

# Costa Mediterranea



[www.spain.info](http://www.spain.info)





Ministero dell'Industria e del Turismo  
 Pubblicato da: © Turespaña  
 Elaborato da: Lionbridge  
 NIPO: 086-17-057-3

ESEMPLARE GRATUITO

Il contenuto del presente depliant è il risultato di un'accurata elaborazione. Tuttavia, se dovessi notare qualsiasi errore, potrai aiutarci segnalandolo per e-mail a [brochures@tourspain.es](mailto:brochures@tourspain.es)

*Copertina: Belvedere del Castello, Benidorm.  
 Controcopertina: Tosa de Mar, Girona.*

## INDICE

Introduzione	3
Coste principali del Mediterraneo	5
Spiagge e tanto altro	17
Assapora la gastronomia mediterranea	31
Vivere la notte	34
Come arrivare	36
Come spostarsi nelle città	39



## INTRODUZIONE

Vieni a conoscere uno dei litorali più belli d'Europa e immergiti nelle acque cristalline del mar Mediterraneo. Perché il clima favorevole, la vivacità e la varietà delle destinazioni ti consentiranno di vivere un'esperienza diversa in ogni porto, in ogni spiaggia, in ogni località che visiterai.

Senti la brezza del mare passeggiando tra vestigia romane sulla costa della Catalogna. La **Costa Brava** ti sorprenderà aprendosi su insenature dalle acque turchesi, ideali per fare snorkeling. La **Costa Blanca**, ad Alicante, offre chilometri di spiagge costeggiate da palmeti e alberi da frutta.

Trascorri indimenticabili giornate di relax nelle acque tiepide della **Costa Cálida** della Murcia, dove il Mar Menor e il Mediterraneo confluiscono tra impressionanti scogliere e solitarie spiag-

ge di sabbia bianca. Se aspiri a più di 300 giorni di bel tempo l'anno, la **Costa del Sol** è la meta perfetta per te. La bellezza di Malaga e i suoi paesaggi ti conquisteranno.

La diversità della **natura** di questo litorale offre uno scenario unico agli spiriti più avventurosi e agli amanti del turismo attivo. Volo a vela, scalata, passeggiate in bicicletta, escursioni in barca o immersioni alla scoperta dell'affascinante mondo sottomarino.

L'incontro di **culture e civiltà millenarie** ha lasciato un'impronta indelebile in tutto il Mediterraneo. Empúries, Tarragona, Sagunto, Cartagena e Malaga conservano questa eredità in siti archeologici impressionanti. Scopri perché la Spagna è il quinto paese del mondo per numero di beni iscritti nell'elenco del **Patrimonio Mondiale dall'UNESCO**.



Vieni a conoscerne **feste** ancestrali come il rituale del fuoco nella notte di San Giovanni, la colorata commemorazione di Santa Tecla con i *castells* (castelli umani), una tradizione iscritta nell'elenco del Patrimonio Culturale Immateriale UNESCO, la rievocazione delle battaglie tra mori e cristiani. Respira un'atmosfera magica in una destinazione senza pari.

Assapora la nostra gastronomia, tra tradizione e avanguardia. Oltre a essere deliziosa, la **dieta mediterranea** è molto salutare. Prova piatti tipici come la paella o le sardine allo spiedo e lascia-

ti conquistare dalla freschezza dei prodotti locali. Visita mercati gastronomici e ristoranti innovativi abbinando alcuni dei nostri eccellenti vini e spumanti.

Sulla costa mediterranea della Spagna ti aspetta tutto questo e tanto altro. Accompagnaci in questo percorso attraverso le sue bellezze e lasciati conquistare dal carattere aperto e gentile dei suoi abitanti..

▼ SAGUNTO  
VALENCIA







## COSTE PRINCIPALI DEL MEDITERRANEO

▲ CADAQUÉS  
GIRONA

### COSTA BRAVA

Un clima dolce, spiagge di sabbia fina e dorata, insenature nascoste tra verdi pinete, cittadine medievali e belle località di mare dal sapore mediterraneo. Da **Portbou** a **Blanes**, la costa di **Girona** è una delle mete predilette dagli amanti della natura, del sole e della buona tavola. In un perfetto equilibrio tra quiete e divertimento, troverai anche alcuni dei paesaggi litoranei più belli della penisola. Paesaggi che ispirarono il geniale Salvador Dalí, nato e vissuto per gran parte della sua vita in questo magnifico ambiente, dove potrai ripercorrerne le tracce.

Fai trekking lungo gli antichi *Caminos de Ronda*, itinerari che costeggiano il litorale snodandosi tra spiagge e località dall'intenso sapore marinaro, come **Cadaqués** e il bellissimo scenario in cui si trova immersa. Questa pittoresca loca-

lità dalle case bianche e i vicoli decorati con fiori, si estende nel cuore del **parco naturale di Capo di Creus**. Le sue aspre scogliere racchiudono gioielli naturali come **cala Portaló**, una piccola spiaggia naturista con un paesaggio incantevole, perfetta per fare snorkeling.

Se preferisci spiagge di facile accesso e ambiente familiare, il litorale del golfo di Roses è il posto ideale. Con acque limpide e tranquille, sabbia bianca e finissima, la **spiaggia dell'Almadraba** si trova a poca distanza dalla vivace località di **Roses**.

Dall'altro lato della baia, la **spiaggia del Portitxol**, a **L'Escala**, è un'alternativa perfetta. Al tramonto, vale la pena di fare una passeggiata lungo le scale di legno che conducono a un fantastico bel-





▲ SPIAGGIA DI AIGUABLAVA  
BEGUR, GIRONA

vedere affacciato sulla **baia di Roses** e la cittadina di L'Escala. Molto vicino alla spiaggia si trovano anche le **rovine greco-romane di Empúries**, uno dei siti archeologici più importanti della Spagna.

La **Gola del Ter**, di fronte alle isole Medas, è uno spazio protetto di grande bellezza. Formata dalla foce del fiume Ter è una delle spiagge più solitarie e incontaminate di **Torroella de Montgrí**. Approfittane per visitare paesini medievali come **Peratallada**, uno dei più belli di tutta la Catalogna. Un autentico viaggio nel medioevo in un labirinto di vicoli selciati, un castello fiabesco e la vegetazione che ricopre le pareti di antiche case di pietra.

Un po' più a sud, nel cuore della Costa

Brava, si estende il litorale di **Begur**, con una varietà di insenature capace di soddisfare tutti i gusti. Se cerchi un ambiente montuoso ricco di vegetazione, acque poco profonde e sabbia fina, la **spiaggia di Aiguablava** è l'opzione migliore. Proprio qui, a dominare sulla piccola baia frequentata da imbarcazioni da diporto, sorge il Parador de Turismo di Aiguablava, da dove potrai godere di splendide vedute sul Mediterraneo.

Acque tranquille quelle di **Sa Tuna**, dove spiccano i colori delle barche dei pescatori. Se cerchi un'ombra naturale, sulla destra troverai un grotta abbastanza alta dove rifugiarti dai raggi del sole, la **Cova de Sant Pau**. La **cala di Sa Riera**, sempre nella zona di Begur, è uno degli arenili più attraenti della zona, perché



è ben attrezzato e direttamente accessibile dal lungomare.

Il contrasto tra il bianco degli edifici e l'azzurro brillante del mare ti affascinerà in località come **Calella de Palafrugell**. La **spiaggia di Port Bo**, con gli archi delle casette dei pescatori in riva al mare, è uno degli angoli più pittoreschi che nessun viaggiatore dovrebbe lasciarsi sfuggire. A luglio ospita il popolare incontro annuale di *habaneras*, canti di origine cubana con molta tradizione nella regione.

In prossimità della bellissima località di **Tossa de Mar** e del suo castello medievale, ti raccomandiamo due spiagge davvero speciali se sei alla ricerca di pace e tranquillità: da un lato **cala Pola**, una spiaggia nascosta di grande bellezza naturale; dall'altro **cala del Senyor Ramón**, a **Santa Cristina de Aro**, circondata da scogliere e bagnata da acque turchesi, con dei fondali impressionanti. Sali a bordo di una barca a visione subacquea per osservare la flora e la fauna del Mediterraneo mentre ti dirigi a Tossa de Mar o a **cala Giverola**.

📍 *Ulteriori informazioni su*  
[costabrava.org/](http://costabrava.org/)





TOSSA DE MAR  
GIRONA

## DAURADA

Al sud della Costa Brava, in provincia di Tarragona, la **Costa Daurada** nasconde una di quelle spiagge che invitano ad abbandonarsi al puro piacere della sabbia, dell'acqua e del sole. **Cala Forn**, a **L'Ametlla de Mar**, è una spiaggia incontaminata circondata dalla natura. Lasciati cullare dal rumore delle onde che si infrangono sugli scogli dimenticandoti del mondo.

A **Tamarit**, vicino a un'imponente fortezza medievale, scopri **cala Fonda**, uno spazio naturista conosciuto anche come spiaggia Waikiki perché rievoca l'esotismo delle migliori spiagge hawaiane. Questo angolo incantevole, uno dei più belli della costa di Tarragona, è circondato dal **bosco della Marquesa**. Il verde della vegetazione, il turchese del mare e la sabbia dorata si fondono mirabilmente per dare vita a un paradiso terrestre.

📍 *Ulteriori informazioni su [costadaurada.info](http://costadaurada.info)*

## COSTA BLANCA

La zona costiera di Alicante ti conquisterà con il suo clima dolce e le acque limpide e tranquille. Chiamata Costa Bianca per il colore della sua fina sabbia, racchiude una grande varietà di spiagge e insenature in angoli paradisiaci, con grandi dune e alte scogliere. La qualità dei servizi e la pulizia delle acque sono garantite ovunque: non a caso Alicante è una delle province con la maggior quantità di bandiere blu di tutta la Spagna. Se hai voglia di fare im-

mersioni e praticare sport nautici, questo è il posto giusto. Inoltre le località principali di questo tratto di litorale **offrono innumerevoli proposte di svago e feste per tutti i gusti.**

Anche il paesaggio della Costa Blanca è molto vario: più aspro e verde a nord, a sud si apre tra grandi dune su acque più calde e tranquille. Da **Denia** a **Pillar de la Horadada**, in tutta la provincia di Alicante si susseguono località deliziose e spiagge per dimenticare lo stress.



Le cale di **Denia**, **Jávea** e **Calpe**, i lunghi arenili dei lidi cittadini di Alicante, quelli incastonati tra i rilievi della Sierra Helada di Benidorm o la Sierra de Carabassí di Elche... Difficile scegliere, ma noi possiamo aiutarti proponendoti una selezione delle spiagge principali.

A Jávea, vicino al Capo della Nao e di fronte all'isola del Descubridor, si trova un paradiso naturale, **cala Ambolo**. È una spiaggia tradizionalmente naturalista. Per accedervi scendi da una lunga scalinata di pietra e immergiti nelle sue acque cristalline.

Le acque del lido cittadino di **Racó de l'Albir**, a l'Alfàs del Pí, sono ideali per nuotare tra polipi, pesci e praterie di posidonia. Situato vicino al lungomare, è generalmente frequentato da famiglie. Dispone di un'ampia offerta di hotel e ristoranti dove alloggiare comodamente e assaporare la gastronomia di Alicante.





Un po' più a sud, passeggiando su sentieri naturali vicino a Villajoyosa, potrai raggiungere l'insenatura di **Racó del Conill**, circondata da pini, arbusti e scogliere. È una piccola cala naturista dalle acque turchesi, considerata una delle più belle del litorale alicantino.

Se preferisci un contesto più residenziale con servizi di ogni tipo, le lunghe

spiagge di sabbia bianca di **San Juan** e **Muchavista** ti aspettano nei comuni di Alicante ed El Campello, rispettivamente. Entrambe sono costeggiate dal lungomare, che offre diversi locali dove provare vari tipi di paella e zone ricreative per adulti e bambini.

📍 *Ulteriori informazioni su [costablanca.org/](http://costablanca.org/)*



## SCOPRI ALTRE COSTE VICINE

Sulla **Costa di Valencia**, molto vicino a **Sagunto** e ai resti del suo teatro romano, si trova il comune di **Canet de Berenguer**. Attraversando una serie di dune, raggiungerai la **spiaggia di Racó de Mar**, di sabbia dorata e dalle acque tranquille e poco profonde. Se ti interessano gli sport nautici, d'estate potrai frequentare corsi di vela leggera e windsurf nel porto turistico.

Sulla **Costa del Azahar**, invece, **Peñíscola** (Castellón) ti attende con innumerevoli attrattive. Una delle più evidenti è la chilometrica **Playa Norte**, la spiaggia più vicina al centro storico. Dalla sabbia bianca del suo arenile potrai contemplare il bellissimo castello di Peñíscola, una delle location utilizzate per le riprese della serie Trono di Spade. Approfitta dell'offerta di moto d'acqua e kayak a noleggio per osservare la costa e l'ambiente circostante da una prospettiva diversa.



## COSTA CÁLIDA

La Murcia è la regione in cui si trovano le acque più calde del Mediterraneo e paesaggi di grande varietà e ricchezza. Sfrutta la presenza di due mari su un'unica costa, il Mar Menor e il Mediterraneo, con scogliere impressionanti, spiagge solitarie di sabbia bianca, porti vivaci e insenature incontaminate. Tutto l'ambiente è dominato dalle acque azzurre di un mare pulito, ideale per la balneazione e le attività nautiche. Il microclima della zona è garanzia di temperature gradevoli e acque tranquille durante gran parte dell'anno.

Qui troverai pittoresche località marinare come **Cabo de Palos**, porti come quello di **Mazarrón** per trascorrere una notte all'insegna del divertimento dopo una giornata di mare e uno dei complessi turistici più apprezzati del litorale di levante, **La Manga del Mar Menor**, dotato di una magnifica infrastruttura alberghiera. Se vuoi rilassarti e staccare, tutta la zona è rinomata per i tanti stabilimenti termali.

A **Los Alcázares**, la spiaggia cittadina di **Las Palmeras** vanta la Q di Qualità, riconoscimento che premia l'eccellenza dei servizi e la pulizia delle acque. Dispone di docce, lettini e numerosi bar e ristoranti per una comoda giornata di mare.

Passato il Capo di Palos e la sua riserva marina, si trova una delle spiagge migliori della Murcia. Si tratta di **Calblanque**, situata all'interno dell'area protetta del **parco regionale di Calblanque**. Ti consigliamo di andarci la mattina presto o nel tardo pomeriggio, perché per proteggerne l'ambiente l'accesso è limitato. Se sei appassionato di sport, puoi raggiungerla e ammirare la natura che la circonda percorrendo un sentiero a piedi o in mountain bike.

Nelle vicinanze, dopo una bella passeggiata di più di un'ora dal parco regionale, potrai tuffarti nelle acque di **Cala de las Mulas** (Cartagena), una spiaggia incontaminata ideale per fare immersioni.





Vicino a Cartagena troverai **cala Cortina**, una spiaggia più adatta alle famiglie. Molto vicino al porto e al quartiere di Santa Lucía, questo piccolo lido di sabbia dorata si estende a forma di ferro di cavallo. Dispone di un'area giochi per bambini e di un ristorante molto apprezzato dalla gente del posto soprattutto per i piatti di pesce fresco.

Nello **spazio naturale della Sierra de la Muela**, tra massicci rocciosi e scogliere, scoprirai la **spiaggia di El Portús** e le sue acque trasparenti. Sebbene sia molto selvaggia, troverai un *chiringuito* dove prendere qualcosa ammirando il tramonto.





Dall'altro lato di **capo Tiñoso**, il delizioso paesino marinaro di **La Azohía** ti conquisterà. La sua spiaggia, perfetta per le famiglie, dispone di una zona con palme e numerosi servizi per soddisfare ogni necessità.

Se invece preferisci insenature e lidi lontani dalla civiltà, dove dimenticare la fretta e godere della natura più selvaggia, sei fortunato: la **spiaggia di Percheles**, a Mazarrón, e **cala de los Cocedores del Hornillo**, ad Águilas, sono un'alternativa eccezionale. Se la prima si caratterizza per la presenza di dune, scogli e una scarsa vegetazione, la seconda spicca per il colore azzurro turchese e la scarsa profondità delle sue acque, come pure per le tante grotte che si aprono tra le rocce.

Sempre ad Águilas, ma in una zona già residenziale, si trova la spiaggia di **Poniente**, una delle più popolari della costa della Murcia. Pensata per i momenti di svago e divertimento delle famiglie, il fondale acquisisce profondità in modo molto progressivo, rendendola perfetta per i più piccoli. Si estende lungo il viale pedonale principale della città, con numerosi bar, gelaterie e caffetterie.

Nei dintorni di Águilas, facendo onore al nome di Costa Cálida, potrai immergerti nelle acque tiepide di **La Carolina**, lido da cui è possibile avvistare il castello di questa località murciana. Riparata dal vento dalle rocce e dalle dune che la circondano, l'altrettanto rinomata Playa de los Ingleses è molto frequentata dagli appassionati di diving.

❶ **Ulteriori informazioni su**  
[turismoregiondemurcia.es/](http://turismoregiondemurcia.es/)





## COSTA DEL SOL

Se vuoi trascorrere giornate indimenticabili sul Mediterraneo, con un'offerta di spiagge senza pari e una temperatura media di 20°, il litorale di Malaga è la meta perfetta. Di giorno gioca a golf in riva al mare e godi della natura in scenari di sogno. Di notte lasciati travolgere dall'atmosfera contagiosa di tutta la provincia di Malaga.

La varietà delle spiagge è una delle attrattive principali di una costa disseminata di paesini pittoreschi, insenature selvagge come quelle di **Nerja** e **Mijas**, arenili urbani come quelli della città di **Malaga** e la comodità di mete turistiche come **Benalmádena** e **Fuengirola**.

**Marbella** e **Puerto Banús** possiedono quel tocco di qualità ed esclusività che attrae i viaggiatori più esigenti. Un altro grande motivo di attrazione è l'ampissima offerta di campi da golf di tutta la regione, un autentico paradiso per gli amanti di questo sport.

Sulla costa orientale di Malaga, nel comune di Nerja, si estende il **Paesaggio Naturale delle Scogliere di Maro-Cerro Gordo**, che occupa anche parte del territorio di Almuñécar (Granada). Percorri per godere di paesaggi indimenticabili e scoprire spiagge bellissime come la **caletta di Maro**. Portati qualcosa da mangiare e da bere, perché non ci sono ristoranti né bar nelle vicinanze, e concediti un'intera giornata tra le sue acque turchesi.

Sotto il **Balcone d'Europa**, una piazza circolare sul mare che è diventata il luogo più rappresentativo di Nerja, potrai



▲ BALCONE D'EUROPA  
NERJA, MALAGA

fare il bagno sulla **spiaggia di Calahonda**. Arenile di ciottoli e sabbia grigia, è dotato di tutti i servizi necessari e si trova molto vicino al centro della località. Nelle vicinanze, più ampia e destinata a un pubblico di famiglie, si trova la **spiaggia di Burriana**, con il suo splendido tappeto di sabbia lambito dalle acque del Mediterraneo.



SPIAGGIA DELLA MALAGUETA  
MALAGA

Le terrazze dei suoi bar e ristoranti sono particolarmente gradevoli, soprattutto a fine giornata, quando potrai contemplare un tramonto indimenticabile.

Quella di Burriana è una spiaggia perfetta per divertirsi e fare sport, perché è provvista di campo di beach volley, grandi galleggianti trainati da lance, pedalò e noleggio di kayak, per vedere la zona delle scogliere di Maro da una prospettiva diversa.

Se visiti Malaga, città principale della Costa del Sol, oltre a usufruire della ricca offerta di musei e della vivace vita notturna, non farti sfuggire l'occasione di conoscerne le spiagge cittadine. **La Malagueta**, la più vicina al centro storico, è quella in cui si respira un'atmosfera più giovane, con un'ampia varietà di locali e servizi eccellenti.

L'arenile prosegue con la **spiaggia di Pedregalejo**, situata nel quartiere di pescatori più antico di Malaga. Prova in uno dei suoi *chiringuitos* le famose sardine allo spiedo (*espetos*).

Continuando verso sud, tra grandi palme e un castello arabeggiante, la visione della **spiaggia di Bil-Bil** di Benalmádena ti catturerà. Situata sul pittoresco lungomare, offre vedute eccezionali ed è attrezzata con ogni comfort.

Se preferisci quiete e ambienti più naturali, ti raccomandiamo la **spiaggia di Artola** (Marbella), situata tra le Dune di Artola. Senti tutta la libertà di un profondo contatto con la natura in un paesaggio di dune imponenti. Molto vicino si trova la Torre Ladrones, un edificio difensivo di origine romana.

📍 **Ulteriori informazioni su**  
[www.visitacostadelsol.com](http://www.visitacostadelsol.com)



## SCOPRI ALTRE COSTE VICINE

Tra la Costa Cálida e la Costa del Sol, non farti sfuggire l'occasione di conoscere il **parco naturale di Capo di Gata-Níjar** (Almería) e le sue bellissime spiagge. **Playa de los Genoveses** e la spiaggia dei **Muertos** sono annoverate tra le più belle di tutta l'Andalusia. Sono arenili incontaminati, privi di ristoranti nelle vicinanze, quindi organizzati bene per trascorrere una giornata di mare indimenticabile in un contesto naturale di grande bellezza.

Nella parte della provincia di Cadice bagnata dal Mediterraneo, segnaliamo due luoghi singolari. La **spiaggia dell'Alcaidesa** (Línea de la Concepción) offre belle vedute sul promontorio di Gibilterra. Lo spazio naturale della **laguna di Torregudiaro** propone invece un percorso su passerelle attraverso una zona umida perfetta per l'osservazione degli uccelli. Tuffati nelle acque di **Cala Sardiña** (San Roque), vivi l'ambiente esclusivo del **porto di Sotogrande** partecipando ad attività come le escursioni in barca per avvistare le balene.

▼ SPIAGGIA DEI MUERTOS  
ALMERÍA





# SPIAGGE E TANTO ALTRO

## CULTURA

Oltre al mare e al bel tempo, su tutta la costa mediterranea e le località vicine potrai fare grandi passeggiate attraverso la storia e la cultura della Spagna. Il centro storico delle città, le feste tradizionali, i musei e i monumenti ti avvicineranno all'autentica essenza del Mediterraneo. Ecco qualche idea per sfruttare al massimo il tuo soggiorno.



Foto: Iakov Filimonov/123rf.com

▲ TEATRO-MUSEO DALÍ  
FIGUERES

### IL TRIANGOLO DALÍ

A Girona, in Catalogna, sono tre i luoghi che ti permetteranno di scoprire gran parte della produzione artistica e i volti più intimi del genio del surrealismo. Questo triangolo, formato dalle località di **Púbol**, **Cadaqués** e **Figueres**, raggruppa tutti gli ingredienti essenziali che compongono il suo universo: i musei, il paesaggio, la luce, l'architettura, le tradizioni, le leggende, la gastronomia...

tutti aspetti indispensabili per comprendere la vita e le opere di Salvador Dalí.

Nel **Teatro-Museo Dalí** di Figueres vedrai piovere all'interno di una macchina, attraverserai una stanza decorata con i tratti del volto di Mae West, resterai sorpreso da gioielli a forma di elefante. Un sogno, un delirio, il più grande oggetto surrealista del mondo? Tutto questo e tanto altro.





▲ TEATRO-MUSEO DALÍ  
FIGUERES

Nel magnifico scenario di Cadaqués si trova il piccolo villaggio marinaro di Portlligat, dove potrai visitare la **Casa-Museo Dalí**, un'abitazione di pescatori in cui l'artista trascorse lunghi periodi della sua vita. Potrai osservare gli strumenti di lavoro nel suo laboratorio e una zona esterna con numerosi riferimenti surrealisti.

Infine, il **Castello Gala Dalí di Púbol** ti consentirà di ammirare l'edificio medievale al cui interno Dalí diede forma a uno straripante impeto creativo ispirato da un'unica figura, Gala, sua musa e compagna di vita.

## BARCELLONA

Nel capoluogo catalano i resti di epoca romana e i quartieri medievali convivono con costruzioni moderne e avveniristiche. Conoscerai una città aperta al mondo, scenario di eventi internazionali e promotrice di nuove tendenze.

Nel cuore di Barcellona si trova la **basilica della Sagrada Família**, icona della città e massima espressione del modernismo. Opera del geniale architetto **Antoni Gaudí**, le sue torri appuntite sono sorprendenti. Potrai accedere alla sommità di alcune di esse per ammirare una bella veduta della città dall'alto.

▼ LA SAGRADA FAMILIA  
BARCELLONA







▲ PARK GÜELL  
BARCELONA

Esplora il passato storico di Barcellona nel **Barrio Gótico**. I vicoli e gli edifici di epoca medievale di questo quartiere ti faranno viaggiare nel passato. Ammira il **Palazzo Comunale** e quello della **Generalitat**, la **cattedrale** e la basilica gotica di **Santa María del Pi**.

Approfitta del tuo soggiorno per conoscere altri edifici modernisti in un tour che non potrà prescindere dal **recinto modernista di Sant Pau**, iscritto nell'elenco del Patrimonio Mondiale, con le sue vetrate colorate e le cupole dorate. L'eredità di Gaudí appare più viva che mai in luoghi come il sorprendente **Park Güell**, anch'esso iscritto nell'elenco del Patrimonio UNESCO, che sembra essere uscito da un racconto fiabesco. Le forme curiose e le audaci combinazioni di colori, mescolate con la vegetazione, creano un mondo magico in cui perdersi.

Visita anche gli edifici residenziali più celebri progettati da Gaudí e iscritti nell'elenco del Patrimonio Mondiale, la **Casa Batlló** e **La Pedrera-Casa Milá**, dove la luce, il colore e le forme organiche si sposano con il legno, il ferro, il vetro e la ceramica.

### ORGOGGIO LGBTQI+ A SITGES

Il *Sitges Pride* (Barcellona) è diventato un punto di riferimento nell'ambito degli eventi legati all'orgoglio gay in Spagna. Innumerevoli spettacoli, feste a tema nelle discoteche della città e naturalmente la grande sfilata rivendicativa ti inviteranno a godere dei colori e dell'atmosfera gioiosa che si respira in questi giorni di giugno.



ORGOGGIO LGBTQI+  
SITGES





▲ ANFITEATRO ROMANO  
TARRAGONA

## TARRAGONA

Scopri la divinità protettrice dei gladiatori nel Museo Nazionale Archeologico, affacciati dal Balcone del Mediterraneo per sentire la brezza marina, passeggia tra i vicoli del centro storico. A Tarragona potrai fare tutto quello che la tua mente riesce a immaginare.

Tra le sue strade, le piazze e gli edifici, l'antica Tarraco imperiale custodisce alcuni dei resti più preservati della presenza dell'antica Roma nella penisola iberica. Percorri il **viale archeologico**, lasciati sorprendere dall'**anfiteatro** con vista sul mare o dall'antico **Circo di Tarraco**, che oggi occupa il centro storico.

Altro edificio che non può mancare da un tour attraverso Tarragona è la **cattedrale di Santa Tecla** con il suo enorme rosone, una delle icone cittadine. Passeggia nel bellissimo chiostro con giardino e sali sul campanile per ammirare una magnifica panoramica sulla città.

Se visiti Tarragona durante la seconda metà di settembre potrai assistere alla **festa di Santa Tecla** e conoscere alcune delle tradizioni più significative della Catalogna, come il *Correfoc*, con petardi e fuochi d'artificio, o i concorsi dei *castellers*, che danno vita a castelli umani fino a nove piani di altezza, una tradizione iscritta nell'elenco del Patrimonio Culturale Immateriale dell'UNESCO.





▲ CATTEDRALE DI VALENCIA  
VALENCIA

## VALENCIA

Qui scoprirai uno dei maggiori complessi di divulgazione scientifica e culturale d'Europa: la **Città delle Arti e delle Scienze**. Resterai affascinato dall'architettura futurista dell'impressionante occhio dell'**Hemisfèric** e dall'**Oceanogràfic**, l'acquario più grande d'Europa. Per contro, le strade della città storica, la **Ciutat Vella**, racchiudono gioielli iscritti nell'elenco del Patrimonio Mondiale, come la **Borsa della Seta**, con spazi ricchi di fascino come la Sala delle Colonne e il Cortile degli Aranci.

A pochi passi di distanza si trova il campanile della cattedrale di Valencia, popolarmente noto come **El Miguelete**. Dai suoi 50 metri d'altezza offre un'impressionante veduta panoramica della città.



▲ LE FALLAS  
VALENCIA

Nel mese di marzo Valencia organizza la sua festa più importante: le **Fallas**. Centinaia di sculture monumentali dal marcato carattere satirico e critico popolano le strade in occasione di questa manifestazione che è stata iscritta nell'elenco del Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità dall'UNESCO. La *cremà* è il momento più popolare della festa: tutte le sculture vengono esposte per le strade per essere poi bruciate nella notte tra il 19 e il 20 marzo. È l'evento più importante di uno spettacolo in cui non mancano l'odore di polvere da sparo delle *masquetàs* (spettacolo pirotecnico), le bande musicali e le sfilate in abiti regionali.





Foto: mayovistis123/123rf.com

▲ MORI E CRISTIANI  
ALCOY, ALICANTE

## MORI E CRISTIANI

Con sfilate vistose si rievoca lo scontro tra musulmani e cristiani per il dominio della Spagna nel XIII secolo. È una delle tradizioni più popolari della Spagna orientale, soprattutto di Valencia e Alicante, dove è particolarmente radicata.

Per la sua spettacolarità, la più rinomata è la festa di **Alcoy** (Alicante), che accoglie la *Trilogia Festerà*. Per tre giorni assisterai a imponenti sfilate e parate, che culminano nella giornata dell'*Alardo* o la battaglia degli archibugi, quando i due bandi si scontrano per la presa del castello della città, trasformando il centro di Alcoy in un tuonante spettacolo di archibugi e polvere da sparo.

## CARTAGENA

Data la sua posizione strategica, la **Carthago Nova** di epoca romana è stata abitata da diverse culture che hanno lasciato la loro traccia nel patrimonio artistico dell'attuale Cartagena. Un percorso attraverso la città e i suoi musei ti condurrà lungo la storia di una località strettamente legata al mare.

Avrai l'opportunità di passeggiare tra le gradinate del **teatro romano**, costruito nel I secolo a. C. Vi si accede dal **Museo del Teatro Romano**, dove sono esposti i reperti rinvenuti durante gli scavi che si sono susseguiti dalla sua scoperta nel 1988.



Un altro luogo che testimonia il passato romano di questo territorio è il **Museo Nazionale di Archeologia Subacquea della Murcia**, le cui collezioni provengono dagli scavi nelle profondità marine della regione. All'interno ti sorprenderanno soprattutto due rinvenimenti: da una parte le zanne di elefante con iscrizioni fenicie e i resti di imbarcazioni di Mazarrón, dall'altra i corredi provenienti dai relitti romani presso l'isola di Escombreras.

Ma se c'è un momento dell'anno in cui Cartagena si trasforma, è durante la **Settimana Santa**. Ti sorprenderanno le

magnifiche decorazioni floreali delle immagini religiose. I "nazareni" (membri di diverse confraternite che partecipano attivamente alle processioni di Pasqua) sono decisamente singolari: di solito sono bambini e distribuiscono tra il pubblico un ricordo di ciascuna confraternita e caramelle.

Uno dei momenti più emozionanti della festa è l'ingresso della Madonna nella **chiesa di Santa María de Gracia** al termine delle processioni, quando migliaia di persone intonano la Salve Popular Cartagenera, un canto religioso.

▼ TEATRO ROMANO,  
CARTAGENA





## GRANADA

A pochi chilometri dalla Costa Tropical e dalle spiagge di Salobreña e Almuñécar, approfitta del tuo viaggio per conoscere la città in cui l'impressionante eredità *andalusí* si somma a gioielli architettonici rinascimentali. Fontane, belvedere e *cármenes*, le tipiche abitazioni circondate da giardini, contribuiscono a creare angoli indimenticabili e ricchi di magia.

Tappa fissa di qualsiasi tour nella città di Granada, **La Alhambra**, palazzo, cittadella e fortezza in diverse epoche storiche, oggi è uno dei più importanti patrimoni artistici di tutta la Spagna.



BELVEDERE DI SAN NICOLÁS  
GRANADA



▲ GIARDINI DEL GENERALIFE, ALHAMBRA  
GRANADA

Passeggia tra i giardini cullato dal rumore dell'acqua di fontane e laghetti, ammira la profusa decorazione di epoca nasride e lasciati catturare dalla sua sublime bellezza.

L'Alhambra è suddivisa in quattro zone, tutte degne di una visita attenta: i Palazzi, l'Alcazaba, la città o Medina e i giardini del Generalife. Inoltre integra importanti edifici di diverse epoche, come il rinascimentale **Palazzo di Carlo V**, dove si trovano il Museo dell'Alhambra e il Museo di Belle Arti.

Per apprezzare meglio il valore architettonico e paesaggistico di questo monumento iscritto nell'elenco del Patrimonio Mondiale dall'UNESCO, raggiungi il **belvedere di San Nicolás** nel quartiere dell'Albaicín o il **Sacromonte**. Da entrambi potrai percepire lo spettacolare legame dell'Alhambra con il territorio e la città di Granada.



## MALAGA

La Costa del Sol è famosa nel mondo per il suo clima unico, le spiagge di sabbia fina e i porti turistici. Ma oltre a questi motivi di attrazione irresistibili, la città offre un'ampia scelta di istituzioni culturali agli amanti dell'arte.

A Malaga ci sono circa 40 musei, quindi non mancherà la possibilità di scelta. Vuoi lasciarti sorprendere dalla migliore arte contemporanea? Visita il cubo multicolore del **Centro Pompidou**. All'interno troverai un percorso attraverso le migliori creazioni del XX e del XXI secolo, con opere di riferimento appartenenti alla collezione permanente del Pompidou parigino. Un museo vivo, con un programma rinnovato costantemente ed esperienze multidisciplinari.

Se preferisci una pinacoteca più classica, visita il **Museo Carmen Thyssen** per vedere da vicino la rassegna più completa della pittura andalusa del XIX secolo. Addentrati nelle sale del **Museo Picasso Malaga**, dedicato a uno degli artisti più influenti del XX secolo, nella città che nel 1881 lo vide nascere. La **collezione del Museo Russo di San Pietroburgo**, nell'antico edificio della Regia Fabbrica dei Tabacchi, è un'altra pietra miliare che non può mancare da un tour culturale attraverso la città.

A Malaga troverai anche musei dedicati al vino, all'archeologia, al flamenco, al trasporto aereo.

▼ CENTRO POMPIDOU  
MALAGA





## FESTIVAL PER TUTTI I GUSTI

In primavera e in particolare con l'arrivo del caldo estivo, tutto il litorale mediterraneo comincia a ballare al ritmo dei suoi festival della musica. Dalla Costa Brava alle spiagge di Tarifa, potrai scegliere tra proposte che vanno dall'hip-hop alla musica elettronica, passando da artisti consacrati del pop-rock nazionale e internazionale.

I grandi referenti sono indiscutibili: il **Primavera Sound** di Barcellona e il **FIB** di Benicàssim (Castellón). Sono due degli appuntamenti più importanti della musica attuale in tutta Europa, che richiamano centinaia di migliaia di spettatori e alcuni dei più noti protagonisti del panorama mondiale.

L'offerta di festival è molto ampia e si caratterizza per la qualità e la varietà delle proposte. L'elettronica più innovativa si dà appuntamento al **Sónar** (Barcellona), mentre i migliori Dj del circuito internazionale si ritrovano al **Dreambeach Villaricos** (Cuevas de Almanzora, Almería) e all'**Arenal Sound**

(Burriana, Castellón). Il festival **La Mar de Músicas**, che ha anche una componente letteraria, artistica e cinefila, offre un'ampia selezione di *world music* a Cartagena (Murcia).

Il **Vida Festivazzl**, invece, punta sulla qualità del programma che comprende soprattutto band indie nazionali e internazionali nel magnifico contesto di mare e boschi di Vilanova i la Geltrú (Barcellona). Stesse premesse per il **Low Festival** (Benidorm, Alicante), che offre ampie zone di prato, ombra per ripararsi dal calore estivo e piscine per chi acquista un biglietto VIP.

Ci sono due boutique festival che mettono insieme scenari e programmi di lusso, con stelle internazionali di ieri e di oggi: lo **Starlite Marbella** (Malaga) e il **Cap Roig Festival** (Calella de Palafrugell, Girona).

L'auditorium di La Cantera a Marbella e i giardini di Cap Roig offrono un contesto naturale di sogno per vivere un'esperienza memorabile.





Tutti gli stili trovano spazio al **Weekend Beach** di Torre del Mar (Malaga). C'è di tutto e per tutti: band rock leggendarie, hip-hop di ultima generazione, elettronica e musica alternativa sulla riva del Mediterraneo.

Da non perdere il Sitges Zombie Walk, una sfilata di morti viventi che attraversa il centro della cittadina costiera in provincia di Barcellona.

Per gli amanti delle emozioni forti, ogni anno arriva il brivido del **Sitges Film Festival**, uno dei più importanti al mondo per il genere horror.

## SHOPPING

Se ami fare shopping o vuoi semplicemente concederti un capriccio, la Spagna è la meta giusta per te. Qui troverai le migliori firme della moda, *outlet* dei marchi più prestigiosi e boutique di grandi stilisti. Ma potrai anche visitare mercatini tradizionali e negozi di antiquariato.

Le boutique più esclusive ti aspettano nella zona dell'**Eixample** di **Barcellona**, vicino al **Passeig de Gràcia** e sull'**Avinguda Diagonal**. E per uno shopping alternativo, visita i negozi del **Born** e del **Barrio Gótico**. Se vuoi scoprire i migliori mercatini, passeggia sulle **Ramblas** o in piazza **Les Glories Catalanes**.





Per fare shopping a Valencia, recati a **La Seu**, il quartiere più antico della città. La maggior parte dei negozi si concentra nelle vie **La Paz** e **Poeta Querol** o anche nella **piazza del Comune**. Se sei alla ricerca di qualcosa di diverso, passa da **Ruzafa**, il SoHo valenziano, un quartiere multiculturale che va molto di moda. Scoprirai un luogo lontano dall'idea delle grandi catene, ricco di negozi curati, moderni, con personalità, dove scovare veri tesori. Se ami l'artigianato, uno dei posti migliori a Valencia è il mercato tradizionale della **Plaza Redonda**, nel quartiere di La Xerea.

Visita **Marbella**, sulla Costa del Sol, e fai un bagno di *glamour* in un ambiente selezionato e lussuoso, perfetto per uno shopping di prima classe. Prendi nota

delle vie **Ricardo Soriano** e **Ramón y Cajal** e del viale **Príncipe Alfonso Hohenlohe**. Qui ti sentirai una vera star facendo shopping nei negozi delle firme più prestigiose della moda, dei gioielli e del design.

A **Puerto Banús** troverai le proposte di moda più innovative delle passerelle internazionali più importanti.

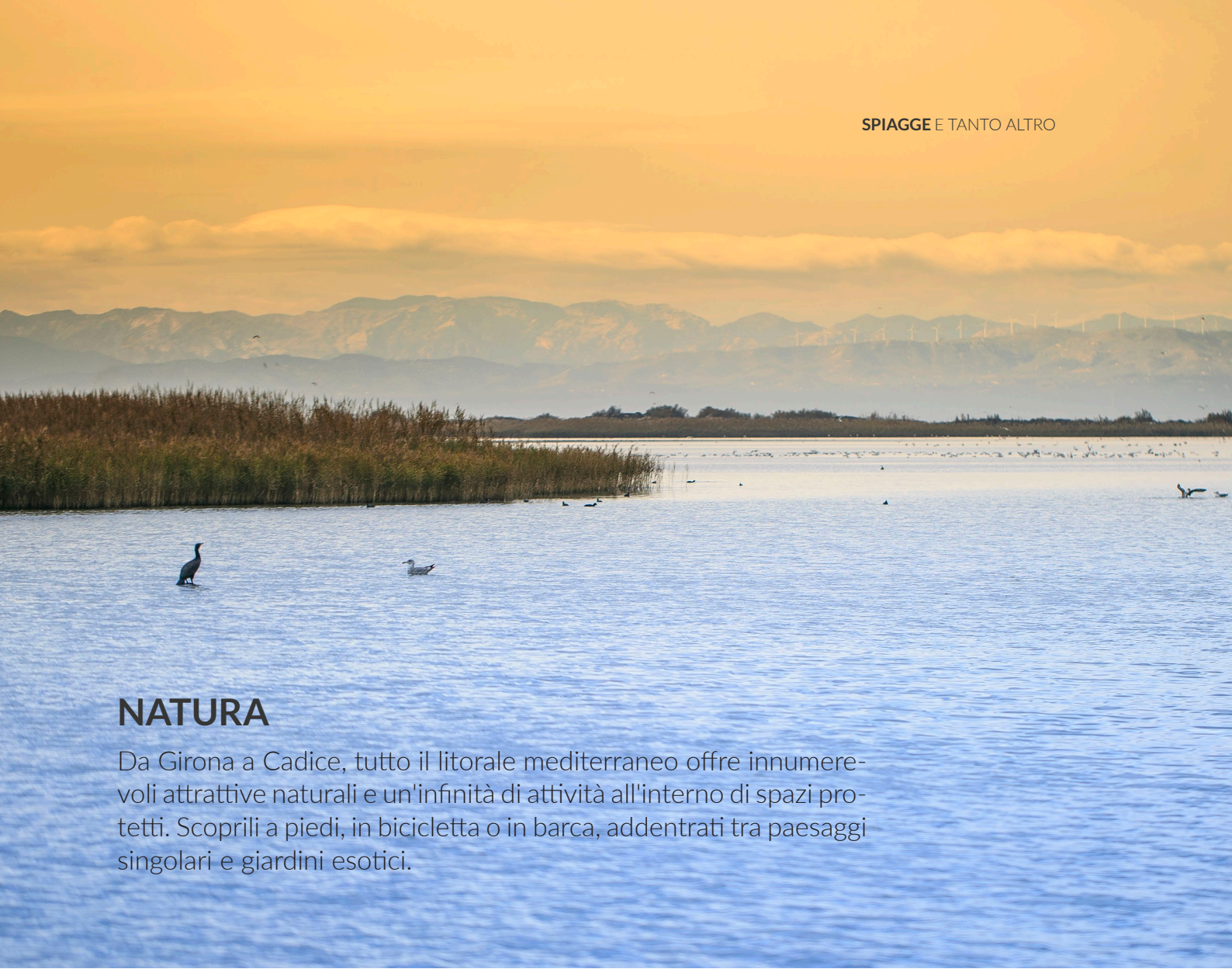
Via **Larios** e dintorni, nel centro storico di Malaga, è una zona perfetta per una giornata di shopping. L'asse commerciale della città, con i più importanti negozi di moda e complementi, si estende fino al semicerchio che comprende la **riva del Guadalmedina** e vie **Carretería**, **Álamos** e **Alcazabilla**.

▼ VIA LARIOS  
MALAGA

Potrai usufruire della consulenza di personale altamente qualificato e *personal shopper* che ti accompagneranno durante i tuoi acquisti.







## NATURA

Da Girona a Cadice, tutto il litorale mediterraneo offre innumerevoli attrattive naturali e un'infinità di attività all'interno di spazi protetti. Scoprilili a piedi, in bicicletta o in barca, addentrati tra paesaggi singolari e giardini esotici.

▲ DELTA DELL'EBRO  
TARRAGONA

### AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI

L'acqua è l'elemento che contraddistingue questo Parco Nazionale di grande bellezza, situato nel cuore dei Pirenei catalani, habitat del cervo rosso e uno degli ultimi rifugi in Europa per il gipeto. Qui ti aspettano più di 200 laghi montani, ruscelli e cascate dalle acque cristalline. Percorrine la rete dei sentieri storici, ideale per un itinerario a piedi tra località incantevoli, valli e valichi di montagna.

### DELTA DELL'EBRO

La zona umida più estesa della Catalogna, situata a Tarragona, spicca per la ricchezza naturale, ma anche per i suoi paesaggi da cartolina e per la presenza di spiagge paradisiache. Passeggia tra le risaie all'imbrunire, esplora l'isola marittimo-fluviale di Buda in bicicletta, rema su un kayak alla scoperta della magia di un luogo davvero speciale.



## LA ALBUFERA DI VALENCIA

In questo parco naturale scoprirai una zona umida navigabile con una grande biodiversità. Entra nella sorprendente Grotta di Don Juan, a Jalance, un complesso di stalattiti e stalagmiti in spazi sotterranei dai nomi molto suggestivi, come il Lago dei Desideri o la Grotta del Diavolo. Contempla i colori del tramonto sull'Albufera da una delle imbarcazioni che propongono itinerari diversi nella zona.

## IL PALMETO E L'HUERTO DEL CURA, ELCHE (ALICANTE)

Il bosco di palme più grande d'Europa ti trasporta nel lontano Oriente. Dichiarato Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO per lo stato di conservazione di un eccezionale sistema di irrigazione tradizionale, passeggiare al suo interno è un'esperienza indimenticabile. Il pal-

meto si addentra in vari punti della città, come il Parco Municipale, con edifici singolari di ispirazione neoaraba, o il Giardino Huerto del Cura, un esotico spazio verde con quasi 500 palme tra cui un esemplare di un'autentica rarità botanica, la cosiddetta "palma imperiale".

## ARENILI E SALINE DI SAN PEDRO

Se ami il birdwatching, la zona umida più importante della Murcia ti sta aspettando. Alla fine di luglio migliaia di fenicotteri si concentrano nella zona tingendo di rosa questo paesaggio spettacolare. Un breve percorso all'alba tra le saline, una passeggiata a piedi lungo i sentieri segnalati o un bagno di fanghi terapeutici sono esperienze di benessere in un ambiente tranquillo e privilegiato.



LA ALBUFERA  
VALENCIA





▲ PARCO NATURALE DI CABO DE GATA  
ALMERÍA

## PARCO NATURALE DEL CAPO DI GATA-NÍJAR

Visita un museo all'aperto tra paesaggi lunari e spiagge incontaminate sulla cordigliera vulcanica del Capo di Gata-Níjar, ad Almería. E al calar del sole, concediti un itinerario spettacolare. Ti trovi in uno dei luoghi più cinematografici del mondo, scenario di film di Sergio Leone, Steven Spielberg e Pedro Almodóvar. Il paesaggio unico di scogliere, insenature e formazioni vulcaniche ti lascerà a bocca aperta.

Oltre a tuffarti nelle sue acque, sali fino al faro sul promontorio, raggiungi la Scogliera delle Sirene. Le immersioni sono uno dei grandi motivi di attrazione della zona, grazie ai ricchi fondali marini dalle acque cristalline.



CALÇOT

## ASSAPORA LA GASTRONOMIA MEDITERRANEA

Scopri perché la dieta mediterranea è stata inserita dall'UNESCO nell'elenco del Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità. È varia, gustosa e salutare. Più che un'alimentazione sana è uno stile di vita. Assaggia le diverse varietà di **olio extravergine d'oliva**, uno dei suoi ingredienti fondamentali. Sulla costa mediterranea troverai un'esplosione di sapori che saprà conquistare il tuo palato. Ecco un percorso attraverso le pietanze principali.

Il **calçot** è una cipollina tenera, bianca e dolce, che viene arrostita a fuoco vivo. È uno dei prodotti tipici che non potrai fare a meno di provare se visiterai la Catalogna e in particolare la zona di Tarragona.





Preparati a sporcarti le mani in una **calçotada**, un vero e proprio rituale gastronomico che si celebra intorno a questo ingrediente da novembre ad aprile. Il menu di questa tradizione comprende anche insalata, pane con pomodoro e insaccati, *calçots* (cipollotti teneri) con salsa romesco e carni della regione. Il tutto abbinato a un buon vino e completato da una deliziosa **crema catalana** (crema pasticcera ricoperta da uno strato croccante di zucchero caramellato).

Naturalmente devi provare la **paella**, icona della gastronomia spagnola. Nata nella Comunità Valenciana, qui avrai sicuramente l'occasione di assaporarne alcune delle migliori versioni. Questo saporito piatto di riso cucinato in un recipiente speciale, poco profondo e con due manici, detto *paellera*, ha molte varianti a seconda degli ingredienti utilizzati.

La ricetta più tradizionale prevede pollo, coniglio e verdure, e la cottura del riso deve essere tale da insaporirlo bene lasciando i chicchi separati. Spesso se ne trovano versioni diverse, come la **paella mista** (con carne e frutti di mare) o la **paella marinara**, elaborata con prodotti del mare. L'ideale è mangiarla direttamente dal tegame, abbinando un vino rosso giovane o un rosato.

La Murcia custodisce il suo passato agricolo in un ricettario tradizionale, ricco di sapori dell'orto. Il piatto tipico della regione è lo **zarangollo murciano**, uova strapazzate con zucchine, cipolle e a volte patate. Provalo come *tapa* tiepida o come contorno di carne o pesce. Questa ricetta non manca mai nelle *barracas*, gli stand che vengono allestiti in tutta la città di Murcia durante le Feste di Primavera.



Un altro prodotto di eccellenza della Spagna meridionale è il **pesce di cattura**. Preparato in tanti modi diversi, è parte essenziale della cucina marinara, elaborata con ingredienti semplici in riva al mare. Sulla costa del sole l'**espeto de sardinas** è il piatto di riferimento. Questa particolare preparazione tipica di Malaga consiste nell'arrostire alla brace le sardine inflate su uno spiedo di canna. È possibile *espetar* anche altri tipi di pesce o carne: il risultato è altrettanto delizioso.

▼ ESPETOS

SPIAGGE E TANTO ALTRO





## VIVERE LA NOTTE

Quando scende la sera le città costiere si animano di vita e di innumerevoli locali dover poter bere qualcosa, ascoltare musica e ballare. In tutte le località troverai quanto meno un quartiere o una zona in cui si concentrano le maggiori proposte di svago notturno. Destinazioni specializzate sono le grandi città come Barcellona, Valencia o Alicante, ma c'è molto movimento anche sulle spiagge della Costa del Sol.





A **Barcellona**, ad esempio, zone come quelle dell'**Eixample** e di **Sant Gervasi-Santaló** sono di riferimento mondiale per i club di musica elettronica. Il **Poble Nou**, il **Port Olímpic** ed **El Born** sono altri quartieri di moda nel capoluogo catalano dove trovare le proposte più sofisticate.

Fai una passeggiata tra le strade più antiche di **Valencia**, a **El Carmen**, e sicuramente troverai un locale divertente o una terrazza gradevole dove conversare. Se preferisci ambienti più alternativi, **Ruzafa** è il quartiere giusto per te. Lungo la **Marina Real** troverai l'atmosfera più chic. Bar e discoteche con un tocco di raffinatezza per rilassarsi in riva al mare.

La zona migliore per vivere la notte ad **Alicante** è **El Barrio**, nel cuore del centro storico. L'offerta di pub, terrazze e club notturni prosegue lungo il **molo di Levante** del porto turistico e la zona del **campo da golf** della spiaggia di San Juan.

Al centro di **Malaga**, classico e moderno si fondono per creare un ambiente notturno adatto a tutte le età e a tutti gli stili. I bar dove gustare *tapas* a **piazza di Uncibay** e nei dintorni della cattedrale sono il punto di partenza perfetto per cominciare la serata. Le grandi discoteche e i pub più esclusivi si trovano nella zona di **La Malagueta**.

**Marbella** offre una vibrante vita notturna. È facile trovare divertimento e buona musica tra *chiringuitos* e pub in riva al mare. I bar migliori ti aspettano nel **centro storico**, nel **porto turistico** e nelle zone circostanti. L'ambiente più internazionale e glamour lo troverai nei beach club e nelle discoteche di **Puerto Banús**.







## COME ARRIVARE

Foto: TEA/ 123rf.com

▲ AEROPORTO DI BARCELLONA-EL PRAT

### AEROPORTO

Nella maggior parte degli aeroporti spagnoli operano compagnie aeree che volano verso alcune delle città più importanti del mondo. Quelli che offrono più collegamenti internazionali sono gli aeroporti **Adolfo Suárez di Madrid-Barajas**, **Josep Tarradellas Barcellona-El Prat**, **Palma di Maiorca**, **Malaga-Costa del Sol**, **Valencia**, **Alicante-Elche Miguel Hernández** e **Gran Canaria**.

### AUTOMOBILE

L'**autostrada del Mediterraneo** o **AP-7**, che collega tutta la costa mediterranea dalla frontiera con la Francia ad Algeiras (Cadice), è prevalentemente a pagamento ad eccezione di alcuni tratti esenti da pedaggio. Questa autostrada fa parte della E-15 della Rete Stradale Europea, che unisce il Regno Unito alla Spagna passando dalla Francia.



In tutto il Paese operano le principali **compagnie di autonoleggio**. Avrai a disposizione numerosi servizi di noleggio di veicoli (moto, auto o microbus) in qualsiasi destinazione tu scelga.

## TRENO

La **Rete ferroviaria nazionale spagnola (RENFE)** collega le regioni e le città principali del paese. I **treni dell'alta velocità AVE**, fiore all'occhiello del servizio, raggiungono più di 30 destinazioni turistiche collegandole alla capitale spagnola. Potrai andare da Madrid a Valencia in meno di due ore, da Madrid a Malaga in meno di tre ore e da Madrid a Barcellona in due ore e mezza circa.

Il **Renfe Spain Pass**, valido su tutti i treni di lunga e media distanza (compresi AVE e Avant), è un'opzione particolarmente raccomandata se si desidera usufruire

di un'ampia mobilità. È disponibile da 4, 6, 8 o 10 viaggi. La rete dell'AVE si collega al resto dell'Europa attraverso il servizio **Renfe-SNCF**.

## NAVE

La Spagna è la porta del Mediterraneo e il secondo paese d'Europa con il maggior transito di navi da crociera. Oltre agli scali effettuati in diversi luoghi di interesse, sono anche frequenti i programmi di crociera che prevedono soggiorni sulla terraferma. **Barcellona, Maiorca e Malaga** sono tre delle destinazioni preferite dai viaggiatori per trascorrere qualche giorno prima o dopo la crociera.

Ma ci sono anche altri punti della costa mediterranea spagnola dove le navi da crociera spesso fanno scalo: **Ibiza, Minorca e Valencia**.









# COME SPOSTARSI NELLE CITTÀ

## AUTOBUS

La maggior parte delle città della costa orientale della Spagna dispone di una rete di autobus interurbani che consentono di spostarsi agevolmente. Se ti fermi per vari giorni in uno stesso posto, la soluzione più economica è acquistare un abbonamento per più corse o una tessera ricaricabile da utilizzare su diversi tipi di trasporto pubblico (autobus, metropolitana e treni suburbani).

## BICICLETTE

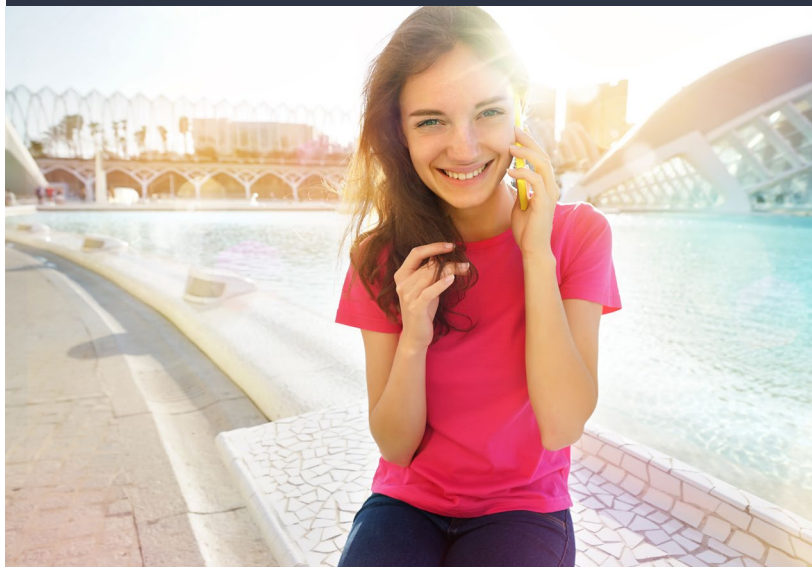
Questo mezzo di trasporto salutare ed ecologico gode di un consenso sempre maggiore nelle nostre città. In molti posti è disponibile un servizio municipale di noleggio a prezzi accessibili, unitamente a una rete di piste ciclabili che collegano i diversi quartieri, consentendo di spostarsi in bicicletta in modo sicuro e veloce.

## TRAGHETTO

Tutta la costa mediterranea dispone di un'ampia offerta di servizi di traghetti turistici per conoscere la zona o per spostarsi in altre località via mare.

## MOTO

È un mezzo di trasporto ideale per spostarsi e godere della bellezza del paesaggio litoraneo mediterraneo. Inoltre ti permetterà di muoverti facilmente all'interno di città e paesi di charme, senza preoccupazioni di parcheggio. Il noleggio è meno costoso delle auto e nella maggior parte delle località l'offerta è abbondante.



## LINGUE COUFFICIALI SULLA COSTA MEDITERRANEA

In alcune zone della costa mediterranea lo spagnolo, lingua ufficiale di stato, convive con altre lingue co-ufficiali. Nella Comunità Autonoma della Catalogna convive con il catalano, mentre nella Comunità Autonoma di Valencia convive con il valenziano, lingua ufficiale della regione. La maggior parte dei cartelli e della segnaletica è in catalano con la traduzione in spagnolo sotto.

① *Ulteriori informazioni su*  
[www.turismodecastellon.com](http://www.turismodecastellon.com)  
[www.comunitatvalenciana.com](http://www.comunitatvalenciana.com)  
[www.turismoregiondemurcia.es](http://www.turismoregiondemurcia.es)  
[www.catalunya.com/](http://www.catalunya.com/)  
[www.turgranada.es](http://www.turgranada.es)  
[www.andalucia.org](http://www.andalucia.org)  
[www.spain.info](http://www.spain.info)





X @spain

Instagram @spain

Facebook Spain.info

YouTube /spain

TikTok @visitSpain