

COSMOPOLITAN
Maggio 2015

COSMOPOLITAN

Cosmo Life | Cultura



Cosmo loves
Marina and the Diamonds

3 motivi per ascoltare il suo nuovo album *Froot*.

- 1** Dopo il megasuccesso mondiale della hit dance *Primadonna* non era facile reinventarsi. Invece Marina si è tolta la parrucca azzurra ed è tornata a essere se stessa, la star indie che scala le classifiche.
- 2** *Froot* è un mix di ballate poppettare ed electro *Ami Ottanta*. È superballerino, ma anche introspettivo.
- 3** Non contiene solo le classiche tre hit da classifica. È bello tutto, dall'inizio alla fine. Assicurato.

WILDER MIND Mumford & Sons Il 5 maggio esce il terzo album della band londinese, e sarà una rivoluzione. Basta sentire il singolo *Believe*: niente più banjo (grazie a dio!).



TO PIMPA A BUTTERFLY Kendrick Lamar Dentro ha tutta la musica black (jazz, blues, hip hop, dance), ed è già una pietra miliare. Migliore cd del 2015, so far. (M.E.B.)

4 APP PER FARE SPORT ALL'APERTO



MAPMYRUN È l'app n.1 per la corsa. Grazie al Gps incorporato nel tuo smartphone, potrai monitorare l'attività fisica e registrare i dettagli del tuo allenamento, la mappa del tuo percorso e le calorie bruciate.



CYCLEMETER Oltre a memorizzare i tuoi risultati, contiene mappe interattive che ti permettono di variare continuamente i tuoi allenamenti. Ci sarà un motivo per cui è la preferita da tutti gli amanti della bicicletta!



YOGIFY È una delle app migliori per praticare yoga all'aria aperta. Ha tantissimi livelli, da quello per principianti ai più avanzati, con tanti video che ti spiegano passo passo la postura corretta da assumere.



EVERY TRAIL Non è solo una app per il fitness, ma una vera e propria community per sportivi incalliti. Qui potrai scambiare opinioni, chiedere consigli e perché no, anche trovare nuovi amici per allenarti.

COSMOPOLITAN

WOMEN TALENT DAY

Martedì 12 maggio corri alle Officine Farneto di Roma per il Women Talent Day di Cosmopolitan e HRC. Una giornata con il Cosmo direttore, i social media manager, i fashion & beauty guru e i più importanti dirigenti HR per scoprire i talenti su cui puntare nel futuro, come scrivere un cv, affrontare un colloquio e molto altro ancora. Iscriviti su womentalentedays.it e usa il codice sconto del 10% COSMOWTD.



MILANO 2015

Il 1 maggio Expo2015 apre i battenti e sino al 31 ottobre hai 6 mesi di tempo per passare da Milano e scoprire quali sono le nuove idee per nutrire il pianeta e fare il pieno di energia, i temi scelti per l'esposizione universale 2015. Ma non si parlerà solo di cibo! Ecco due eventi superCosmo da non perdere!

Ogni giovedì a partire dal 19 giugno lo **SPAZIO SFORZA DI EXPO GATE** in via Beltrami si trasforma nel dj set Scrunch, dove i giovani talenti della console (e Stefano Fontana!) si esibiscono per farti ballare tutta la notte.

Dal 4 al 21 giugno si apre **MITOFRINGE IN EXPO GATE**, un palco aperto ai nuovi musicisti. Tra tutti quelli che si esibiranno in giugno ne sarà selezionato uno, che suonerà al Mito di settembre. (www.expo2015.org).



PIÙ GELATO PER TUTTE

La novità dell'estate? Il gelato all'azoto liquido (lo trovi al Al d. mangiami di Bergamo): con il metodo dello shock termico a -186,5 °C, si usano meno zucchero e meno grassi. Geniale!



**PIÙ GELATO
PER TUTTE**

**La novità dell'estate? Il gelato
all'azoto liquido (lo trovi al Al d.
mangiami di Bergamo): con il
metodo dello shock termico a
-186,5 °C, si usano meno
zucchero e meno grassi.
Geniale!**