ITA

Mare

LIGNANO SABBIADORO,
GRADO E GOLFO DI TRIESTE

io sono
FRIULI VENEZIA GIULIA

www.turismofvg.it

FVG card

Il pass per vivere il Friuli Venezia Giulia

48 ore o **7 giorni** di emozioni, cultura e....divertimento.
Un'unica Card per il Friuli Venezia Giulia, a partire da **25€**!

Quanto TI CONVIENE?

Un weekend in Friuli Venezia Giulia a "prezzo pieno" con visita a siti iconici come la **Basilica di Aquileia**, il **Castello di Miramare** a Trieste, la **Grotta Gigante** sul Carso o il **Tempietto Longobardo** a Cividale del Friuli e almeno una visita guidata ti costerebbe circa **44€**.
Con la FVGcard da **48 ore** puoi risparmiare fino a **19€** e visitare molto altro ancora!

Inclusi GRATUITAMENTE nella card

- Principali musei e attrazioni del Friuli Venezia Giulia
- Visite guidate
- Audioguide
- Escursioni in montagna e in collina
- Il Passaporto della Strada del Vino e dei Sapori del Friuli Venezia Giulia, che offre possibilità di degustazioni nelle cantine convenzionate.

DOVE acquistarla

- Infopoint PromoTurismoFVG
- Strutture convenzionate
- Online: **www.turismofvg.it/fvg-card**

La Card vale anche per 1 bambino sotto i 12 anni. Le gratuità sono utilizzabili solo una volta per struttura-servizio. Gli sconti sono riconosciuti al solo possessore della FVGcard.

Scopri tutti i vantaggi!

INDICE

4 **La Costa Unica del Friuli Venezia Giulia**
7 **A ognuno il suo mare**
8 **Tra cultura e sapori**
10 **Lignano Sabbiadoro e dintorni**
11 Tra mare, fiumi e laguna
14 Spiagge
16 Family
18 Outdoor
20 Bike
21 Nautica
22 Natura
26 Enogastronomia
27 Cultura
30 **Grado e dintorni**
31 L'isola del benessere
35 Spiagge
38 Family
40 Outdoor
42 Bike
44 Nautica
45 Benessere
46 Natura
48 Enogastronomia
49 Cultura
52 **Golfo di Trieste**
53 Un mare di esperienze
55 Spiagge
58 Family
62 Outdoor
63 Bike
64 Nautica
65 Benessere
66 Natura
69 Enogastronomia
70 Cultura
74 **Gli eventi della Costa Unica del Friuli Venezia Giulia**

La Costa Unica del Friuli Venezia Giulia

Lunghe spiagge sabbiose che si alternano a spettacolari paesaggi lagunari, specchi d'acqua delle valli da pesca, oasi naturalistiche dall'inestimabile bellezza, fiumi navigabili e piccole baie incastonate nella roccia si snodano lungo i ***130 chilometri di costa del Friuli Venezia Giulia****. Una riviera varia ed eterogenea che trova il suo filo conduttore nel Mare Adriatico che lambisce il territorio regionale dalla rinomata stazione balneare di* ***Lignano Sabbiadoro*** *fino a* ***Muggia****, lembo orientale del* ***Golfo di Trieste****, abbracciando al suo interno* ***Grado*** *con le sue spiagge e la* ***Laguna di Grado*** *e* ***Marano****.*

Una ***Costa Unica*** *che nel periodo estivo è interamente navigabile grazie ad un efficiente sistema di linee marittime che collega le principali località balneari e i borghi marinari. A riconoscimento del rispetto e valorizzazione dell'ambiente nella gestione del territorio le numerose* ***Bandiere Blu*** *assegnate alle spiagge e ai marina che abitano la costa. In linea con il proposito di una fruizione sostenibile del territorio anche lo sviluppo di un efficiente sistema di itinerari ciclabili che collegano le diverse località della costa e che si inseriscono all'interno di circuiti internazionali come l'****AdriaBike*** *e la ciclovia* ***Alpe Adria Radweg****. Questi grandi itineranti ciclabili sono percorribili anche a piccole tappe sfruttando i* ***trasporti intermodali*** *che collegano le ciclovie.*

Panoramica di Lignano Sabbiadoro

Windsurf a Grado

A ognuno il suo mare

*La **Costa Unica del Friuli Venezia Giulia** con la sua ampia varietà di paesaggi è davvero in grado di soddisfare le esigenze di tutti i suoi visitatori. Nelle **spiagge della costa** il relax e il divertimento sono garantiti! Tanti gli stabilimenti ben attrezzati, le proposte di animazione lungo l'arenile dedicate ai più piccoli e le attività sportive da svolgere direttamente sulla spiaggia! Non mancano i lidi di lusso, dove lasciarsi viziare dai comfort, ma anche le spiagge libere e le baie incontaminate e selvagge. Per gli amanti degli **sport d'acqua** l'offerta è molto ampia, lungo la costa è possibile mettersi alla prova con **corsi di vela**, **kitesurf**, **immersioni**, **seawatching**, **windsurf**, **canoa**, **kayak**, **SUP** e molto altro! Il mare è anche sinonimo dello "star bene": nei **centri benessere** e **negli stabilimenti termali della costa** ognuno ha il tempo di ritrovarsi, lasciare andare lo stress e prendersi cura del proprio corpo. Il Friuli Venezia Giulia mette a disposizione dei diportisti **oltre 23 marina e diversi punti di ormeggio tra cui oltre 22 società nautiche sportive**, risultando una delle regioni leader in Italia per numero di infrastrutture e posti barca. La costa, inoltre, è attrezzata per accogliere i turisti che raggiungono le spiagge in camper o in caravan.*

*L'offerta ricettiva riserva un'attenzione particolare alle famiglie: sono numerose le strutture come hotel e campeggi che fanno parte del circuito regionale **Family Friuli Venezia Giulia**, dove gli spazi attrezzati per bambini si uniscono armoniosamente ai servizi pensati per il benessere e relax degli adulti. Formato famiglia anche le numerose esperienze e attrazioni pensate per trascorrere del tempo di qualità con i piccoli ospiti.*

*Scopri i circuiti Family Friuli Venezia Giulia, Motorbike Experience e la Strada del Vino e dei Sapori cliccando su **www.turismofvg.it***

Family

STRADA VINO E SAPORI
FRIULI VENEZIA GIULIA

Tra cultura e sapori

Costellata di borghi marinari e luoghi autentici e vicina a siti UNESCO e città d'arte, la Costa del Friuli Venezia Giulia ti aspetta per raccontarti la storia dell'Europa. Prenditi un caffè in uno dei caffè storici di ***Trieste****, la regina del Golfo, fai un salto nell'antico Impero Romano visitando* ***Aquileia****, sito patrimonio UNESCO, vieni a visitare* ***Palmanova****, città-fortezza a forma di stella a nove punte, anch'essa riconosciuta come sito UNESCO.*

Esplora le calli colorate e i campielli pittoreschi di ***Marano Lagunare****, immergiti nel Castrum Romano di* ***Grado****, scopri la leggenda della dama bianca che ancora aleggia presso l'antico maniero del borgo di* ***Duino****, approda a* ***Muggia*** *alla scoperta del borgo marinaro dalla peculiare architettura istro-veneta. Vivi in prima persona le antiche tradizioni della Costa: ascolta i racconti degli anziani pescatori seduti a guardare il mare nei pressi della Vecchia Pescheria.*

Il mare è il bacino di approvvigionamento principale di prodotti gustosi che è possibile assaggiare negli ittiturismi, nei tipici ristoranti vista mare o nei ristoranti con approdo, raggiungibili anche in barca. Il palato si delizierà con il pescato dell'Adriatico, della laguna e delle valli da pesca. Degna di nota, inoltre, la selvaggina acquatica di laguna, le specialità d'oca e la produzione di tartufi e asparagi. Ad accompagnare la degustazione di queste prelibatezze un'ampia selezione di vini locali prodotti nelle zone di produzione DOC della costa: Friuli Annia, Friuli Latisana, Friuli Aquileia e Carso. Collega idealmente la costa con l'area montana passando per i vigneti e le colline dell'entroterra regionale ***la Strada del Vino e dei Sapori****, suddivisa in sei preziosi itinerari del gusto volti a far conoscere le cantine, le aziende agroalimentari, ristoranti, le fattorie didattiche e le esperienze enogastronomiche del Friuli Venezia Giulia.*

Marano Lagunare

LIGNANO SABBIADORO
E DINTORNI

Tra mare, fiumi e laguna

Una lunga penisola dorata è il biglietto da visita di Lignano Sabbiadoro, una delle più rinomate località balneari italiane. L'esteso litorale di sabbia dorata non è l'unico tratto distintivo della località: Lignano Sabbiadoro vanta un'immensa pineta di oltre 1.200.000 piante che dal 2021 le è valso il prestigioso riconoscimento "**Tree Cities of the World**" dalla Fao e Arbor Day Foundation, collocandosi alla settima posizione fra le città Italiane e assegnato in totale a 120 città nel mondo.

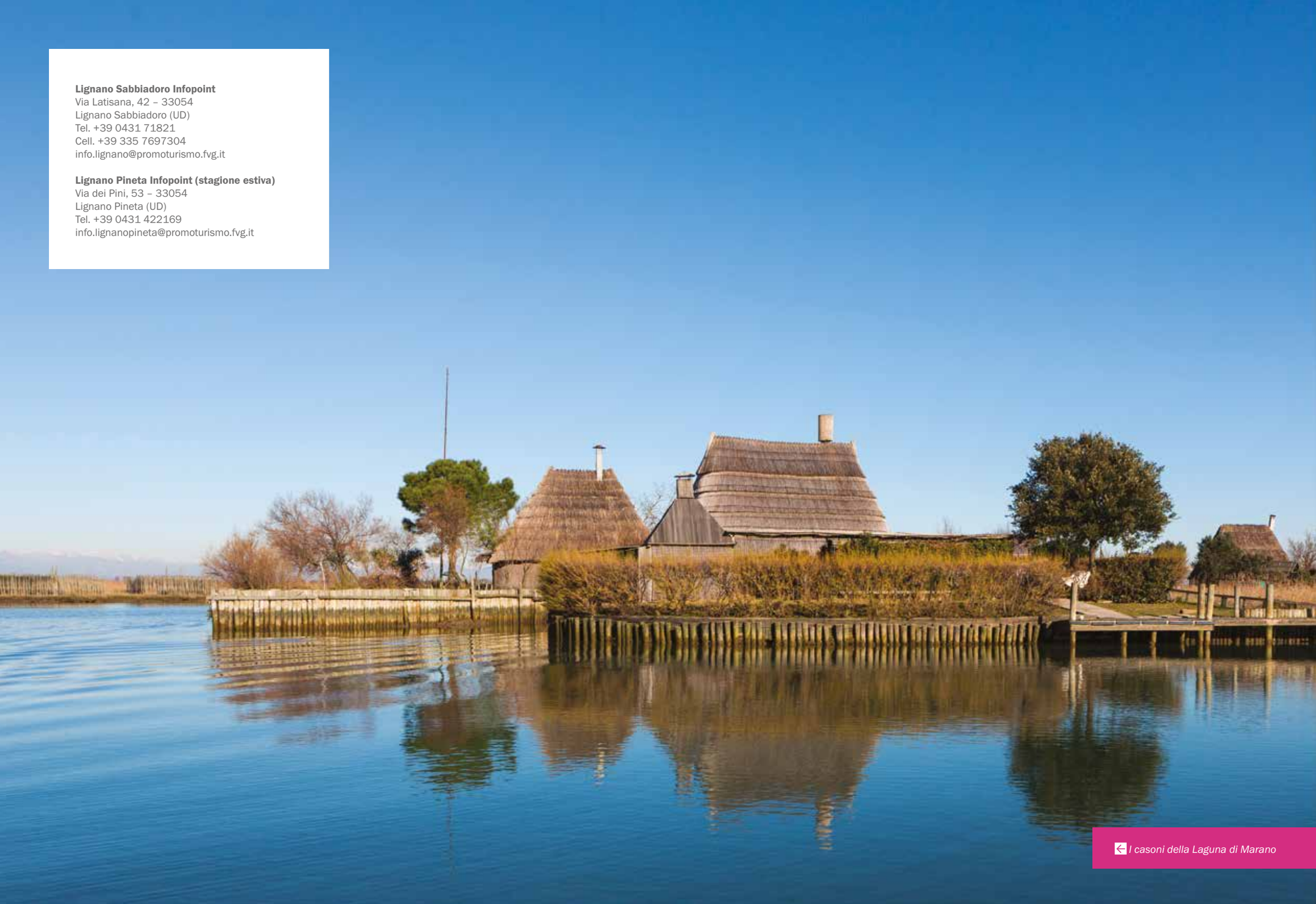
Tre sono le anime che caratterizzano la città: **Lignano Sabbiadoro**, cuore storico animato dal caratteristico affollamento delle vie centrali, brulicante di negozi, bar, pizzerie e gelaterie, **Lignano Pineta**, la spirale di viuzze immerse nel verde della pineta attraversata dalla popolare via centrale ricca di negozi e bar alla moda e **Lignano Riviera**, zona ideale per vacanze tranquille, all'insegna della natura e della quiete.

Bagnata dal **Fiume Tagliamento** e affacciata sulla **Laguna di Marano**, **Lignano Sabbiadoro** è anche il punto di partenza ideale per escursioni alla scoperta delle bellezze naturalistiche e culturali a poca distanza, perfetti per una gita giornaliera. Come il borgo marinaro di **Marano Lagunare**, raggiungibile anche con la linea marittima attiva durante la stagione estiva, ideale per un pranzo a base di specialità di mare o per la visita della **Riserva Valle Canal Novo**, paradiso del birdwatching. SUP, canoa o escursioni in barca e motonave per partire direttamente da Lignano Sabbiadoro alla scoperta del suggestivo paesaggio **Riserva Naturale Foci del Fiume Stella** costellato dai casoni dei pescatori e per visitare la cittadina sul fiume: **Palazzolo dello Stella**. Risalendo il **Tagliamento** in barca o costeggiando il letto del Fiume in bici si raggiunge **Latisana**, zona ricca di cantine e dal vivace mercato settimanale. Inoltre è attiva la **linea marittima che collega Lignano Sabbiadoro e Grado**, ideale per un'escursione nel pittoresco borgo dalle fattezze veneziane.

Spiaggia Lignano

Lignano Sabbiadoro Infopoint
Via Latisana, 42 – 33054
Lignano Sabbiadoro (UD)
Tel. +39 0431 71821
Cell. +39 335 7697304
info.lignano@promoturismo.fvg.it

Lignano Pineta Infopoint (stagione estiva)
Via dei Pini, 53 – 33054
Lignano Pineta (UD)
Tel. +39 0431 422169
info.lignanopineta@promoturismo.fvg.it



I casoni della Laguna di Marano

SPIAGGE

A ognuno la sua spiaggia

Otto chilometri di spiaggia dorata si estendono lungo la penisola di Lignano Sabbiadoro, così come ci preannuncia il nome della località. A partire da Lignano Riviera, la punta estrema e più selvaggia della località, dove le acque del Mare Adriatico si uniscono a quelle del fiume Tagliamento, passando per il lungomare di Lignano Pineta dove spicca il **pontile a mare** con il bar la Pagoda, caratteristica area panoramica e di ristoro in mezzo al mare, si raggiunge poi la **Terrazza a Mare**, la suggestiva piattaforma in mezzo al mare dotata di bar e ristorante e il romantico **Faro Rosso,** punto estremo della riviera di Lignano Sabbiadoro che si apre alla laguna.

Un paradiso per le famiglie

Una soffice spiaggia sabbiosa lambita da un mare tranquillo e dai fondali bassi, premiato da anni dalla **Bandiera Blu** e dalla **Bandiera Verde** dei pediatri, rendono Lignano il paradiso per le famiglie! È possibile scegliere fra 39 stabilimenti balneari ben attrezzati in grado di fornire soluzioni per tutti i gusti: dagli ombrelloni e i lettini standard ai gazebo con divani e chaise longue per famiglie alla ricerca di comodità e comfort. **Animazione**, **miniclub** e **baby club**, **attività per diverse fasce d'età**, **giochi**, **campi da beach volley**, **basket** e **beach tennis** animano le giornate degli ospiti più piccoli e dei ragazzi all'insegna del divertimento e della sicurezza. Tanti i chioschi e ristorantini fronte mare tra cui scegliere per consumare uno snack veloce tra un bagno e l'altro, per godersi un rilassante pranzo vista mare, sorseggiare un aperitivo al tramonto o per regalarsi una romantica cena con le tante specialità offerte dalla cucina regionale. I ristoranti sulla spiaggia accolgono con particolare attenzione i più piccoli con baby menù.

Pontile a mare Pineta

Area VIP per una vacanza esclusiva

Per chi non vuole rinunciare al lusso è possibile scegliere una delle **zone VIP** di Lignano. A Sabbiadoro ci si può rilassare in una delle aree dedicate al benessere attrezzate con ampi gazebo corredati con tende, chaise longue, lettini imbottiti e vasche idromassaggio dove rinfrescarsi, lasciarsi massaggiare o sorseggiare un drink vista mare. Oppure è possibile immergersi nell'atmosfera caraibica della **Tropical Beach** di **Lignano Riviera**, dotata di ombrelloni di paglia, tavolini in vimini e lettini ben distanziati fra di loro e, a pochi passi, il Tropical Point, un chiosco sulla spiaggia con noci di cocco, drink colorati e musica. A Lignano Pineta la zona "VIP" è arredata con ombrelloni ben distanziati, lettini king size, cuscini, tavoli, poltroncine e cassette di sicurezza dotate di un pannello solare per ricaricare i propri dispositivi ed è possibile ordinare un drink o il pranzo direttamente sotto l'ombrellone dal proprio cellulare. Non mancano i **centri benessere** direttamente sulla spiaggia per ricaricarsi e prendersi cura di sé.

Spiagge dog friendly

Per chi vuole condividere le vacanze con il proprio **amico a quattro zampe**, Lignano offre spiagge libere dove è autorizzato l'accesso ai cani e stabilimenti appositamente dedicati. In queste spiagge è possibile noleggiare attrezzature come ombrelloni e lettini e sono a disposizione postazioni dog-vip recintate, spazio sgambatura, doccette, brandine, spazio toilettatura, contatti per veterinari e molto altro.

Una spiaggia per tutti

La spiaggia di Lignano è un lido accessibile a tutti con un ampio sistema di pedane che permettono anche alle carrozzine di raggiungere il mare facilmente, toilette e docce progettate in modo da poter essere utilizzabili da tutti e la possibilità di usufruire della sedia da mare JOB.

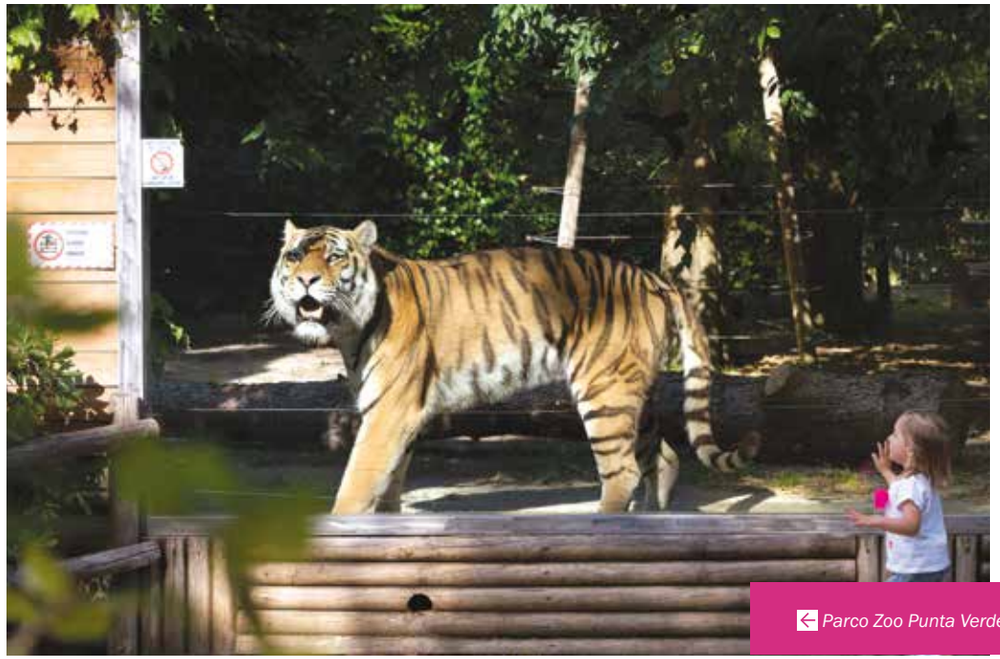
Area VIP a Sabbiadoro

Aquasplash

FAMILY

Una città a misura di bambino

Lignano è una città accogliente, dove è possibile muoversi e divertirsi con facilità e in sicurezza, dotata di servizi, aree verdi e tranquille, spazi gioco e una grande biblioteca. L'offerta ricettiva è attrezzata per accogliere le famiglie offrendo servizi e dotazioni family-friendly. La ristorazione nelle strutture è pensata per soddisfare le esigenze e il comfort di tutta la famiglia e in base alla struttura troverete spazi giochi interni o esterni, animazione o intrattenimento la sera. Rappresentano un'ottima soluzione anche i numerosi appartamenti in locazione a Lignano Sabbiadoro. Lignano, inoltre, ospita numerosi **ristoranti** nell'area centrale o direttamente sulla spiaggia. Dislocati in diverse aree della città ci sono svariati intrattenimenti come minigolf, il **trenino Lignano Express** e parchi giochi pubblici. Infine, il vicino ospedale di Latisana è a pochi minuti d'auto, ma durante la stagione estiva a Lignano Sabbiadoro è attivo anche un servizio di pronto soccorso e guardia medica turistica. Le **piste ciclabili** collegano le tre zone della città e permettono di spostarsi sulle due ruote con comodità e in sicurezza. Si possono percorrere tratti lungo la laguna, a ridosso della spiaggia, nel verde della pineta o costeggiando l'ansa del Tagliamento. Nello spazio cittadino sono presenti ampie aree verdi, il **Parco San Giovanni Bosco**, il **Parco Hemingway** a Pineta e la foresta marina che contorna le spiagge di Lignano Sabbiadoro: qui gli adulti troveranno un po' di relax durante la giornata e i bambini potranno correre e giocare in tutta sicurezza.



Parco Zoo Punta Verde

FAMILY

Un mare di divertimento

Lignano è un grande parco divertimenti sul mare che vi farà entrare in altri mondi. A Riviera, il **Parco Zoo Punta Verde** è una delle migliori strutture a livello europeo: in un giardino botanico di 10 ettari, tra flora locale e piante esotiche, si trovano più di 1000 animali di 150 specie diverse, provenienti da tutto il mondo. L'**Aquasplash** è uno fra i primi parchi acquatici d'Italia e **Strabilia**, un super luna park con luci sfavillanti, meta imperdibile per chi vuole forti emozioni. Direttamente affacciato sul mare il **Parco Termale Riviera Resort**, con piscine a cielo aperto alimentate con acqua marina e dotate di scivoli, giochi sull'acqua e zona idromassaggio. Non basta: ci sono ancora il parco dei gonfiabili, i **Gommosi** e il **Parco Junior.** Avrete un solo problema: convincere i vostri bambini ad andare via!
Parasailing, **banana boat**, **ciambelle** e **wakeboard** sono alcuni giochi acquatici che i ragazzi possono sperimentare, senza dimenticare che la spiaggia lignanese è dotata anche di due scivoli gonfiabili, fra i più alti in Italia. Oltre ai servizi offerti dai singoli stabilimenti balneari, sulla spiaggia si trovano anche **villaggi tematici**, che offrono un ricco programma di attività e animazione. Dotati di mini-club per i bambini, ma con offerte anche per gli adulti, che possono così godere di una pausa attiva, mentre i bambini si divertono stimolati e in sicurezza.

Scegli il tuo sport sul mare

Lignano è una meta perfetta anche per chi desidera una **vacanza attiva**. Per la varietà e qualità dell'offerta di sport acquatici è il posto ideale sia per i principianti sia per i praticanti più esperti. Una combinazione di temperatura, forza del vento e condizioni dell'acqua rende Lignano ideale per la **vela** e il **windsurf**, ma molteplici sono le opportunità anche per gli amanti della **canoa**, del **SUP** e dell'**E-sup**, del **kayak** e dello **yoga sup**, con possibilità di escursioni in mare aperto, nelle isole limitrofe, in laguna o verso i **fiumi Tagliamento** e **Stella** all'interno di aree naturalistiche di notevole interesse. Dall'autunno alla primavera è possibile praticare il **kitesurf** dall'arenile, durante l'estate dall'Isola delle Conchiglie. Per gli appassionati di **sub** o per chi decide di immergersi per la prima volta c'è una scuola di sub che organizza il "Battesimo del mare". Sono presenti anche varie scuole di **nuoto** e una di **canottaggio** che organizzano corsi per approcciarsi alle discipline.

Mega SUP, Lignano

Mantieniti attivo anche in spiaggia!

Sulla spiaggia ci sono veri e propri villaggi a ingresso totalmente gratuito, dove poter partecipare a corsi e attività di fitness, come pilates, risveglio muscolare, spinning e balli di gruppo.
È presente anche una palestra a cielo aperto con attrezzature per il fitness di vario genere. Sono, inoltre, presenti sulla spiaggia e nelle zone verdi dalla località diverse **strutture Calisthenics**, per praticare fitness all'aria aperta. Lungo tutto il litorale campi da beach volley, basket e beach tennis completano l'offerta della località. All'alba o al tramonto, molti turisti praticano il **nordic walking** sulla spiaggia e alcuni si dedicano anche al water nordic walking.
Se sei appassionato di golf non puoi perderti il **Golf Club Lignano**, un originale percorso di gioco a 18 buche su 70 ettari di verde estremamente curato, mentre gli appassionati di **skateboard** potranno destreggiarsi tra le rampe del **Hub Park** di Lignano Sabbiadoro.
Per chi ama il brivido della corsa in pista a Precenicco trova il **Lignano Circuit**, un kartodromo dove sfidare i propri amici in sicurezza!

Jogging al Faro Rosso di Lignano

BIKE

Scopri Lignano e la sua Laguna a impatto zero!

Lascia da parte l'auto e scopri Lignano e i suoi dintorni a impatto zero! Gli appassionati della bicicletta troveranno oltre **75 chilometri di itinerari** e **30 chilometri di piste ciclabili** tracciate su Google Maps che ripercorrono il territorio di **Lignano Sabbiadoro**. Le ciclabili sono ben collegate con gli itinerari per cicloturisti nel vicino entroterra. Facile e alla portata di tutti la ciclabile che percorre il perimetro di Lignano Sabbiadoro: in soli 20 chilometri potrai pedalare lungo la foce del **Fiume Tagliamento**, costeggiare il **lungomare**, immergerti tra i pini della **foresta marina** e affacciarti sulla **Laguna di Marano**. Da non perdere il punto panoramico **Belvedere Trabucco nel Lungolaguna** al tramonto.

In città è attivo, inoltre, un servizio di **bike-sharing**, è possibile noleggiare **biciclette, e-bike** e monopattini e provare le **fat sand bike**, le bici da spiaggia per pedalare con facilità su sabbia e acqua. Numerosi i bike tours integrati in partenza da Lignano Sabbiadoro con guide esperte che accompagnano i turisti alla scoperta dell'entroterra. I **cicloturisti** potranno ammirare il **paesaggio fluviale dello Stella**, i **magici boschi planiziali della Bassa Friulana**, visitare le località limitrofe di **Palazzolo dello Stella** e **Latisana** fino a raggiungere il borgo marinaro di **Marano** e la sua **Riserva Naturale Regionale Valle Canal Novo**. Per chi è indeciso fra una gita in barca e un itinerario in bicicletta, la soluzione giusta è il **boat&bike**: escursioni che combinano pedalata e tratti di navigazione con trasporto della bici a bordo. In base alla disponibilità è possibile trasportare la propria bici anche nelle imbarcazioni della **linea marittima che collega Lignano e Marano** e sono a disposizione **collegamenti intermodali che collegano Lignano con la località di Grado**. È disponibile, inoltre, il servizio di collegamento ciclopedonale in barca da Lignano a Bibione, attraverso il Fiume Tagliamento, il **passo barca X-River**, che permette di raggiungere l'una o l'altra località, a piedi o in bicicletta.

Senza frontiere in bicicletta

Lignano e le località della laguna si inscrivono all'interno della ciclovia internazionale dell'alto Adriatico: l'**AdriaBike**. Lignano è tappa d'eccellenza della Via della Serenissima, il tratto dell'**AdriaBike** che collega l'Istria, a Venezia e la sua laguna percorrendo le incantevoli vie della costa friulana.

Belvedere Trabucco, Lignano

NAUTICA

Dalle piccole imbarcazioni ai mega yacht, dai catamarani alle barche a vela **Lignano Sabbiadoro e il suo entroterra** vantano servizi professionali e ormeggi sicuri ad un passo da una delle località balneari più suggestive dell'**Alto Adriatico**! Affacciate sulla Laguna di Marano e a un passo dal centro di Lignano Sabbiadoro si trovano la **Darsena Porto Vecchio** e il **Marina Punta Faro**, attrezzato per ospitare anche i maxi yacht, mentre spostandosi verso la zona di Lignano Riviera sulla sponda del suggestivo fiume Tagliamento si trovano **Marina Uno** e **Marina Punta Verde**.

A poca distanza da Lignano Sabbiadoro c'è **Aprilia Marittima**, importante punto di riferimento per i diportisti grazie all'offerta di posti barca che include i **dry marina**, per vivere l'imbarcazione in sosta a terra, i **marina resort** ricchi di confort e molti altri servizi dedicati. In questa località sono presenti il **Marina Resort Punta Gabbiani**, la **Darsena di Aprilia Marittima** e **Marina Capo Nord**. Risalendo le acque del **fiume Stella**, si raggiunge il **Marina Stella** a **Palazzolo dello Stella**, un'oasi di pace immersa nel verde di una natura che si integra con un'interessante offerta turistica.

Nella vicina **Precenicco** si possono inoltre noleggiare le **Houseboat**, i natanti senza patente perfetti per un'esperienza slow nelle acque interne della laguna. Navigando lungo la laguna e spostandosi poi verso il borgo marinaro di **Marano Lagunare** si trova il punto d'attracco **Portomaran**. Poco distante da Marano Lagunare anche il polo nautico di **San Giorgio di Nogaro** che offre numerosi posti barca, servizi di qualità, ampi spazi per il rimessaggio e cantieri attrezzati nel **Marina di San Giorgio**, nel **Marina Sant'Andrea** e nel **Marina Planais**. Tutte le darsene dispongono di ormeggi destinati al transito, con possibilità di attracco anche notturno, per salpare alla scoperta della costa Adriatica, oppure per brevi escursioni giornaliere, per una tappa enogastronomica in uno dei ristoranti con approdo o una lenta navigazione in laguna. È possibile attraversare il canale della laguna, lungo la **Litoranea Veneta**, via commerciale di oltre cento chilometri che unisce Venezia con il fiume Isonzo. Prima di iniziare la navigazione è consigliato verificare lo stato di navigabilità dei canali in relazione all'imbarcazione utilizzata.

Foci dello Stella

NATURA

Benessere in laguna

Per chi desidera vivere a contatto con la natura, la **Laguna di Marano** rappresenta davvero un'oasi di benessere: racchiusa tra l'ultima punta litoranea di Lignano Sabbiadoro e la Laguna di Grado, questa porzione di territorio è un'area caratterizzata da un valore molto alto di biodiversità.
Seguendo il proprio ritmo, ognuno può scegliere la sua esperienza per esplorare il silenzio del magico paesaggio lagunare e il senso di rigenerazione che trasmette: dalle **escursioni organizzate in motonave**, alle uscite in **SUP**, **kayak** e **canoa** e, in completa autonomia, **noleggiando un'imbarcazione**. In laguna è possibile praticare il **pescaturismo** trascorrendo una giornata in compagnia dei pescatori locali che guidano i turisti nella conoscenza dell'ambiente lagunare, costiero e marino, facendo vivere un'autentica **fishing experience**.

A ritmo lento nelle valli da pesca

All'interno del paesaggio lagunare sono presenti anche le **valli da pesca** dove è possibile praticare la pesca sportiva, prendere parte a degustazioni di prodotti locali, alloggiare in strutture ricettive sostenibili, praticare l'avvicinamento al cavallo o prendere parte ai laboratori organizzati alla scoperta del territorio o partire alla scoperta del territorio in bicicletta!

Un’oasi di pace e tradizioni

Ambito naturale dall’equilibrio molto delicato, la laguna è protetta da alcune riserve naturali. Visitabile solo in barca, la **Riserva Naturale Regionale Foci dello Stella** comprende l’intero delta dell’omonimo fiume e rappresenta un vero paradiso per il **birdwatching** e per la **fotografia naturalistica**: tra i canneti che costeggiano il letto fluviale vivono, tra gli altri, falchi di palude, cigni reali, aironi rossi, cinerini e bianchi.

Navigando all’interno della riserva è possibile provare esperienze autentiche come la visita dei **“casoni”**, caratteristiche costruzioni di canna palustre, dimora dei pescatori che vivevano in laguna o entrare in contatto con antiche tradizioni locali ancora radicate nel territorio, come per esempio l’attività di **pesca fluviale del bilancione da pesca**, una grande rete azionata da motori elettrici (un tempo movimentate a mano). Raggiungibile a piedi dalla località di Marano Lagunare, la **Riserva Naturale della Valle Canal Novo**, un centro visite ricavato da una ex valle da pesca dotata di pedane percorribili a piedi che si snodano all’interno del contesto lagunare di una suggestiva “galleria dei canneti” e di tipici capanni per l’osservazione degli uccelli. All’interno di uno degli osservatori è presente anche un acquario che mostra le specie marine del contesto lagunare, tra cui l’ospite d’onore più amato dai bambini, il simpatico cavalluccio marino.

Riserva Valle Canal Novo →

Un’isola alla fine del mondo

Valgono una visita le isole e gli isolotti che fungono da protezione per la Laguna dalle correnti del mare aperto. Vero e proprio paradiso incontaminato, dotato di una lunga spiaggia silenziosa, l’Isola di Martignano, nota come l’**Isola delle Conchiglie**, sembra trovarsi ai confini del mondo. Viene scelta anche dagli appassionati di kitesurf che nelle giornate di vento forte si divertono a fare le loro acrobazie in acqua. Facilmente raggiungibile anche dal Faro Rosso di Lignano Sabbiadoro, l’**Isola delle Conchiglie** è molto amata anche da chi fa escursioni in SUP o canoa o per una gita in barca partendo direttamente dalla spiaggia o a bordo di una motonave.

Boschi Planiziali della Bassa friulana

Nei territori di Muzzana del Turgnano, Carlino, Precenicco, Palazzolo dello Stella e Castions di Strada si estende un’immensa area boschiva di 500 ettari che prende il nome di **Bosco Planiziale** ma viene anche chiamata comunemente “foresta dei lupi” per gli animali che in passato avevano trovato, proprio sotto gli alberi di quest’area, il luogo adatto a vivere. Il bosco è visitabile anche in bicicletta grazie al percorso cicloturistico che lo attraversa e alle escursioni organizzate. Nei boschi planiziali cresce il tartufo bianco pregiato.

← *Isola delle Conchiglie*

ENOGASTRONOMIA

Delizie del mare

Un aperitivo finger food, una cena romantica fronte mare, una proposta gourmet o un dopocena glamour: l'offerta enogastronomica soddisfa anche i palati più esigenti! Vi potrete deliziare con le specialità ittiche, inserite nelle proposte menù dove i piatti della tradizione marinara si alternano a piatti per bambini o per chi ha particolari esigenze. Non può mancare l'abbinamento di un vino friulano ad accompagnare la cena, il vero protagonista della tavola e prodotto tipico di indiscutibile eccellenza a livello mondiale. Il ***bisato in speo***, ossia l'anguilla allo spiedo, la zuppa di pesce alla maranese, le ***sarde in saòr***, ossia le alici marinate in un condimento di cipolle in agrodolce, e i ***sievoli sotto sal***, cefali conservati sotto sale: un vero e proprio tuffo nei sapori più autentici. Tra le proposte ittiche, troverete fasolari, cefali, orate, branzini, anguille, seppie, calamari e pesce azzurro. Nella zona di Pocenia viene proposta la selvaggina acquatica di laguna. Tante le opportunità per gustare i piatti tipici direttamente in laguna scegliendo una delle escursioni in motonave oppure i tour che combinano la visita delle bellezze culturali dell'entroterra con soste programmate nelle cantine. Molteplici sono le manifestazioni enogastronomiche con i menù della tradizione, dove poter degustare i piatti locali e calarsi tra la gente del luogo per una genuina esperienza culinaria come ad esempio la ***Festa delle Cape***, una tradizionale festa lignanese che offre specialità di pesce come le vongole raccolte dai pescatori. Sempre a tema pesce, imperdibile ***Fasolari e Peverase in festa***, la festa che si tiene a Marano Lagunare dove è d'obbligo assaggiare un piatto di fasolari appena pescati.

Merenda del pescatore sul Fiume Stella

CULTURA

Lignano città del Novecento

La città di Lignano ha una storia recentissima: una passeggiata a Sabbiadoro permetterà di ammirare alcune delle realizzazioni del primo Novecento, mentre Pineta, la **"città lunare" a forma di chiocciola** del visionario Marcello D'Olivo, conserva quelle degli anni Cinquanta. Riflettono la storia della località le oltre **90 ville del Novecento** di grande interesse architettonico. I mosaici realizzati dalla **Scuola Mosaicisti di Spilimbergo** abbelliscono il lungomare Kechler di Pineta, una vera galleria d'arte open air. Sono due i grandi nomi della letteratura internazionale che Lignano vanta tra i propri ammiratori. Il primo è **Ernest Hemingway**, che visita la località nel 1954, rimane colpito dal progetto urbanistico in corso e ne intuisce le potenzialità turistiche, tanto da parlare di un futuro da "Florida d'Italia". Qualche anno più tardi per **Giorgio Scerbanenco**, il famoso giallista di origine ucraina, Lignano diventa fonte di ispirazione e talvolta scenario dei suoi romanzi come "Al mare con la ragazza" e "La sabbia non ricorda".

A pochi passi dal mare

Adagiata sulla sponda sinistra del Tagliamento a pochi chilometri dal mare, raggiungibile da Lignano anche in bici grazie al collegamento con piste ciclabili, **Latisana** fu fondata in epoca romana come stazione di posta sulla Via Annia ed è oggi conosciuta per le cantine e aziende agroalimentari presenti nei suoi dintorni, nonché per il vivace mercato settimanale nel quale fare acquisti. Nelle vicinanze si trova anche **Precenicco**, territorio caratterizzato da qualificate realtà agricole con vendita diretta e strutture ricettive. Nella vicina **Palazzolo dello Stella** un edificio attrae particolarmente l'interesse del turista: il Marinaretto che ricorda la forma di un battello fluviale. Il territorio è ricco di risorse naturali: il fiume è navigabile sino a Rivarotta e da lì verso nord è possibile proseguire con canoe e piccole barche alla scoperta dell'avifauna locale o delle antiche tradizioni, come la pesca con la bilancia. Vale una visita anche l'**acquario di Ariis**, un museo di acque dolci che ospita le specie ittiche dell'ecosistema fluviale del Friuli Venezia Giulia. Per gli amanti della storia è possibile rivivere l'antica Rotta dei Patriarchi in barca accompagnati da una guida esperta che condurrà i visitatori fino alla città UNESCO di **Aquileia**.

Palazzolo dello Stella

Un angolo di Serenissima nella costa friulana: Marano Lagunare

Territorio della Repubblica di Venezia per quasi 400 anni, il Borgo storico marinaro di **Marano Lagunare** è molto orgoglioso del suo passato che ancora emerge dal dedalo di calli e di piazzette colorate che adornano la città e dalla forte conservazione del dialetto veneto. Cuore del centro storico di Marano la **piazza Vittorio Emanuele II**, un vero salotto per l'armonia delle linee, per le decorazioni costituite dai palazzi antichi, dai busti, dai fronzoli ornamentali, dai pozzi cinquecenteschi e location d'eccellenza della **"Torre Millenaria"**, il campanile di Marano avvistabile dalla Laguna. Ci racconta il passato romano dell'area, il **Museo Archeologico della Laguna** dove sono conservati diversi reperti romani e preromani per lo più trovati in mare dai pescatori della località. Ancora molto radicato in questa città il legame con la pesca che rappresenta una delle attività principali e rende la cittadina meta d'eccellenza per assaggiare le specialità ittiche e i piatti della tradizione o per acquistare i prodotti del mare direttamente dalle imbarcazioni dei pescatori una volta alla settimana durante il periodo estivo. Durante l'estate sono numerose le feste organizzate nel borgo, come ad esempio la manifestazione religiosa tradizionale di *San Vio*. Ogni tre anni, in occasione della **Triennale**, la statua della Madonna della Salute viene trasportata di notte lungo il canale di ingresso al Porto di Marano in una lenta e partecipata processione e il borgo si veste da festa con archi illuminati, altari devozionali e chioschi enogastronomici dove degustare il pescato locale.

L'architettura veneta di Villa Manin

A Passariano di Codroipo, **Villa Manin** è una grandiosa villa veneta un tempo residenza della potente famiglia da cui prende il nome, mentre oggi è una prestigiosa sede espositiva per mostre di livello internazionale. È nota anche per aver ospitato per alcuni mesi Napoleone Bonaparte, che qui concluse le trattative con l'Austria fino alla firma del Trattato di Campoformido nel 1797. Notevole anche il parco che la circonda, si richiama al giardino all'inglese, ed è anch'esso visitabile tutto l'anno. A pochi chilometri da Villa Manin, a Rivolto, si trova la base logistica delle **Frecce Tricolori,** la mitica **Pattuglia Acrobatica Nazionale** che si addestra quotidianamente nei cieli della regione.

GRADO
E DINTORNI

L'Isola del Benessere

È conosciuta come **"Isola del Sole"** perché i suoi otto chilometri di spiaggia sono tutti rivolti a sud, sempre esposti al sole, e anche perché, grazie al suo particolare microclima, il sole qui non manca mai. Ma ci sono anche altri motivi per soggiornarvi: **Grado** è rinomata per lo iodio di cui è ricca l'aria, per la talassoterapia e per gli effetti benefici della sabbia; per il pittoresco **centro storico** di matrice veneziana, labirinto di viuzze, chiamate calli, e piccole piazze, i campi, arricchito da resti archeologici romani e dalle basiliche paleocristiane; per le sue trattorie che offrono le specialità gastronomiche della costa e i vini pregiati dell'entroterra; per gli eventi che animano le sue estati e che offrono occasioni di svago a tutti, giovani, meno giovani e famiglie. Da non perdere una passeggiata nei vicoli della città vecchia alla scoperta delle **botteghe artigiane**. Centenaria e ricca è la tradizione che lega i gradesi alle proprie acque e che ancora oggi si può percepire nei tanti mestieri legati alla pesca.

Fulcro di quest'attività, il **Porto Mandracchio**, vero cuore pulsante della città, che rappresenta uno dei quattro porti turistici presenti a Grado attrezzati con ormeggi destinati al transito e con possibilità d'attracco anche notturno che collegano la località agli altri marina presenti lungo la costa.

Record di **Bandiere Blu**, il litorale di Grado, organizzato e attrezzato, garantisce relax e divertimento per adulti e per bambini, mentre un'efficiente rete di piste ciclabili permette piacevoli escursioni nell'entroterra.
Grado è il punto di arrivo della **Ciclovia Alpe Adria Radweg**, nonché tappa della **Ciclovia Adriabike**, due itinerari cicloturistici transfrontalieri tra i più suggestivi a livello europeo. Grado è meta di vacanza anche per le persone portatrici di disabilità ed esigenze specifiche che possono contare su molti servizi dedicati: disponibilità di sedie job e passerelle riservate sulle spiagge, escursioni in motonave in laguna, riserve e aree naturali accessibili, possibilità di praticare vela e altri sport. Grado merita una visita o un soggiorno in vari periodi dell'anno grazie ad un'offerta diversificata, alla vicinanza ad importanti centri culturali e storici come **Palmanova** e **Aquileia**, a territori ricchi di eccellenze enogastronomiche come il **Collio** e aree naturalistiche di rara bellezza.

Grado Infopoint
Piazza XXVI Maggio, 16 - angolo Portanuova, 26
34073 - Grado (GO)
Tel. +39 0431 877111
Cell. +39 335 7705665
info.grado@promoturismo.fvg.it

Spiaggia Principale di Grado

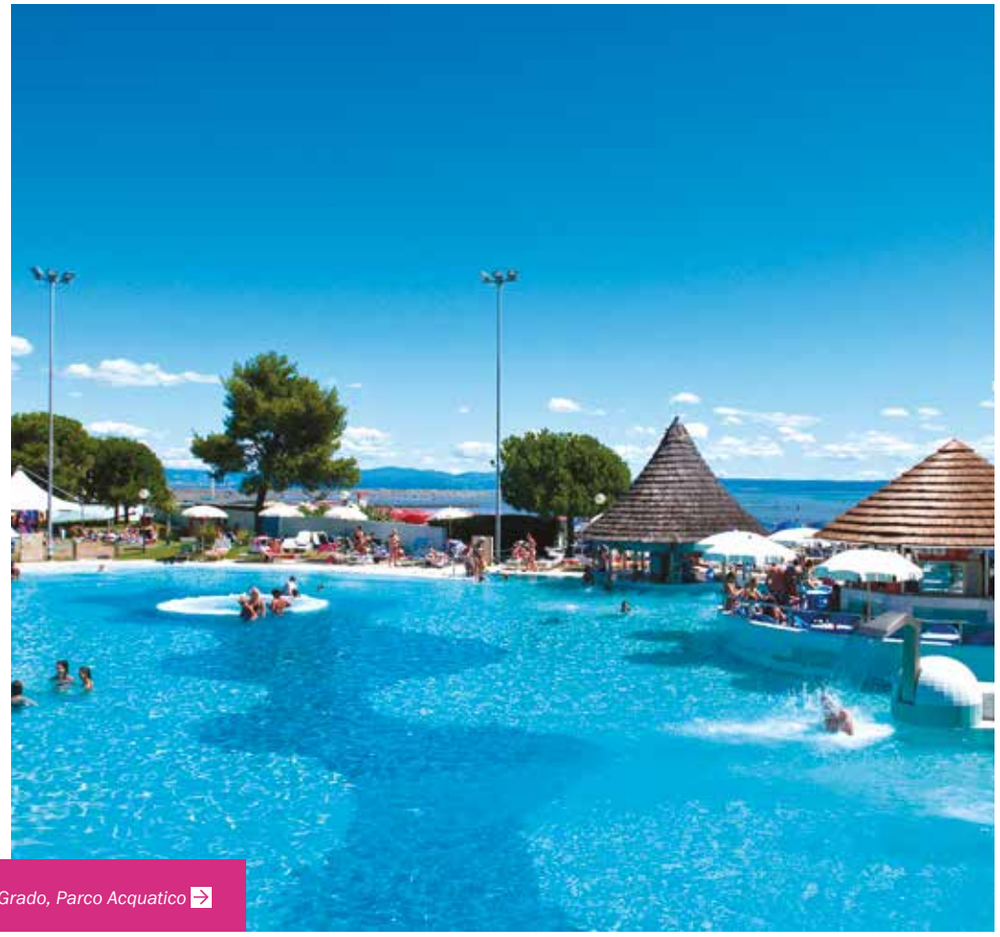
SPIAGGE

Una spiaggia al sole

Rappresentano un piccolo paradiso circondato dal mare e dalla Laguna gli otto chilometri di spiaggia di Grado che grazie alle loro caratteristiche naturali sono in grado di soddisfare le esigenze di tutti gli ospiti. I fondali bassi che digradano dolcemente e le acque calme e pulite dove sventola la **Bandiera Blu** e la **Bandiera Verde** dei pediatri sono l'ambiente ideale dove i bambini possono giocare in tutta tranquillità e i genitori rilassarsi senza pensieri. I locali lungo la spiaggia e l'ampia offerta di sport acquatici e attività all'aria aperta rendono Grado il luogo ideale anche per i giovani, mentre le oasi di comfort e le zone relax sono la scelta ideale per chi è alla ricerca di pace e della cura del proprio benessere.

Panoramica di Grado

Conosciuta dai locali come “spiaggia vecchia”, la **Costa Azzurra** è la spiaggia più occidentale della penisola ed è denominata così per la sua particolare bellezza. Il suo accesso è libero anche se non mancano stabilimenti balneari attrezzati al suo interno dove poter noleggiare sdrai, lettini e ombrelloni. **Parchi gioco sulla spiaggia** ma anche **nelle aree verdi adiacenti**, **campi da beach volley** e **calcetto** e un **ricco programma di animazione** e **intrattenimento** rendono questo tratto di spiaggia particolarmente adatto anche per le famiglie. Inoltre, nella spiaggia storica **Costa Azzurra** è possibile praticare sport come SUP, windsurf, skateboard e nuoto seguiti da istruttori sportivi qualificati. Uno dei punti più suggestivi della città è sicuramente la **Diga** o **Lungomare Nazario Sauro**, la promenade che collega la spiaggia della Costa Azzurra alla **spiaggia principale** puntellata di ristoranti dove fare una pausa rilassante di giorno o godersi una cena romantica la sera. Lunga quasi tre chilometri, la **spiaggia principale** di Grado attraversa tutta la **Città Giardino** ed è contornata da un verdeggiante retrospiaggia che assieme al mare pulito rendono questo lido un’oasi immersa nella natura a soli pochi passi dal centro storico della città. La **spiaggia principale** è accessibile a pagamento attraverso ingressi sorvegliati che la rendono particolarmente adatta per le famiglie, garantendo sicurezza e servizi dedicati ai piccoli ospiti come parchi gioco, aree verdi e campi da gioco. Tante le attività proposte e gli intrattenimenti con animazione. Pensata appositamente per famiglie con bambini la **Baby Beach**, uno stabilimento dove si trovano ombrelloni più grandi rispetto ai tradizionali e che mette a disposizione scaldabiberon e gazebo dotati di fasciatoi per cambiare i più piccoli. Attrezzata per accontentare tutti i suoi ospiti, la **spiaggia principale** include anche delle comode zone vip, come l’area **Settimo Cielo**, di fronte alle storiche **Ville Bianchi**, e il **“bagno imperiale”**, esistente dal 1892, destinati a una clientela particolarmente esigente con servizi esclusivi e ampi spazi dove potersi godere il massimo del relax. L’Isola del Sole non dimentica i fedeli amici a quattro zampe che accompagnano i loro padroni in vacanza con una sezione di spiaggia attrezzata per l’accoglienza degli animali. Per chi vuole prendere il sole direttamente in mezzo al mare, la **spiaggia principale** ha installato le due Zattere a mare **“Springinsel”** raggiungibili a nuoto, dove adagiarsi in relax o dalle quali fare a gara per il tuffo più acrobatico. Lungo la spiaggia ci sono, inoltre, i **“Pennelli”**, dei pontili in muratura che si estendono in mare, dai quali ci si può calare direttamente nell’acqua alta per iniziare la propria nuotata al largo. La spiaggia principale offre inoltre bar e ristorantini dove degustare snack e piatti con i sapori del mare o godersi un rilassante aperitivo dopo la giornata al mare. Tra la spiaggia principale e Grado Pineta si estende un’ampia zona boschiva di fronte alla quale si trova la spiaggia libera **“Al Bosco”**, una zona tranquilla, molto amata dalle famiglie che desiderano godersi un po’ d’ombra nelle ore più calde oppure fare un pic-nic in tranquillità. Proprio di fronte a questo tratto di spiaggia è presente l’Isolotto Sacca dei Moreri, raggiungibile a piedi dalle famiglie che amano fare il bagno nell’acqua cristallina e dove gli sportivi possono praticare il **kitesurf** anche durante il periodo estivo. Collegata alla città da una ciclabile la spiaggia di **Grado Pineta**, ideale per una tranquilla vacanza in famiglia a due passi dal verde e per i giovani che vogliono godersi un aperitivo sulla spiaggia. La zona è attrezzata anche per ospitare i cani. Negli ultimi anni la spiaggia di Pineta è diventata un luogo amatissimo dai kitesurfer di tutta Europa, che qui si radunano al primo alito di vento per lanciarsi in spettacolari e colorati volteggi a mezz’aria.



Grado, Parco Acquatico

FAMILY

Una città a misura di bambino

In città ci sono diverse zone pedonali e aree gioco dove i bambini possono correre e giocare in tutta sicurezza. Nel **Parco delle Rose**, alle spalle della spiaggia principale, si può trovare riparo fresco nei momenti più caldi e passeggiare all'ombra dei pini marittimi. La località è, inoltre, collegata con una rete di piste ciclabili che permette di muoversi con facilità dimenticando l'auto per l'intera vacanza.

Le strutture ricettive accolgono con particolare attenzione le famiglie: hotel, appartamenti, campeggi e villaggi offrono camere ampie e spaziose, ristorazione adatta ai bambini e aree giochi omologate per bambini e i più forniti propongono anche programmi di animazione e intrattenimento.

Anche i ristoranti e i chioschi in spiaggia sono attrezzati per ospitare i piccoli ospiti con menù dedicati, seggioloni e intrattenimenti.

Spiaggia a Grado

FAMILY

Divertimento sulla spiaggia

Direttamente sulla spiaggia e con personale qualificato è possibile praticare diversi sport acquatici ed attività sportive quali **SUP**, **nuoto**, **parkour** e **skateboard**, oltre ad essere disponibili campi da pallavolo, basket, minigolf e calcetto per organizzare partite in compagnia. L'arenile offre anche veri e propri **centri estivi multi-sportivi** che intrattengono i ragazzi durante tutto il giorno sulla spiaggia introducendoli alle principali discipline sportive. Vasta la proposta di animazione lungo tutto il litorale pensata per intrattenere e divertire i piccoli turisti durante le loro giornate in spiaggia mentre i genitori si rilassano al sole. Per gli amanti dei tuffi e degli scivoli sull'acqua, meta imperdibile il **Parco Acquatico di Grado:** con i suoi giochi per i bambini e l'ampia piscina di acqua marina dotata di idromassaggi e panche sommerse è davvero il luogo ideale per trascorrere una giornata all'insegna del divertimento e del benessere.

OUTDOOR

Mai stanchi sulla spiaggia

Per chi preferisce una vacanza attiva, Grado offre diverse possibilità per praticare sport autonomamente o con istruttori qualificati. Sulla spiaggia numerose sono le proposte slow per mantenersi in forma: dallo **yoga** all'alba o al tramonto ai **corsi di fitness,** alle **passeggiate** o **jogging** in riva al mare.

Sulla cresta dell'onda

Per i più allenati l'isola e i suoi dintorni si prestano benissimo per escursioni in autonomia o organizzate in **SUP** o in **kayak** e **canoa** per immergersi nella natura incontaminata ed ascoltare il silenzio della laguna, sotto la luna piena, al tramonto o di giorno. Durante tutto il periodo estivo vengono organizzati, inoltre, **corsi di scuola vela** per bambini e uscite per adulti nel fine settimana. Fondali bassi, venti costanti e prevedibili e mare piatto rendono **Grado** una destinazione particolarmente amata, anche in bassa stagione o nei mesi invernali, per praticare gli sport del vento come il **kitesurf** e il **windsurf. L'Isolotto in Sacca dei Moreri** e **Punta Barbacale**, presso **Grado Pineta**, sono i due spot per eccellenza, entrambi caratterizzati da ampi spazi che favoriscono decolli e atterraggi anche per i dilettanti. Istruttori qualificati e servizio di noleggio attrezzatura sono a disposizione sulla spiaggia; inoltre, anche i più piccoli possono approcciarsi a questa disciplina utilizzando aquiloni ridotti e più facili da manovrare. Non mancano **corsi di nuoto** organizzati lungo il lido di Grado.

Sempre attivi a Grado

Estremamente suggestiva la location del **Golf Club Grado**: il campo dotato di 18 buche si affaccia sulla laguna che fa parte della rete Golfing in Friuli Venezia Giulia.

Anche gli appassionati tennis e padel potranno coltivare la loro passione nell'attrezzatissimo **Tennis Club di Grado**.

Yoga alla spiaggia Costa Azzurra

BIKE

La città a misura di ciclista

Grado è una delle migliori città ciclabili in Italia secondo la FIAB (Federazione Italiana Amici della Bicicletta) che le ha assegnato il punteggio pieno di 5 “bike smile”. Il territorio comunale gradese è, infatti, servito da una capillare rete di piste ciclabili, alcune particolarmente scenografiche. Provate, per esempio, a percorrere la ciclabile lungo il Canale della Schiusa nel tardo pomeriggio per assistere a un’emozionante tramonto oppure a raggiungere in bicicletta la **Riserva Naturale Regionale Valle Cavanata** dove poter ammirare dagli osservatori i fenicotteri rosa che colorano la laguna. Dalla città di Grado si snodano diversi percorsi alla scoperta delle più affascinanti località limitrofe a Grado, con le loro attrazioni naturalistiche, paesaggistiche, artistiche e archeologiche, come ad esempio la via che collega Grado al centro storico di **Aquileia** offrendo una visuale panoramica della laguna e del **Santuario di Barbana** dal ponte translagunare che collega Grado alla terraferma. La pista attraversa i paesaggi rurali della campagna aquileiese e l’antico borgo di Belvedere. Gli amanti del vino non possono perdersi gli itinerari ciclabili che collegano Grado con **il Collio**, rinomato per le prestigiose cantine, tappe perfette dei bike tours. A portata di click il servizio di **bike sharing** che permette di noleggiare le biciclette messe a disposizione a Grado e nei suoi ditorni con una applicazione scaricabile sul proprio cellulare. Non mancano i bike tour guidati per partire alla scoperta del territorio su due ruote!

Pedalando oltre frontiera

All’interno del percorso transfrontaliero dell’Adria Bike, la ciclovia dell’Alto Adriatico, è presente il tratto panoramico che collega Grado a Monfalcone. La tappa attraversa ambienti costieri ricchi di avifauna, come la **Riserva Regionale di Valle Cavanata** e **Isola della Cona** fino ad arrivare direttamente sulle rive del Mar Adriatico. La Laguna di Grado rappresenta, inoltre, la tappa finale della **Ciclovia Alpe Adria Radweg**, miglior pista ciclabile d’Europa, con i sui meravigliosi paesaggi montani, collinari e lagunari che si susseguono per 425 chilometri. Borghi deliziosi, monumenti naturali, interessanti attrazioni turistiche e magnifici paesaggi accompagnano il cicloturista lungo tutto il percorso fino a raggiungere lo spettacolare paesaggio gradese. Il clima mite dell’Alto Adriatico rende la ciclovia percorribile quasi per l’intero anno. Per chi è meno allenato è possibile percorrere dei tratti di questi circuiti **sfruttando i servizi intermodali che collegano Lignano Sabbiadoro, Grado** e **Trieste** e permettono il trasporto della propria bici, come ad esempio il servizio di bici bus.

Tramonto in Diga

Escursioni in bici a Grado

NAUTICA

Marina e approdi

Grado offre quattro porti turistici tra i quali scegliere: la **Darsena Navigare 2000**, a 100 metri dal Porto Mandracchio, per chi preferisce la comodità e la vicinanza al centro storico, la **Darsena San Marco** e il **Porto San Vito** attrezzati anche per il rimessaggio e dotati dei servizi accessori utili ai diportisti che sbarcano in città e il **Marina Primero**, collegato con una pista ciclabile panoramica al centro di Grado. Completa l'ampia proposta nautica della città di Grado, il limitrofo **Marina di Aquileia**, situato a sud dell'omonima località e collegato al mare aperto tramite il fiume Natissa.

Tutte le darsene dispongono di ormeggi destinati al transito, con possibilità di attracco anche notturno.

I porti turistici sono hub perfetti per salpare alla scoperta della Costa Adriatica, oppure per brevi escursioni giornaliere per un bagno con vista su Grado, una tappa enogastronomica in uno dei tanti ristoranti con approdo, per una lenta navigazione in laguna o per spostarsi sulla costa e scoprire le bellezze culturali e naturalistiche dell'area, approdando in uno degli oltre 23 marina presenti lungo la costa. Arrivando a Grado con la propria imbarcazione, è possibile anche ormeggiare, assieme alle barche dei pescatori, direttamente al porto Mandracchio. È adiacente al centro storico ed è uno dei luoghi più suggestivi e caratteristici della località.

Grado, vista dall'alto →

BENESSERE

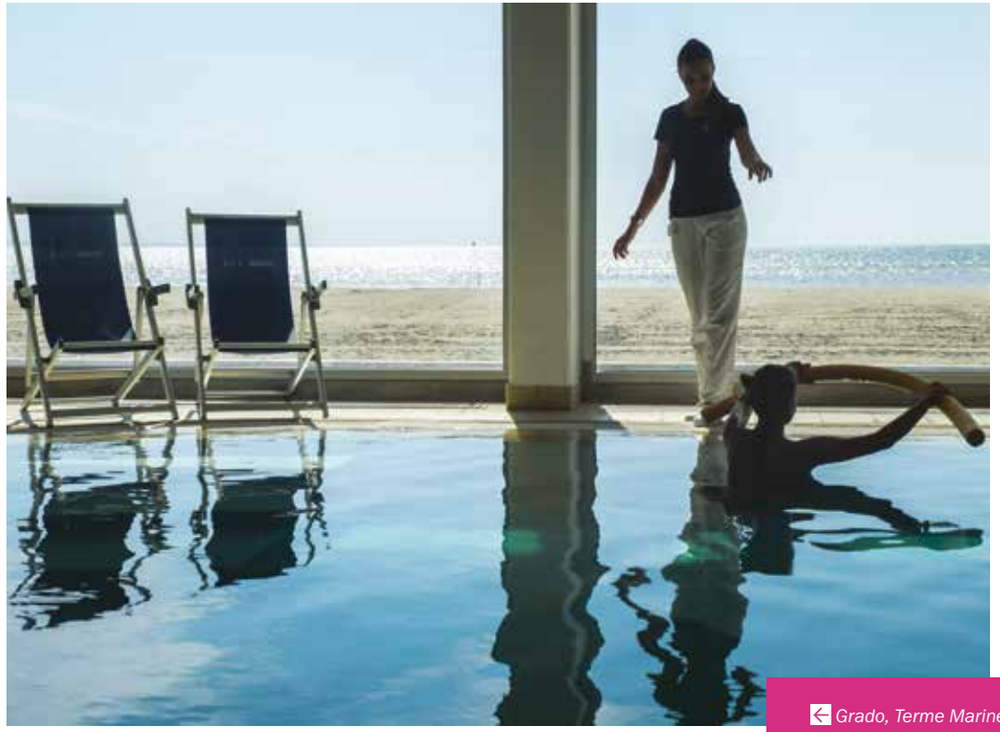
Le Terme Marine

A completare l'offerta di benessere dell'Isola del Sole, le **Terme Marine di Grado**. Dopo aver ritrovato la pace e il silenzio nelle oasi naturali immerse nella laguna, essersi temprati nelle acque salate del Mar Adriatico e aver sperimentato gli effetti benefici dei raggi del sole, ci si può prendere cura del proprio corpo in questo stabilimento termale ubicato proprio di fronte al mare.

Costruite già all'epoca dell'Impero Austro-Ungarico, le **Terme Marine di Grado** sono ancora oggi, nella loro veste rinnovata, un paradiso per chi vuole prendersi una pausa dallo stress quotidiano e dedicare del tempo al proprio benessere psicofisico.

Fra le proposte d'eccellenza dello stabilimento i trattamenti talassoterapici che sfruttano il potere benefico del clima marino e l'alto contenuto di iodio presente nell'aria per riequilibrare l'organismo. Volti a favorire il benessere corporeo e con un grande potere curativo i trattamenti idroterapici come i bagni, l'aerosol, le inalazioni, l'elioterapia e la psammatoterapia, ovvero i caratteristici bagni di sabbia che godono di una lunga tradizione. A integrare l'offerta due piscine di acqua marina dotate di idromassaggio e il centro benessere dove poter scegliere fra un'ampia proposta di trattamenti e massaggi.

Oltre alle terme, la città di Grado offre **centri benessere e SPA**, anche all'interno di strutture ricettive, dove lasciarsi coccolare con saune, trattamenti estetici, massaggi e percorsi benessere.



← *Grado, Terme Marine*

NATURA

Scopri la laguna

A fare da cornice al borgo marinaro di Grado il fantastico contesto naturale della laguna, attraversato longitudinalmente dalla Litoranea Veneta.
Ad abitare questo suggestivo contesto naturalistico tante specie di volatili che rendono la laguna e le riserve naturali luogo d'eccellenza per il **birdwatching** e la **fotografia naturalistica**. Grazie al complesso ed equilibrato sistema di zone umide, la laguna ospita numerose valli da pesca, specchi d'acqua e canali regolati da chiuse che mantengono all'interno un livello d'acqua ottimale per l'itticoltura. Emblema del territorio le isole o isolotti, le "mote" e i **casoni**, antiche dimore dei pescatori costruiti con i materiali lagunari, come i pali, le canne palustri e la paglia, visitabili dai turisti grazie alle escursioni organizzate come ad esempio a **Mota Safon**, l'isola che ospita il "cason" di Pasolini e che incantò l'artista a tal punto da voler girare in questo ambiente una scena del suo film Medea. I frequentatori abituali della laguna, gli abitanti dell'isola e i pescatori, per spostarsi in questo ambiente così singolare, utilizzano la batèla, una caratteristica imbarcazione a fondo piatto, senza chiglia. Tanti i ristorantini d'approdo che costellano questo tratto di laguna, raggiungibili con imbarcazione, come l'**Isola Anfora**.

Vivi la laguna

Tante le proposte per scoprire i segreti e i sapori di questo paradiso lagunare in modo originale, costruendo la propria esperienza. Come gli itinerari studiati ad hoc per i **nautociclisti** che potranno combinare il piacere di una pedalata fra i boschi, i borghi e le bellezze dell'entroterra, ad un bel giro in laguna in motonave e magari un bagno rinfrescante. Per chi preferisce il ritmo lento e la tranquillità tante le proposte di visita della laguna in **SUP**, **kayak** o **canoa** da vivere in maniera autonoma o accompagnati da un'esperta guida.

Le riserve naturali

Tanti i paradisi naturali insediati all'interno della Laguna di Grado. La **Riserva Naturale della Valle Cavanata** è raggiungibile da Grado attraverso scenografiche piste ciclabili ed è dotata di Centro visite e di due osservatori coperti e un laboratorio per la didattica naturalistica, organizzata in appositi itinerari che consentono di osservare diverse specie di uccelli acquatici nel loro habitat naturale, tra bacini salmastri, canali di marea, il canale profondo dell'Averto e alcune barene con una vegetazione molto varia. Verso est, invece, al di fuori dell'ambito propriamente lagunare è collocata la **Riserva Naturale Foce dell'Isonzo – Isola della Cona,** habitat ideale per tante specie animali e in particolare per gli uccelli, residenti e migratori, ma anche i bianchi **Cavalli Camargue** che vivono liberi nella Riserva e vengono coinvolti in escursioni e attività di avvicinamento. Per scoprire la Riserva si può scegliere uno dei percorsi proposti, anche accompagnati da ornitologi o prendere parte al Bus Natura, una sorta di safari all'interno della riserva proposto nel periodo estivo.

Cavalli Camargue nella Riserva Naturale Foci dell'Isonzo

Sarde in saor

ENOGASTRONOMIA

Dal mare alla terra

Il piatto gradese per eccellenza è il ***boreto***, preparato con il rombo o con un misto di vari pesci e accompagnato con polenta bianca. Altrettanto classici sono i ***sievuli soto sal***, ovvero i cefali sotto sale, e le ***sarde in savor***: sardoni posizionati a strati in una pirofila con cipolla caramellata nell'aceto. Un antipasto squisito sono le ***canoce***, cicale di mare lessate condite con olio e limone e le ***moleche***, granchi nella stagione della muta, senza carapace che si gustano fritti. Da provare, infine, anche la zuppa di ***gò***, il ghiozzo, pesce tipico lagunare. La gastronomia locale è arricchita anche dalla pregiata produzione ortofrutticola della terraferma, che viene commercializzata anche nei piccoli spacci delle aziende del territorio: non perdetevi, in particolare, gli ***asparagi di Fossalon*** e le ***pesche di Fiumicello***. Per chiudere il pasto da provare il ***Santonego***, un tipico digestivo a base di assenzio marino estratto da una pianticella aromatica che cresce in Laguna.

Escursioni taste

Un'escursione in laguna può essere facilmente abbinata a una sosta gastronomica: a Porto Buso, Barbana e nella stessa Grado piccoli **ristoranti con approdo** offrono le specialità della cucina di pesce, oppure scegliendo una delle gite organizzate che combinano la visita alle isole della Laguna di Grado in motonave o in battello con la degustazione di piatti raffinati e prodotti tipici. Ma se siete in vacanza a Grado, non potete nemmeno rinunciare a un'escursione alla scoperta dei **vitigni regionali**: in Friuli Venezia Giulia si producono alcuni tra i migliori vini bianchi d'Europa e vini rossi eccellenti. Degustateli direttamente nelle aziende vitivinicole, come quelle aderenti alla **Strada del Vino e dei Sapori del Friuli Venezia Giulia** che garantiscono standard di accoglienza di alta qualità. Ascoltare i racconti dei produttori è fondamentale per coglierne la vera essenza. La varietà di terreni e climi ha portato a identificare nove zone DOC regionali, quattro interregionali e cinque DOCG: la più vicina a Grado è la DOC Aquileia, dove la tradizione vinicola è antichissima quanto la stessa città.

Grado, centro storico

CULTURA

Grado: sulle tracce degli antichi romani e dei patriarchi veneziani

Di origine romana nasce nel II secolo d.C. come borgo di pescatori e, successivamente, porto per le navi che risalivano il corso del fiume Natissa verso Aquileia, **Grado** (***gradus***, scalo) deve il suo nome proprio ai tipici gradoni romani che agevolavano lo sbarco di passeggeri e merci dalle navi. Nel IV secolo venne costruito il suo **castrum**, dove trovarono rifugio le popolazioni dell'entroterra scampate all'assalto dei barbari, i vescovi aquileiesi e lo stesso Patriarca che spostò la sua sede da Venezia alla città lagunare. Il rientro del Patriarcato a Venezia nel 1451 significò per l'isola l'inizio di anni difficili, segnati da numerosi conflitti fino al 1797, quando passò sotto il dominio austriaco per poi tornare ad essere cittadina italiana al termine della **Prima Guerra Mondiale**. Si dice che proprio il "primo sparo" del sanguinoso conflitto tra italiani e austro-ungarici ebbe luogo nella Laguna di Grado per mano del cacciatorpediniere Zeffiro della Regia Marina Italiana che lanciò un siluro nell'accampamento nemico. Il luogo perfetto per cominciare il giro della città è sicuramente il suo centro storico dal fascino veneziano, un labirinto di calli e pittoreschi campielli, sul quale si affacciano le case dei pescatori. Il **Campo dei Patriarchi** è il fulcro del periodo tardo romano e veneziano, qui si trova la **Basilica di Sant'Eufemia**, cattedrale del Patriarcato di Aquileia per più di otto secoli, che ospita il prezioso **Tesoro del Lapidario della Basilica**. Un altro capolavoro da visitare è la **Basilica di Santa Maria delle Grazie**, meta religiosa della popolazione locale e costruita nel IV secolo in stile paleocristiano, all'interno della quale si possono ammirare l'altare, l'acquasantiera e la statua lignea della Madonna delle Grazie. Da non perdere è anche **Piazza Biagio Marin**, dedicata al grande poeta, cantore della laguna che nacque proprio qui a Grado nel 1891. Sempre in Piazza Marin, attraversando lunghe passerelle di vetro, si giunge alla **Basilica della Corte** dove si possono ammirare alcuni sarcofagi e i resti delle mura dell'edificio, riportati alla luce nel 1902, grazie alla ristrutturazione della piazza. A disposizione dei turisti tour guidati alla in città con degustazione e **walking tour** alla scoperta delle botteghe artigiane che costellano il centro storico alla scoperta degli antichi mestieri.

Grado e i cammini

Grande è la valenza storico-culturale di Grado anche nell'ambito dei cammini che, a ritmo lento e con lo zaino in spalla, conducono i pellegrini lungo gli antichi itinerari religiosi e non solo della zona. Il **Santuario dell'Isola di Barbana** rappresenta il "prologo" del **Cammino Celeste**, il percorso di oltre 200 chilometri che collega, nella parte italiana, Aquileia, fulcro della diffusione del cristianesimo in Europa, al Santuario del Monte Lussari, a Tarvisio. L'**Isola di Barbana** ospita da circa 1500 anni un antico Santuario Mariano ed è abitata in modo stabile da una comunità di frati benedettini. L'isola è meta ogni anno del **"Perdòn di Barbana"**, antico pellegrinaggio e manifestazione religiosa che prevede un corteo e una processione di barche dal centro di Grado a Barbana. Offre panorami mozzafiato della costa e un itinerario ricco di storia la **via Flavia**, che collega Trieste ad Aquileia ripercorrendo il tracciato di un'antica strada romana tutta "vista mare".

Aquileia: alla scoperta degli antichi romani

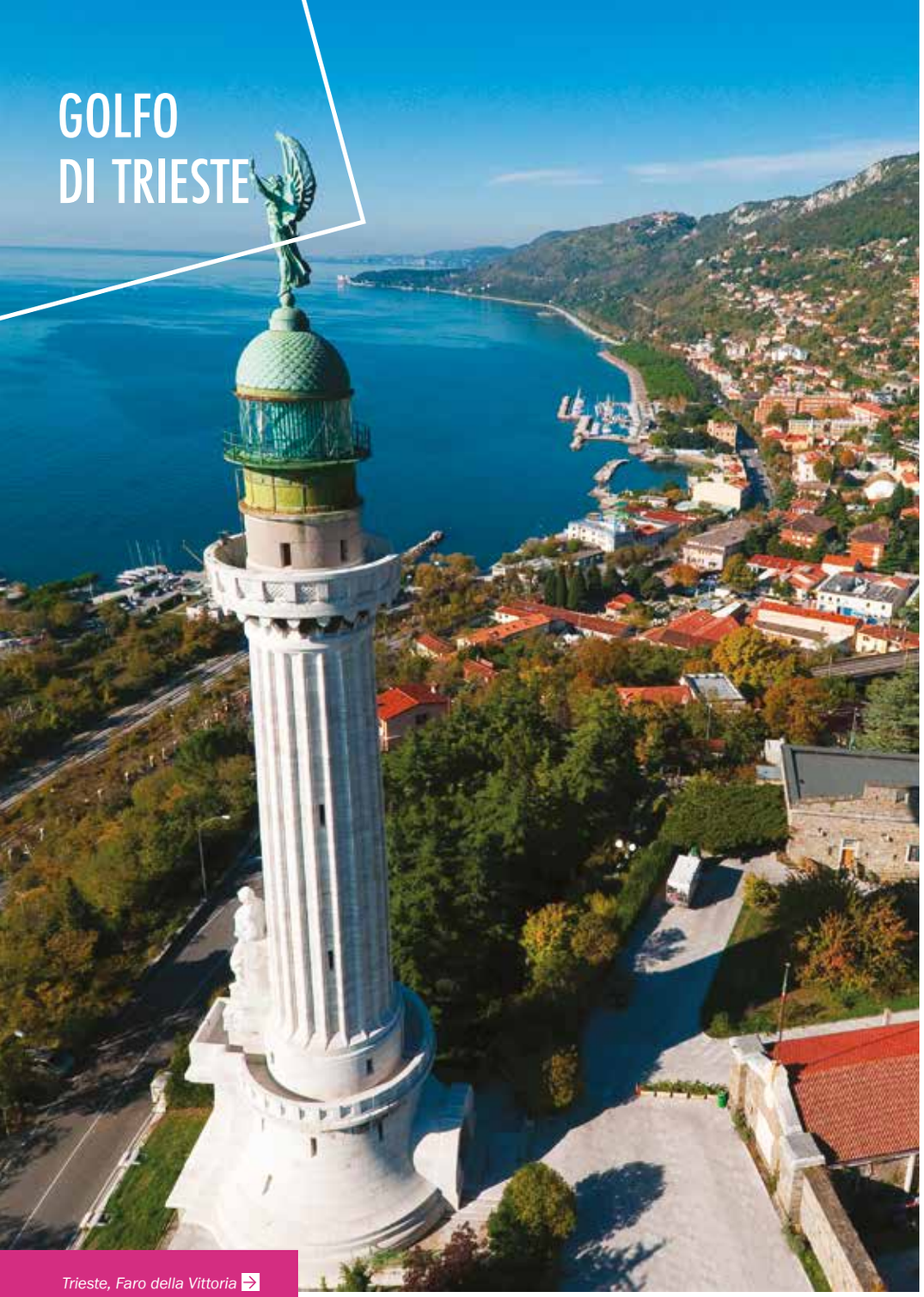
Nei dintorni di Grado si trova un patrimonio eccezionale costituito da numerose cittadine meritevoli di visita. La prima è **Aquileia**, la nona città dell'Impero Romano e la quarta d'Italia per popolazione e importanza, tanto da essere provvista di un teatro, un anfiteatro e un circo, oltre naturalmente alle fondamentali strutture civili. Una visita a Aquileia, sito UNESCO, non può prescindere dall'imponente **Basilica di Santa Maria Assunta** con l'alto campanile risalente all'anno mille. Ma i veri gioielli sono all'interno della Basilica: il magnifico pavimento a mosaico, la cripta degli affreschi e la cripta degli scavi. Da non perdere il **Battistero**, la **Südhalle**, l'**area archeologica** dell'antico foro romano e del porto fluviale, la **Domus di Tito Macro** ed il **Museo Paleocristiano**. Da poco rinnovato il **Museo Archeologico Nazionale** vi racconta, con la ricchezza e preziosità dei reperti che custodisce, la storia di una città ricchissima e splendida. Ampia l'offerta di viste guidate a tema per partire alla scoperta di Aquileia e la **FVGcardAquileia** che offre sconti e gratuità.

Tra siti Unesco e borghi più belli d'Italia

Percorrendo l'antico tracciato del cardo maximus da Aquileia si arriva in breve a **Palmanova**, la città-fortezza capolavoro dell'architettura militare veneziana con la sua pianta a forma di stella a nove punte progettata per difendere i confini regionali dalla minaccia turca. La fortezza di Palmanova è entrata a far parte del Patrimonio dell'Umanità UNESCO ed è inserita tra i "Borghi più belli d'Italia". Attraverso percorsi ciclopedonali è possibile visitare il **Parco Storico dei Bastioni** e le gallerie veneziane sotterranee.
Non lontano vale una visita anche **Strassoldo**, esempio di antico borgo medievale, ben conservato e di raro fascino. A metà strada, con una breve deviazione, si incontra **Torviscosa**, città-fabbrica costruita negli anni Trenta. È inserita in ATRIUM, la rotta culturale europea dedicata alle testimonianze architettoniche dei regimi totalitari del Novecento.
Nelle vicinanze si incontra **Aiello del Friuli**, il **Paese delle Meridiane**.

Area archeologica Aquileia

GOLFO DI TRIESTE



Trieste, Faro della Vittoria

Un mare di esperienze

Protesa verso le acque senza staccarsi dalla terra, in bilico fra la costa aspra e rocciosa e il blu intenso dell'Adriatico che la circonda, Trieste è la **Città del Mare**. Un mare che lambisce le numerose spiagge cosparse lungo tutta la costa del **Golfo di Trieste** regalando relax e divertimento alle famiglie, che può essere vissuto in SUP, canoa, kayak offrendo esperienze uniche ed emozionanti e che attira ogni anno tutto il popolo della vela con la ormai istituzionale regata autunnale della **Barcolana**.

Con i caffè storici di Trieste, l'arte, l'architettura e l'ampia scelta di musei, il Golfo di Trieste è davvero la meta ideale per chi vuole combinare una vacanza all'insegna della cultura con il relax e il divertimento sul mare.

Tante anche le proposte per vivere un'esperienza autentica nella natura incontaminata: un giro in bici lungo la strada panoramica napoleonica, lo snorkeling nei fondali della **Riserva della Biosfera UNESCO di Miramare** o una passeggiata nell'ambiente aspro e roccioso della **Riserva naturale della Val Rosandra**, dominato dalla luminosa pietra calcarea e dal rosso del sommacco, sono solo alcune delle possibilità. Trieste è anche un porto che assieme ai marina cosparsi lungo la costa del Golfo diventa punto d'attracco e allo stesso tempo luogo di transito di persone e idee trasformandosi in un incubatore di innovazione. Grazie ai prestigiosi istituti scientifici e di ricerca di importanza internazionale e i numerosi luoghi di divulgazione, Trieste si è convertita in un importante polo per la scienza. A Trieste la meeting Industry si arricchisce con il nuovo **Centro Congressi – TCC** (Trieste Convention Center) per organizzare il proprio evento in una sede multifunzionale e baricentrica tra est ed ovest Europa.

Eccellente risultato della commistione di culture, tradizioni e dell'influsso del mare che abbraccia il Golfo anche l'ampia scelta di specialità che deliziano i palati dei visitatori. Dal pescato elaborato secondo ricette tradizionali alla varietà di piatti a base di carne e di legumi fino ai i prodotti della terra e i vini tipici, l'offerta enogastronomica del Golfo di Trieste regala con i suoi sapori emozioni uniche.

Andare al mare per gli abitanti del Golfo di Trieste non significa solo prendersi una pausa rilassante dai ritmi frenetici della vita quotidiana ma è un'abitudine radicata nella cultura della gente, un vero e proprio stile di vita. In pausa pranzo, dopo il lavoro o nel fine settimana: i triestini se hanno tempo vanno al mare, e se non ne hanno, lo trovano! Non stupitevi se vedrete passeggiare per la città di Trieste cittadini in infradito e sacca da spiaggia: probabilmente stanno andando a prendere l'autobus per raggiungere gli stabilimenti vicini. L'irresistibile richiamo del mare che bagna la costa che collega la ***spiaggia di Marina Julia*** *fino a* ***Muggia*** *è immediatamente percepibile anche dai turisti che scelgono questa meta per trascorrere le loro vacanze. Tra le baie solitarie, le spiagge di ciottoli, le tante insenature e le riviere di scogli c'è solo da scegliere dove stendersi al sole e godersi l'influsso benefico del mare.*

Trieste Infopoint
Piazza Unità d'Italia 4/b - 34121 Trieste
Tel. +39 040 3478312
Cell. +39 335 7429440
info.trieste@promoturismo.fvg.it

Sistiana Infopoint (stagione estiva)
Sistiana 56/B – 34011 Duino - Aurisina
Tel. +39 040 299166
Cell. +39 335 7374953
info.sistiana@promoturismo.fvg.it

Castello di Duino dalla costiera triestina

Outdoor a Marina Julia

SPIAGGE

La spiaggia di Marina Julia: il paradiso del kitesurf

La spiaggia di **Marina Julia**, attrezzata con bar, chioschi, ombrelloni, sdraio, docce e cabine è l'ideale per chi desidera trascorrere momenti di relax e si dichiara tra le migliori spiagge del medio-alto Adriatico per accogliere dodici mesi l'anno gli appassionati degli sport del vento come il **kitesurf** e il **windsurf**. Venti regolari, spaziose zone di decollo e atterraggio, istruttori professionisti rendono il **Marina Julia Windspot** ideale a soddisfare sia i professionisti che chi muove i primi passi verso queste discipline.

All'interno di questo lido è presente anche una zona dedicata ai turisti accompagnati dal proprio **amico a quattro zampe** attrezzata con lettini e docce a misura di cane, ciotole personali, un punto shop specializzato e un'area recintata per correre liberi, fornita di giochi e strumenti di agility.

Da Marina Julia, passeggiando lungo l'argine ombreggiato da arbusti, si giunge alla spiaggia libera di **Marina Nova**: un isolotto collegato alla terraferma da un argine che costeggia il litorale. Nelle vicinanze della spiaggia è possibile noleggiare canoe ed imbarcazioni di piccole dimensioni per regalarsi una piacevole escursione lungo il litorale.

Sup alla baia di Sistiana

SPIAGGE

La baia di Sistiana tra relax e lusso

Nella **baia di Sistiana** si trovano diverse spiagge di ciottoli baciate da un mare verde e cristallino nel quale si inseriscono storici bagni marini dotati di tutti i servizi legati alla balneazione quali nolo di cabine, piazzole con lettini ed ombrellone e docce con spogliatoi. Per i giovani e per i più sportivi c'è il **beach volley**, il **beach soccer** e la **zona tuffi**. L'area è adatta anche alle famiglie con bambini grazie alle zone all'ombra degli imponenti alberi, al **parco giochi**, alle **zone sabbiose predisposte per i giochi dei più piccoli** e le **attività ludico-ricreative**. Ad accontentare chi è alla ricerca di una spiaggia a cinque stelle non manca un contesto esclusivo dotato di tutti i comfort come le **vasche idromassaggio**, **ampi ombrelloni** e **comodi lettini, zone privé**, **terrazze, bar** e **ristoranti** con servizio direttamente sotto l'ombrellone.

Immersi nella natura

Nel tratto della costiera triestina si estende una lunga strada dalla quale si snodano una moltitudine di ripidi sentieri che conducono a baie e baiette con spiagge libere, dove godersi il mare cristallino, i litorali di sassolini bianchi e il verde paesaggio incontaminato della macchia mediterranea.
Tra queste risalta **Canovella de' Zoppoli**, un'ampia spiaggia adiacente al porticciolo di Aurisina: la fatica della lunga scalinata per raggiungerla verrà ripagata dalla bellezza del luogo. Per chi ama prendere il sole in totale libertà è possibile scegliere fra le spiagge naturiste dei **Filtri**, il selvaggio stabilimento **Costa dei Barbari** e la nascosta **Liburnia**.

Baia di Sistiana

SPIAGGE

Le spiagge da Miramare alla città

La **baia di Grignano**, direttamente sotto il Castello di Miramare, ospita stabilimenti balneari attrezzati dove prendere il sole in totale comfort. Dalla baia di Grignano alla città di Trieste si susseguono diversi stabilimenti balneari storici pavimentati particolarmente caratteristici tra i quali le dieci terrazze di cemento a picco sul mare, **"i topolini"** che per la loro forma vista dall'alto ricordano il noto personaggio di Walt Disney. È un'icona della costa triestina anche la **Lanterna**, chiamata dai locali "pedocin", dove uomini e donne prendono il sole rigorosamente separati da un muro e l'accesso prevede l'obliterazione di un ticket, proprio come negli autobus. C'è poi la **Pineta di Barcola**, un'oasi verde sul mare a pochi passi dalla città, attrezzata anche con un'area fitness, dove poter alternare l'abbronzatura al relax all'ombra sotto gli alberi. A ridosso della città sono presenti, inoltre, strutture balneari dotate di tutti comfort, come piscine, trampolini per i tuffi, solarium, ristoranti e zone per massaggi, come il **bagno Ausonia**.

Proseguendo fino a Muggia

Anche la zona che dal lungomare di **Muggia** arriva fino alla località Lazzaretto è caratterizzata da una costiera puntellata di piazzole libere e alcuni stabilimenti attrezzati dove poter stendersi al sole e godersi le acque trasparenti del mare che lambisce dolcemente la costa ammirando lo splendido panorama che si apre sul Golfo di Trieste. Compresa tra Punta Sottile e Punta Olmi si estende un tratto di costa attrezzato con aree giochi, panchine e installazioni sportive.

Alla scoperta del mondo marino

All'interno del Golfo di Trieste tante le opportunità per passare del tempo di qualità assieme alla propria famiglia ed esplorare assieme il territorio. Per gli amanti del mondo marino e dei suoi fondali è d'obbligo una visita alla Riserva dell'**Area Marina Protetta di Miramare** dov'è possibile praticare il seawatching e che ospita al suo interno il **Biodiversitario Marino** (**BioMa**), un museo immersivo che offre la possibilità di percorrere un itinerario subacqueo alla scoperta delle peculiarità marine del Golfo di Trieste. I bambini assieme ai loro genitori potranno sfidarsi alla caccia dei tesori nascosti della riserva guidati dalle divertenti cartoguide pensate per raccontare le peculiarità del mondo marino in modo divertente con giochi, quiz e indovinelli interattivi.

Divertirsi con mamma e papà

Per una giornata all'insegna del divertimento sull'acqua imperdibile il **Parco Acquatico Marina Julia** dove fare sport nelle piscine olimpioniche e divertirsi nei giochi acquatici e sugli scivoli. Utilizzando i servizi marittimi di linea che collegano Trieste con Muggia o con le altre località della costiera triestina come Barcola, Grignano e Sistiana, si può godere della visuale privilegiata delle baie, dei castelli di Miramare e Duino e delle aree naturali che adornano la costa.

Diving alla Baia di Sistiana

Esplorando con mamma e papà

I piccoli scienziati in erba rimarranno affascinati dallo **Science Centre Immaginario Scientifico** di Trieste, un museo della scienza innovativo con percorsi interattivi, multivisioni, suggestive visite al planetario e laboratori. All'insegna della sperimentazione, l'imperativo qui è "vietato NON toccare"! I più piccoli rimarranno a bocca aperta di fronte allo scheletro dell'androsauro Antonio, rivenuto nel 1994 nel villaggio del Pescatore e conservato oggi nel **Civico Museo di Storia Naturale** di Trieste!

Alla ricerca di nuove avventure

Per i piccoli esploratori in cerca di nuove avventure è d'obbligo inserire nel programma vacanze una tappa alla **Grotta Gigante**, una delle più grandi grotte al mondo visitabili, dove scendendo gli oltre 500 scalini si potrà giocare ad indovinare i nomi delle sculture naturali formate dalle stalattiti e stalagmiti in continua trasformazione. La grotta è fornita di un Centro Accoglienza Visitatori con sala multimediale, un centro didattico e un Museo Scientifico Speleologico. Più piccola ma nota per l'incredibile ricchezza di concrezioni anche la **Grotta di Slivia**: una delle meraviglie del Carso triestino. È visitabile anche la parte esterna della grotta a bordo di un agribus, un trattore caratteristico che accompagna i turisti alla scoperta delle doline, dei campi solcati e delle cave di pietra sfruttate per l'agricoltura e l'economia locale.

Grotta Gigante

OUTDOOR

Mare, vento e libertà

Se amate lo sport e le attività all'aria aperta in contesti da sogno il Golfo di Trieste è il posto giusto per voi. Ricco e stimolante il programma di sport acquatici offerto: dai corsi di **kitesurf** e **windsurf** sui lidi di Maria Julia, alle escursioni in **Sup** con il **castello di Miramare** e il **Castello di Duino** sullo sfondo, all'esplorazione dei fondali marini con il seawatching all'interno dell'**Area Marina Protetta di Miramare**. Per i più romantici è possibile fare un'esperienza in **barca a vela** anche sui **velieri storici** al tramonto, ammirando il sole che scompare lungo il profilo frastagliato della costa del Golfo o cavalcare le onde con il proprio windsurf. Per i bambini e i ragazzi che si vogliono approcciare al mondo della vela, simbolo del Golfo di Trieste, non mancano le scuole dotate di istruttori professionisti. Per gli amanti della pesca, imperdibile l'esperienza del pescaturismo accompagnati dai pescatori locali che vi guideranno alla scoperta della mitilicoltura.

Esperienza da provare l'**arrampicata** sulle bianche falesie, lungo la strada napoleonica, affacciate sul Golfo di Trieste: il tintinnio dei moschettoni e delle corde si confonderà con il rumore del mare e delle vele!

Vela alla Baia di Sistiana

OUTDOOR

A piedi attraverso tre nazioni: l'Alpe Adria Trail

La zona del Carso triestino è attraversata dai sentieri dell'**Alpe Adria Trail**, un percorso internazionale di trekking che giunge fino a Muggia. L'itinerario si snoda lungo 750 chilometri e presenta 43 tappe, ciascuna lunga circa 20 chilometri, che possono essere percorse in entrambi i sensi in base alla nazione dalla quale si vuole iniziare il percorso, alla proprie capacità o ai chilometri che si vogliono percorrere. Lungo il tragitto, il turista potrà seguire la cartellonistica creata ad hoc e usufruire dei servizi informativi e di accoglienza predisposti.

Sentiero Rilke, Alpe Adria Trail

Golf Club Trieste

OUTDOOR

Il piacere di camminare

Per chi ama il ritmo lento il territorio del Carso Triestino e Isontino è costellato di numerosi sentieri percorribili a piedi, di diversa lunghezza e difficoltà. Fra i più conosciuti il **sentiero panoramico della Salvia**, che collega la località di Santa Croce ad Aurisina lungo il ciglione carsico contornato dalle piante profumate di salvia domestica che prolificano nella zona o il **Sentiero Natura**, spettacolare raccordo naturale tra l'altopiano carsico e il mare Adriatico, tra i borghi di Contovello-Prosecco e il promontorio di Miramare. Interessanti anche i **sentieri della Grande Guerra** che si snodano nel territorio carsico accompagnando i visitatori in un viaggio nella storia del Novecento, come quelli che portano sul Monte Ermada oppure all'interno del Parco 97 nei pressi di Prosecco. Conosciuta per i suoi bellissimi panorami, la **Strada Napoleonica** collega Opicina alla località di Prosecco attraverso un sentiero poco impegnativo, percorribile anche in bicicletta, adatto a famiglie con bambini e passeggini.

Il Golf Club panoramico

Circondato da un panorama d'eccellenza, il **Golf Club di Trieste** è la location giusta per trasformare una partita a golf in un'esperienza davvero esclusiva. Splendide vedute sul golfo che spaziano dalla Laguna di Grado fino alle coste istriane e lo sfondo caratterizzato dalle aspre colline dell'altipiano carsico rendono il campo un contesto ideale per divertirsi e rilassarsi immersi nella natura. il Golf Club è inoltre parte della rete ***Golfing in Friuli Venezia Giulia***.

A tutta velocità lungo il Carso Triestino

Per chi non vuole rinunciare all'ebrezza della velocità è possibile scegliere uno degli itinerari pensati per i motociclisti che attraversano il Carso triestino: curve mozzafiato, paesaggi montagnosi e viste panoramiche sul mare renderanno emozionante la vostra esperienza su due ruote.

Mountainbike trails

BIKE

Nel territorio del Golfo di Trieste si snoda un'articolata via di sentieri, strade e sterrati che possono essere percorsi con la propria mountainbike scegliendo fra diversi gradi di difficoltà e lunghezza.

Family cycling: da Trieste alla Draga S. Elia

Dedicato alle famiglie il percorso ciclopedonale di circa 21 chilometri che collega Trieste alla Draga Sant'Elia riprendendo il tragitto dell'ex-ferrovia. Dopo aver attraversato le periferie collinari di Trieste, tra orti, frutteti e casette, la ciclopista entra nella Val Rosandra, conosciutissima zona carsica e naturalistica regionale, la percorre interamente offrendo uno spettacolare panorama delle rupi calcaree del Golfo di Trieste e, poco prima del confine di Stato, giunge al piccolo paese di Draga Sant'Elia, dove ci si può fermare per ristorarsi.

Adria Bike

L'area del Golfo di Trieste è attraversata dai percorsi dell'**Adriabike**, una ciclovia lunga 1.000 chilometri che parte dalle vette delle Alpi slovene fino ad arrivare al mare Adriatico. Un itinerario da vivere anche a tratti, sfruttando i collegamenti intermodali che legano le diverse tappe dei percorsi del circuito internazionale.

NAUTICA

A gonfie vele sul Golfo di Trieste

Paradiso dei diportisti, il Golfo di Trieste presenta ben sette marina concepiti per soddisfare le necessità, anche quelle più esigenti. Passeggiando lungo le rive della città potrete avere la fortuna di ammirare i maxy yacht ormeggiati proprio di fronte a Piazza Unità.

Situato nel bacino naturale di Panzano, il **Marina Hannibal** è oggi sinonimo di autentica cultura marinaresca, proseguendo lungo il Golfo si possono raggiungere i due marina di Monfalcone: il **Marina Lepanto** e **Ocean Marine**. Lungo la baia di Sistiana si trova il **Marina di Porto Piccolo**, dotato di tutti i servizi più moderni e direttamente nel cuore della città di Trieste troviamo il **Marina San Giusto**, avvistabile dal mare grazie all'antico faro della Lanterna a destra e l'imponente edificio della Stazione Marittima a sinistra. Nella punta estrema del Golfo di Trieste, a Muggia, si trova il **Porto San Rocco Marina Resort**, riconoscibile dal mare per la colorazione ocra dei suoi moli.

Evento imperdibile per gli appassionati di navigazione ma non solo la **Barcolana**: la storica regata velica internazionale più grande al mondo che si tiene ogni anno nel Golfo di Trieste la seconda domenica di ottobre. Merita una visita non solo per il suggestivo spettacolo del Golfo costellato dalle vele ma anche per i numerosi eventi collaterali che animano la città e gli stand enogastronomici.

Barcolana →

BENESSERE

Ricaricare le batterie a due passi dal mare

Per chi cerca un pausa rigenerante numerose strutture ricettive del Golfo di Trieste ospitano **SPA** e **centri benessere** dall'offerta esclusiva. Saune vista mare, stanze del sale, piscine dotate di idromassaggi, percorsi benessere circondati dalla natura, centri estetici e beauty farm con personale altamente specializzato sono a disposizione per coccolare e ricaricare le energie dei loro ospiti. All'insegna del relax e dello star bene anche le **Terme Romane di Monfalcone**, rinomate per il forte potere terapeutico dell'acqua solfurea-salso-solfato- alcalino-terrosa che sgorga naturalmente dalla sua fonte naturale ad una temperatura di 38-39 gradi. La fonte, situata nei pressi delle sorgenti del Timavo veniva sfruttata già dagli antichi romani per i trattamenti volti al benessere e alla cura del corpo.

Lo stabilimento, dotato di piscine e vasche individuali, offre trattamenti wellness come massaggi in acqua termale, percorsi benessere, acquabalancing e attività di relax in acqua. E', inoltre, specializzato in trattamenti inalatori pensati per le patologie legate alle vie respiratorie e nelle terapie riabilitative in acqua.

← *Portopiccolo SPA*

NATURA

Per gli appassionati della natura allo stato puro l'esplorazione dei territori del Golfo di Trieste è un'esperienza imperdibile: fra doline, grotte, sentieri scavati tra le piante modellate dal vento e le bianche falesie che si stagliano a picco sul mare c'è davvero l'imbarazzo della scelta. A pochi passi dal noto Castello di Miramare si trova l'**Area Marina Protetta di Miramare** che conserva, tutela e promuove al suo interno le risorse della biosfera, incoraggiando, allo stesso tempo, formule equilibrate di gestione del rapporto uomo/ambiente a livello globale.
È possibile scoprire e vivere la riserva attraverso percorsi sensoriali, visite guidate e seawatching.
Regala un paesaggio di rara bellezza la **Riserva Naturale delle Falesie di Duino** caratterizzata dal contrasto fra il bianco dei ciglioni calcarei che si stagliano luminosi sulla costa e il blu del mare. La riserva si può raggiungere a piedi da Sistiana percorrendo i 1700 metri del sentiero intitolato al poeta boemo Rainer Maria Rilke. la Riserva è ammirabile anche dal mare con tour in canoa e SUP sotto le falesie o escursioni in barca.

Sentiero Rilke

Val Rosandra

NATURA

La **Riserva Naturale della Val Rosandra** è caratterizzata dall'unico corso d'acqua superficiale del Carso triestino, il torrente Rosandra-Glinščica che ha favorito lo sviluppo di una ricca vegetazione e il proliferarsi di diverse specie animali. Numerosi itinerari guidano gli escursionisti alla scoperta di grotte con antiche iscrizioni, di resti di castelli e castellieri, costeggiando i ruscelli e i punti panoramici. Degna di nota anche la **Riserva naturale dei Monti Lanaro e Orsario** dove è possibile osservare i fenomeni del carsismo superficiale e i più fortunati potranno scorgere le tracce dell'orso bruno. Raccoglie invece le specie vegetali più significative del Carso Triestino il **Giardino Botanico Carsiana**. Merita una visita la **Riserva Naturale Laghi di Doberdò e Pietrarossa** dove tra i pioppi neri in cui nidificano i picchi, le zone umide e i prati di landa è possibile scorgere persino lo sciacallo dorato! Colpisce il particolare ambiente naturale: l'ecosistema lacustre contrasta, infatti, con la circostante aridità, propria dell'ambiente carsico. La riserva ospita, inoltre, il sito archeologico di un castelliere appartenente all'età del bronzo e un centro visite con un museo storico naturalistico dove è conservata una ricostruzione dell'orso delle caverne, specie ormai estinta.

Osmiza

ENOGASTRONOMIA

Incontro di sapori e tradizioni

Suggestioni e influenze si fondono armonicamente dando vita a piatti unici e saporiti che si possono assaggiare nei ristoranti e nelle osterie che puntellano la costa triestina o direttamente nel centro storico della città di Trieste. Degni di nota gli **ittiturismi** fronte mare dove godersi l'affascinante esperienza di una cena avvolti dal rumore delle onde, dai suoni delle barche ormeggiate ammirando un tramonto mozzafiato. Da provare nel Carso triestino una delle ***osmize***, caratteristici locali dove è possibile degustare i prodotti tipici come formaggi e salumi locali, direttamente nelle case dei contadini che li producono. Partendo dagli antipasti, non si può non pensare al ***Parsuto in crosta***, il prosciutto in crosta, affumicato e cotto avvolto nell'impasto del pane o i ***sardoni in savor***, a base di alici infarinate, fritte e marinate con le cipolle. Passando ai primi piatti è d'obbligo citare la ***jota***, una minestra di fagioli arricchita con crauti, patate, salsicce, pancetta affumicata, erbe e spezie e gli gnocchi di pane, preparati con pane raffermo cotto in un intingolo a base di prosciutto. Fra i secondi di carne troviamo il ***gulash***, una minestra molto densa fatta con carne e insaporita con cipolla e peperoncino o i ***cevapcici*** - salsicce speziate di origine balcanica. Passando al pesce da provare gli ***scampi alla busara***, ossia gli scampi in guazzetto di pomodoro, i ***pedoci a la scotadeo***, o meglio "cozze allo scottadito", il merluzzo all'istriana o il baccalà al pomodoro.

Dolce tipico della zona il ***presnitz***, una pasta sfoglia arrotolata ripiena di frutta secca e la ***putizza***, dolce tipico farcito con miele, frutta secca, semi di papavero e molti altri ripieni. Ad accompagnare i sapori decisi di queste pietanze, il **Terrano**, vino rosso rubino o la **Vitovska**, vino bianco DOC prodotto esclusivamente nella zona di Trieste e di Gorizia. Fra i prodotti tipici della zona merita una menzione speciale l'**olio extravergine di oliva** prodotto sul territorio triestino e oggi tutelato dal marchio di Denominazione di Origine Protetta DOP Tergeste.

A spasso tra storia, arte e cultura a Trieste

Passeggiando fra le vie di Trieste si può toccare con mano la storia della città, dal passato romano le cui tracce sono evidenti sul colle di San Giusto, dov'è possibile visitare il **Castello** e la **Cattedrale**. Dall'aspetto elegantemente asburgico, invece, i palazzi neoclassici del centro storico e l'ariosa **Piazza Unità d'Italia** che si apre imperiosa sul **Molo Audace**, una romantica passerella di oltre 200 metri direttamente sul mare. Ad accogliere i visitatori che arrivano via mare, il **Faro della Vittoria** che fu costruito sui resti di un bastione dell'antico forte austriaco a metà dell'Ottocento. Oggi è un monumento commemorativo dedicato ai marinai caduti durante la Prima Guerra Mondiale. Il candore del **Castello di Miramare** si staglia sull'azzurro del mare Adriatico: è il castello voluto dall'arciduca Massimiliano d'Asburgo e dalla moglie Carlotta del Belgio. Il castello è visitabile tutto l'anno, come anche il grande e bellissimo Parco Storico che lo circonda. Importante simbolo della città sono anche il **Canal Grande**, che fu uno dei punti nevralgici della Trieste Emporio e anche il **Teatro Verdi**, costruito tra il 1798 e il 1801 su progetto originale di Giannantonio Selva, progettista anche della Fenice di Venezia. Il forte valore culturale di Trieste è percepibile anche dai numerosi musei che si possono visitare in città, tra questi imperdibile il **Museo Revoltella**, un elegante palazzo in stile rinascimentale che conserva capolavori dell'arte moderna o il **Civico Museo del Mare**. Originale anche il **Museo della Bora e del Vento**, uno spazio creativo che racconta attraverso percorsi insoliti e sperimentali la sensazione del vento che soffia in città.

Trieste, Piazza Unità d'Italia

I borghi storici marinari di Muggia e Duino

L'antico borgo storico marinaro di Duino è situato tra il versante meridionale del monte Ermada e le bianche falesie che si tuffano nell'Adriatico. E' qui su uno sperone di roccia che sorge il **Castello di Duino**. Il maniero, abitazione dei principi delle Torre e Tasso, è interamente visitabile, compreso il bel giardino.
Suggestiva "l'ulca", la stretta viuzza che dalla chiesa prosegue lungo le mura del castello contornato da case caratteristiche. Merita una visita il borgo storico marinaro di Muggia che accoglie i suoi visitatori provenienti dal mare con il caratteristico **Porto Mandracchio**. Cuore pulsante della città, la piazza Marconi dove spicca la bianca facciata in stile gotico veneziano del **Duomo di Muggia**. Passeggiando fra le viuzze colorate e le calli pittoresche si possono ammirare le facciate delle antiche abitazioni veneziane in mattoni come la **Casa Veneta di Calle Oberdan**. In alto, sul promontorio che sovrasta il porto, si parla una storia ancora più antica: ne sono prova i resti dei castellieri protostorici di Santa Barbara e di Muggia Vecchia, dove si erge la **romanica Basilica di Santa Maria Assunta** che conserva al suo interno prestigiosi affreschi pregiotteschi recentemente restaurati e il parco archeologico che ospita i resti dell'antico castrum romano. Da qui, si gode di un magnifico panorama sul Golfo di Trieste.

Muggia, Duomo

Museo della Cantieristica di Monfalcone

CULTURA

Dalla città dei cantieri fino alle tracce della Grande Guerra

La città di Monfalcone, oltre ad essere un importante polo industriale della cantieristica navale, rivela al visitatore volti storici inediti. Uno dei simboli più famosi che dominano il centro cittadino è la **Rocca Medioevale** con il **Museo paleontologico**. Con un avvincente racconto che fa ampio uso della multimedialità il **MuCa**, **Museo della Cantieristica**, unico nel suo genere in Italia, vi fa conoscere la storia del borgo operaio di Panzano, la company town che si sviluppò di pari passo con l'affermarsi dell'industria navale. Nei dintorni della città, particolarmente coinvolgente è il **Parco Tematico della Grande Guerra**, dove immergendosi nel periodo storico tra il 1915 e il 1917 è possibile passeggiare tra le diverse testimonianze del conflitto restaurate come trincee, fortini, grotte adibite a uso militare e zone monumentali come quella dedicata ad Enrico Toti. A pochi chilometri da Monfalcone, in direzione Gorizia si trova Redipuglia dove si erge il più grande e maestoso **Sacrario Militare d'Italia**. La grande scalinata in pietra carsica custodisce le salme di centomila caduti della Prima Guerra Mondiale. Poco distante, a Sagrado, è presente il **Museo Multimediale del Monte San Michele**, nominato nel 2018 come uno dei quaranta migliori progetti digitali al mondo, che introduce il visitatore alla scoperta dell'omonimo museo all'aperto, uno dei campi di battaglia più famosi della Grande Guerra.

Gorizia, Castello

CULTURA

Escursioni Art&Culture

Sono facilmente raggiungibili dalla riviera del Friuli Venezia Giulia le città d'arte dell'entroterra. Merita una visita **Udine**, città ornata da piazze dal fascino veneziano, antichi palazzi e famosa per il castello che sorge sul colle della città e dal quale nelle giornate di bel tempo guardando verso sud si può scorgere il mare Adriatico. Perfette per una passeggiata le caratteristiche vie del centro storico costellate di botteghe d'artigianato locale, negozi e osterie storiche dove degustare i vini e le specialità locali.
C'è poi **Pordenone**, la città dipinta, così chiamata per i tanti palazzi affrescati che si possono ammirare lungo il corso che attraversa il centro storico. Dall'antico Palazzo del Comune, dalle originalissime forme gotiche, inizia Corso Vittorio Emanuele II, l'antica Contrada Maggiore, elegante via con lunghi portici, palazzi di grande interesse artistico, caffè accoglienti dove fare una sosta e numerosi negozi per potersi dedicare allo shopping.
Città piccola e piacevole, in cui il passato asburgico vive ancora nei palazzi e nei giardini, tra cui lo splendido Giardino Viatori, **Gorizia** è un luogo suggestivo, dove la cultura latina, slava e germanica si sono incontrate, dando vita a diverse contaminazioni culturali. Nel 2025 Gorizia sarà Capitale della Cultura Europea assieme alla vicina Nova Gorica. Situato sull'altura che sovrasta la località, il Castello di Gorizia offre una spettacolare vista panoramica sulla città e sul territorio circostante.

Gli eventi della Costa Unica del Friuli Venezia Giulia

La Costa Unica del Friuli Venezia Giulia è animata tutto l'anno da un fitto calendario di eventi, tutti da scoprire per immergersi nelle tradizioni locali, scoprire nuovi sapori, trascorrere del tempo di qualità in compagnia... divertirsi, condividere e imparare!

Dalle piccole feste a tema organizzate nei paesi alle grandi manifestazioni enogastronomiche, non mancano gli ***eventi legati al gusto****, occasione per assaggiare i piatti e i prodotti locali come la* ***Festa delle Cape*** *a Lignano Sabbiadoro o* ***Fasolari e Peverasse in festa*** *a Marano Lagunare.*

Sempre più ricco il calendario delle ***grandi competizioni sportive*** *che hanno luogo nella costa come il* ***Triathlon****, la* ***Bike Marathon****, le* ***SUP Race*** *e la suggestiva* ***Acquaticrunner****, la competizione di swimrun che si svolge tra Lignano Sabbiadoro e Grado.*

Per gli amanti della barca a vela, ma non solo, da non perdere la ***Barcolana****, una delle più suggestive regate al mondo fulcro di grandi eventi in città.*

Accoglie ogni anno gli appassionati di moto ma non solo il ***Biker Fest*** *di Lignano Sabbiadoro, uno dei motoraduno più spettacolari d'Europa, occasione di festa, musica e intrattenimento.*

Anche la musica è protagonista di tanti eventi sulla Costa Unica, dai ***grandi concerti di artisti nazionali e internazionali****, alle manifestazioni musicali come* ***Grado Jazz*** *o i concerti d'orchestra sulla spiaggia per dare il benvenuto alla stagione estiva.*

Ricco anche il ***palinsesto culturale*** *con eventi come il* ***Premio Hemingway****, la rassegna letteraria* ***Lignano Noir,*** *gli* ***Incontri con l'autore e con il vino*** *ma anche l'****Aquileia Film Festival****, il* ***Trieste Science + Fiction Festival****.*

A ***Natale*** *le località in riva al mare si illuminano con luci, mercatini, presepi e chioschi enogastronomici come il* ***Villaggio del Natale*** *e il* ***Presepe di Sabbia*** *di Lignano Sabbiadoro, l'****Isola del Natale e la rassegna dei presepi*** *a Grado e i mercatini di Trieste.*

Per rimanere aggiornati sui nuovi eventi e scoprire tutte le date consulta il sito ***www.turismofvg.it/eventi***

Elenco degli Infopoint PromoTurismoFVG

Trieste Infopoint
Piazza Unità d'Italia, 4/b - 34121 Trieste
Tel. +39 040 3478312 | Cell. +39 335 7429440
info.trieste@promoturismo.fvg.it

Udine Infopoint
Piazza I Maggio,7 - 33100 Udine
Tel. +39 0432 295972 | Cell. +39 335 1088307
info.udine@promoturismo.fvg.it

Gorizia Infopoint
Corso Italia, 9 - 34170 Gorizia
Tel. +39 0481 535764 | Cell. +39 335 1084763
info.gorizia@promoturismo.fvg.it

Pordenone Infopoint
Palazzo Badini
Via Mazzini, 2 - 33170 Pordenone
Tel. +39 0434 520381 | Cell. +39 335 1516948
info.pordenone@promoturismo.fvg.it

Trieste Airport Infopoint
Via Aquileia,46 - 34077 Ronchi dei Legionari (GO)
Tel. +39 0481 476079 | Cell. +39 334 6430667
info.aeroportofvg@promoturismo.fvg.it

Lignano Sabbiadoro Infopoint
Via Latisana,42 - 33054 Lignano Sabbiadoro (UD)
Tel. +39 0431 71821 | Cell. +39 335 7697304
info.lignano@promoturismo.fvg.it

Lignano Pineta Infopoint (stagione estiva)
Via dei Pini, 53 - 33054 Lignano Pineta (UD)
Tel. +39 0431 422169
info.lignanopineta@promoturismo.fvg.it

Grado Infopoint
P.zza XXVI Maggio, 16 - angolo Portanuova, 26
34073 Grado (GO)
Tel. +39 0431 877111 | Cell. +39 335 7705665
info.grado@promoturismo.fvg.it

Sistiana Infopoint (stagione estiva)
Sistiana 56/B - 34011 Duino - Aurisina (TS)
Tel. +39 040 299166 | Cell. +39 335 7374953
info.sistiana@promoturismo.fvg.it

Miramare Infopoint
Porta della Bora, adiacente all'ingresso del Viale dei Lecci
34121 Trieste
Cell. +39 333 6121377
info.miramare@promoturismo.fvg.it

Palmanova Infopoint
Borgo Udine, 4 - 33057 Palmanova (UD)
Tel. +39 0432 924815 | Cell. +39 3357847446
info.palmanova@promoturismo.fvg.it

Aquileia Infopoint
Via Giulia Augusta, 11 - 33051 Aquileia (UD)
Tel. +39 0431 919491 | Cell. +39 335 7759580
info.aquileia@promoturismo.fvg.it

Cormons Infopoint
Piazza XXIV Maggio, 15 – 34071 Cormons (GO)
Tel. +39.0481.386224 | Cell. +39 335 7697061
info.cormons@promoturismo.fvg.it

Piancavallo Infopoint
(stagione invernale ed estiva)
Via Collalto, 1 - 33081 Piancavallo - Aviano (PN)
Tel. +39 0434 655191 | Cell. +39 335 7313092
info.piancavallo@promoturismo.fvg.it

Forni di Sopra Infopoint
Via Cadore, 1 - 33024 Forni di Sopra (UD)
Tel. +39 0433 886767 | Cell. +39 335 1083703
info.fornidisopra@promoturismo.fvg.it

Sappada Infopoint
c/o Borgata Bach, 9 - 33012 Sappada (UD)
Tel. +39 0435 469131 | Cell. +39 335 1085932
info.sappada@promoturismo.fvg.it

Tolmezzo Infopoint
Via della Vittoria, 4 - 33028 Tolmezzo (UD)
Tel. +39 0433 44898 | Cell. +39 335 7747958
info.tolmezzo@promoturismo.fvg.it

Arta Terme Infopoint
Via Nazionale,1 - 33022 Arta Terme (UD)
Tel. +39 0433 929290 | Cell.+39 335 7463096
info.artaterme@promoturismo.fvg.it

Tarvisio Infopoint
Via Roma, 14 - 33018 Tarvisio (UD)
Tel. +39 0428 2135 | Cell. +39 335 7839496
info.tarvisio@promoturismo.fvg.it

Edizione febbraio 2022

COME ARRIVARE

IN AUTO

Autostrade:
A4 Torino/Trieste
A23 Palmanova/Udine/Tarvisio
A28 Portogruaro/Conegliano
A27/A4 Trieste/Belluno

IN AEREO

Airport of Trieste
www.triesteairport.it
40 km da Trieste e Udine
80 km da Pordenone
130 km da Venezia
120 km da Lubiana

IN TRENO

www.trenitalia.it
www.italotreno.it

IN BICI

www.alpe-adria-radweg.com
www.adriabike.eu

IN BARCA

Lungo la costa e attraverso i canali di navigazione delle Lagune di Grado e Marano

www.marefvg.com

FSC

CREDIT

T. Balestra | IKON
Gianluca Baronchelli (POR FESR 2007-2013)
N. Brollo | Fivestudio.it
A. Cop
Massimo Crivellari (POR FESR 2007-2013)
Ulderica Da Pozzo (POR FESR 2007-2013)
Ecoplane
F. Gallina
O Ganz
Holden Creative P. G .Lomascolo
F. Marongiu
A. Michelazzi
M. Milani
D. Monti
Bici Nalini
F. Parenzan
A. Sauro

INFO

PromoTurismoFVG
Cervignano del Friuli - Udine - Trieste

Villa Chiozza - via Carso, 3
33052 Cervignano del Friuli (UD)

info@promoturismo.fvg.it

Numero Verde
800-016-044

io sono FRIULI VENEZIA GIULIA
www.turismofvg.it