rowe, Il castello, 2024
- **LA MAPPA DEL PIRATA. GUIDA SENTIMENTALE AI LUOGHI DI PANTANI**, Giacomo Pellizzari, Cairo, 2024
- **LA MILONGA DEL FÚTBOL. UN SECOLO DI CALCIO ARGENTINO**, Federico Buffa, Rizzoli, 2024
- **NUOTARE VIA. DALLE VASCHE A PERDIFIATO ALL'ULTIMO BAGNO DI STAGIONE**, Carola Barbero, il Mulino, 2024
- **PILATES YOGA. UN ALLENAMENTO FISICO E SPIRITUALE PER LA MENTE E PER IL CORPO**, Judy Smith, Emily Kelly e Jonathan Monks, Dix, 2024
- **STRETCHING. 30 GIORNI DI ROUTINE GUIDATE PER RITROVARE LA SALUTE E IL BENESSERE**, Anabel Murchison, Erika, 2024
- **IL TEMPO DEL CORPO: IL SOLE, IL SONNO E IL RITMO DELLA VITA**, Antonella Viola, Feltrinelli, 2024

- **YOGA. 30 GIORNI DI SEQUENZE GUIDATE PER RITROVARE LA SALUTE E IL BENESSERE**, Linda Gaines, Erika, 2024
- **ATLANTE DELL'ITALIA ESOTERICA: STORIE, LUOGHI, MISTERI**, Isabella Premutico, Mondadori, 2023
- **ESSERE BONSAI. L'ARTE DI COLTIVARE LA PAZIENZA E LA MERAVIGLIA**, Mark Akins, Giunti, 2023
- **MANGIA COME UN CAMPIONE**, Nicola Sorrentino, Sperling & Kupfer, 2023
- **ROSE**, Michael Marriott, Gribaudo, 2023
- **IL MANUALE DEGLI SCACCHI. TUTTE LE STRATEGIE E LE MOSSE VINCENTI**, a cura di Paola Cavallanti, Demetra, 2022
- **MINDFULNESS DELLA CORSA. PENSIERI PER POTENZIARE IL CORPO, LIBERARE LA MENTE, ELEVARE LO SPIRITO**, Tessa Wardley, TS Edizioni, 2022
- **LA LAVORAZIONE DEL LEGNO. GUIDA PRATICA ALLA FALEGNAMERIA**, Vicenc Gibert et al..., Il Castello, 2016