



FRIULI VENEZIA GIULIA  
[www.turismo.fvg.it](http://www.turismo.fvg.it)

THERMEN von ARTA  
MEERWASSERTHERMEN  
von GRADO  
RÖMISCHE THERMEN  
von MONFALCONE

WOHLBEFINDEN FÜR KÖRPER UND SEELE



## Wohlbefinden für Körper und Seele in Friaul Julisch Venetien

Friaul Julisch Venetien ist ein gastfreundliches Land. Zu wissen, was Ihrem Körper und Ihrer Gesundheit gut tut, liegt in seiner Natur. In der vom Grün, Blau und von der Ruhe dominierten Weite hat jeder Zeit und Gelegenheit, zu sich selbst zurückzufinden. Und dann gibt es da noch spezielle Orte, an denen alles darauf ausgerichtet und die logische Folge jedes Gedankens ist, sich selbst gut zu tun. Am Meer oder im Gebirge, ein Urlaub in einem Kurort in Verbindung mit Wellness- und Schönheitsbehandlungen, althergebrachten Kräutertees und Naturkosmetik ist immer regenerierend.



## THERMEN VON ARTA

### Thermen von Arta, saubere Luft und das Grün der Karnischen Alpen

Das moderne und erweiterte Thermalbad erwartet Sie mit vielen Behandlungen und Gesundheitspaketen, einem innovativen Wellnesszentrum und Therapien mit Thermalwasser und -schlamm.

Arta Terme ist ideal für einen Kuraufenthalt mit Kindern. Die den Ort umgebende Natur bietet sich geradezu für Wanderungen und viele kindergerechte Aktivitäten an. Im Wald warten zahlreiche einfache, gut beschilderte Wege auf sie, wer will, kann Ponyreiten oder Ausflüge zum See und vieles anderes mehr unternehmen und so einen unbe-

schwerten, wohltuenden Urlaub verbringen. Dazu trägt auch das perfekte Mikroklima bei, das auf eine reiche Bergvegetation in 400 Meter ü.d.M. zurückzuführen ist.

Erwachsenen mit Gelenkschmerzen und Atemschwierigkeiten bietet es viele nützliche Behandlungen und die Möglichkeit, den Kuraufenthalt mit kulturellen Ausflügen, die Besichtigung selten schöner Dörfer und das Genießen gastronomischer Spezialitäten zu vereinen. Die Terme steht aber auch jenen offen, die sich nach einer Fahrradtour einfach nur entspannen wollen.

## Warum die Thermen von Arta:

- Die Eigenschaften der Fonte Pudia, eine sulfat-, kalzium-, magnesium- und schwefelhaltige Heilquelle
- Schlammbadtherapie
- Inhalations- und Trinkkuren
- Rehabilitation im Wasser
- Ärzte und Fachkräfte immer zugegen bei Gesundheitsbehandlungen
- Schwimmbecken mit Unterwassermassagezonen und einer Wassertemperatur von 31-36 °C
- Schönheitsparcours und -behandlungen
- Saunalandschaft und Ruhezone mit Saunen, Dampfbädern, Kneipp-Anlage, Erlebnisdusche und Whirlpool
- Sehr gutes Mikroklima
- Kulturelles, gastronomisches, naturalistisches Angebot der Region





## Das Kurangebot:

Nur wenige Kilometer von Tolmezzo entfernt befindet sich der wichtigste Kurort Karniens, Arta Terme. Hier, in einer ruhigen Umgebung mit guter und reiner Luft, empfängt Sie ein **modernes Thermalbad mit Gesundheitspaketen** und vielen Behandlungen, die von Trink- und Schlammkuren, über die Rehabilitation bis hin zur Physiotherapie reichen. Ihnen liegen die wohltuenden Eigenschaften des schon in der Antike bekannten und genutzten **Pudia-Quellwassers** zugrunde. Dieses sulfat-, kalzium-, magnesium- und schwefelhaltige Mineralwasser entspringt mit einer Temperatur von 9 °C und ist vor allem für die Vorbeugung einiger Krankheiten geeignet.

Das Angebot des Heilbads umfasst Trink- und Schlammkuren, Bädertherapien, Inhalationskuren mit Inhalation, Aerosol, Vernebelung und Insufflation unter Nutzung des Pudia-Wassers. Das Thermalbad übernimmt auch von Kassen getragene

Therapien und stellt Fachkräfte zur Verfügung, die den mit jedem Patienten individuell abgestimmten Kurverlauf unterstützen und zu Ende führen.

Ein Schwerpunkt des Zentrums ist die Physiotherapie, die entweder mit Apparaten – wie bei der TECAR-Therapie – oder manuell mit Massagen, Lymphdrainage, Heilgymnastik sowie Unterwasserbewegung und Rehabilitation in einem Therapiebecken umgesetzt wird.

Im Schönheits- und **Wellnesszentrum AquaDea** ist u. a. die Haut Protagonist vieler umfassender und moderner Behandlungen, die gekonnt mit der Kraft von Kräutern kombiniert werden.

Inmitten einer unberührten Natur bietet der **Wasser-Palazzo** viel Ruhe, Saunen mit unterschiedlichen Temperaturen, ein Dampfbad, eine Erlebnisdusche und eine Kneipp-Anlage. Ideal auch nach dem Skifahren oder für eine regenerative Pause zu jeder Jahreszeit.

## Thermalbehandlungen:

### Bädertherapie:

für Haut- und Rheumaerkrankungen angezeigt

### Schlammtherapie:

für Menschen mit Knochen- und Gelenkbeschwerden und arthritisch-rheumatischen Erkrankungen

### Inhalationskuren:

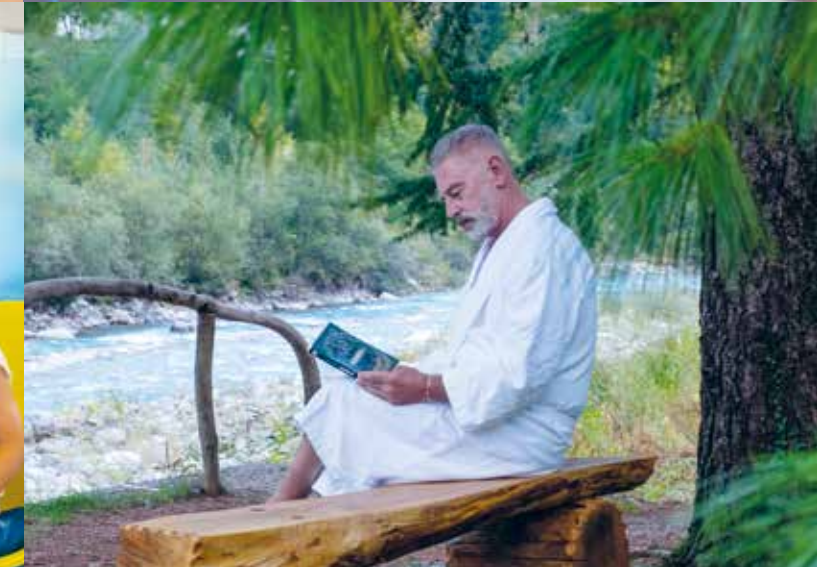
für Menschen mit Hals-, Nase-, Ohren- oder Lungenerkrankungen

### Trinkkur:

bei Magen-Darm-Erkrankungen angezeigt

## Wellness:

- Sauna, Dampfbad, Thalassobad, Erlebnisdusche
- Schönheitsbehandlungen und Wohlfühlparcours für Gesicht und Körper
- Schwimmbecken mit Unterwassermassagezonen und einer Wassertemperatur von 31-36 °C







## Karnien, ein großer Weiler mit 7 „slow“ auszukundschaftenden Tälern

Eine Zeitreise in ein Land mit uralten Traditionen. Karnien, in Friaul Julisch Venetien, mit seinen bezaubernden Tälern ist eine wahre Fundgrube an Aromen, ein Kaleidoskop an Folklore und Handwerksbetriebe, die mit ihren antiken Kenntnissen einzigartige Gegenstände hervorbringen. Hier sind die Umwelt, die Geschichte, die Kultur, aber auch die Sprache Protagonisten eines Landes mit von Ort zu Ort anderen Merkmalen. Die Gastronomie schenkt uns mit ihren lokalen Landwirtschaftsprodukten Aromen anderer Zeiten. Karnien ist ein entdeckungswürdiges Land, am besten „slow“ durch echte und charakteristische Dörfer und Orte, in denen Sie nicht selten auf kostbare Kunst- und Kulturschätze sowie alte Stadtteile stoßen werden, in denen die Züge einer langen architektonischen Tradition zu sehen sind. Nach Karnien gelangen Sie ganz einfach

über die Autobahn A23. Fahren Sie bei der Ausfahrt Carnia ab, von wo es nur mehr ein Katzensprung zu den verschiedenen Ortschaften ist.

**Tolmezzo** ist die Pforte und das wichtigste Zentrum dieses magischen Weilers, seit jeher Kreuzung von Handel und Menschen. Sein Museo Etnografico (Völkerkundemuseum) erzählt eine antike Geschichte. Nicht weit von Tolmezzo entfernt liegt ein kleines Juwel. Illegio, mit seinen Mühlen und seiner antiken *Pieve* (Taufkirche). Illegio ist ein kleines Dorf, das seit einigen Jahren mit berühmten Ausstellungen sakraler Kunst Tausende Besucher anlockt.

**Socchieve** ist eine der ältesten Ortschaften Karniens. Hier wird alljährlich ein Markt abgehalten, der eine umfassende Vitrine auf das lokale Handwerk ist, die Rassegna Carnica: „*Arte, Cultura, Lavoro*“.

**Forni di Sotto** war schon in vorrömischer Zeit besiedelt. In der Ortschaft Chiastelàt (in 960 m ü.d.M.) sind noch heute die Burgruinen zu sehen. In unmittelbarer Nähe befindet sich **Forni di Sopra** mit den Burgruinen von Sacuidic, Sitz einer mittelalterlichen, illegalen Münzstätte. Forni di Sopra ist zudem idealer Ausgangspunkt für Ausflüge in den **Naturpark der Friauler Dolomiten**. Im neuen Fauna-Bereich können einige Wildtiere in ihrem natürlichen Lebensraum beobachtet werden.

Die Gemeinde **Sauris**, von den Einwohnern Zahre genannt, mit ihren zahlreichen Almen und Weiden liegt zwischen 1000 und 1400 m Höhe. Ihr Name ist an einen köstlichen, leicht geräucherten IGP-Rohschinken gebunden.

**Ravascletto** ist ideal für Wanderungen in der Natur, Ausflüge zu Almhütten mit dem Fahrrad, Motorrad oder auch zu Pferde, auf der Entdeckung verzauberter Wälder und stiller Berggipfel. Als eines der beliebtesten Ziele erinnern wir an die Panoramica delle Vette, eine eindrucksvolle Höhenstraße in 2000 m Höhe mit atemberaubenden Ausblicken.

**Sutrio** ist für ihre Holzschnitzertradition bekannt.

**Ovaro** ist vor allem im Sommer beliebtes Ziel vieler Radfahrer, die die mythische Auffahrt des Zoncolan bezwingen wollen, eine berühmte Etappe des *Giro d'Italia*.

**Zuglio**, das antike Iulium Carnicum mit dem städ-

tischen Archäologie-Museum *Civico Museo Archeologico* und dem Bereich des Forums, war die älteste römische Stadt Norditaliens. Von der Wohnsiedlung aus ist die Taufkirche *Pieve San Pietro* erreichbar, die Mutterkirche aller Taufkirchen Karniens.

Und für alle Freaks von Outdoor-Betätigungen gibt es hunderte Wanderwege in einer unberührten Natur, wie den Almenweg *Via delle Malghe*, oder die Wege zwischen den Schützengräben des Großen Krieges in Timau.

Schneeliebhaber und **Wintersportler** können zwischen zahlreichen Abfahrten und Langlaufpisten in den Skigebieten Ravascletto-Zoncolan, Forni di Sopra und anderen Ortschaften Karniens wählen. Die Küche bietet einzigartige Köstlichkeiten wie die *Cjarsòns*, typisch karnische Ravioli, das Festtagsessen, den Rohschinken von Sauris, die Almkäsesorten und die mit Wildkräutern zubereiteten Gerichte.

Für diejenigen, die die Faszination eines typischen Bergdorfes genießen wollen, gibt es nichts Besseres als die **Hoteldörfer**, in denen man in Strukturen unterkommt, die die lokale Architektur widerspiegeln. Die bunten Volksbräuche sind mit den frechen Kobolden „*Sbilf*“, glühenden Holzscheiben „*las Cidulas*“ und Traditionen bevölkert, die den Jahresablauf zeichnen: Karneval, Weihnachten und die Jahreszeitenwechsel.





## Relax und Wohlbefinden am Fuße des Zoncolan

Bei einem Aufenthalt in Arta Terme können Sie Entspannung mit Thermalkuren, Sport und das an die Natur gebundene Wohlbefinden vereinen. Die Ortschaft profitiert von ihrer extremen Nähe zum Gebiet des Zoncolan, dem Herzen Karniens. Im Winter ist es mit seinen über 20 km Pisten ein herrliches Skigebiet, im Sommer ist es eine Attraktion für Radsportler, die die schwierigste Bergstraße Europas bezwingen oder sich auf den verschiedenen Mountain-Bike- und E-Bike-Wegen vergnügen wollen. Im Zoncolan-Gebiet sind Aktivitäten für jeden Geschmack wie Trekking, Nordic Walking, Ausritte oder Hängegleiterflüge möglich, um die Natur rundum zu genießen.

Gegenüber dem Zoncolan darf man sich keinesfalls das Spektakel der höchsten regionalen Panoramastraße „*Panoramica delle Vette*“ entgehen lassen, die mit ihren 2000 Metern Ravascletto und Tualis di Comeglians verbindet. Im Winter ist der Zoncolan vor allem bei Ski- und Snowboardfahrern beliebt, denen in der weitläufigen Freestyle-Arena Plattformen für Kickers, Landungen, Rails und Boxes zur

Verfügung stehen. Ebenso auf ihre Kosten kommen Langläufer, Schlittensportliebhaber und Schneeschuhwanderer.

Und was gibt es nach einem Tag in der unberührten Natur Besseres als Entspannung im Thermalbad, wo sich die Muskeln und das psychophysische Gleichgewicht durch die therapeutische Wirkung des Thermalwassers von Arta schneller erholen.

**Thermen von Arta**  
Via Nazionale 1  
33022 Arta Terme (UD)  
Tel. +39 0433 929320  
Fax +39 0433 929322  
info@termiarta.it  
www.termiarta.it



## MEERWASSERTHERMEN von GRADO

### Meerwasserthermen von Grado: Wohlbefinden auf der Sonneninsel

Die Meerwasserthermen in Grado waren bereits zur Zeit des österreichisch-ungarischen Reichs bekannt und beliebt. Heute, in ihrem renovierten Gewand, bieten sie Thermal- und Schönheitsbehandlungen, Thermalschwimmbäder, einen Fitnessraum und eine Saunalandschaft.

All dies in einer Stadt, die ein Juwel venezianischer Architektur ist und mit einer langen kulinarischen Tradition sowie einer märchenhaften Lagune trum-pfen kann.

Das Thermalbad liegt direkt am Strand und ermöglicht es, die Behandlungen mit dem Badeangebot zu kombinieren. Gut ausgestattete Strandbäder, Spielbereiche, Animation, Baby-Beach, Sportbereiche mit Beachvolleyball- und Fußballplätzen, Tauch- und Kite-Surf-Kurse gestalten den Sommer Ihrer

Kinder bunt, während sich Mama und Papa oder die Großeltern am Strand oder im Wellnesszentrum erholen dürfen!

Denn auch Erwachsene finden in Grado den idealen Ort für Therapien und Relax. Die Behandlungen können mit kulturellen, gastronomischen und naturalistischen Pausen abgewechselt werden, bei denen die zuweilen noch wilde Natur um der Insel entdeckt werden kann.

Die „heilenden Merkmale“ der Insel sind auf den besonderen Strand in Südlage, die saubere Luft des außerordentlichen Mikroklimas und die üppige Vegetation gleich hinter dem Strand zurückzuführen, der eine natürliche Trennung zweier Mikroklimazonen ermöglicht, die belebende und anregende des Meeres und die erholsame des Baumbestands.

## Warum die Thermen von Grado:

- Einziges Meerwasserthermalbad Friaul Julisch Venetiens
- Hydrotherapeutische Behandlungen mit Meerwasser
- Rehabilitations- und Schwimmbecken mit Meerwasser
- Thalassotherapien und Heilbäder
- Rehabilitationsbehandlungen im Meerwasser
- Psammotherapie, das Sandbad
- Heliotherapie
- Schönheitssparcours und -behandlungen
- Stetige Präsenz von Ärzten und Spezialisten (Fachärzte und Fachpersonal)
- Meerwasserpark direkt am Meer
- Kinderfreundlicher Strand mit Animation, gut ausgestattet und sicher
- Marines Mikroklima
- Kulturelles, gastronomisches, Freizeit- und Unterhaltungsangebot im Ort





## Das Kurangebot:

Grado, ist über einen schmalen **Landstreifen** mit dem Festland verbunden. Ihr Herz ist die **stark venezianisch beeinflusste**, zauberhafte Altstadt. Der gut ausgestattete Strand zeichnet sich durch qualitativ erstklassige Leistungen und die auf seine kleinsten Gäste angewandte Sorgfalt in Sachen Sicherheit aus. Ein Aufenthalt in Grado, diesem zu jeder Jahreszeit schönen Städtchen, ist wie in das Urlaubsvergnügen der habsburgischen Aristokratie einzutauchen, die bereits Anfang des 19. Jahrhunderts zum Baden und wegen der **Meerwasserthermen** hierherkam.

Schwerpunkt der Meerwasserthermen von Grado – in einem außerordentlichen marinen Klima – ist die **Thalassotherapie**, eine wohltuende Meerwasserbehandlung mit reinigender, straffender und ausgleichender Wirkung auf unseren Organismus. Die Meerwasserthermen bieten auch **hydrotherapeutische Behandlungen** darunter Bäder, Aerosol,

Inhalationen und Verneblungen, sowie manuelle und mechanische **Physiotherapien**. Zu diesen gesellen sich die Helio- und die Psammotherapie, das so genannte Sandbad, die älteste und charakteristischste Thermalkur der Kureinrichtung.

Den Gästen stehen auch **zwei Meerwasserbecken zur Verfügung**, eines zum Schwimmen mit einer Temperatur von 31 °C und das andere mit Unterwassermassage und einer Temperatur von 32 °C für erholsame Augenblicke. Zudem können Sie sich im **Wellnesszentrum** mit Massagen und Schönheitsbehandlungen verwöhnen lassen, sich in der Saunalandschaft, im Dampfbad, in der Sauna und im Whirlpool entspannen oder sich im Fitnessraum körperlich betätigen.

Und im **Wasserpark** direkt am Hauptstrand von Grado warten einladende Salzwasserbecken auf Sie; Sprungbretter, Spiele, Wasserfälle und Unterwassermassagen garantieren Groß und Klein unendlich viel Spaß.

## Thermalbehandlungen:

### **Bädertherapie:**

für Haut- und Rheumaerkrankungen angezeigt

### **Inhalationen:**

für Menschen mit Hals-, Nase-, Ohren- oder Lungenerkrankungen

### **Physiotherapie:**

bei Erkrankungen des Bewegungsapparats angezeigte Behandlungen

### **Psammotherapie:**

bei Arthrosebeschwerden angezeigte Behandlung

### **Heliotherapie:**

für einige Hautkrankheiten angezeigte Behandlung



## Wellness:

- Finnische Sauna, Whirlpool, Dampfbad mit Meerwassernebel
- Schönheits- und Wellnessbehandlungen, Massagen
- Beheiztes Meerwasserbecken und Unterwassermassage
- Fitnesszentrum







## Grado, Wohlbefinden, Natur, Kultur und Traditionen

Aber die ganze Stadt und ihr architektonischer und naturalistischer Kontext tragen zu Ihrem Wohlbefinden und zum Entspannen bei. Sie können schöne Spaziergänge von der **Spitze bis zum Leuchtturm** unternehmen und dort spektakuläre Sonnenuntergänge erleben, oder den Damm entlang bis zum **Ortsteil Pineta** schlendern, wo der von den Bäumen gebotene Schatten das Leben am Meer erträglicher und entspannender macht.

Grado hat eine Altstadt mit venezianischem Flair und sich eng aneinanderschmiegenden, pittoresken Fischerhäusern, wo Sie sich zwischen *Campielli* (Plätzen) und Gassen verlaufen können. Eine faszinierende, eigene Welt, in der die Zeit stehengeblieben scheint.

Nicht zu versäumen ein Ausflug in die Lagune zu den **Casoni**, diesen typischen, mit Schilf bedeckten Fischerhütten der Inselbewohner. Mit dem Ansteigen des Meeresspiegels und der Entstehung der Lagune ab dem 5. Jahrhundert wird Grado eine Insel und beginnt, sich in den Besonderheiten ihrer Umgebung zu spiegeln. Das Leben der Bewohner Grados drehte sich um die Lagune, in einer

beinahe nomadischen Dimension der Fischer zwischen der Stadt und über 200 Inseln, zwischen den Fischertälern und dem Festland. Sie können zwischen einem Ausflug im Motorboot nach **Porto Buso** zur **Marienwallfahrtskirche von Barbana** oder einem Familienausflug mit einem gemieteten Wasserfahrzeug wählen, um das herrliche Gewässer und die wilde Natur des Sandstreifens **Banco d'Orio** zu genießen. Die Essenskultur dieses alten Fischerdorfs hat gefestigte Tradition. Keinesfalls versäumen dürfen Sie den „**Boreto a la Graisana**“ (eine typische und originelle Art der Zubereitung), am besten nach einem Spaziergang am Strand bei Sonnenuntergang.

Nur 6 Kilometer vom Thermalbad entfernt steht **Golfsportlern** ein **18-Loch-Golfplatz** zur Verfügung, der naturalistisch und technisch zu den beliebtesten der Region gehört.

Radsportler und Radausflügler kommen ebenso auf ihre Kosten und können auf den Radwegen echte Naturparadiese wie die **Naturreservate Cavanata** und **Foce dell'Isonzo** erreichen.

## Aquileia und Palmanova, römische Archäologie und venezianische Züge

**Aquileia**, diese bedeutsame Stadt des römischen Reichs und später wichtigstes Zentrum für die Verbreitung des Christentums in Nord- und Osteuropa, wurde aufgrund ihres großen, archäologischen Gebiets und des künstlerischen Werts der frühchristlichen Mosaiken zum **UNESCO-Weltkulturerbe** erklärt. Zwei nationale Museen, die Basilika Santa Maria Assunta mit den Krypten, der um das Jahr Tausend als Wachturm gebaute Campanile der Basilika mit seinen 73 Metern Höhe und einem herrlichen Ausblick sind einen Tagesausflug von Grado wert.

Aquileia ist auf dem faszinierenden **Alpe-Adria-Radweg**, der durch die eindrucksvollsten Orte der Region führt, auch mit dem Fahrrad erreichbar.

**Palmanova, ebenfalls Unesco-Weltkulturerbe**, ist ein Meisterwerk der venezianischen Militärarchitektur, eine Stadtfestung, die zur Verteidigung der regionalen Grenzen vor ausländischen Bedrohungen, vor allem vor den Türken, geplant und gebaut wurde. Sie ist ein in seiner Art einzigartiges Stadtmodell, ein perfekt symmetrischer **neunzackiger Stern** mit einem zentralen Platz.



## Das Meeresklima, ein Pluspunkt für die Thermen von Grado

Die wichtigste Komponente des Meeresklima ist das marine Aerosol, das sich durch die Präsenz von Dampf, kleinsten Wasserpartikeln, Mineralsalzen und Ionen aus dem Meerwasser auszeichnet und vom Wind transportiert wird. Durch das Inhalieren dieses Aerosols kommen die Wirkstoffe mit zahlreichen therapeutischen Wirkungen in die Luftwege. Wasser und Luft sind eine wertvolle Hilfe für die „Reinigung“ der

oberen Atemwege und das Reduzieren von Entzündungen. Die ultravioletten und ultraroten Strahlen ihrerseits haben positive Wirkungen auf zahlreiche Organe und Apparate.

Die Meeresklimatherapie ist zur Verhütung pathologischer Zustände wie chronische Atemwegsentzündungen und Hautkrankheiten nützlich.

### Die Vorteile des Meeresklimas sind:

- Meerwasser
- Temperatur
- Brisen und Winde
- Barometrischer Druck
- Marines Aerosol
- Sonnenstrahlung
- Niederschläge



### Meerwasserthermen von Grado

Tel. +39 0431 899309 / 256

Fax +39 0431 899310

terme@gradoit.it

[www.gradoit.it](http://www.gradoit.it)



## RÖMISCHE THERMEN VON MONFALCONE

### Thermen von Monfalcone, seit 2000 Jahren wundersames Wasser der Gesundheit

Die Terme Romane di Monfalcone sind 2014 nach umfangreichen Renovierungen des Thermalbads wieder in Betrieb genommen worden. Die in der Nähe der **Timavo-Quellen** liegende Heilwasserquelle ist nicht weit vom Strand Marina Julia und von Aquileia entfernt, war schon in der Antike bekannt und wurde zur Römerzeit genutzt. Sie liegen in einem wichtigen touristischen Kontext, nahe dem attraktiven Küstenstreifen mit den Isonzo- und Timavo-Mündungen und dem Karstgebiet.

Das Wasser der Römischen Thermen von Monfalcone entspringt mit einer Temperatur von 38 - 39 °C, ist nicht mit Chlor versetzt und wird wegen seiner „**Schwefel-, Salz-, Sulfat-, Alkalin- und Salzhaltigkeit**“ als therapeutisch angesehen.

Monfalcone ist nicht nur als „die Stadt der Werften“ bekannt, in der die größten und schönsten Kreuzfahrtschiffe der Welt gebaut werden, sondern auch für ihre Natur, Kultur und Vergnügungsmöglichkeiten. Die Stadt zeigt zudem wenig bekannte, historische Gesichter wie in der mittelalterlichen **Rocca**, ihrem Emblem, in der das **paläontologische Museum** untergebracht ist, mit Fundstücken, die die geologische Geschichte 500 Millionen Jahre zurückverfolgen. An einem Ort antiker Kulte steht die im Laufe der Jahrhunderte mehrmals umgestaltete **Kirche Marcelliana**. Mitten in der Stadt, in der restaurierten Markthalle befindet sich die *Galleria Comunale d'Arte Contemporanea*, eine der größten Ausstellungsflächen für zeitgenössische Kunst in Friaul-Julisch Venetien.

## Warum die Terme Romane di Monfalcone:

- Einziges Thermalbad in Friaul Julisch Venetien mit geothermischer Heilquelle
- Von der Krankenkasse getragene Kuren
- Wohlfühlparcours im Wasser
- Kulturelles und naturalistisches Angebot der Ortschaft
- Komfortable Räume für individuelle Behandlungen, ein Fitnessraum, ein Aerosol-Bereich, ein Besprechungs- und Schulungsraum, diverse Dienstleistungen





## Das Kurangebot:

Die römischen Thermen von Monfalcone sind ein vom regionalen Gesundheitssystem vertraglich unterstütztes **Kur- und Rehabilitationszentrum**, das auch jenen offen steht, die nur nach Erholung und Wohlbefinden suchen. Das Bad ist mit Einzelwannen, Rehabilitationsbecken und Entspannungspools, Aerosoltherapiegeräten, einem Fitnessraum, Physiotherapieräumen und medizinischen Ein-

richtungen ausgestattet. Schwerpunkt der Terme Romane di Monfalcone ist der Wert des in 200 Meter Tiefe natürlich im Thermalbad entspringende, **39 °C heißen Thermalwassers**, das vor allem bei Erkrankungen der Haut, des Knochengelenk- und des Kreislaufapparats angezeigt ist. Das vernebelte Wasser und Aerosol sind ausgezeichnet für die Behandlung von Atemwegserkrankungen.



## Thermalbehandlungen:

- **Inhalationstherapie** für Erwachsene und Kinder
- **Ozon-Bädertherapie** mit und ohne Unterwassermassage
- **Gymnastik** im Thermalwasser
- **Physiotherapie**, Rehabilitation im Fitnessraum und Hydrotherapie im Thermalwasser für Einzelpersonen oder Gruppen

Bei der **Bädertherapie** wird der gesamte Körper bis auf den Kopf bei einer Wassertemperatur zwischen 35-37 °C in eine Einzelwanne getaucht. Sie kann mit oder ohne Unterwassermassage stattfinden.

Die **Bäder** sind vor allem bei chronischen Erkrankungen des Knochengelenkapparats und bei chronischen Erkrankungen mit trockener Haut angezeigt.

Das Wasser ist zudem in allen Formen von venöser Insuffizienz, bei postphlebitischen Syndromen, venöser Stauung und Lymphödemen besonders wirksam.

Die **verschiedenen Inhalationstherapien** wirken unterstützend bei der Behandlung von Atemwegserkrankungen. Die mit dem Mineralwasser der Terme Romane inhalierten Spurenelemente haben eine entzündungshemmende und anregende Wirkung auf die mukoziliäre Aktivität der Atemwege.

## Wellness:

- **Massage** im Thermalwasser
- **Wellnessparcours mit Thermalwasser**, Aquabalancing und Relax



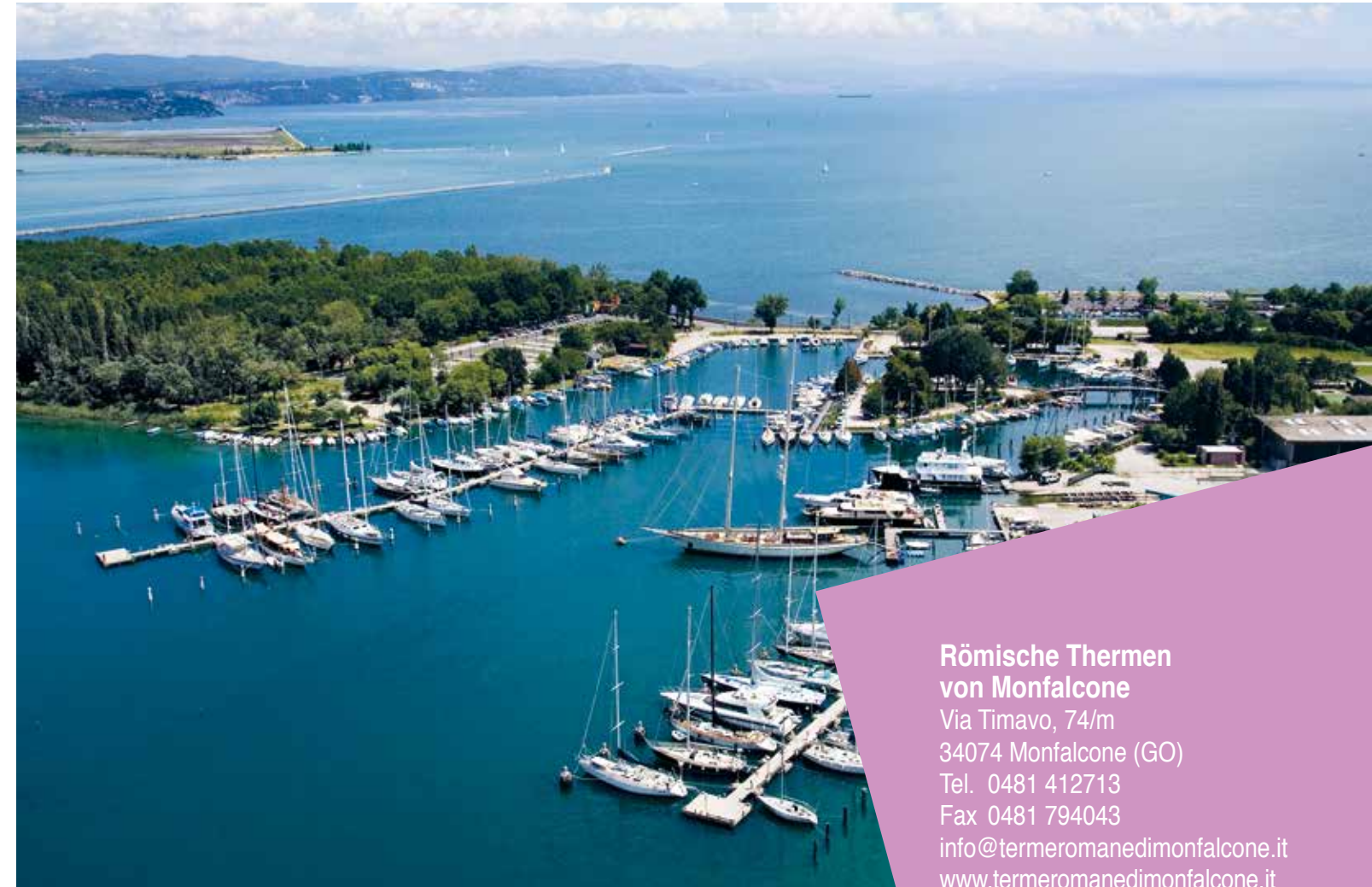
## Monfalcone, jenseits der Industriestadt

Monfalcone hat einen eigenen, großen Strand, **Marina Julia**, ideal für alle, die ihre Ferien im Zeichen des Sports und Outdoor-Betätigungen verbringen oder sich mit der Familie am Strand erholen wollen. Entlang des Küstenstreifens gibt es attraktive Naturschutzgebiete wie das Naturreservat *Foci dell'Isonzo* (Isonzo-Mündung), mehrere Wassersport- und Segelzentren mit ca. 4.000 Bootsanlegeplätzen, wo Sie verschiedenen, einschlägigen Sportarten nachgehen können. Auch der Karst präsentiert in Monfalcone wichtige, umweltbezogene Attraktionen wie den **See von Pietrarossa** und historische Attraktionen wie den **Castellieri-Weg** und den **Themenpark des Großen Krieges**.

Sie kann ein intensives kulturelles Leben und einen reichhaltigen Veranstaltungskalender ihr Eigen nennen. Das im Juni 2017 im Ortsteil Panzano eröffnete Schiffsbaumuseum **Museo della Cantieristica** ist ein wahres Juwel der Industriearchäologie und die einzige derartige Museumsstruktur Italiens.

Das regionale **Naturreservat Foce dell'Isonzo** ist von großem, naturalistischem Interesse und bietet zahlreiche Besuchsmöglichkeiten und Wege für alle Anforderungen. Isola della Cona kann nur zu Fuß und längs der beschilderten Wege erkundet werden, oder, nach Voranmeldung, mit einer Besichtigung zu Pferde in Begleitung zertifizierter Engea-Führer. In anderen Bereichen des Reservats gibt es Fahrrad- und Fußwege, Feldwege für Ausritte und mit Kanus befahrbare Kanäle.

Von der **Gedenkstätte von Redipuglia**, Nationaldenkmal, zum **Themenpark des Großen Krieges** führt ein Gedenkweg durch den Karst und folgt den Spuren des von 1915 bis 1918 andauernden Konflikts, der zur Zerstörung des Gebiets führte und Tausende und aber Tausende Tote verursachte. Schützengräben, Laufgräben, Artilleriestellungen, Verteidigungslinien mit Truppenunterständen und das Enrico Toti, einer italienischen Symbolfigur des Großen Krieges, gewidmete Denkmal **Quota 85**.



### Römische Thermen von Monfalcone

Via Timavo, 74/m  
34074 Monfalcone (GO)  
Tel. 0481 412713  
Fax 0481 794043  
[info@termeromanedimonfalcone.it](mailto:info@termeromanedimonfalcone.it)  
[www.termeromanedimonfalcone.it](http://www.termeromanedimonfalcone.it)



**Druck:** La Tipografica - Udine

**Design:** Giorgini Graphic Work - Udine

**Übersetzung:** Language Consulting Congressi srl

**Credits:** Gianluca Baronchelli,  
Fabrice Gallina, Gionco Communication,  
Mario Verin, Ulderica da Pozzo,  
Pentaphoto, Ecoplane.

## Allgemeine Kriterien der Thermalkur:

- Sie ist nach einer präzisen klinischen Diagnose zu verschreiben.
- Sie muss die individuelle Reaktivität der einzelnen Personen berücksichtigen.
- Es sind die Reaktionen zu beobachten und die Resultate sind auf Grundlage der Wirksamkeit der Reaktion selbst und der Abwesenheit von Nebenwirkungen zu beurteilen.
- Es sind klimatische Aspekte und der Lebensstil zu berücksichtigen und ihr zuzuordnen.
- Es ist empfehlenswert, wo möglich, ihr Rehabilitation zuzuordnen.

**Buchen Sie Ihren Urlaub auf [www.turismofvg.it](http://www.turismofvg.it)**



Regione Friuli Venezia Giulia



Italia



## WEGBESCHREIBUNG

### MIT DEM AUTO

Auf den Autobahnen:

A4 Torino/Trieste

A23 Palmanova/Udine/Tarvisio

A28 Portogruaro/Conegliano

### MIT DER BAHN

[www.trenitalia.it](http://www.trenitalia.it)

Call Center +39 89.20.21

### MIT DEM FLUGZEUG

Flughäfen in Friaul-Julisch Venetien

40 km von Triest und Udine

15 km von Görz

80 km von Pordenone

[www.aeroporto.fvg.it](http://www.aeroporto.fvg.it)

### TOURISTISCHE AUSKÜNFTE

Villa Chiozza - Via Carso 3

33052 Cervignano del Friuli (UD)

Tel. +39 0431 387111

[info@promoturismo.fvg.it](mailto:info@promoturismo.fvg.it)



**Promo Turismo**  
**FVG**

[FRIULI VENEZIA GIULIA]