

Il Trentino Alto Adige



Situato all'estremità settentrionale dell'Italia, al confine con l'Austria e la Svizzera, il Trentino Alto Adige è, fra le regioni italiane, quella più nota per la bellezza delle sue montagne.

Il suo territorio si estende dal gruppo dell'Adamello-Brenta e dalle cime dell'Ortles e del Cevedale ai rilievi più suggestivi d'Europa: le Dolomiti della Val di Fassa, del Brenta, della Val Gardena, della Val di Fiemme.

Questo scenario racchiude una straordinaria varietà di paesaggi: maestose vette, boschi, ampie vallate, corsi d'acqua, laghi, un incantevole gioco di luci tra le guglie delle Dolomiti, i caratteristici paesini dai campanili svettanti e le mille sfumature di una natura autentica e incontaminata.

Un vasto comprensorio sciistico con centinaia di chilometri di piste pone la regione all'avanguardia nel turismo invernale: Madonna di Campiglio, Canazei, Moena, San Martino di Castrozza sono alcune tra le mete più rinomate, frequentatissime sia d'inverno che d'estate per una vacanza all'insegna della natura, dello sport e del divertimento.

Caratteristico è il panorama del lago di Garda che nel territorio trentino si restringe e appare come un fiordo chiuso tra le montagne.

Affascinante terra di passaggio e punto di incontro tra il mondo latino e quello nordico, il Trentino Alto Adige custodisce anche un notevole patrimonio culturale: testimonianze preistoriche, incantevoli castelli, santuari e città di rilievo storico e artistico.

Diverse le località termali che offrono cure e trattamenti: Merano, Lèvico Terme, Peio, Rabbi e Comano Terme, solo per citare le più note.

Le province sono: Bolzano e Trento.

Le Dolomiti



Le Dolomiti rappresentano un vero e proprio monumento naturale, riconosciuto Patrimonio dell'Umanità UNESCO, che regalano un'esperienza indimenticabile agli appassionati di sci e sport invernali. La regione custodisce, inoltre, tesori d'arte da non perdere, monumenti e architetture che fondono lo stile gotico-austriaco con quello rinascimentale italiano. L'itinerario di scoperta della regione inizia a Trento, famosa per aver ospitato il Concilio Ecumenico, con la sua cattedrale in stile romanico lombardo e il Castello del Buonconsiglio. Seconda tappa è Bolzano, la "Porta delle Dolomiti", città simbolo del connubio tra cultura latina e tedesca, come è testimoniato dal suo duomo gotico.

Altre località di rilievo sono Rovereto con i suoi musei, castelli, l'Eremo di San Colombiano, la grande "campana della pace" e il Mart, nuovo polo dell'arte moderna e Riva del Garda, con il

Palazzo Pretorio e la Rocca del XII sec, dall'aspetto austero ed elegante. Numerosi anche i santuari, tra cui il santuario di Montagnaga di Pinè e Madonna del Monte di Rovereto.

Ricchi di fascino sono i castelli della regione, tra cui il Castel Tirolo, il Castel Roncolo, Castel d'Appiano, Castel Beseno, che offrono atmosfere da fiaba e panorami incantevoli.



Sullo sfondo delle vette più belle d'Europa, il Trentino Alto Adige propone vacanze emozionanti e divertenti per vivere la montagna in tutti i suoi aspetti e in tutte le stagioni.

Il candido scenario delle Dolomiti è la meta ideale per gli appassionati di sci, snowboard, pattinaggio sul ghiaccio, arrampicata, “ciaspolate” e trekking a tutti i livelli. La regione ospita comprensori sciistici di fama internazionale tra cui Madonna di Campiglio, la Val Gardena con le rinomate località Selva Val Gardena, Ortisei e Santa Cristina, la Val di Fassa con Canazei e Moena, il gruppo della Marmolada, San Martino di Castrozza: un regno incantato che collega innumerevoli piste in un unico circuito lungo centinaia di chilometri, circondato da maestosi rilievi e affascinanti paesaggi. Di sera, divertimento e mondanità sono assicurati da ristoranti tipici, locali e discoteche. In estate il Trentino Alto Adige è il luogo ideale per passeggiate ed escursioni in ambienti incontaminati come nei sentieri del Parco Nazionale dello Stelvio, tra i boschi della Val di Fassa o tra i laghi di alta quota. Gli appassionati del trekking possono esplorare le vette più alte seguendo il magnifico tratto della Via Alpina, dotata di tracciati e rifugi attrezzati. Nel cuore delle Alpi un percorso particolare per il suo valore storico-naturalistico è il Sentiero della pace, dedicato alla memoria della prima guerra mondiale. Il lago di Garda, circondato dalla vegetazione mediterranea, è il luogo ideale per praticare tante diverse attività: mountain bike, vela, windsurf, immersioni ed escursioni sui rilievi circostanti. Numerosi percorsi enogastronomici conducono verso i vigneti del famoso pinot nero, nell’area di produzione di spumanti e vini bianchi e in altre zone, alla scoperta delle specialità locali, tra cui le squisite castagne intorno al lago di Varna.

La strada della mela in Val di Non rivela uno spettacolo unico di colori e odori: è il regno delle mele conosciute in tutto il mondo, dalla golden delicious alla renetta.

Una vacanza all’insegna del benessere e dell’armonia corporeamente è offerta dai diversi centri termali tra cui le Terme di

Levico o quelle di Merano, famose per le cure al radon e trattamenti cosmetici di tutti i tipi.

Terra ricca di folclore, il Trentino Alto Adige presenta un calendario ricco di eventi: dai caratteristici mercatini di Natale di Bolzano e di Merano, alla festa di San Vigilio a Trento, alle feste folcloristiche, alle innumerevoli sagre dedicate al vino, castagne, funghi e agli altri prelibati prodotti locali.

La cucina tradizionale del Trentino Alto Adige



Essa si basa su piatti semplici, ma ricchi di gusto, realizzati con i prodotti dell'agricoltura e dell'allevamento locale. La specialità regionale più nota è lo speck; appetitoso, tra i salumi, il kaminwurz, un insaccato crudo ed affumicato di carne di suino o di cervo; grana trentin, toma di montagna e casolet sono i formaggi più tipici.

I più famosi tra i primi piatti sono i canederli e la polenta, preparata con farina di granturco o di grano saraceno, condita con sughi di carne, formaggi o funghi. Altri primi piatti tipici sono la minestra di orzo, la pasta e fagioli, la zuppa di funghi e soprattutto il "brò brusà", una semplice e gustosa minestra. Come secondo piatto si distinguono il coniglio alla grappa, il gulasch, il capriolo con polenta, la trota condita con varie salse, la "lucanica", un insaccato di carne di maiale. Regina della gastronomia locale è la mela della Val di Non, utilizzata per preparare il famoso strudel, e torte di frutta. Notevole la produzione di vini pregiati, tra cui Merlot, Cabernet, Pinot, Chardonnay e gli ottimi spumanti della zona.