

DE



LIGNANO SABBIAORO,
GRADO UND DER GOLF VON TRIEST

io sono
[FRIULI VENEZIA GIULIA]

www.turismofvg.it



FVG card

Der Pass zur Entdeckung von Friaul-Julisch Venetien

48 Stunden oder **7 Tage** voller Spannung, Kultur und ...Unterhaltung.

Eine Einzelkarte für Friaul-Julisch Venetien, ab **25 €**!



Wie groß ist DER VORTEIL?

Ein Wochenende in Friaul-Julisch Venetien zum „vollen Preis“ mit dem Besuch von Sehenswürdigkeiten wie der **Basilika von Aquileia**, dem **Schloss Miramare** in Triest, der **Grotta Gigante** im Karst oder dem **Langobardischen Tempel** in Cividale del Friuli und mindestens einer geführten Besichtigung würde etwa **44 €** kosten. Mit der **48-Stunden-FVGcard** können Sie bis zu **19 €** sparen und noch viele weitere Sehenswürdigkeiten besuchen!

In der Karte ist Folgendes **KOSTENLOS** enthalten

- Die wichtigsten Museen und Attraktionen der Region Friaul-Julisch Venetien
- Geführte Besichtigungen
- Audioguides
- Wanderausflüge in die Berge und Hügel
- Der Pass für die „Strada del Vino e dei Saporì“ von Friaul-Julisch Venetien, der die Möglichkeit von Weinverkostungen in angeschlossenen Weingütern bietet.

VERKAUFSSTELLEN

- Infopunkt PromoTurismoFVG
- Angegliederte Einrichtungen
- Online: www.turismofvg.it/de/fvg-card

Die Karte ist auch für 1 Kind unter 12 Jahren gültig. Die kostenlosen Serviceleistungen können nur einmal pro Serviceeinrichtung genutzt werden.

Die Rabatte werden ausschließlich dem Eigentümer der FVGcard gewährt.



Entdecken Sie alle Vorteile!

VERZEICHNIS

4 Die Küste von Friaul-Julisch Venetien

7 Jedem sein Meer

8 Von Kultur bis Gastronomie

10 Lignano Sabbiadoro und Umgebungen

11 Zwischen dem Meer, den Flüssen und der Lagune

14 Strände

16 Family

18 Outdoor

20 Bike

21 Nautik

22 Natur

26 Taste

27 Kultur

30 Grado und Umgebungen

31 Eine Insel des Wohlbefindens

35 Strände

38 Family

40 Outdoor

42 Bike

44 Nautik

45 Wellness

46 Natur

48 Taste

49 Kultur

52 Golf von Triest

53 Eine Bunte Vielfalt an Erlebnissen

55 Strände

58 Family

62 Outdoor

63 Bike

64 Nautik

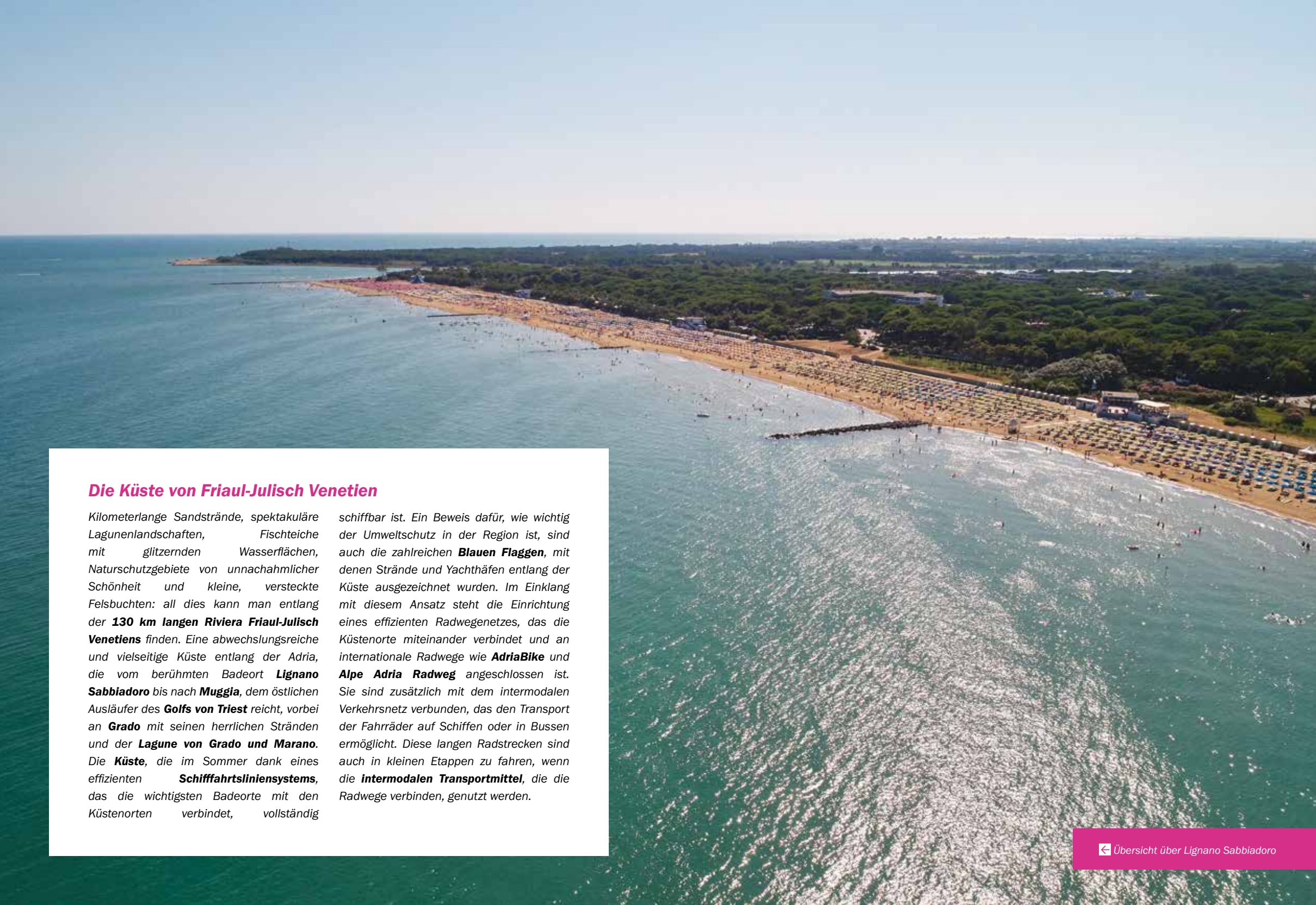
65 Wellness

66 Natur

69 Taste

70 Kultur

74 Die Veranstaltungen der Küste von Friaul-Julisch Venetien



Die Küste von Friaul-Julisch Venetien

Kilometerlange Sandstrände, spektakuläre Lagunenlandschaften, Fischteiche mit glitzernden Wasserflächen, Naturschutzgebiete von unnachahmlicher Schönheit und kleine, versteckte Felsbuchten: all dies kann man entlang der **130 km langen Riviera Friaul-Julisch Venetiens** finden. Eine abwechslungsreiche und vielseitige Küste entlang der Adria, die vom berühmten Badeort **Lignano Sabbiadoro** bis nach **Muggia**, dem östlichen Ausläufer des **Golfs von Triest** reicht, vorbei an **Grado** mit seinen herrlichen Stränden und der **Lagune von Grado und Marano**. Die **Küste**, die im Sommer dank eines effizienten **Schiffahrtsliniensystems**, das die wichtigsten Badeorte mit den Küstenorten verbindet, vollständig

schiffbar ist. Ein Beweis dafür, wie wichtig der Umweltschutz in der Region ist, sind auch die zahlreichen **Blauen Flaggen**, mit denen Strände und Yachthäfen entlang der Küste ausgezeichnet wurden. Im Einklang mit diesem Ansatz steht die Einrichtung eines effizienten Radwegenetzes, das die Küstenorte miteinander verbindet und an internationale Radwege wie **AdriaBike** und **Alpe Adria Radweg** angeschlossen ist. Sie sind zusätzlich mit dem intermodalen Verkehrsnetz verbunden, das den Transport der Fahrräder auf Schiffen oder in Bussen ermöglicht. Diese langen Radstrecken sind auch in kleinen Etappen zu fahren, wenn die **intermodalen Transportmittel**, die die Radwege verbinden, genutzt werden.



Windsurfen in Grado ➔

Jedem sein Meer

Die große Vielfalt der **Küste Friaul-Julisch Venetiens** erfüllt unterschiedlichste Urlaubsansprüche. An den **Stränden der Riviera** ist sowohl für Entspannung als auch Unterhaltung gesorgt! Viele Strandbäder bieten eine umfassende Ausstattung, Animation für kleine Gäste oder sportliche Aktivitäten direkt am Strand! Ergänzt wird das Angebot durch Luxusstrände mit höchstem Komfort, freie Strände sowie unberührte und wilde Buchten. Auch **Wassersportler** kommen auf ihre Kosten: überall an der Küste kann man Kurse für Segeln, Kitesurf, Tauchen, Seawatching, Windsurf, Kanu, Kayak, SUP und noch viel mehr besuchen! Das Meer ist Inbegriff für echtes Wohlbefinden: in den **Wellness-Centern und Thermalbädern der Küste** kann man den Alltagsstress hinter sich lassen, zu sich selbst finden und Körper und Seele verwöhnen. Sportbootfahrern bietet Friaul-Julisch Venetien **mehr als 23 Yachthäfen, verschiedene andere Anlegestellen sowie mehr als 22 Sportbootclubs**. Es ist die Region mit den meisten Infrastrukturen und Bootsplätzen Italiens. Auch für Urlauber, die mit dem Wohnmobil oder Wohnwagen an die Küste reisen, werden vielfältige Serviceleistungen geboten. Ausserdem gibt **Family Friuli Venezia Giulia** Ihnen eine Reihe von Hotels und Ferienanlagen zur Wahl, in denen Familien willkommen sind: die Ausstattungen für die Kinder vereinigen sich harmonisch mit den Serviceleistungen für Ihr Wohlbefinden und Ihre Entspannung. Im Familienformat auch die zahlreichen Erlebnisse und Attraktionen, die dafür gedacht sind, qualitative Zeit mit den kleinen

Entdecken Sie Family Experience Meer, Motorbike Experience und die Strada del Vino e dei Sapori unter www.turismofvg.it



Von Kultur bis Gastronomie

Dankeinesreichen UNESCO-Weltkulturerbes, malerischer Fischerdörfer, unberührter Landschaften und bedeutender Kunststädte kann man an der Küste Friaul-Julisch Venetiens auf den Spuren der europäischen Geschichte wandeln. Machen Sie eine Pause in einem der historischen Kaffeehäuser von **Triest**, die auch die Königin des Golfs genannt wird, oder besuchen Sie **Aquileia**, UNESCO-Kulturerbe und tauchen dort in die römische Geschichte ein. Besuchen Sie die Festungsstadt **Palmanova**, die für ihre neunzackige Festungsanlage bekannt ist und ebenfalls zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört. In den Fischerdörfern entlang der Küste Friaul-Julisch Venetiens kann man heute noch die Atmosphäre früherer Zeiten und Traditionen spüren. Entdecken Sie die bunten Gässchen und pittoresken Plätze von **Marano Lagunare**, erkunden Sie das Castrum Romano in Grado, spüren Sie der Legende der Weißen Dame nach, die heute noch die alte Burg im Dorf **Duino** bewohnt und bewundern Sie die einzigartige venezianisch-istrische Architektur des Fischerdorfes **Muggia**. Die Besonderheiten jeder Landschaft sind ihre Bewohner und Traditionen, vor allem aber die kulinarischen

Spezialitäten, von denen auch Friaul-Julisch Venetien eine ganze Reihe zu bieten hat. Das Meer ist ein wichtiger Lieferant für köstliche und gleichzeitig gesunde Gerichte, die man zum Beispiel in einem typischen Restaurant mit Meerblick an der Küste genießen kann. Einige von ihnen haben eigene Anlegestellen und sind auch mit dem Boot erreichbar. Verwöhnen Sie Ihren Gaumen mit frischem Fisch aus der Adria, der Lagune und den typischen Fischteichen „Valli da pesca“. Weitere typische Spezialitäten sind außerdem Wasserwild und Gänse aus der Lagune, sowie Trüffel und Spargel. Begleitet werden diese Köstlichkeiten von einer reichen Auswahl renommierter DOC-Weine aus den Küstenregionen wie Friuli Annia, Friuli Latisana, Friuli Aquileia und Carso.

Die **Wein - und Genussstraßen** verbinden die Küste über die Weinberge und die Hügel des Hinterlands ideal mit der Bergregion. Zum Kennenlernen der Weinkeller, Agrar- und Nahrungsmittelbetriebe, Restaurants, Lehrbauernhöfe und der önologischen Erlebnisse von Friaul-Julisch Venetien lassen sie sich in sechs bekannte Geschmacksstrecken unterteilen.



LIGNANO SABBIADORO UND UMGEBUNGEN



Von Hemingway zum Nachtleben

Eine schmale, goldene Halbinsel ist das Erkennungsmerkmal von Lignano Sabbiadoro, das zu den bekanntesten Badeorten Italiens gehört. Der große Küstenstreifen aus goldenem Sand ist nicht das einzige Erkennungsmerkmal des Ortes: **Lignano Sabbiadoro** rühmt sich eines riesigen, mehr als 1.200.000 Pinien umfassenden Pinienhains, der ihr seit 2021 die renommierte Anerkennung „Tree Cities of the World“ der Welternährungsorganisation und der Arbor Day Foundation eingetragen hat. Die Stadt steht an siebter Stelle unter den italienischen Städten und weltweit werden insgesamt 120 Städte ausgezeichnet.

Die Stadt ist durch drei verschiedene Viertel charakterisiert: **Lignano Sabbiadoro**, das lebendige historische Stadtzentrum mit

zahlreichen Geschäften, Cafés, Pizzerien und Eisdielen, **Lignano Pineta** mit seinen spiralförmig angelegten Wegen inmitten der grünen Pineta und einer belebten Hauptstraße mit trendigen Geschäften und Cafés, und schließlich **Lignano Riviera**, ein idealer Ort für einen entspannten, ruhigen und naturnahen Urlaub.

Lignano Sabbiadoro, die Stadt am **Fluss Tagliamento**, blickt auf die **Lagune von Marano** und ist auch der ideale Ausgangspunkt für Entdeckungsausflüge der nahen, für einen Tagesausflug geeigneten natürlichen und kulturellen Sehenswürdigkeiten. Wie der Küstenort **Marano Lagunare**, der auch mit der im Sommer betriebenen Schifffahrtslinie erreicht werden kann, ideal für ein Mittagessen mit Fischspezialitäten oder für den Besuch des **Naturschutzgebiet**

Canal Novo, einem Paradies für Vogelbeobachtung. SUP, Kanufahrten oder Segel- und Motorbootausflüge, um direkt von Lignano Sabbiadoro aus die eindrucksvolle Landschaft des **Naturschutzgebiets Foci del Fiume Stella**, die von den Fischerhäusern übersät ist, zu erreichen und das Städtchen **Palazzolo dello Stella** am Fluss zu besichtigen. Wenn Sie mit dem Boot den **Tagliamento** flussaufwärts oder mit dem Rad entlang dem Flussbett fahren, erreichen Sie **Latisana**, eine weinkellerreiche Gegend mit einem lebendigen Wochenmarkt. Seit der Sommersaison 2021 besteht zudem eine **Schifffahrtslinie**, die **Lignano Sabbiadoro und Grado verbindet** und für einen Ausflug zum malerischen Ort mit venezianischen Zügen ideal ist.



Lignano Sabbiadoro Infopoint

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

Lignano Pineta Infopoint (sommersaison)

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



STRÄNDE

Eine bunte Vielfalt an Stränden

Entlang der Halbinsel von Lignano Sabbiadoro erstreckt sich – wie der Name des Ortes sagt – ein **acht Kilometer** langer, goldener Sandstrand. Am Anfang, wo der Fluss Tagliamento in die Adria fließt, liegt das beschauliche Lignano Riviera. Von hier aus geht es weiter entlang der

Strandpromenade von Lignano Pineta mit dem **Landesteg**, an dessen Ende sich die Bar Pagoda befindet, ein charakteristischer Aussichtspunkt mit Einkehrmöglichkeit mitten auf dem Meer. Anschließend trifft man auf die **Terrazza a Mare**, einen stimmungsvollen Kai

auf dem Meer mit Café und Restaurant, um schließlich den romantischen Leuchtturm „**Faro Rosso**“ am anderen Ende der Landzunge von Lignano Sabbiadoro zu erreichen, der auf die Lagune blickt.

Ein Paradies für Familien

Dank des weichen Sandstrands mit seichtem Gewässer und ruhiger See, der seit Jahren mit der **Blauen Flagge** sowie der **Grünen Flagge** als Empfehlung von Kinderärzten ausgezeichnet ist, ist Lignano ein echtes Paradies für Familien! Sie können zwischen 39 hervorragend ausgestatteten Strandbädern wählen, deren Angebote unterschiedlichste Bedürfnisse erfüllen: vom Standard mit Sonnenschirm und Liegen bis

hin zu Pavillons mit Sofas und Chaiselongues für Familien mit hohen Komfortansprüchen. **Animationsprogramme, Mini- und Babyclub, Aktivitäten für verschiedene Altersstufen, Spiele und Plätze für Beachvolley, Basketball und Beachtennis** sorgen für einen unterhaltsamen und gleichzeitig sicheren Strandtag für kleine und größere Kinder. An den zahlreichen Kiosken und Strandrestaurants kann man

sich nach einem kühlenden Bad stärken, ein entspanntes Mittagessen einnehmen, einen Aperitif mit Blick auf den Sonnenuntergang einnehmen oder ein romantisches Abendessen mit kulinarischen Köstlichkeiten aus der Region genießen.



“Pontile a mare” in Lignano Pineta ➔

Vip-Bereiche für einen exklusiven Urlaub

Wer am Strand nicht auf Luxus verzichten möchte, hat in Lignano die Möglichkeit, einen **VIP-Bereich** auszuwählen. In Sabbiadoro kann man sich beispielsweise in einem der Wellness-Areale verwöhnen lassen, deren großzügige Pavillons mit Vorhängen, Chaiselongue, gepolsterten Liegen und Whirlpools ausgestattet sind, um sich zu erholen, eine Massage zu genießen oder einen Drink mit Meerblick einzunehmen. Wer einen Ausflug in die Karibik unternehmen möchte, kann den Tropical

Beach in Lignano Riviera wählen, der mit Strohschirmen, Korbtschen und Liegen ausgestattet ist, die in weitem Abstand voneinander aufgestellt sind. Der nahe gelegene Strandkiosk Tropical Point wartet mit Kokosnüssen, bunten Drinks und Musik auf. Die VIP-Area in Lignano Pineta ist mit weit auseinanderstehenden king-size Sonnenschirmen, gepolsterten Sonnenliegen sowie Kissen, Tischen, Sesseln und Safes mit Solarpaneel zum Aufladen

elektronischer Geräte ausgestattet. Außerdem kann man seine Drinks oder das Mittagessen direkt mit dem Mobiltelefon an den Liegeplatz bestellen. Am Strand gibt es zudem verschiedene **Wellness-Center** mit einer breiten Auswahl an Gesundheits-, Schönheits- und Wellnessbehandlungen zum Auftanken und Verwöhnen. Viele Unterkünfte sind auch mit eigenen SPAs ausgestattet, die Behandlungen und Massagen sowohl für Gäste als auch für externe Besucher anbieten.

Spiagge dog friendly

Wer den Urlaub in Begleitung seines **Vierbeiners** verbringt, findet in Lignano sowohl freie Strände, die für Hunde zugänglich sind,

als auch spezielle Hundestrände. Letztere bieten Ausstattungen wie Sonnenschirme und Liegen, eingezäunte Vip-Dog-Zonen,

Auslauf- und Pflegebereiche, Duschen, Liegen, Tierarztinfos u.v.m.

Ein Strand für alle

Der Strand von Lignano ist **für jedermann zugänglich** und verfügt über zahlreiche Stege, an denen man das Meer auch

mit dem Rollstuhl problemlos erreichen kann, ebenso wie Toiletten und Duschen, die von allen genutzt werden

können. Des Weiteren stehen JOB-Wasserrollstühle zur Verfügung.



← VIP-Strandbüro



Aquasplash ➔

FAMILY

Eine Stadt für Kinder

Lignano ist eine kinderfreundliche Stadt, in der man sich sicher und problemlos bewegen kann. Es bietet zahlreiche Serviceleistungen, Grünflächen, Spielplätze und eine große Bibliothek. Die Unterkünfte haben sich ganz auf die Bedürfnisse von Familien eingerichtet. Die Verpflegung ist auf die Bedürfnisse der ganzen Familie ausgerichtet und sieht spezielle Kindermenüs, flexible Essenszeiten, Unterkunft bietet unterschiedliche Spielmöglichkeiten im Inneren und im Freien, Animation am Swimmingpool oder in den hierfür vorgesehenen Bereichen sowie Baby Dance am Abend. Eine ebenfalls perfekte Lösung für Groß und Klein sind mit allen Komforts

ausgestattete Ferienwohnungen in Lignano Sabbiadoro, die jeder Familie einen unvergesslichen Urlaub garantieren. Sowohl im Zentrum von Lignano als auch direkt am Strand gibt es zahlreiche Restaurants, die Kindermenüs und eigene Spielbereiche anbieten. Über die ganze Stadt verstreut finden sich Attraktionen wie Minigolf, den kleinen Zug **Lignano Express** und öffentliche Spielplätze. Zum nächstgelegenen Krankenhaus in Latisana sind es nur wenige Autominuten, doch stehen in Lignano Sabbiadoro während der Sommermonate auch ein eigener Erste-Hilfe-Service sowie ein Notarztdienst zur Verfügung. Die drei Stadtteile sind durch ein

langes Radwegenetz miteinander verbunden, das eine sichere und bequeme Fortbewegung auf zwei Rädern garantiert. Es gibt die Möglichkeiten, Touren an der Lagune, am Strand, durch die grüne Pineta oder entlang des Flusses Tagliamento zu unternehmen. Auf dem Stadtgebiet finden sich eine Reihe großzügiger Grünflächen wie die **Park Arena Alpe Adria**, der **Park San Giovanni Bosco** und der **Hemingway Park** in Pineta und der Strandwald entlang der Küste von Lignano Sabbiadoro: Erwachsene finden hier Ruhe und Entspannung, während die Kinder in völliger Sicherheit herumlaufen und spielen können.



← Parco Zoo Punta Verde

FAMILY

Ein breites Unterhaltungsangebot

Lignano ist ein großer Vergnügungspark am Meer, in dem die Gäste in eine andere Welt eintauchen können. Der Tiergarten **Parco Zoo Punta Verde** in Riviera gehört zu den schönsten Anlagen Europas: in einem 10 ha großen Botanischen Garten mit heimischen und exotischen Pflanzen kann man mehr als 1000 Tiere 150 verschiedener Arten aus aller Welt beobachten. **Aquasplash** gehört zu den traditionsreichsten Aquaparks Italiens, während der riesige Vergnügungspark **Strabilia** mit seinen bunten Lichtern das ideale Ziel für alle darstellt, die emotionsgeladene Erlebnisse suchen. Direkt am Meer liegt der **Parco Termale**

Riviera Resort mit Freiluft-Meerwasser-Swimmingpools mit Rutschen, Wasserspielen und Whirlpool-Bereich. Doch das ist noch nicht alles: auch der Hüpfburgenpark **Gommosi**, der **Junior Park**. Ihr einziges Problem wird darin bestehen, die Kinder am Ende des Tages wieder nach Hause zu bringen! **Parasailing**, **Banana Boat**, **Schwimmreifen** und **Wakeboard** sind nur einige Wasserspiele, die den Kindern zur Verfügung stehen. Dabei sei erwähnt, dass der Strand von Lignano auch mit zwei **Riesen-Wasserrutschen** ausgestattet ist. Neben den von den einzelnen Badeanstalten angebotenen Serviceleistungen gibt es am Strand auch **Themendörfer**, die

ein reichhaltiges Unterhaltungs- und Animationsprogramm bieten, beispielsweise einen Miniclub für Kinder und Angebote für Erwachsene, die sich eine aktive Pause gönnen wollen, während sich die Kinder in völliger Sicherheit vergnügen.

OUTDOOR

Wählen Sie Ihren Lieblings - Strandsport

Lignano ist auch für Gäste interessant, die im **Urlaub aktiv** sein möchten: das vielseitige und hochwertige Angebot an Wassersportarten ist sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet. Dank der besonderen Kombination aus Temperatur, Wind und Wasserverhältnissen bietet Lignano optimale Bedingungen zum **Segeln** und **Surfen**. Aber auch die Liebhaber von **Kanu**, **SUP**, **Kajak** und **Yoga-Sup**

kommen auf ihre Kosten, da es zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten auf das offene Meer, die nahegelegenen Inseln, zur Lagune oder zu den **Flüssen Tagliamento** und **Stella** mit ihren unberührten Naturschutzgebieten gibt. **Kitesurf** kann man vom Herbst bis zum Frühling am Sandstrand, im Sommer auf der Isola delle Conchiglie betreiben. Für fortgeschrittene Taucher sowie Anfänger gibt es eine Tauchschule, die auch

sogenannte „Meerestauen“ organisiert (Tauchgang für Neulinge). Außerdem hat man die Möglichkeit, an den Kursen verschiedener **Schwimm** und **Rudervereine** teilzunehmen.



Mega SUP, Lignano ➔

Sportlich auch am Strand!

An der Strand gibt es mehrere Anlagen mit freiem Eintritt, die **Fitnesskurse** wie **Pilates**, **Muskeltraining** und **Spinning**. In der Nähe gibt es außerdem einen **Open-Air-Fitnessbereich** mit verschiedenen Sportgeräten. Außerdem sind am Strand und in den Parkanlagen des Ortes verschiedene **Calisthenics** - **Strukturen** für Fitness-Übungen im Freien vorhanden. Vervollständigt wird das Aktivangebot des Badeortes durch

Beachvolley, **Basketball** und **Beachtennisplätze**, die über die gesamte Küste verstreut sind. Viele Urlauber betreiben am Morgen oder abends bei Sonnenuntergang **Nordic Walking** am Strand. Außerdem kann man die neue, interessante Variante des **Water Nordic Walking** ausprobieren, die das Gehen mit Stöcken mit der wohltuenden Wirkung der Thalassotherapie verbindet, der natürlichen Meerwassermassage. Wenn Sie sich für Golf begeistern,

müssen Sie unbedingt im **Golf Club Lignano** spielen, einer originellen Spielstrecke mit 18 Löchern auf 70 Hektar sehr gepflegtem Grün, während die Skateboard-Begeisterten sich durch die Rampen des **Hub Park von Lignano Sabbiadoro** lavieren können. Wer den Nervenkitzel der Rennpiste in Preconico liebt, für den gibt es den **Lignano Circuit**, eine Kartbahn, auf der Sie Ihre Freunde sicher herausfordern können!



← Joggen am Leuchtturm "Faro Rosso"

BIKE

Entdecken Sie Lignano und die Lagune auf Nachhaltige Weise

Lassen Sie das Auto stehen und entdecken Sie die Umgebung von Lignano im Einklang mit der Umwelt! Die Radliebhaber finden über **75 Kilometer lange Strecken** und **30 Kilometer Radwege** vor, die auf Google Maps gezogen sind und die Gegend von **Lignano Sabbiadoro** durchziehen. Die Radwege sind mit den Strecken für Radtouristen in der nahen Umgebung verbunden. Einfach und für jedermann der Radweg, der um Lignano Sabbiadoro führt: Auf nur 20 Kilometern können Sie entlang der Mündung des **Flusses Tagliamento** radeln, entlang der **Strandpromenade** fahren, in die Pinien des **Seewalds** eintauchen und auf die **Lagune von Marano** blicken. Lassen Sie sich nicht den Ausblickpunkt **Belvedere Lungo**

Laguna bei Sonnenuntergang entgehen. In Lignano besteht die Möglichkeit zum **Bike Sharing**, man kann **E-Bikes** leihen und **Fat Sand Bikes** ausprobieren, Strandräder, mit denen man auch auf Sand und Wasser problemlos fahren kann. Hinzu kommen zahlreiche integrierte Radtouren mit Start in Lignano Sabbiadoro mit erfahrenen Führern, die die Touristen auf der Entdeckung des Hinterlands begleiten. **Radurlauber** können die unberührte **Flusslandschaft des Stella** und die **zauberhaften Auwälder der friaulischen Ebene bewundern**, nahe gelegene Ortschaft wie **Palazzolo dello Stella** und **Latisana** besuchen oder eine Tour zum Fischerdorf Marano und **Regionalen**

Naturschutzgebiet Valle Canal Novo unternehmen. Wer sich nicht zwischen Bootstour und Radausflug entscheiden kann, hat in Lignano die Möglichkeit, beides zu kombinieren! Die richtige Lösung ist **Boat&Bike**: Ausflüge, die das Radfahren und Schifffahrten mit Radtransport an Bord kombinieren. Je nach Kapazitäten kann man das Fahrrad auch auf **die Linienschiffe mitnehmen, die zwischen Lignano und Marano verkehren**, oder die **intermodalen Verbindungen nach Grado** nutzen. Außerdem steht zwischen Lignano und Bibione der Fährservice Boot **X-River** zur Verfügung, dank dessen man die verschiedene Ortschaften einfach und sicher zu Fuß oder mit dem Fahrrad erreichen kann.

Mit dem Fahrrad ohne Grenzen

Lignano und die an der Lagune gelegenen Orte sind Teil des internationalen Radwegs der Oberen Adria, **AdriaBike**. Lignano

ist eine wichtige Etappe der Via Della Serenissima: dieser Abschnitt des **Adria-Bike-Radwegs** verbindet Istrien über

zauberhafte Strecken entlang der friaulischen Küste mit Venedig und seiner Lagune.



Ausblickpunkt Belvedere Trabucco ➔

NAUTIK

Ein Paradies für Sportbootfahrer

Von den kleinen Booten bis zu den Mega-Yachten, von den Katamaranen bis zu den Segelbooten **Lignano Sabbiadoro und Umgebung** rühmen sich professioneller Serviceleistungen und sicherer Ankerplätze unweit der eindrucksvollsten Küstenorte **der Oberen Adria**! Auf die Lagune von Marano blickend und unweit des Stadtzentrums von Lignano Sabbiadoro befinden sich das **Hafenbecken Porto Vecchio** und **Marina Punta Faro**, das auch die Maxi-Yachten aufnehmen kann, während sich weiter in Richtung Lignano Riviera am Ufer des eindrucksvollen Flusses Tagliamento **Marina Uno** und **Marina Punta Verde** befinden. Unweit von Lignano Sabbiadoro liegt **Aprilia Marittima**, dank des Liegeplatzangebots ein wichtiger Bezugspunkt für Segler. Ein Angebot, das die Dry Marina, um das Boot an Land zu leben, die sehr komfortablen **Marina Resorts** und die vielen anderen Serviceleistungen einschließt. In diesem Ort befinden sich das **Marina Resort Punta Gabbiani**, das **Hafenbecken von Aprilia Marittima** und **Marina Capo Nord**. Von der Lagune von Marano flussaufwärts über die Gewässer des **Flusses Stella** erreichen Sie **Marina Stella** in **Palazzolo dello Stella**, einer Oase des Friedens inmitten des Grüns einer unberührten Natur mit einem interessanten

Tourismusangebot. Im nahen **Preckenicco** können Sie zudem ein **Houseboat** mieten, ein Boot ohne Sportbootführerschein, perfekt für ein Slow-Erlebnis auf den Binnengewässern der Lagune. Wenn Sie entlang der Lagune schippern und zum Küstenort Marano Lagunare gelangen, finden Sie die Anlegestelle **Portomaran**. Unweit von Marano Lagunare befindet sich auch das Nautik-Center **San Giorgio di Nogaro**, das zahlreiche Liegeplätze, große Räume für die Unterstellung und ausgestattete Werften im **Marina di San Giorgio**, im **Marina Sant'Andrea** und im **Marina Planais** bietet. Alle Hafenbecken verfügen über für die Durchreise vorgesehene Ankerplätze mit einem möglichen Anlegen nachts, um auf einen Entdeckungstörn der Adriaküste zu gehen oder für kurze Tagesausflüge, für eine önologische Etappe in einem der vielen Restaurants mit Anlegestelle oder eine langsame Bootsfahrt in der Lagune. Es kann auch der Kanal der Lagune, längs der **Litoranea Veneta**, einer über hundert Kilometer langen Handelsstraße, die Venedig mit dem Fluss Isonzo verbindet, befahren werden. Vor dem Törn sollte der Schiffbarkeitszustand der Kanäle in Bezug auf das verwendete Boot geprüft werden.





← Mündung des Stella Fluss

NATURA

Wellness in der Lagune

Wer sich vom Alltagsstress erholen möchte, findet in der **Lagune von Marano** eine echte Wellness-Oase: das Gebiet zwischen der äußersten Landzunge von Lignano Sabbiadoro und der Lagune von Grado ist eine märchenhafte Sumpflandschaft von großem naturkundlichen Interesse,

in der einzigartige Vogel- und Pflanzenarten heimisch sind. Hier kann man seinem eigenen Tagesrhythmus folgen und selbst entscheiden, wie man die magische Lagunenlandschaft am liebsten erleben möchte: in Gruppenausflügen mit dem Schiff, auf Erkundungsfahrten durch das Röhricht mit SUP, Kajak

oder Kanu, oder indem man sich einfach selbst ein Boot ausleiht. Es gibt auch die Möglichkeit, die örtlichen Fischer einen Tag lang bei ihrer Arbeit in der Lagune zu begleiten: dabei kann man viel Wissenswertes über Lagune, Küste und Meer erfahren und einzigartige Angelerlebnisse machen.

Im sanften Rhythmus der Fischteiche

In die Lagunenlandschaft fügen sich auch die charakteristischen **Täler zum Angeln** ein, in denen das Sportangeln praktiziert, an Kostproben der lokalen

Erzeugnisse teilgenommen, in nachhaltigen Unterkünften gewohnt, sich dem Pferd genähert oder an zur Entdeckung der Gegend organisierten Workshops

teilgenommen bzw. die Gegend mit dem Rad entdeckt werden kann.

NATUR

Eine Oase der Stille

Da das natürliche Gleichgewicht der Lagune äußerst empfindlich ist, wurden zu ihrem Schutz verschiedene Naturreservate eingerichtet. Das **Regionale Naturschutzgebiet Foci dello Stella** ist nur vom Meer aus zugänglich und umfasst das gesamte gleichnamige Fluss-Delta. Ein echtes Paradies für **Vogelbeobachter** und **Naturfotografen**: das Schilfröhricht am Flussufer wird unter anderem von Rohrweihen, Höckerschwänen sowie von Purpur-, Grau- und Silberreiher bewohnt. Der

Besuch des Naturschutzgebietes garantiert authentische Erlebnisse, darunter die Besichtigung der sogenannten „**Casoni**“, typische Hütten aus Pfahlrohr, die den Lagunenfischern als Unterschlupf dienen. Außerdem kann man alte Traditionen entdecken, die noch tief in der Region verwurzelt sind, wie beispielsweise die Technik des **Flussfischens mit „bilancione“**, einem großen durch Elektromotoren angetriebenen Hebenetz, das früher per Hand bewegt wurde. Das **Naturschutzgebiet Valle Canal Novo** ist hingegen zu

Fuß von Marano Lagunare aus erreichbar. Es wurde auf einem Gelände ehemaliger Fischteiche eingerichtet und besteht aus begehbaren Stegen, die durch die Lagunenlandschaft führen, sowie typischen Hütten für die Vogelbeobachtung. In einer der Beobachtungsstationen befindet sich auch ein Aquarium mit den in der Lagune heimischen Meerestieren, wobei bei den Kindern insbesondere die sympathischen Seepferdchen beliebt sind.



Reservat Valle Canal Novo →

NATUR

Eine Insel am Ende der Welt

Einen Besuch wert sind auch die größeren und kleineren Inseln, die die Lagune vor den Strömungen des offenen Meeres schützen. Ein unberührtes Paradies mit einem langen, einsamen Strand ist die **Isola delle Conchiglie**

(**Muschelinsel**), die am Ende der Welt zu liegen scheint. Sie ist ein beliebtes Ziel für Kitesurfer, die hier an besonders windigen Tagen ihre waghalsigen Sprünge im Wasser vollziehen. Martignano Insel, auch genannt

die **Isola delle Conchiglie**, ist auch vom Faro Rosso in Lignano Sabbiadoro erreichbar und daher ein beliebtes Ziel für Touren mit dem SUP oder Kanu sowie mit dem Boot oder Ausflugsschiff.

Die Auwälder der Friaulischen Ebene

Die Gebiete der Gemeinden Muzzana del Turignano, Carlino, Precenico, Palazzolo dello Stella und Castions di Strada bestehen aus einem weitläufigen Waldareal von 500 ha Größe,

das als **Auwald** bezeichnet wird, allgemein aber auch unter dem Namen „**Wolfswald**“ bekannt ist, da er einst ein ideales Habitat für viele Exemplare dieser Tierart bildete. Dank eines Radwegs

kann man diesen faszinierenden Wald auch mit dem Fahrrad erkunden. In den Auwäldern wächst unter anderem auch der edle weiße Trüffel.



← Isola delle Conchiglie

TASTE

Meeresspezialitäten

Egal, ob es sich um einen Aperitif mit Finger Food, ein romantisches Abendessen mit Meerblick, ein Dinner für Feinschmecker oder exklusive Nachspeisen handelt: das gastronomische Angebot in Lignano erfüllt höchste kulinarische Ansprüche! Beispielsweise Fisch aus der nahe gelegenen Lagune von Marano, ebenso wie Kinderteller oder Spezialgerichte für jeden Geschmack. Perfekter Begleiter ist ein friaulischer Wein, der jedes Gericht bereichert und für seine hohe Qualität weltweit berühmt ist. Aalspieße („**Bisato in speo**“), Fischsuppe nach Marano-Art, süßsaure Sardinen in Zwiebelmarinade („**Sarde in**

saòr“) und in Salz eingelegte Meeräschen („**Sievoli sotto sal**“) führen Genießer auf eine kulinarische Reise durch die Region. Weitere typische Zutaten der Fischgerichte sind Venusmuscheln, Meeräschen, Goldbrassen, Wolfsbarsche, Aale, Tintenfische, Kalmare, Sardinen, Sardellen und Makrelen. Die regionale Küche von Pocenja bietet Wasserwild aus der Lagune. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, die regionalen Spezialitäten direkt in der Lagune zu genießen, beispielsweise bei Touren mit dem Ausflugsschiff oder Führungen, die neben den kulturellen Sehenswürdigkeiten des Hinterlands auch den Besuch

in einem Weingut an der Wein- und Gourmetstraße vorsehen. Außerdem kann man die typische Regionalküche auch auf den zahlreichen gastronomischen Festen kennenlernen, die traditionelle Menüs anbieten. Sie sorgen für authentische Geschmackserlebnisse in der Mitte der einheimischen Bevölkerung. Beim traditionellen **Muschelfest**, das im März in Lignano stattfindet, werden Meeresfrüchte angeboten, wie zum Beispiel frisch gefangene Venusmuscheln. Sie stehen auch beim Fest „**Fasolari e Peverasse**“ im Mittelpunkt, das im August in Marano stattfindet und bei dem man mindestens einmal gewesen sein muss.



Fischersnack am Fluss Stella ➔

KULTUR

Lignano Stadt des 20. Jahrhunderts

Die Stadt Lignano stammt aus der jüngeren Vergangenheit: dies bezeugen beispielsweise Bauten aus dem frühen 20. Jh., die man bei einem Spaziergang durch Sbabadoro sehen kann. Pineta, die schneckenförmige „Mondstadt“, erbaut nach einem visionären Entwurf von Marcello D'Olio, enthält hingegen typische Merkmale der 50er Jahre. Die über 90 architektonisch interessanten **Villen des 20.**

Jahrhunderts spiegeln die Geschichte des Ortes wider. Die Strandpromenade Kechler in Pineta ist mit Werken der **Mosaikschule von Spilimbergo** geschmückt und hat sich im Laufe der Jahre zu einer echten Open-Air-Galerie entwickelt. Lignano zählt auch zwei große Namen der internationalen Literatur zu seinen Bewunderern. **Ernest Hemingway**, der hier im Jahr 1954 weilte, war von

seinem städtebaulichen Entwurf begeistert und erkannte dessen touristisches Potential, so dass er später einmal vom „Italienischen Florida“ sprach. Einige Jahre später inspirierte Lignano **Giorgio Scerbanenco**, den berühmten Krimiautor ukrainischer Herkunft, zu einigen seiner Romane wie „Mit den Augen einer Toten“ und „La sabbia non ricorda“ [Der Sand hat keine Erinnerung].

Nicht weit vom Meer entfernt

Am linken Ufer des Tagliamento liegt wenige Kilometer vom Meer entfernt die Stadt **Latisana**, die auch mit dem Fahrrad von Lignano erreichbar ist. Sie wurde zur Römerzeit als Poststation an der Via Annia gegründet und ist heute sowohl für ihre Weingüter und Landwirtschaftsbetriebe berühmt, als auch für einen lebendigen Wochenmarkt, auf dem man gut einkaufen kann. Ganz in der Nähe liegt **Preccenico**, auf dessen Gebiet sich viele Bauernläden mit

Direktverkauf und Unterkünfte befinden. Im nicht weit entfernten **Palazzolo dello Stella** steht ein Gebäude, das die Aufmerksamkeit der Besucher auf besondere Weise auf sich zieht: das sogenannte „Marinaretto“, dessen Form an ein Flussboot erinnert. Die Gegend ist für ihre reichhaltigen Naturschätze berühmt: der Fluss kann bis Rivotto mit dem Schiff befahren werden, wo man die Fahrt mit Kanus und kleinen Booten fortsetzen kann, um heimischen

Vogelarten und alten Traditionen wie dem Fischen mit Hebenetz nachzuspüren. Sehenswert ist auch das **Süßwasser-Aquarium von Arlis**, das Fischarten aus den Flüssen Friaul-Julisch Venetiens beherbergt. Für die Geschichtsliebhaber kann die alte **Route der Patriarchen** an Bord eines Schiffes und in Begleitung eines erfahrenen Führers wieder erlebt werden, die die Besucher bis zur UNESCO-Stadt Aquileia bringt.



← Palazzolo dello Stella



Marano Lagunare →

Ein Hauch von Venedig an der friaulischen Küste: Marano Lagunare

Das historische Fischerdorf Marano Lagunare gehörte fast 400 Jahre zur Seerepublik Venedig und ist sehr stolz auf seine Geschichte, die in den verwinkelten Gässchen und auf den bunten Plätzen der Ortschaft heute noch spürbar ist. Auch der venezianische Dialekt hat sich bis heute erhalten. Zentrum des Ortskerns von Marano ist die **Piazza Vittorio Emanuele II**, ein echtes Schmuckstück mit harmonischer Linienführung, einer Reihe historischer Palazzi sowie Büsten, Dekorationselementen, Renaissancebrunnen und dem Glockenturm „**Torre Millenaria**“,

der auch von der Lagune aus sichtbar ist. Das **Archäologische Museum** zeigt Fundstücke aus römischer und vorrömischer Zeit, die von der langen Geschichte der Region zeugen und größtenteils von heimischen Fischern im Meer gefunden wurden. Die Fischerei hat heute noch Tradition im Ort und stellt eine der wichtigsten Einnahmequellen dar. Daher ist Marano auch ein beliebtes kulinarisches Ziel, um köstliche Fischspezialitäten und andere Traditionsgerichte zu verkosten oder die frischen Meeresfrüchte direkt an den Fischerbooten zu erwerben. Im Sommer finden

in der Ortschaft zahlreiche Veranstaltungen statt, u.a. **das Fest zu Ehren des Hl. Vitus**. Dabei wird der religiöse Kult mit der Verkostung von Meeresfrüchten aus der Lagune und anderen Attraktionen kombiniert. Alle drei Jahre wird die Statue der „**Madonna della Salute**“ begleitet von einer langsamen Prozession durch die Lagune gefahren. Der Ort wird zu diesem Anlass festlich mit Leuchtbögen und Votivaltären geschmückt. Verschiedene gastronomische Stände bieten heimische Fischspezialitäten an.

Villa Manin, ein Juwel der venezianischen Architektur

Villa Manin in Passariano di Codroipo ist ein prachtvolles venezianisches Landhaus und einstiger Wohnsitz der mächtigen Familie, deren Namen sie trägt. Heute dient sie als ehrwürdiger Sitz für Ausstellungen von internationalem Format.

Bekanntheit erlangte sie auch, weil hier einige Monate Napoleon Bonaparte weilte, der mit Österreich Verhandlungen für den Friedensvertrags von Campoformio im Jahr 1797 führte. Die Villa ist von einem herrlichen Park umgeben, der an den Englischen

Gärten inspiriert und ebenfalls das ganze Jahr für Besuche geöffnet ist. Wenige Kilometer von Villa Manin entfernt liegt Rivolto, Stützpunkt der berühmten italienischen Kunstflugstaffel „**Frecce Tricolori**“, die täglich Trainingsflüge über der Region durchführt.



← Villa Manin

GRADO

UND UMGEBUNGEN



Eine Insel des Wohlbefindens

Grado ist auch als „**Sonneninsel**“ bekannt, da sein acht Kilometer langer Sandstrand komplett nach Süden ausgerichtet ist und damit eine optimale Sonnenlage hat, aber auch, weil dank des besonderen Mikroklimas immer die Sonne scheint. Doch es gib noch weitere gute Gründe für einen Urlaub in **Grado**: die jodhaltige Luft, die Thalassotherapie und die wohltuende Wirkung des Sandes; **die pittoreske Altstadt** im venezianischen Stil, ein Labyrinth aus kleinen Gässchen („Calli“) und Plätzen („Campi“) mit archäologischen Überresten aus der Römerzeit und frühchristlichen Basiliken; die Restaurants mit gastronomischen Spezialitäten der Küste

und Qualitätsweinen aus dem Hinterland und ein reichhaltiger Veranstaltungskalender im Sommer, der Jung und Alt Unterhaltung pur verspricht. Grado hat eine jahrhundertealte Geschichte, deren Traditionen und Handwerk heute noch eng mit der Fischerei verknüpft sind. Sie sollten nicht auf einen Spaziergang durch die Gassen der Altstadt verzichten, auf dem die **Handwerkerwerkstätten** entdeckt werden können. Pulsierender Mittelpunkt der Stadt ist **Porto Mandracchio**, einer der vier Yachthäfen Grados. Alle vier Häfen bieten kurzzeitige Ankerplätze an und können auch nachts angelaufen werden.

Die gut organisierte Küste von Grado hält den Rekord an Auszeichnungen mit der **Blauen Flagge** und garantiert Erwachsenen und Kindern Spaß und Entspannung. Ein ausgebautes Radwegenetz ermöglicht abwechslungsreiche Ausflüge ins Hinterland. Grado ist Zielpunkt des **Alpe Adria Radwegs** und Etappe des **Adriabike-Radwegs**, die zu den stimmungsvollsten grenzüberschreitenden Touren ganz Europas zählen. Auch für Menschen mit Behinderungen oder besonderen Bedürfnissen ist Grado ein ideales Ferientziel, da es viele spezifische Dienstleistungen bietet, wie Wasserrollstühle und Stege an den Stränden, Motorbootausflüge in die Lagune, Naturreservate und Naturschutzgebiete sowie Möglichkeiten zum Segeln und anderen Sportarten. Es liegt in der Nähe bedeutender Kulturschätze wie **Palmanova** und **Aquileia**, gastronomischer Highlights wie dem Weingebiet **Collio**, ebenso wie wunderschöner Naturlandschaften, und hat daher zu jeder Jahreszeit etwas zu bieten.

Grado Infopoint

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





STRÄNDE

Ein echter Sonnenstrand

Der acht Kilometer lange Strand von Grado ist ein echtes Paradies, das vom Meer und der Lagune umgeben ist, und dank seiner natürlichen Gegebenheiten unterschiedlichste Bedürfnisse der Urlaubsgäste erfüllt. Sanft abfallende, seichte und ruhige Gewässer und Strände, die sowohl mit der **Blauen** als auch der **Grünen Flagge** (von Kinderärzten empfohlen)

ausgezeichnet sind. Hier können die Kinder in aller Ruhe spielen und die Eltern sorglos ausspannen. Dank der Strandcafés und des breiten Angebots an Wassersport- und Freizeitaktivitäten ist Grado auch bei jungen Leuten beliebt. Für alle, die Entspannung und Erholung suchen, gibt es zahlreiche Wellness-Oasen und Ruhezonen.

Der bei den Einheimischen als „Alter Strand“ bekannte Abschnitt „**Costa Azzurra**“ liegt im westlichsten Teil der Halbinsel und ist für seine besondere Schönheit bekannt. Er ist frei zugänglich, wobei man auch einige Strandbäder findet, die Liegestühle, Sonnenliegen und Sonnenschirme anbieten. Dank der **Spielplätze, der anliegenden Grünflächen, der Beachvolley- und Bolzplätze und eines reichhaltigen Animations und Unterhaltungsprogramms** ist dieser Strandabschnitt besonders für Familien geeignet. Außerdem kann man an der „**Costa Azzurra**“ unter der Anleitung qualifizierter und ausgebildeter Lehrer Wassersportarten wie SUP, Surf, Skateboard, Schwimmen und

Slackline betreiben. Einer der stimmungsvollsten Orte der Stadt ist die **Strandpromenade Nazario Sauro**, die „**Costa Azzurra**“ mit dem Stadtstrand verbindet. Hier befinden sich eine Reihe von Restaurants, in denen man tagsüber eine entspannende Pause einlegen oder am Abend für ein romantisches Dinner einkehren kann. An den Sommerabenden finden musikalische Veranstaltungen und Aufführungen statt. Der fast drei Kilometer lange **Stadtstrand** von Grado verläuft durch die gesamte **Gartenstadt** und ist von einer gepflegten Grünfläche gesäumt, die ihn zusammen mit dem klaren Wasser zu einer natürlichen Oase nur wenige Schritte

vom Stadtzentrum entfernt machen. Da der Zugang zum **Stadtstrand** gebührenpflichtig und kontrolliert ist, eignet er sich insbesondere für Familien, da er Sicherheit und spezifische Einrichtungen für kleine Gäste bietet, wie Spielplätze, Grünflächen, Sportanlagen und ein reichhaltiges Unterhaltungsprogramm mit Animation. Speziell auf Familien mit kleinen Kindern zugeschnitten ist der **Baby Beach** mit besonders großen Sonnenschirmen, Flaschenwärmern und Wickelplätzen. Um den unterschiedlichsten Bedürfnisse der Badegäste entgegenzukommen, bietet der Stadtstrand auch komfortable VIP-Zonen wie „**Settimo Cielo**“

und das umgestaltete „**Bagno Imperiale**“ seit 1892: sie sind für besonders hohe Ansprüche konzipiert und bieten exklusive Dienstleistungen und großzügige Ruhebereiche, die eine optimale Entspannung garantieren. Auch treue Vierbeiner, die ihre Herrchen im Urlaub begleiten, kommen auf der Sonneninsel nicht zu kurz: für sie gibt es den „**Lido di Fido**“, der über eine spezielle Ausstattung für Haustiere verfügt. Wer sich mitten auf dem Meer sonnen möchte, findet vor dem Stadtstrand zwei Schwimmplattformen, zu denen man hinausschwimmen kann, um sich in der Sonne zu entspannen oder akrobatische Kunstsprünge auszuprobieren. Es gibt auch gemauerte

Badestege, die direkt zum Schwimmen in tiefere Gewässer führen. Am **Stadtstrand** finden sich eine Reihe von Cafés und kleinen Restaurants, in denen man Snacks, Fischgerichte oder einen entspannenden Aperitif nach einem Strandtag einnehmen kann. Zwischen dem Stadtstrand und Grado Pineta erstreckt sich ein weitläufiges Waldgebiet, vor dem der freie Strand „**Al Bosco**“ liegt. Dieser ruhigere Abschnitt ist bei Familien beliebt, die an heißen Tagen ein wenig Schatten suchen oder ein gemütliches Picknick machen wollen. Direkt vor diesem Strandbereich liegt eine kleine Insel, l'isola Sacca dei Moreri, die zu Fuß erreichbar ist und mit ihrem kristallklaren Wasser zu einem

erfrischenden Bad einlädt. Hier können Kitesurfer ihren Sport auch während der Sommerzeit ausüben. Der Strand **Grado Pineta** ist über einen Radweg mit der Stadt verbunden und ideal für einen erholsamen Urlaub mit der Familie inmitten der Natur, aber auch für junge Leute, die einen genüsslichen Aperitif am Strand einnehmen wollen. Auch Hunde sind an diesem Strandabschnitt willkommen. In den letzten Jahren erfreut sich der Strand von Pineta wachsender Beliebtheit bei Kitesurfern aus ganz Europa, die sich beim ersten Windhauch einfänden, um ihre kunstvollen Sprünge und Drehungen in der Luft zu vollführen.



Costa Azzurra Strand →



← Kanu in Grado



Aquapark in Grado ➔

FAMILY

Eine Stadt für Kinder

In der Stadt gibt es zahlreiche Fußgängerzonen und Spielplätze, wo Kinder in völliger Sicherheit spielen und toben können. Der hinter dem Stadtstrand gelegene **Parco delle Rose** (Rosenpark) spendet bei großer Hitze Abkühlung bei einem Spaziergang im Schatten der Strandpinien. Grado ist Teil

eines weitläufigen Radweges, so dass man das Auto während des gesamten Urlaubs stehen lassen kann. In den Unterkünften wird den Familien ein besonderer Stellenwert eingeräumt: Hotels, Campingplätze und Ferienanlagen bieten große und geräumige Zimmer, spezielle Kindergerichte

und Spielbereiche an, einige sogar ein spezielles Animations- und Unterhaltungsprogramm. Auch die Restaurants und Cafés am Strand sind auf kleine Gäste eingestellt und bieten spezifische Kindermenüs, Hochstühle und Unterhaltung.



◀ Grado Strände

FAMILY

Spass am Strand

Am Strand kann man unter der Anleitung qualifizierter Lehrer verschiedene Wassersportarten und andere Aktivitäten betreiben, unter anderem **SUP**, **Schwimmen**, **Parkour** und **Skateboard**, wobei auch Volley und Basketballplätze, Minigolf und Bolzplätze für gesellige Spielpartien zur Verfügung stehen. Außerdem finden sich am Sand

strand spezielle **Sportzentren**, in denen die Kinder während des Strandtags verschiedene Sportarten ausprobieren können. Ein breites Angebot an Animationen entlang der gesamten Küste sorgen für Spaß und Unterhaltung der kleinen Gäste am Strand, während die Eltern sich in der Sonne entspannen. Wer Sprünge und Wasserrutschen

mag, für den ist der **Aquapark in Grado** genau das Richtige: die zahlreichen Wasserspiele und das große Meerwasserbecken mit Whirlpool und Unterwasserbank garantieren einen abwechslungsreichen Tag, bei dem auch das Wohlbefinden nicht zu kurz kommt.

OUTDOOR

Am Strand kommt keine Müdigkeit auf

Für diejenigen, die einen Aktivurlaub vorziehen, bietet Grado verschiedene Möglichkeiten, um den Sport selbstständig oder mit qualifizierten Lehrern auszuüben. Am Strand gibt es zahlreiche Vorschläge, um

sich fit zu halten: Von **Yoga** im Morgengrauen oder bei **Sonnenuntergang** über die **Fitnesskurse** bis hin zu den Spaziergängen oder dem **Joggen** am Meer.

Auf den Wellen Reiten

Wer gut durchtrainiert ist, kann auf der Insel und in der Umgebung selbst organisierte oder geführte Ausflüge mit dem **SUP** oder **Kajak** in die unberührte Natur unternehmen, um die Stille der Lagune bei Vollmond, Sonnenuntergang oder am helllichten Tag zu genießen. In der Sommersaison werden außerdem Segelkurse für Kinder und am Wochenende Segeltouren für Erwachsene organisiert. Flacher Meeresgrund, konstante und berechenbare Winde und eine ruhige See machen Grado auch in der Vor- und Nachsaison oder in den

Wintermonaten zu einem besonders beliebten Ziel, um die Windsportarten, wie **Kitesurfen** und **Windsurfen**, auszuüben. **Isolotto Sacca dei Moreri** und **Punta Barbacale** nahe **Grado Pineta** sind die beiden vortrefflichen Spots, beide durch weite Räume gekennzeichnet, die auch den Freizeitsportlern beim Start und Landen zustattenkommen.

Auch die Kleinen können die Wellen reiten, indem sie kleinere und leichter manövrierbare Drachen gebrauchen!

Immer aktiv in Grado

Der **Golf Club Grado**, der zum Golf-Netz in Friaul-Julisch Venetien gehört, zeichnet sich durch eine besonders stimmungsvolle Lage aus: der 18-Loch-Platz liegt direkt an der Lagune und erstreckt sich über ein Gelände von über 60 ha durch dickes Schilfröhricht,

das ein natürlicher Lebensraum für Reiher, Singschwäne, Flamingos und andere typische Tierarten der Lagune ist. Ebenso können die Tennis- und Padel-Begeisterten ihrer Leidenschaft im gut ausgestatteten **Tennis Club von Grado** fröhnen.



BIKE

Eine Fahrradfreundliche Stadt

Grado gehört laut FIAB (Italienischer Verband der Fahrradfreunde) zu einer der fahrradfreundlichsten Städte Italiens und erhielt die volle Punktzahl von 5 „Bike Smiles“. Das Stadtgebiet von Grado ist von einem engmaschigen Radwegenetz durchzogen, von denen einige besonders spektakuläre Ausblicke bieten. Empfehlenswert ist beispielsweise eine Tour auf dem Radweg am Schleusenkanal am späten Nachmittag, um den atemberaubenden Sonnenuntergang zu beobachten, oder ein Fahrradausflug in das **regionale Naturschutzgebiet Valle**

Radfahren ohne Grenzen

Die Etappe Grado – Monfalcone des grenzüberschreitenden **Adria Bike-Radwegs** entlang der Oberen Adria ist für ihre herrlichen Ausblicke bekannt. Sie führt durch Küstengebiete, die von zahlreichen Vogelarten bewohnt sind, wie das **Regionale Naturreservat Valle Cavanata und Foci dell'Isonzo - Isola della Cona**, und endet direkt an der Adriaküste. Die Lagune von

Cavanata, in dem Sie von den Aussichtspunkten die rosafarbenen Flamingos, die die Lagune färben, beobachten können. Von der Stadt Grado führen verschiedene Radwege auf eine Entdeckungstour der reizvollsten Nachbarorte von Grado mit ihren naturalistischen, landschaftlichen, künstlerischen und archäologischen Besonderheiten. Dazu gehört beispielsweise **die Strecke von Grado in die Altstadt von Aquileia**: von der Brücke über die Lagune, die Grado mit dem Festland verbindet, kann man herrliche Ausblicke auf die Lagune und **Wallfahrt-**

skirche Barba genießen. Die Weinliebhaber dürfen keinesfalls die Radstrecken auslassen, die Grado mit dem **Weinbaugebiet des Collio** verbinden, das wegen der renommierten Weinkeller, perfekte Etappen für Radtouren, bekannt ist. Mit einem Klick der Service für **Bikesharing**, der das Mieten von in Grado und Umgebung bereit gestellten Fahrrädern über eine auf das eigene Handy herunterladbare App ermöglicht. Es fehlen auch nicht die **geführten Radtouren**, um die Entdeckung der Umgebung auf zwei Rädern zu starten!

Kulisse von Grado endet. Dank des milden Klimas an der Adria ist der Radweg fast das gesamte Jahr lang befahrbar. Weniger Trainierte können ihn auch abschnittsweise zurücklegen und die **intermodalen Verkehrsmittel zwischen Lignano Sabbiadoro, Grado und Triest** für den Transport ihrer Fahrräder nutzen.



Sonnenuntergang an der Strandpromenade ➔



← Fahrradausflüge in Grado

NAUTIK

Yachthäfen und Ankerplätze

In Grado kann man zwischen vier Yachthäfen wählen: **Darsena Navigare 2000** liegt nur 100 m von Porto Mandracchio entfernt und ist ideal für alle, die eine Lage in Altstadtnähe bevorzugen; **Darsena San Marco** und **Porto San Vito** bieten auch Instandhaltungsarbeiten und andere nützliche Dienstleistungen für Sportbootfahrer an; **Marina Primero** ist über einen Radweg mit herrlichen Ausblicken mit der Stadtmitte von Grado verbunden. Vervollständigt wird das Angebot der Anlegeplätze in

Grado durch den nahe gelegenen Yachthafen **Marina Aquileia**, der südlich der gleichnamigen Stadt liegt und über den Fluss Natissa mit dem offenen Meer verbunden ist. Alle Häfen bieten kurzzeitige Ankerplätze an, mit der Möglichkeit, auch nachts anzulegen. Sie sind ideale Ausgangspunkte für Entdeckungsfahrten entlang der Adriaküste, erfrischende Badeausflüge mit Blick auf Grado, eine kulinarische Tour in eines der zahlreichen Restaurants mit Anlegestelle, sowie eine

langsame Fahrt durch die Lagune oder in einen der über 23 Yachthäfen an der Küste, um die kulturellen Sehenswürdigkeiten und Naturschönheiten der Region zu entdecken. Wer mit seinem Boot nach Grado kommt, kann neben den Fischerbooten im Porto Mandracchio anlegen, einem der stimmungsvollsten und charakteristischsten Punkte der Stadt, der direkt neben der Altstadt liegt.



Grado ➔

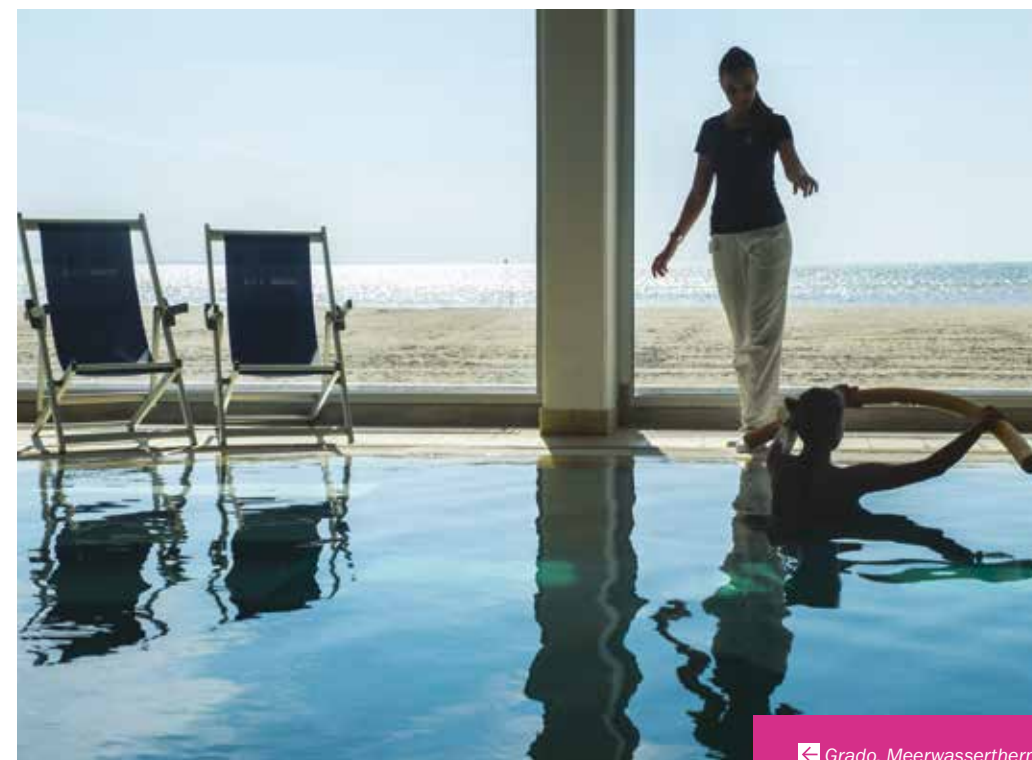
WELLNESS

Meerwasser - Thermen

Die **Meerwasser-Thermen von Grado** ergänzen das Wellness-Angebot der Sonneninsel. Nachdem man in den natürlichen Oasen der Lagune zu innerer Ruhe und Frieden gefunden hat, sich im Salzwasser der Adria gestärkt und die wohltuende Wirkung der Sonnenstrahlen auf der Haut gespürt hat, kann man sich noch eine Behandlung in der direkt am Strand gelegenen **Meerwasser-Therme** gönnen. Sie wurde bereits während des österreichisch-ungarischen Kaiserreichs gegründet und ist nach umfas sender

Erneuerung auch heute noch ein Paradies für alle, die sich vom Alltagsstress erholen und etwas für ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden tun wollen. Eines der Highlights ist die Thalassotherapie, die die wohltuende Wirkung des Seeklimas und der jodhaltigen Luft nutzt, um den Organismus erneut ins Gleichgewicht zu bringen. Hydrotherapeutische Anwendungen wie Bäder, Aerosol, Inhalationen sowie Sonnenbäder und Psammotherapie (traditionelle Sandbäder) fördern das körperliche Wohlbefinden

und üben eine heilende Wirkung aus. Vervollständigt wird das Angebot durch zwei Meerwasserbecken mit Whirlpool und ein Wellnesszentrum, das eine breite Auswahl an Massagen und Behandlungen anbietet. Neben den Thermen gibt es in Grado noch weitere **Wellness-Center und SPA** (auch innerhalb der Unterkünfte), in denen man sich mit Sauna, Schönheitsbehandlungen, Massagen und Wellness Anwendungen verwöhnen lassen kann.



← Grado, Meerwasserthermen

NATUR

Die Lagune Entdecken

Der Fischerort Grado ist in die großartige natürliche Kulisse der Lagune eingebettet. Sie wird in Längsrichtung von der Wasserstraße Litoranea Veneta durchquert, die während der Blütezeit der Seerepublik Venedig errichtet wurde und letztere mit der Isonzo mündung verband. In dieser ein zigartigen Naturlandschaft sind viele Vogelarten heimisch, so dass sich die Lagune auch perfekt für **Birdwatching** und **Naturfotografie** eignet. Die Lagune besteht aus einem komplexen und ausgewogenen System von Feuchtgebieten mit Fischteichen, Wasserflächen und Kanälen, die durch Schleusen geregelt werden,

um einen optimalen Wasserpegel für das Wachstum der Fische beizubehalten. Typische Baudenkmäler sind die sogenannten „**Casoni**“. Diese ehemaligen Fischerhütten sind mit typischen Materialien aus der Lagune wie Pfählen, Teichrohr und Stroh errichtet und können im Rahmen organisierter Führungen besichtigt werden. Die Häuser können auch mit organisierten Ausflügen, wie „**Mota Safon**“, besichtigt werden. In diesem Abschnitt der Lagune befinden sich viele kleine Restaurants mit Anlegestelle, wie die **Anfora Inseln**, die man mit dem eigenen oder einem geliehenen Boot oder durch Teilnahme an einem organisierten

Bootsausflug erreichen kann. Diese Touren beinhalten teilweise auch Übernachtungsmöglichkeiten in der Lagune. Im östlichen Teil der Lagune ist vor allem die **Insel Barbana** erwähnenswert, die seit ca. 1500 Jahren ein Marienheiligtum beherbergt und fester Wohnsitz einer Gemeinschaft von Benediktinermönchen ist. Die Insel steht einmal im Jahr im Mittelpunkt des religiösen Fests „Perdòn di Barbana“, das aus einem Umzug durch die Altstadt von Grado besteht, sowie einer anschließenden Prozession von beflaggten Booten, die von Grado durch die Lagune bis nach Barbana fahren.

Die Lagune Erleben

Es gibt viele Möglichkeiten, die Geheimnisse und Besonderheiten der Lagunenlandschaft auf originelle und individuelle Weise zu entdecken. Beispielsweise bei einer speziellen **Rad-Schiffstour**, bei der man zunächst mit dem Rad die herrlichen Wälder und

Landschaften des Hinterlands durchquert, um anschließend eine Schiffsrundfahrt durch die Lagune zu machen, vielleicht sogar kombiniert mit einem erfrischenden Bad. Wer die Stille liebt und einen langsamen Rhythmus bevorzugt, kann auch

einen Ausflug mit dem **SUP**, **Kajak** oder **Kanu** in die Lagune machen, entweder allein oder gemeinsam mit einem Führer.

Naturschutzgebiete

In der Lagune von Grado gibt es eine Reihe von kleinen Naturparadiesen. Das **Naturschutzgebiet Valle Cavanata** ist von Grado aus über herrliche Radwege erreichbar. Das Gebiet ist in verschiedene Touren aufgeteilt,

die durch Sandbänke, sumpfige Auwälder und Strände führen, wo man Wasservögel in ihrem natürlichen Habitat beobachten kann. Weiter östlich befindet sich das bereits etwas außerhalb der Lagunenlandschaft

gelegene **Naturschutzgebiet Foce dell'Isonzo – Isola della Cona**, ein idealer Lebensraum für zahlreiche Tierarten, insbesondere Stand- und Zugvögel.

Camarguepferde in Reservat Isola della Cona ➔





Sarde in saor →

TASTE

Land und Meer

Eine klassische Spezialität aus Grado ist **Boreto**, eine Fischsuppe mit Steinbutt und verschiedenen anderen Fischen, zu der weiße Polenta gereicht wird. Weitere Klassiker sind in Salz eingelegte Meeräschen („**Sievuli soto sal**“) und süßsauer marinierte Sardinen („**Sarduni in savor**“), die mit Mehl bestäubt, frittiert und

anschließend in eine feuerfeste Form geschichtet werden. Eine köstliche Vorspeise sind gegarte Bärenkrebse mit Öl und Zitrone („**Canoco**“) sowie „**Moleche**“, Krebse ohne Panzer, die frittiert verspeist werden. Außerdem sollte man auch die „**Zuppa di Gò**“ probieren, die aus dem Grundel zubereitet wird, einem

typischen Lagunenfisch. Ergänzt wird die lokale Küche durch das vielfältige Angebot an Gemüse und Obstsorten vom Festland, die auch in kleinen Lebensmittelläden erhältlich sind: insbesondere erwähnenswert sind der **Spargel aus Fossalon** und die **Pfirsiche aus Fiumicello**.

Gourmettouren

Ein Ausflug in die Lagune lässt sich ideal mit einer kulinarischen Rast kombinieren: in Porto Buso, Barbania und Grado gibt es kleine **Restaurants mit Anlegestelle**, die köstliche Fischspezialitäten zubereiten. Man kann sich aber auch für eine organisierte Schifftour entscheiden, bei der man auf der Fahrt zu den Inseln der Lagune von Grado schmackhafte Gerichte und regionale Spezialitäten verkosten kann. Wer einen längeren Urlaub in Grado

verbringt, sollte auch einen Ausflug in die **Weinberge** einplanen: in Friaulw Julisch Venetien werden Jahr für Jahr einige der besten europäischen Weißweine und hochwertigen Rotweine produziert. Bei einer direkten Verkostung im Weingut kann man sie dank der interessanten Erläuterungen ihrer Erzeuger am besten kennenlernen! Aufgrund der vielfältigen Böden und Lagen wurden neun regionale DOC, vier überregionale DOC-Gebiete und fünf DOCG Gebiete festgelegt:

am nächsten an Grado gelegen ist die Region DOC Aquileia, deren Weintradition eine ebenso lange Geschichte hat wie die Stadt selbst. Zum Abschluss des Essens muss der Santonego probiert werden, ein typischer Verdauungsschnaps aus Strandbeifuß, einer in der Lagune wachsenden Kräuterpflanze. Zum Abschluss des Essens muss der **Santonego** probiert werden, ein typischer Verdauungsschnaps aus Strandbeifuß, einer in der Lagune wachsenden Kräuterpflanze.



← Grado, Altstadt

KULTUR

Grado: auf den Spuren der Römer und Venezianischen Patriarchen

Grado (lat. *gradus*, Stufe) ist römischen Ursprungs und entstand im 2. Jahrhundert n. Chr. als Fischerdorf und anschließend als Hafen für die Schiffe, die den Fluss Natisa nach Aquileia flussauf fuhren. Im 4. Jh. wurde ein **Castrum** errichtet, in dem die vor den einfallenden Barbaren geflüchtete Bevölkerung des Hinterlands, die Bischöfe aus Aquileia und der Patriarch selbst Unterschlupf fanden, der seinen Sitz von Venedig in die Lagunenstadt verlegte. Mit der Rückkehr des Patriarchen nach Venedig im Jahr 1451 begann für die Insel eine schwierige Zeit, die von zahlreichen Konflikten geprägt war. 1797 fiel die Stadt unter die österreichische Herrschaft und kam nach dem Ende des **Ersten Weltkriegs** erneut zu Italien. Der blutige Konflikt zwischen Italienern und Österreich-Ungarn fand in der Lagune von Grado statt: Zephyr der italienischen Royal Navy startete

einen Torpedo im feindlichen Lager. Ein idealer Ausgangspunkt für eine Stadtbesichtigung ist die Altstadt im venezianischen Stil mit ihrem Labyrinth aus kleinen Gassen und pittoresken Plätzen, die von bunten Fischerhäuschen gesäumt sind. Auf dem „**Campo dei Patriarchi**“, dem Mittelpunkt der spätrömischen und venezianischen Periode, steht die **Basilika Sant'Eufemia**. Auf der Südseite erhebt sich der mittelalterliche Glockenturm aus Backstein, auf dessen Spitze der unverwechselbare fast drei Meter hohe Wetterengel (der Anzolo) emporragt, ein Geschenk von Venedig und heute Zeichen der gesamten Gemeinschaft von Grado. Sie war mehr als acht Jahrhunderte lang Kathedrale des Patriarchats von Aquileia. Hier kann man auch das **wertvolle Lapidarium der Basilika** besichtigen. Ein weiteres bedeutendes Denkmal und beliebtes Gotteshaus in Grado

ist die frühchristliche **Basilika Santa Maria delle Grazie** aus dem 4. Jh. mit einem herrlichen Altar und Weihwasserbecken sowie einer hölzernen Skulptur der Gnadenmadonna. Ebenfalls sehenswert ist die **Piazza Biagio Marin**, die dem berühmten Dichter gewidmet ist, der 1891 in Grado geboren wurde und die Lagune in vielen seiner Werke besang. Von der Piazza Marin erreicht man über lange gläserne Stege die **Basilika della Corte**, in der einige Sarkophage und Mauerreste des Gebäudes zu sehen sind, die 1902 während der Restaurierung des Platzes aufgefunden wurden. Für die Touristen gibt es Stadtführungen mit Kostprobe und Walking Tours für die Entdeckung der Handwerkerwerkstätten, die die Altstadt auf der Entdeckungstour der alten Berufe übersäen.

KULTUR

Grado und die Pilgerwege

Auch im Zusammenhang mit den Pilgerwegen, die mit Rucksack gepackte Wanderer im langsamen Tempo an ihr Ziel führen, nimmt Grado eine wichtige historisch-kulturelle Rolle ein. Die **Wallfahrtskirche der Insel Barbana** bildet den „Auftakt“ des **Cammino Celeste**, einem über 200 km langen Pilgerweg,

der auf italienischem Gebiet Aquileia, bedeutendes Zentrum der europäischen Christianisierung, mit der Wallfahrtskirche des Monte Lussari in Tarvis verbindet. Auf der **Insel Barbana** befindet sich seit circa 1500 Jahren eine alte Marienwallfahrtskirche und sie wird ständig von einer Benediktinermönchsgemeinschaft

bewohnt. Die Insel ist alljährlich das Ziel der „**Perdòn di Barbana (Vergebung von Barbana)**“, einer alten Wallfahrt und religiösen Veranstaltung, zu der ein Umzug und eine Bootsprozession von der Stadtmitte von Grado nach Barbana gehört.

Aquileia: auf den Spuren der Alten Römer

In der friaulischen Ebene befindet sich ein reiches Kulturerbe mit vielen Kunststädten, die einen Besuch wert sind. Allen voran Aquileia, einst neuntgrößte Stadt des Römischen Reiches und viertgrößte Stadt Italiens, die mit einem Theater, einem Amphitheater und einem Zirkus ausgestattet war, sowie selbstverständlich mit grundlegenden zivilen Einrichtungen. Unbedingt sehenswert ist bei einem Besuch

des UNESCO Welterbes von Aquileia die majestätische **Basilika Santa Maria Assunta** mit ihrem hohen Glockenturm aus dem Jahr 1000. Die eigentlichen Schätze befinden sich in ihrem Inneren: ein wunderschöner Mosaikboden, die freskenbemahte „CRIPTA degli Affreschi“ und die „CRIPTA degli Scavi“. Ebenfalls zu erwähnen sind das Baptisterium, die Südhalle und die archäologische Ausgrabungsstätte mit dem

ehemaligen **Forum Romanum** und dem Binnenhafen das **Domus di Tito Macro** und das **Museo Paleocristiano**. Das vor kurzem renovierte **Archäologische Museum** zeugt mit seiner umfassenden Sammlung wertvoller Fundstücke vom einstigen Glanz und Reichtum der Stadt. Ein breit gefächertes Angebot an Themenführungen auf der Entdeckung von Aquileia und die **Aquileia Card**, die Ermäßigungen und Kostenfreiheit bietet.

Unesco-Stätten und die schönsten Dörfer Italiens

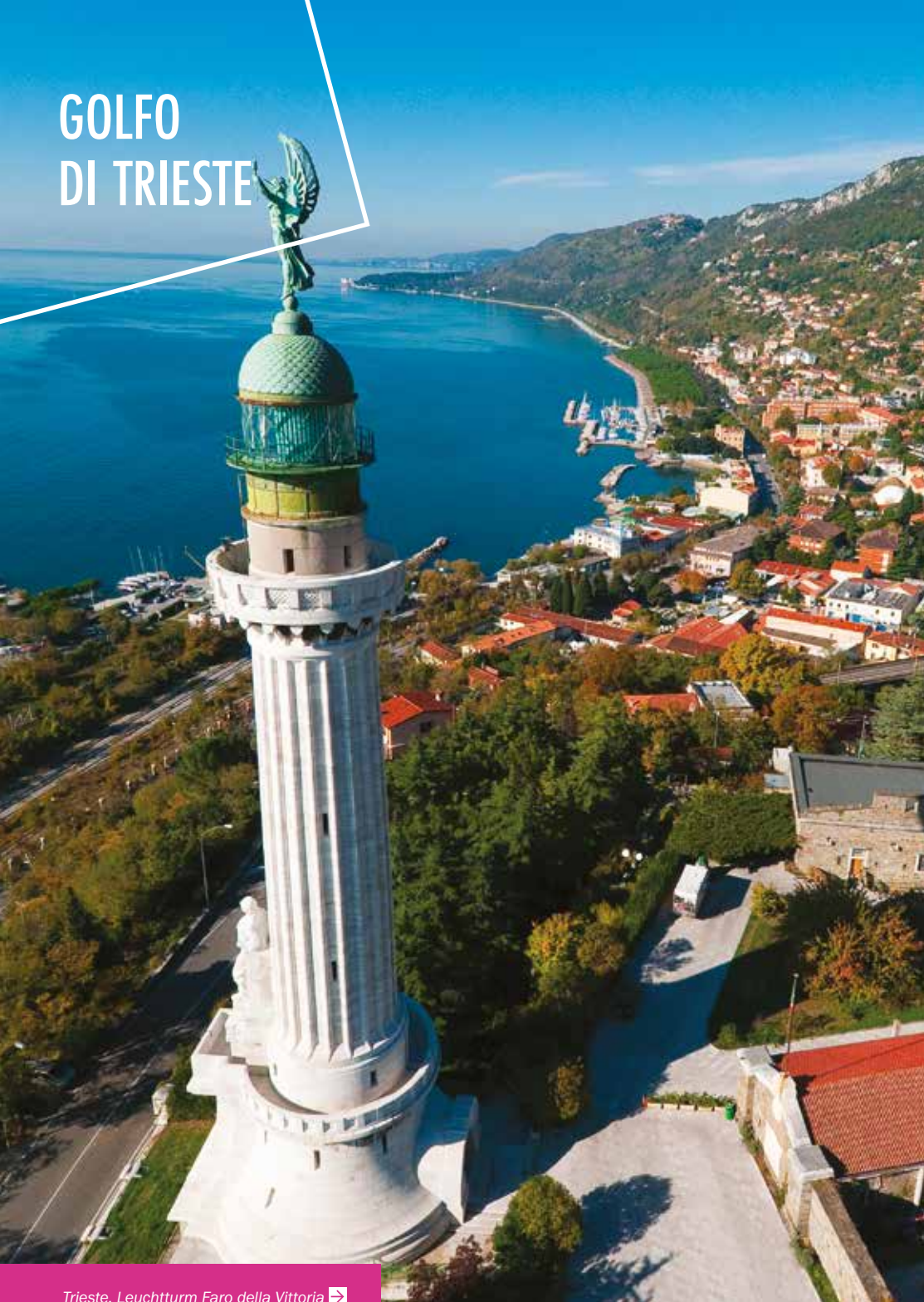
Wenn man der ehemaligen Strecke des ehemaligen Cardo maximus von Aquileia folgt, erreicht man in Kürze die Festungsstadt Palmanova, ein Meisterwerk der venezianischen Militärarchitektur, deren Anlage die Form eines Sterns mit neun Zacken hat. Sie wurde zur Verteidigung der regionalen Grenzen und gegen die Bedrohung durch die Türken errichtet. Die Festung **Palmanova**

gehört zum Weltkulturerbe der UNESCO sowie offiziell zu den „Schönsten Orten Italiens“. Man kann den Park um die **Bollwerke der Festung** auf speziell eingerichteten Fuß und Radwegen besichtigen und die unterirdischen Gänge (Gallerie Veneziane) erkunden. Nicht weit davon entfernt lohnt sich auch der Besuch von **Strassoldo**, ein seltenes Beispiel für einen mittelalterlichen, gut erhaltenen

Ort von seltenem Reiz. Ein kurzer Umweg von Aquileia Palmanova führt nach **Torviscosa**, einer Gründungsstadt, die in den 30er Jahren errichtet wurde. Sie ist Teil der europäischen Kulturroute ATRIUM, an der Städte mit architektonischen Zeugnissen totalitärer Regime des 20. Jahrhunderts liegen. Ganz in der Nähe befindet sich auch **Aiello del Friuli**, das als Ort der Sonnenuhren bekannt ist.



GOLFO DI TRIESTE



Trieste, Leuchtturm Faro della Vittoria ➔

Eine bunte Vielfalt an Erlebnissen

Triest ist zum Meer ausgerichtet, ohne den Kontakt zum Festland zu verlieren, in der Schwebelage zwischen einer rauen Felsküste und dem intensiven Blau der Adria: eine echte Küstenstadt. Am **Golf von Triest** gibt es zahlreiche Strände, die Spaß und Erholung für Familien bieten, ebenso wie die Möglichkeit zu Ausflügen mit SUP, Kanu oder Kajak einzigartige und unvergessliche Erlebnisse. Die traditionsreiche Herbstregatta „**Barcolana**“ zieht jedes Jahr Tausende Segelsportbegeisterte an. Mit ihren historischen Kaffeehäusern, Kunstschätzen, Baudenkmälern und breiten Auswahl an Museen ist Triest ein ideales Reiseziel für alle, die im Urlaub Kultur mit Strandleben kombinieren wollen. Außerdem gibt es zahlreiche Möglichkeiten zu wunderschönen Ausflügen in Kontakt mit der Natur: eine Radtour entlang der „Strada Napoleonica“ und durch die unberührte Landschaft des **Naturschutzgebietes Falesie di Duino**, ein SchnorchelTauchgang durch das **Meeresreservat Miramare** oder eine Wanderung durch die raue **Felslandschaft des Val Rosandra**, das durch die helle Farbe der Kalkfelsen und das Rot

des Färberbaums charakterisiert ist. Der Hafen von Triest und die anderen über den Golf verstreuten Yachthäfen bieten zahlreiche Anlegemöglichkeiten für Boote und sind gleichzeitig Orte der Begegnung und des Austauschs, in denen innovative Ideen entstehen. Dank renommierter Wissenschafts- und Forschungsinstitute von internationalem Rang und zahlreicher Bildungseinrichtungen hat Triest sich in ein wichtiges Zentrum für die Wissenschaft verwandelt. Für die Organisation von Meetings in einer Stadt mit strategischer Lage zwischen Ost und Westeuropa bietet Triest das neue, multifunktionale **Kongresszentrum – TCC** (Trieste Convention Center). Die unglaubliche Vielfalt an typischen Spezialitäten der Region ist das Ergebnis einer bunten Mischung aus Kulturen und Traditionen sowie dem Einfluss des Meeres. Von klassischen Fischspezialitäten über Gerichte mit Fleisch und Hülsenfrüchten bis hin zu Gemüse und exzellenten Weinen: das gastronomische Angebot von Triest garantiert einzigartige Geschmackserlebnisse.

Bewohner des Golfs von Triest gehen nicht nur ans Meer, um sich eine kleine Erholungspause vom hektischen Alltagsstress zu gönnen: es handelt sich vielmehr um eine fest in der Kultur verwurzelte Gewohnheit, einen echten Lebensstil. In der Mittagspause, nach Feierabend oder am Wochenende: wenn ein Triestiner Zeit hat, geht er ans Meer und wenn er keine Zeit hat, nimmt er sie sich! Deshalb ist es nicht verwunderlich, mitten in der Stadt auf Leute mit FlipFlops und Stran dtasche zu treffen: vermutlich sind sie auf dem Weg zur Bushaltestelle, um einen der städtischen Badestrände zu erreichen. Auch Touristen, die in der Region Urlaub machen, erliegen der unwiderstehlichen Anziehungskraft der über 15 km langen Küste zwischen dem Strand **Marina Julia** und **Muggia**. Man muss sich nur noch für eine der vielen malerischen Buchten, Kiesstrände und Felsküsten entscheiden, um sich in die Sonne zu legen und die wohltuende Wirkung des Meeres zu genießen.

Trieste Infopoint

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

Sistiana Infopoint (Sommersaison)

Sistiana 56/B - 34011 Duino - Aurisina
Tel. +39 040 299166
Mob. +39 335 7374953
info.sistiana@promoturismo.fvg.it



Duino Blick auf die Burg von der Küste ➔



← Windspot Marina Julia

STRÄNDE

Der Strand von Marina Julia: Ein Paradies für Kitesurfer

Der **Strand von Marina Julia** ist mit Cafés, Kiosken, Sonnenschirmen, Liegestühlen, Duschen und Umkleidekabinen ausgestattet und ideal für einen entspannenden Strandtag. Zudem gilt er als einer der besten Strände der mittleren oberen Adria für **Kitesurf**. Marina Julia empfängt zwölf Monate im Jahr die Begeisterten der Windsportarten wie **Kitesurfen** und **Windsurfen**. Zwanzig ordnungsgemäße Start und Landebereiche und professionelle Lehrer machen

Marina Julia zum idealen **Windspot**, der sowohl die Profis als auch die Anfänger dieser Sportarten zufriedenstellt. Für diejenigen, die eine langsame Alternative bevorzugen, bietet der Strand Stehpaddelkurse und Verleihe an. Urlauber, die mit Haustier anreisen, finden außerdem einen speziell auf Vierbeiner zuge schnittenen Strand mit Liegen und Duschen für Hunde, Fressnapfen, einem Verkaufsshop und einem umzäunten Bereich mit Spielen

und Agility Geräten für den Auslauf. Von Marina Julia erreicht man nach einem Spaziergang entlang dem von Sträuchern beschatteten Deich den freien **Strand von Marina Nova**: eine mit dem Festland durch einen Deich längs der Küste verbundene Insel. In der Nähe des Strands können Kanus und kleine Boote geliehen werden, um sich einen netten Ausflug entlang der Küste zu gönnen.



SUP an der Sistiana Bucht →

STRÄNDE

Der Strand von Sistiana: Relax und Komfort

Der ehemalige Steinbruch von Sistiana-Duino-Aurisina ist heute ein herrlicher Kieselstrand mit grün schimmerndem, kristallklarem Wasser. Die hiesigen Strandbäder sind mit sämtlichen Komforts ausgestattet und bieten Umkleidekabinen, Liegeplätze mit Sonnenschirmen sowie Duschen. Für alle, die sich sportlich betätigen

en wollen, gibt es ein **Beachvolley** und **Beachsoccerfeld** sowie einen Sprungbereich. Der Strand ist auch für Familien mit Kindern geeignet, da er über geschützte Bereiche im Schatten hoch gewachsener Bäume, einen **Spielplatz** und **Sandkästen** verfügt. Außerdem werden **spielerische Aktivitäten** und **Gruppentänze** angeboten.

Wer auf der Suche nach einer exklusiven Bademöglichkeit ist, findet hier jeglichen Komfort wie Whirlpools, große Sonnenschirme und **bequeme Liegen**, **abgeschirmte Privatbereiche**, **Terrassen**, **Cafés** und **Restaurants**, die die Speisen auch direkt an der Sonnenschirm servieren.

Inmitten der Natur

An der Küste von Triest verläuft eine Straße, von der eine Reihe von Abzweigungen zu kleinen, versteckten Buchten mit freien Stränden führen. Dank des kristallklaren Wassers, der weißen Kieselsteine und der unberührten, grünen Mittelmeermacchia fühlt man

hier einen engen Kontakt zur Natur. Besonders zu erwähnen ist **Canovella de' Zoppoli**, ein breiter Strand in der Nähe des Yachthafens von Aurisina: zwar ist der Weg etwas anstrengend, da man eine lange Treppe zurücklegen muss, was jedoch umgehend durch die Schönheit

dieses Ortes wiedergutmacht wird. Wer sein Sonnenbad in völliger Freiheit genießen möchte, kann sich für den Freikörperstrand **Filtri**, das urwüchsige Strandbad **Costa dei Barbari** oder das versteckte **Liburnia** entscheiden.



← Bucht von Sistiana

STRÄNDE

Strände zwischen Miramare und Stadt

In der direkt unter dem Schloss Miramare gelegenen **Bucht von Grignano** finden sich verschiedene Strandbäder, die einen komfortablen Tag am Meer garantieren. Folgt man der Küste in Richtung Triest, trifft man auf eine Reihe weiterer charakteristischer Badeplätze, wie die zehn ins Meer abfallenden Terrassen „**I topolini**“, die nach Mickey Mouse benannt wurden, da ihre Form von oben gesehen

an die beliebte Walt Disney Figur erinnert. Ein echter Klassiker an der Küste von Triest ist das Strandbad **Lanterna**, das von den Einheimischen auch „**Pedocin**“ genannt wird. Männer und Frauen sonnen sich hier getrennt durch eine Mauer, und am Eingang muss man wie im Bus das Eintrittsticket abstempeln. Außerdem gibt es noch die **Pineta di Barcola**, eine grüne Oase am Meer in nächster Nähe

zur Stadt, die auch mit einem Fitnessbereich ausgestattet ist. Hier kann man zwischendurch auch im Schatten der Bäume vom Sonnenbaden pausieren. In Stadtnähe gibt es noch weitere moderne Strandbäder, die mit verschiedenen Komforts wie Swimmingpool, Sprungbrettern, Sonnenterrassen, Restaurants und Massagebereichen ausgestattet sind.

Der Küstenabschnitt bis Muggia

Auch an der Küste zwischen der Strandpromenade von **Muggia** bis nach Lazzaretto findet man verschiedene freie Bademöglichkeiten sowie Strandbäder. Hier kann man

sich, umspült vom kristallklaren Meereswasser, in der Sonne entspannen und gleichzeitig einen herrlichen Ausblick auf den Golf von Triest genießen. Zwischen Punta Sottile und

Punta Olmi erstreckt sich ein mit Spielplätzen, Sitzbänken und Sportgeräten ausgestatteter Bereich.

FAMILY

Auf den Spuren der Meereswelt

Der Golf von Triest bietet zahlreiche Möglichkeiten, um einen unbeschwerten Urlaub mit der Familie zu verbringen und gemeinsam die Umgebung zu erkunden. Wer sich für das Meer und die Unterwasserwelt interessiert, sollte das

Meeresreservat Miramare besuchen, in dem Seawatching ausgeübt werden kann. Im Reservat gibt es außerdem das **Biodiversitario Marino BioMa**, ein Erlebnismuseum mit einem Rundgang, bei dem man die Unterwasserwelt des

Golfs von Triest entdecken kann. Unterhaltsame Kartenführer informieren mit Spielen, Quiz und interaktiven Rätseln über die Besonderheiten der Meereswelt.

Spass für die ganz Familie

Echte Garantie für einen vergnüglichen Tag im Wasser ist der **Aquapark Marina Julia**, wo man in den 50 m Becken seine sportliche Form testen oder sich mit Wasserspielen und auf

den Rutschen vergnügen kann. Ein unvergessliches Erlebnis ist außerdem das Panorama auf den Golf von Triest direkt vom Meer: auf einer Fahrt mit den Linienschiffen, die Triest

mit Muggia und den anderen Badeorten der Küste verbinden, kann man herrliche Ausblicke auf die Küste, die Schlösser Miramare und Duino sowie die Naturschutzgebiete genießen.



Diving in der Sistiàna-Bucht →

Wissenschaft für die ganze Familie

Junge Nachwuchswissenschaftler sollten dem **Science Centre Immaginario Scientifico** in Triest einen Besuch abstatten, einem innovativen Wissenschaftsmuseum

mit interaktiven Rundgängen, Multivision Stationen, Planetarium und Didaktik Werkstätte. Da sich hier Die Kleinen werden mit offenem Mund vor dem Skelett des

1994 im Fischerdorf gefundenen und heute im **städtischen Naturkundemuseum** von Triest aufbewahrten **Dinosauriers Antonio** stehen.

Auf der Suche nach neuen Abenteuern

Kleine Entdecker auf der Suche nach neuen Abenteuern sollten in ihrem Urlaub auch die **Grotta Gigante**, die Riesengrotte, besuchen, die zu den größten Schauhöhlen der Welt gehört. Beim Hinabsteigen der über 500 Treppenstufen kann man sich damit vergnügen, die Namen der im Laufe der Zeit von Stalaktiten und Stalagmiten geformten

Skulpturen zu erraten. Zur Grotte gehören auch ein multimediales Besucherzentrum, ein Didaktikraum und ein Museum für Höhlenkunde. Etwas kleiner ist die **Grotta di Silvia**, die allerdings für ihren unglaublichen Reichtum an Konkretionen berühmt ist und zu den bekanntesten Attraktionen des triestinischen Karstgebiets

zählt. Auch der Außenbereich der Grotte kann besichtigt werden. Die Besucher können mit dem „Agribus“, einem speziell ausgestatteten Traktor, eine Besichtigungsfahrt zu den von Dolinen durchzogenen Feldern und Steinbrüchen machen, die für die Landwirtschaft und als Baumaterialien dienten.



← Riesengrotte

OUTDOOR

Meer, Wind und Freiheit

Wer gerne im Freien und in einer traumhaften Umgebung Sport treibt, ist im Golf von Triest genau richtig. Die Region bietet ein reichhaltiges und interessantes Angebot an **Wassersportarten**: **Kite** oder **Windsurfkurse** an den Stränden von Marina Julia, **SUP** und **Kanu** Ausflüge mit Blick auf das **Schloss Miramare** und **Duino Schloss** oder **Seawatching** auf dem Meeresgrund des **Meeresreservat Miramare**. Romantiker können eine

Ausfahrt mit dem Segelboot bei Sonnenuntergang unternehmen, um zu beobachten, wie die Sonne langsam hinter der buchtenreichen Golfküste untergeht, oder mit dem eigenen Surfbrett durch die Wellen reiten. Das **Segeln** nimmt im Golf von Triest einen wichtigen Stellenwert ein, daher finden Kinder und Jugendliche, die sich dem Segelsport annähern wollen, hier eine breite Auswahl an Segelschulen mit professionellen Lehrern. Wer begeisterter Angler

ist, sollte an einer geführten Angeltour in Begleitung heimischer Fischer teilnehmen, bei der man viel Wissenswertes über die Miesmuschelzucht erfahren kann. Das **Klettern** an den weißen, auf den Golf von Triest blickenden Kliffen längs der Napoleonischen Straße ist ein ausprobierendes Erlebnis: Die Geräusche der Schnappringe und der Seile werden sich mit denen der See und der Segel vermischen!



Segeln an der Bucht von Sistiana ➔

OUTDOOR

Zu Fuss durch drei Länder: der Alpe Adria Trail

Durch den triestinischen Karst führt auch der Wanderweg **Alpe Adria Trail**, der bis Muggia reicht. Er erstreckt sich auf 43 Etappen von jeweils ca. 20 km Länge über eine Gesamtstrecke von 750 km Länge und kann je nach Körperform und gewünschter Kilometerzahl in beiden Richtungen

zurückgelegt werden, je nachdem, in welchem Land man starten möchte. Entlang der Strecke stehen den Wanderern spezielle Wegweiser sowie entsprechende Informationen und Unterkünfte zur Verfügung.



← Rilkeweg Alpe Adria Trail



Golf Club Trieste →

OUTDOOR

Die Lust am Wandern

Wer sich gerne im langsamen Rhythmus fortbewegt, findet im triestinischen Karst eine Reihe von Wanderwegen unterschiedlicher Länge und Schwierigkeitsgrade. Zu den bekanntesten gehört der **Sentiero panoramico della Salvia**, der den Ortsteil Santa Croce in Aurisina mit Slowenien verbindet und am Rand des Karstgebirges durch eine üppige Vegetation aus Sal beipflanzen führt. Der

Sentiero Natura besteht aus einer spektakulären natürlichen Verbindung zwischen der Karsthochebene und der Adria und führt durch die Dörfer Contovello Prosecco sowie das Vorgebirge Miramare. Interessant sind auch die durch den Karst verlaufenden **Wege des Ersten Weltkriegs**, die die Besucher auf eine Reise in die Geschichte des 20. Jahrhunderts mitnehmen, beispielsweise auf

den Monte Ermada oder in den Parco 97 bei Prosecco. Die „**Strada Napoleonica**“ ist für ihre herrlichen Ausblicke berühmt und besteht aus einer einfachen Wegstrecke zwischen Opicina und Prosecco, die auch mit dem Fahrrad oder Kinderwagen zurückgelegt werden kann und daher bestens für Familien geeignet ist.

Golf Club mit Aussicht

Der **Golf Club Trieste** bietet atemberaubende Ausblicke und macht aus einer Golfpartie ein exklusives Erlebnis. Dank der herrlichen Aussicht von der Lagune von Grado bis nach Istrien und

der rauen Karsthochebene als Kulisse garantiert der Golfplatz eine ideale. Der ca. 21 km lange Radweg zwischen Triest und Draga di Sant'Elia verläuft entlang der ehemaligen Bahnstrecke und ist

ideal für Familien. Erfährt Mischung aus Unterhaltung und Entspannung inmitten der Natur. Der Golf Club gehört zudem dem **Golf Netz in Friaul-Julisch Venetien** an.

Atemberaubende Strecken durch den triestiner Karst

Für alle, die ab und zu dem Rausch der Geschwindigkeit erliegen, gibt es eine breite Auswahl an

Motorradstrecken durch den triestinischen Karst: atemberaubende Kurven, herrliche Gebirgsland-

schaften und stimmungsvolle Ausblicke aufs Meer sorgen für ein unvergessliches Motorrad-erlebnis.



← Mountainbike trails

BIKE

Durch das Hinterland des GolPfade, Straßen und Feldwege,

die fs von Triest führen zahlreiche sich perfekt für Mountainbike

Touren von unterschiedlicher Schwierigkeit und Länge eignen.

Family cycling: von Triest nach Draga di S. Elia

Der ca. 21 km lange Radweg zwischen Triest und Draga di Sant'Elia verläuft entlang der ehemaligen Bahnstrecke und ist ideal für Familien. Er führt zunächst durch die Hügel am

Rand von Triest, die sich durch typische Häuser mit Obstund Gemüsegärten charakterisieren, sowie durch das Val Rosandra, ein für seine Naturschönheiten bekanntes Karstgebiet, das herr

liche Ausblicke auf die Kalkfelsen des Golfs von Triest bietet. Kurz vor der Staatsgrenze erreicht man die kleine Ortschaft Draga Sant'Elia, wo man eine erholsame Rast einlegen kann.

Adria Bike

Durch den Golf von Triest führt auch der Radweg **Adriabike**, der sich auf einer 1.000 km langen Strecke von den Gipfeln

der slowenischen Alpen bis zur Adria erstreckt. Selbstverständlich kann man auch nur einzelne Streckenabschnitte dieses

stimmungsvollen Radwegs zurücklegen.

NAUTIK

Mit geblähten Segeln durch den Golf von Triest

Der Golf von Triest ist ein Paradies für Segler und verfügt daher über sieben Yachthäfen, die in der Lage sind, höchste Ansprüche zu erfüllen. Bei einem Spaziergang entlang der Ufer der Stadt können Sie die MaxiYachten direkt vor der Piazza Unità bewundern.

In der natürlichen Bucht von Panzano liegt **Marina Hannibal**, ein echter Inbegriff der Segelkultur. Ihm folgen die zwei Yachthäfen von Monfalcone, sowie **Marina Lepanto** und **Ocean Marine**. In der Bucht von Sistiana befindet sich der mit

modernsten Dienstleistungen ausgestattete **Portopiccolo**. Direkt im Zentrum von Triest liegt **Marina San Giusto**, der dank des alten Leuchtturms auf der rechten Seite und der Hafenstation auf der linken Seite vom Meer aus gut zu sehen ist. In Muggia am äußersten Ende des Golfs von Triest befindet sich **Porto San Rocco Marina Resort**, der vom offenen Meer an den seiner ockerfarbenen Kais erkennbar ist. Ein sowohl für Segelfans als auch andere Besucher unvergessliches Ereignis ist

sicherlich die **Barcolana**: eine traditionsreiche internationale Segelregatta, die jährlich am zweiten Oktobersonntag im Golf von Triest stattfindet. Nicht nur der stimmungsvolle Blick auf den mit unzähligen Segelbooten durchsetzten Golf machen dieses Ereignis so einzigartig, sondern auch die zahlreichen Rahmenveranstaltungen und Gastronomiestände, die in der Stadt angeboten werden.



Barcolana →

WELLNESS

Energie Tanken direkt am Meer

Ahlreiche Unterkünfte am Golf von Triest bieten **SPA** und **Wellness Center** mit exklusiven Behandlungen, in denen man sich eine Auszeit gönnen kann. Saunas mit Meerblick, Salzräume, Whirlpools, Wellness Parcours in der Natur und Beauty Farmen mit professionellen Fachkräften sorgen dafür, dass sich die Gäste komplett entspannen und neu auftanken können. Relax und Wohlbefinden stehen auch in den **Römischen Thermen (Terme Romane)** in Monfalcone an erster Stelle.

Ihr Heilwasser ist reich an Schwefel, Salz, Alkalisulfat und Schlamm und läuft mit einer Temperatur von 38 - 39 Grad aus seiner natürlichen Quelle. Diese liegt in der Nähe der Quelle des Flusses Timavo und wurde bereits von den Römern für Heilbehandlungen und die Körperpflege genutzt. Die sowohl mit Schwimmbädern als auch Einzelbecken ausgestatteten Thermen bieten Behandlungen wie Massagen im Thermalwasser, Wellness Parcours, Aquabalancing und

Entspannungsübungen und sind auf Inhalationstherapien für Atemwegserkrankungen sowie Rehabilitation im Wasser spezialisiert.



Wellness in Portopiccolo

NATUR

Das Hinterland des Golfs von Triest bietet allen Naturfans unvergessliche Erlebnisse: spektakuläre Dolinen, eindrucksvolle Grotten, Wanderwege durch eine vom Wind geformte Pflanzenwelt oder steil zum Meer abfallende, strahlend weiße Felsklippen. In nächster Nähe vom Schloss Miramare liegt das vom WWF Italien betriebene **Meersreservat Miramare**, dessen Ziel die Bewahrung, der Schutz und die Förderung der Biosphäre sowie einer ausgewogenen Beziehung zwischen Mensch und Umwelt auf globaler Ebene sind. Das Reservat kann im Rahmen von Erlebnisrundgängen, geführten Besichtigungen und Seawatching Kursen entdeckt und erlebt werden. Das **Naturschutzgebiet Falesie di Duino** besticht durch eine selten schöne Landschaft, die vor allem durch den Kontrast zwischen den strahlend weißen Kalkfelsen der Küste und dem Blau des Meeres charakterisiert ist. Das Naturschutzgebiet kann zu Fuß von Sistiana aus erreicht werden, indem man den 1700 m langen Spazierweg zurücklegt, der nach dem böhmischen Dichter Rainer Maria Rilke benannt ist und 1987 eingeweiht wurde. Das Schutzgebiet kann auch vom Meer aus mit einer Kanu und SUP Tour unter die Kliffe oder mit Bootsausflügen bewundert werden.





Val Rosandra ➔

NATUR

Durch das **Naturschutzgebiet Val Rosandra** fließt das einzige oberirdische Gewässer des triestinischen Karstgebiets, der Wildbach Rosandra Glinščica. An seinen Ufern wächst eine üppige Vegetation, die auch die Ansiedlung verschiedener Tierarten begünstigt hat. Eine Reihe von Wegen führt entlang sprudelnder Bäche zu Höhlen mit alten Inschriften, Burgruinen und herrlichen Aussichtspunkten. Ebenfalls sehenswert ist das **Naturschutzgebiet Monte**

Lanaro und **Monte Orsario**, wo man viele Karsterscheinungen beobachten kann. Mit ein wenig Glück findet man vielleicht sogar Spuren von Braunbären und Schakalen. Der **Botanische Garten Carsiana** zeigt eine Reihe charakteristischer Pflanzen der triestinischen Karstlandschaft. Ebenfalls einen Besuch wert ist das **Naturschutzgebiet Laghi di Doberdò und Pietrarossa**, in dessen Schwarzpappeln Spechte nisten. Möglicherweise entdeckt man inmitten der Feuchtgebiete

und Heidewiesen auch einen Goldschakal! Die Besonderheit dieser Naturlandschaft besteht aus dem Kontrast des Ökosystems See mit der kargen Karstlandschaft. Das Naturschutzgebiet beinhaltet auch eine archäologische Ausgrabungsstätte mit einer Befestigungsanlage aus der Bronzezeit und ein Besucherzentrum mit einem naturkundlichen Museum, das die Rekonstruktion eines inzwischen ausgestorbenen Höhlenbärs zeigt.



← Osmiza

TASTE

Kulinarische Traditionen

In den Restaurants und Trattorien an der Küste und in der Altstadt von Triest findet man eine Reihe einzigartiger Spezialitäten, die aus der harmonischen Kombination unterschiedlichster Einflüsse entstanden sind. Ein besonderes Erlebnis sind auch die typischen **Fischlokale** direkt am Meer, wo das Abendessen von der besonderen Geräuschkulisse der Wellen und verankerten Fischerboote und einem atemberaubenden Sonnenuntergang untermalt wird. Im triestinischen Karst sollte man unbedingt in eine **Osmize** einkehren: diese typischen Bauernschänken bieten regionale Spezialitäten wie Käse und Wurst direkt vom Erzeuger an und man genießt gleichzeitig einen herrlichen Ausblick auf den Golf. Eine typische

Vorspeise der regionalen Küche sind beispielsweise **„Parsuto in crosta“**, geräucherter oder gekochter Schinken in Brotteig, sowie **„Sardoni in savor“**, in Mehl gewälzte und frittierte Sardinen in Zwiebelmarinade. Als klassischer erster Menügang ist die **„Jota“** zu nennen, eine Bohnensuppe mit Kraut, Kartoffeln, Bratwurst, Räucherspeck sowie verschiedenen Kräutern und Gewürzen, ebenso wie die **„Gnocchi di pane“**, Knödel aus altbackenem Brot, das in einer Schinkensoße gekocht wird. Zweite Menügänge sind bei spielsweise **Gulasch**, ein Fleischeintopf mit Zwiebeln und Chili, sowie **„Cevapcici“**, würzige Bratwürste aus dem Balkan. Wer gern Fisch mag, sollte die **„Scampi alla Busara“** probieren, die in

Tomatensoße geschmort werden, sowie **„Pedoci a la scotadeo“** (Miesmuscheln in Weißwein), Kabeljau nach istrischer Art oder Stockfisch mit Tomatensoße. Ein typisches Süßgebäck der Region ist **„Presnitz“**, eine mit Nüssen und Trockenobst gefüllte Blätterteigrolle und die **Putizza**, eine typische Süße mit Honig, Trockenfrüchten, Mohn und vielen anderen Füllungen gefüllt. Als Begleitung zu diesen deftigen Spezialitäten bieten sich der rubinfarbene Rotwein **Terrano** oder der **Vitovska** an, ein DOC Weißwein, der nur im Gebiet von Triest und Görz angebaut wird. Eine weitere Delikatesse aus der Region ist das auf dem Gebiet von Triest produzierte native **Olivenöl extra**, das durch die Herkunftsbezeichnung.

KULTUR

Geschichte, Kunst und Kultur in Triest

Wer durch die Straßen von Triest spaziert, kann die Geschichte der Stadt hautnah erfahren. Aus der Römerzeit findet man Spuren auf dem Hügel San Giusto mit der **Burg** und der **Kathedrale**. Die neoklassizistischen Gebäude der Altstadt und die weitläufige **Piazza Unità d'Italia** zeichnen sich hingegen durch den eleganten Baustil der Habsburgerzeit aus. Wenige Meter von der Piazza entfernt liegt der **Molo Audace**, ein romantischer Kai, der 200 m auf das Meer hinaus führt. Wer Triest über das Meer erreicht, wird vom Leuchtturm **Faro della Vittoria** begrüßt, der Mitte des 18. Jahrhunderts auf den Resten

des Bollwerks einer ehemaligen österreichischen Festung errichtet wurde. Heute ist er ein Denkmal zur Erinnerung an die im Ersten Weltkrieg gefallenen Marinesoldaten. Das strahlende Weiß des **Schlusses Miramare** bildet einen intensiven Kontrast zur blauen Adria. Es wurde vom Erzherzog Maximiliano von Habsburg und seiner Gattin Charlotte von Belgien errichtet und ist das ganze Jahr für Besucher geöffnet, ebenso wie sein prachtvoller Park. Ein symbolträchtiges Bauwerk der Stadt ist das zwischen 1798 und 1801 errichtete **Teatro Verdi** nach einem originellen Projekt

von Giannantonio Selva, der auch das Fenice in Venedig entwarf. Der bedeutende kulturelle Ruf von Triest wird durch die zahlreichen Museen in der Stadt deutlich: absolut sehenswert ist das **Museum Revoltella**, ein eleganter Renaissancebau, der Meisterwerke der modernen Kunst zeigt, oder das **Schiffahrtsmuseum**. Originell ist auch das **Bora Museum** mit einer kreativen Ausstellung, die auf ungewöhnliche und experimentelle Weise die Erfahrungen der Stadt mit dem Wind beschreibt.



Triest, Piazza Unità d'Italia ➔

KULTUR

Die historischen Fischerdörfer Muggia und Duino

Das historische Fischerdorf Duino liegt zwischen dem Südhang des Monte Ermada und steil in die Adria abfallenden Klippen. Hier erhebt sich auf einem Felsvorsprung das **Schloss Duino**. Das von den Fürsten von Thurn und Taxis bewohnte Schloss ist vollständig für Besucher geöffnet, ebenso wie sein wunderschöner Garten. Besonders stimmungsvoll ist die sogenannte „ulca“, ein schmaler Pfad, der von der Kirche an der Schlossmauer entlang verläuft und von charakteristischen Häusern gesäumt ist. Ebenfalls einen

Besuch wert ist der historische Fischerort Muggia, der die vom Meer ankommenden Besucher mit dem charakteristischen **Porto Mandracchio** empfängt. Pulsierendes Herz des Städtchens ist die Piazza Marconi, an der sich die weiße Fassade des Doms von Muggia im Stil der venezianischen Gotik erhebt. Bei einem Spaziergang durch die bunten Gässchen und malerischen Straßen kann man die Backsteinfassaden der alten venezianischen Häuser bewundern, beispielsweise die **Casa Veneta in der Calle Oberdan**. Das den Hafen

überragende Vorgebirge hat eine noch ältere Geschichte, von der die Reste der vorgeschichtlichen Befestigungsanlagen Santa Barbara und Muggia Vecchia zeugen. Hier steht auch die romanische **Basilika Santa Maria Assunta**, in der man wunderschöne Fresken im Stil der Malerei vor Giotto bewundern kann, die vor kurzem restauriert wurden. Die archäologische Ausgrabungsstätte zeigt Reste des antiken römischen Castrum. Von hier aus genießt man einen wunderschönen Ausblick auf den Golf von Triest.



← Muggia, Dom



Schiffsbaumuseum in Monfalcone ➔

KULTUR

Von der Werftstadt zu den Spuren des Ersten Weltkriegs

Die Stadt Monfalcone ist nicht nur eine bedeutende Industriestadt, sondern überrascht die Besucher auch mit interessanten historischen Sehenswürdigkeiten. Eines der berühmtesten Denkmäler im Stadtzentrum ist die **mittelalterliche Burg** mit dem **Paläontologischen Museum**. Das **Schiffsbaumuseum MuCa** ist das einzige seiner Art in Italien und illustriert mit Hilfe verschiedener multimedialer Elemente die Geschichte der Arbeitersiedlung Panzano, die sich zusammen mit der Schiffsbauindustrie entwickelte. In der näheren Umgebung der

Stadt gibt es den interessanten **Themenpark des Ersten Weltkriegs**, der die historischen Ereignisse der Jahre 1915 bis 1917 behandelt. Die Besucher haben die Möglichkeit, bei einem Spaziergang verschiedene restaurierte Zeugnisse des Kriegs zu betrachten, wie Schützengräben, Forts, militärisch genutzte Höhlen und Denkmäler, darunter eines zu Ehren Enrico Totis. Wenige Kilometer von Monfalcone in **Richtung Görz** liegt **Redipuglia** mit der größten und eindrucksvollsten militärischen Gedenkstätte Italiens. Die

monumentale Treppe aus Karstgestein beherbergt die Überreste von 100 000 Gefallenen des Ersten Weltkriegs. Im nicht weit entfernten Sagrado kann man das **Multimediale Museum Monte San Michele** besuchen, das 2018 zu den 40 besten digitalen Projekten der Welt gewählt wurde. Es bereitet die Gäste auf den Besuch des gleichnamigen Freilichtmuseums vor, auf dessen Gelände eine der berühmtesten Schlachten des Ersten Weltkriegs stattfand.



⬅ Gorizia, Schloss

KULTUR

Kunst&Kultur Ausflüge

Die Kunststädte des Hinterlandes sind von der Riviera Friaul-Julisch Venetiens aus leicht zu erreichen. Im Herzen der Region liegt **Udine**. In dieser von Plätzen mit venezianischem Charme und antiken Palästen geprägten Stadt, erhebt sich auf dem Hügel der Stadt das berühmte Schloss von Udine, wo mit dem Blick nach Süden gerichtet, bei Schönwetter das adriatische Meer zum Sehen ist. Die charakteristischen Straßen der historischen Altstadt mit ihren Kunsthandwerksläden, Geschäften und historischen Tavernen, in denen Sie Weine und lokale Spezialitäten probieren

können, eignen sich perfekt für einen Bummel. Sehenswert die malerische Stadt **Pordenone**. Bei einem Bummel durch die historische Altstadt können Sie zahlreiche Gebäude dessen Fassaden mit Fresken geziert sind, bewundern. Beim Rathaus (Palazzo del Comune) mit seinen original gotischen Formen beginnt der Corso Vittorio Emanuele, die antike Contrada Maggiore, eine elegante Straße mit Arkaden, Palästen von großem künstlerischem Interesse, gemütlichen Cafés und zahlreichen Geschäften die zum Shopping einladen. **Görz**, eine kleine und gemütliche Stadt, in

der die Habsburger Vergangenheit noch in den Häusern und Grünanlagen, darunter der herrliche Giardino Viatori, lebendig ist, ist ein eindrucksvoller Ort, in dem die lateinische, slawische und germanische Kultur aufeinandertrafen und verschiedene kulturelle Kontaminationen erzeugt haben. Im Jahre 2025 wird Görz zusammen mit der nahen Nova Gorica europäische Kulturhauptstadt sein. Auf der die Ortschaft überragenden Anhöhe gelegen bietet das Schloss von **Görz** einen großartigen Panoramablick auf die Stadt und die Umgebung.

Die Veranstaltungen der Küste von Friaul-Julisch Venetien

Die Küste von Friaul-Julisch Venetien wird das ganze Jahr über von einem vollen **Veranstaltungskalender** belebt. Die Veranstaltungen sind alle zu entdecken, um in die lokalen Traditionen einzutauchen, neue Geschmacksrichtungen zu entdecken, qualitative Zeit unter Freunden zu verbringen... sich zu vergnügen, zu teilen und zu lernen! Von den kleinen, in den Dörfern organisierten **Themenfesten** bis hin zu den großen **Veranstaltungen für Gastronomie**. Es fehlen auch nicht die mit dem Genuss verbundenen Veranstaltungen, eine Gelegenheit, um die Gerichte und die lokalen Erzeugnisse zu probieren, wie das **Muscheln-Fest "Festa delle Cape"** in Lignano Sabbiadoro oder das Fasolari und Pevarese Fest in Marano Lagunare. Ein immer breiter gefächelter Kalender für große **Sportveranstaltungen**, die an der Küste stattfinden, wie der Triathlon, der Bike Marathon, die SUP-Rennen und das eindrucksvolle Acquaticrunning, der Swim Run-Wettkampf, der zwischen Lignano Sabbiadoro und Grado ausgetragen wird. Für die Segelfans, aber nicht nur für sie, gilt es, nicht die **Barcolana** zu verpassen, eine der eindrucksvollsten Regatten der Welt, Höhepunkt der großen Veranstaltungen in der

Stadt. Jedes Jahr empfängt das **Biker Fest** in Lignano Sabbiadoro Motorradbegeisterte, aber nicht nur eine der spektakulärsten Motorrad Rallyes Europas, ein Anlass für Feiern, Musik und Unterhaltung. Auch die Musik spielt mit vielen Veranstaltungen an der Küste eine Hauptrolle, von den **großen Konzerten nationaler oder internationaler Künstler** bis hin zu den Musikveranstaltungen wie Grado Jazz oder die Orchesterkonzerte am Strand, um die Sommersaison willkommen zu heißen. Breit gefächert auch das **Kulturprogramm** mit Veranstaltungen, wie etwa der Premio Hemingway, die Literaturschau Lignano Noir, die Treffen mit dem Autor und dem Wein, aber auch das Aquileia Film Festival, das Triest Science + Fiction Festival und das Festival delle Geografie in Monfalcone. Zu **Weihnachten** erstrahlen die Orte am Meer im Licht mit Märkten, Krippen und önologischen Ständen, wie dem Weihnachtsdorf und der Sandkrippe von Lignano Sabbiadoro, der Weihnachtsinsel und der Krippenschau in Grado und der Märkte in Triest. Um bei neuen Veranstaltungen auf dem letzten Stand zu sein und die Termine zu erfahren, sehen Sie auf der Website **www.turismo.fvg.it/eventi** nach!

Tourismusbüros PromoTurismoFVG

Trieste Infopoint

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

Udine Infopoint

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

Gorizia Infopoint

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

Pordenone Infopoint

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

Trieste Airport Infopoint

Via Aquileia, 46 - 34077 Ronchi dei Legionari (GO)
Tel. +39 0481 476079 | Mob. +39 334 6430667
info.aeroporto.fvg@promoturismo.fvg.it

Lignano Sabbiadoro Infopoint

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

Lignano Pineta Infopoint (Sommersaison)

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 | Mob. +39 335 7705665
info.grado@promoturismo.fvg.it

Sistiana Infopoint (Sommersaison)

Sistiana 56/B - 34011 Duino - Aurisina (TS)
Tel. +39 040 299166 | Mob. +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 | Mob. +39 335 7847446
info.palmanova@promoturismo.fvg.it

Aquileia Infopoint

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

Cormons Infopoint

Piazza XXIV Maggio, 15 - 34071 Cormons (GO)
Tel. +39 0481 386224 | Mob. +39 335 7697061
info.cormons@promoturismo.fvg.it

Piancavallo Infopoint

(Sommersaison und Wintersaison)

Via Collalto, 1 - 33081 Piancavallo - Aviano (PN)
Tel. +39 0434 655191 | Mob. +39 335 7313092
info.piancavallo@promoturismo.fvg.it

Forni di Sopra Infopoint

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

Sappada Infopoint

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

Tolmezzo Infopoint

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

Arta Terme Infopoint

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

Tarvisio Infopoint

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



MIT DEM AUTO

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

MIT DEM FLUGZEUG

Regionalflughafen Triest
www.triesteairport.it
40 km von Trieste
und Udine
80 km von Pordenone
130 km von Venezia
120 km von Lubiana

MIT DEM ZUG

www.trenitalia.it
www.italotreno.it

MIT DEM FAHRRAD

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

MIT DEM BOOT

Segeln der Küste entlang un durch
die Kanäle der Lagune



www.marefvg.com

FSC

Edition Februar 2022

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

+39 0431 387130

io sono
FRIULI VENEZIA GIULIA
www.turismo.fvg.it