



ENTE PER IL TURISMO DELLA REGIONE DEL
QUARNARO
La diversità è bella

**Venite a scoprite il Quarnaro -
una delle migliori destinazioni da visitare secondo l'indicazione di Lonely Planet**

La Regione di Quarnaro è una zona privilegiata dove varie influenze si sono intrecciate per secoli grazie alla posizione geografica delle zone costiere di Abbazia (Opatija), Fiume (Rijeka), Crikvenica e Novi Vinodolski, delle isole di Veglia (Krk), Arbe (Rab), Cherso (Cres) Lussino (Lošinj) e il montuoso Gorski kotar. È considerata una delle 3 regioni turistiche TOP con una combinazione unica di costa, isole e monti. Mare di un blu eccezionale, una splendida corona di isole, una costa frastagliata con una ricchissima vegetazione. Il turismo in Croazia è nato qui. **Nel Quarnaro la diversità è bella!**

La regione, con una ricchissima offerta turistica apprezzata anche grazie alla vicinanza con l'Italia, resta tra le destinazioni europee più sicure in tempo di pandemia anche grazie alle efficienti misure di protezione attuate in Croazia grazie a **Safe Stay in Croatia**, un marchio nazionale per i protocolli di sicurezza nel settore del turismo. <https://www.safestayincroatia.hr/it>



Un'ottima gastronomia e vini eccellenti, con la cucina più rinomata della Croazia. Destinazioni meravigliose con spiagge stupende, molte delle quali si trovano in cima alle classifiche europee e mondiali. Paradiso per gli appassionati di nautica, la destinazione per chi ama essere in movimento... chi ama la cultura... e per chi ama anche molto di più...

Aromaterapia all'aria aperta grazie alla combinazione di vento, mare, erbe mediterranee e clima mite, un luogo da sempre apprezzato per i suoi effetti benefici sulla salute e lunga tradizione in turismo salutare.

**Perché merita visitare questa splendida regione?
Ecco alcuni buoni motivi specialmente per il 2021:**

- Turismo salutare - aria sana e fresca – un cocktail mediterraneo di profumi aromatici, mare e aria
- Terapie di benessere, mediche e naturali
- Una delle zone turisticamente più sviluppate della Croazia con una tradizione di ospitalità centenaria
- Facilmente raggiungibile
- Rapporto qualità / prezzo (strutture ricettive + vasta offerta)
- Fiume (Rijeka) – Capitale Europea della Cultura 2020/2021.
- Gastronomia mediterranea – lo scampo quarnerino
- Mare pulito e trasparente, bellezze naturali mozzafiato
- Sentieri bike & hike con viste spettacolari
- Destinazione Dog friendly – strutture ricettive, spiagge, ristoranti, bar, gare di nuoto con i cani

Come arrivare

La regione del Quarnaro è facilmente raggiungibile è a sole poche ore di auto da città come Milano e Venezia. Il capoluogo è la città di Fiume (Rijeka) snodo di tutte le vie di comunicazione: stazione ferroviaria, porto per arrivo e partenza dei traghetti, aeroporto (situato sull'isola di Krk) e stazione degli autobus internazionale. **Non importa in che modo viaggiate l'importante è arrivarci!**

Quando andare

Clima - Il periodo migliore per godersi il mare, le spiagge alla ricerca dell'isola ideale è l'estate da metà giugno a metà settembre. Per una gita naturalistica, va bene anche la primavera con i colori brillanti della natura tra il verde dei boschi e l'azzurro delle acque cristalline. Il clima mediterraneo, con estati calde e inverni miti, rende il Quarnaro una destinazione ideale tutto l'anno, mentre sugli altipiani il clima è moderatamente continentale, di montagna nelle zone più alte, e con estati abbastanza calde e inverni freddi.

Perfetta per curare il corpo, la mente e l'anima

Kvarner Health & Wellbeing - Da sempre il Quarnaro è conosciuto e visitato per il suo clima mite, per i suoi effetti benefici sulla salute e per respirare aria sana e fresca, un cocktail mediterraneo in cui i profumi del mare si mescolano con i profumi delle erbe aromatiche e dei fitti boschi verdi. Il clima favorevole e le numerose giornate di sole assieme ai benefici del mare hanno creato una combinazione ideale per lo sviluppo del turismo della salute che ha avuto origine proprio in questa regione. A voi spetta solamente la scelta del luogo da raggiungere per avere un effetto benefico (climatoterapia e talassoterapia): Abbazia (Opatija), Crikvenica o Lussino (Lošinj). Cliniche private, poliambulatori, centri wellness e spa hanno moderne attrezzature e conoscenze nel campo, con una conoscenza e tradizione centenaria.

"Kvarner Effect" - Effetto Quarnaro – o più semplicemente l'aromaterapia del Quarnaro all'aperto. La bora, un vento secco, freddo e sano, che porta un clima più fresco, è "il motore" del processo di guarigione. Muove il mare, le onde si infrangono sulla costa, le particelle più sottili di sale marino, gli oligoelementi e i minerali si disperdono nell'aria e penetrano nel corpo fino alle aree più profonde degli alveoli polmonari. Al centro di tutto questo processo ci siamo noi che respiriamo... profondamente e curandoci godiamo l'effetto del Quarnaro. Nel periodo (post) COVID è bene sapere che c'è un posto che ci offre la salute e il recupero. Lasciate che il Quarnaro, con i suoi benefici naturali, vi restituisca l'energia persa, migliori l'immunità e liberi dallo stress.

Cucina genuina e varia per le gioie del palato, il Quarnaro in cucina

Gastronomia - Proprio come il resto della regione, anche la sua gastronomia è ricca e varia, offre ottimo cibo e eccellenti vini, la destinazione preferita per gli ospiti alla ricerca di esperienze culinarie. La natura intatta e dall'alto valore ecologico di questa regione è la base su cui si basa l'offerta di cibi e l'alimentazione sana e naturale. I pesci, i gamberi e i frutti di mare provengono dal mare pulito, i legumi la frutta sono prodotti dalla terra non inquinata. Gli scampi del Quarnaro sono considerati i migliori al mondo, si distinguono per il loro brillante colore rosso, per la conchiglia sottile e il sapore unico. Cercate un consiglio perché non sapete che cosa scegliere? Qui troverete ristoranti con stelle e raccomandazioni Michelin, e molto altro ancora, come pure i marchi di qualità regionale **"Kvarner Gourmet"** e **"Kvarner Food"**, che suggeriscono un'offerta locale, la qualità e la creatività degli chef. Tutti amano quello che offre il Quarnaro! **Buon appetito!**

Sport di tutto di più

Kvarner Outdoor – sentieri tracciati, passeggiate, percorsi tematici con una lunghezza totale di oltre 3.000 km di percorsi ciclabili, immersioni, wakeboard, volo in paracadute o in deltaplano, zipline, arrampicata libera, surf, pesca al tonno gigante e molto altro ancora... La bellezza delle isole e della zona costiera lo rendono il luogo ideale per i diportisti. Potete osservare animali selvatici, delfini e grifoni, praticare il rafting, la canoa, il kayak o la pesca sportiva sui laghi. Per gli appassionati di motori e velocità, c'è il circuito *Automotodrom Grobnik*.

Da non perdere:

- Kvarner Trails – Risnjak, Ucka, Hahlici & Malinska <https://en.kvarnertrails.com/>
- Cres & Losinj Trails – due gare in due giorni su due isole quarnerine <http://remarkable.events/cres-losinj-trail-en/>
- CroRace – una corsa a tappe maschile di ciclismo su strada professionistico <https://www.facebook.com/croracetour/>
- 4 Islands MTB - Una gara unica al mondo di MTB su quattro isole: Rab, Krk, Cres i Lošinj <https://4islands.hr/event-2/>
- Gorski Kotar Bike – scopri Gorski kotar attraverso una vera sfida ciclistica <https://gorskikotarbike.com/en/>

Trascorrere una vacanza attiva e avventurosa è un ottimo modo per liberarsi dallo stress e godersi la natura e le bellezze di questa regione!

La natura protetta

Patrimonio naturale protetto - Il Quarnaro come regione vanta più di 30 zone protette in un territorio relativamente piccolo. Gli amanti degli animali saranno contenti, perché solo qui si possono osservare due specie in via di estinzione per le quali questo territorio è uno degli ultimi rifugi: il grifone e il delfino tursiope.... Oltre a tutto questo e grazie alla salvaguardia e alla tutela della natura, solo tre grandi carnivori europei vivono e vagano liberamente in questa zona: l'orso, il lupo e la lince.

Lo sapevate che.... Il Patrimonio culturale

Cultura - Con la sua ricca tradizione e il suo patrimonio culturale, il Quarnaro è la culla della cultura croata. Seguite le vie dei monaci glagoliti e scoprirete il più antico documento scritto in lingua croata che ha avuto origine qui: la tavoletta di pietra Baška (Bascanska ploca) e il cosiddetto Vinodolski zakonik (lo statuto Vinodol), il più antico testo di diritto comune croato, risale al XIII secolo. Il bronzo Apoxyomenos, o "Statua di atleta", del I secolo a.C., è una scultura che è stata scoperta da un subacqueo al largo dell'isola di Lussino, nel 1996, il più famoso ospite greco del Quarnaro. La storia della famiglia Frankopan e infine, ma non per importanza, visitate Rijeka - Capitale Europea della cultura 2020/2021...**quanti modi di scoprire e conoscere l'identità culturale del Quarnaro!**

Da segnalare per il 2021

- **Rijeka - capitale europea della cultura 2020/2021...**"Rijeka 2020 - Port of Diversity", la prima città croata con il titolo di Capitale Europea della Cultura. La Commissione Europea ha deciso di estendere il titolo fino alla fine di aprile - www.rijeka2020.eu
- **Hilton Rijeka Costabella Beach Resort & Spa, 5*** - www.rijekacostabella.hilton.com A breve aprirà il primo Hilton dell'Adriatico settentrionale con 194 camere, appartamenti e ville vista mare
- **Gara mondiale "NASCAR Whelen Euro Series (NWES)"** si svolgerà a Grobnik anche nel 2021 www.grobnik.hr; www.euronascar.com

Visitare il Quarnaro un'occasione unica per un'esperienza emozionante accompagnata dai colori, dai profumi e dai suoni di questo territorio!

Venite a scoprire il Quarnaro, siete tutti benvenuti!

Ulteriori informazioni: www.kvarner.hr/it/turismo

<https://www.safestayincroatia.hr/it>

Ente Nazionale Croato per il Turismo Via G. Leopardi, 19 20123 Milano (MI)
t. 02 86454443 e. info@enteturismocroato.it w. www.croazia.hr