

*Il vostro campo  
da gioco perfetto*



**OUTDOOR**

ROVIGNO – ORSERA – VALLE – SANVINCENTI – CANFANARO / ISTRIA / CROAZIA





<b>BENVENUTI IN ISTRIA</b>	4
Itinerari magici	7
<b>UNA DESTINAZIONE PER TUTTI I PROFILI DI OSPITI OUTDOOR</b>	12
Per tutti gli amanti del cielo aperto	12
<b>COSTEGGIARE L'ISTRIA IN KAYAK</b>	15
La penisola a un colpo di remi	15
<b>TRAIL</b>	18
I percorsi della storia epica	18
<b>ARRAMPICATA SPORTIVA</b>	22
L'abilità in armonia con la natura	22
<b>UNA SISTEMAZIONE SU MISURA PER GLI OSPITI OUTDOOR</b>	27
Un rifugio per nuove sfide	27
<b>GLI SPECIALISTI OUTDOOR</b>	30
Un supporto fidato a ogni passo	30
<b>I PACCHETTI OUTDOOR DELLA DESTINAZIONE</b>	32
Un'ampia scelta per nomadi contemporanei	32
<b>REFERENZE</b>	33
Hanno detto di noi ...	33
<b>GLI EVENTI OUTDOOR</b>	34
Festival e gare, concorsi e intrattenimento in compagnia	34
<b>INFORMAZIONI   CONTATTO</b>	35
Risponderemo volentieri a tutte le vostre domande	35



# Benvenuti in Istria

## Benvenuti nella magica Istria,

nei suoi paesaggi dalla storia particolare, dalla ricca tradizione culturale, dalla natura intatta e da un'interessante offerta gastronomica...

A mo' di mosaico, questa penisola mediterranea è costituita dai frammenti di diverse civiltà, culture e gusti. Il suo anfiteatro romano a sud, la Basilica Eufrasiana dell'epoca bizantina sulla costa occidentale e le cittadine medievali sui colli del suo entroterra, fino alle finestrelle veneziane nelle cittadine costiere, non lasceranno nessuno indifferente.


I paesaggi verdi, i vigneti e gli oliveti centenari che si perdono a vista d'occhio, scandiscono il ritmo della quiete e della gioia di vivere a contatto con la natura, mentre la terra rossa istriana e il mare ci dilettono con i loro gusti originali. Non esiste stagione dell'anno che possa sminuire la bellezza di questa penisola...

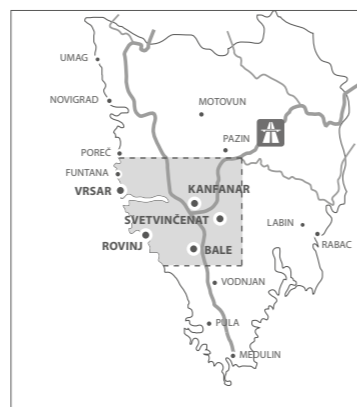
Abbandonatevi alla sua magia e sicuramente vi verrà voglia di tornare per trovare ogni volta dei nuovi tasselli nel ricco mosaico istriano e scoprire perché da millenni varie potenze mondiali se la contendevano...



### DOVE CI TROVIAMO

Amsterdam 1424 km  
Vienna 570 km  
Budapest 595 km  
Milano 524 km  
Monaco di Baviera 592 km

 Pola 40 km  
Fiume 120 km  
Trieste 171 km  
Lubiana 209 km  
Zagabria 251 km  
Venezia 260 km



## La tradizione centenaria dei gusti naturali

Le trattorie, gli agriturismi e i ristoranti che vi attendono qui sono pieni di delizie gourmet. Chi ama trascorrere il tempo all'aperto sarà attratto dalle strade del vino, dell'olio d'oliva e del miele!

La varietà della penisola istriana si riflette anche nella ricchezza dell'offerta gourmet delle delizie istriane che cambia sia dalla costa all'entroterra, sia con l'avvicinarsi delle stagioni. La storia dell'Istria e la sua ubicazione in un territorio dal mite clima mediterraneo creano a una miriade di colori, gusti e profumi nei cibi e nelle bevande.

Qui troverete il pesce bianco e quello azzurro, le cozze e le grancevole preparati con gustosi risotti e brodetti, ma anche pollame, carne di vitello, selvaggina accompagnati da fusi e gnocchi fatti in casa, oppure verdura coltivata in modo naturale, ingredienti dai quali nascono delle fantasiose minestre...

La magia gourmet è arricchita da "sua maestà" il tartufo, dal gustosissimo ombolo, dalle salsicce, dal prosciutto e dal formaggio, da piante spontanee come gli asparagi selvatici e da piante aromatiche come l'alloro e il rosmarino, dagli eccellenti vini e oli extravergini d'oliva.







# Itinerari magici:

## Rovinj-Rovigno, Vrsar-Orsera, Bale-Valle, Svetvinčenat-Sanvincenti, Kanfanar-Canfanaro

### Rovinj-Rovigno

Sulla variegata costa occidentale della penisola istriana troverete Rovigno, "il cuore romantico del Mediterraneo". La sua storia ancor oggi si sente nei vicoli stretti del centro storico, si riflette nelle graziose piazze e nel rumore delle imbarcazioni che solcano il mare, piegandosi ai venti dell'Adriatico.

Il burrascoso passato millenario e le mani laboriose dei suoi abitanti hanno creato questa cittadina straordinaria, una sorgente di patrimonio culturale e bellezze indescrivibili in una sola parola. Tutto questo ha portato a Rovigno numerosi titoli, fra i quali uno in particolare, custodito fieramente, quello di monumento culturale del 1963. La città è sovrastata dalla figura di Santa Eufemia. In suo onore i cittadini eressero in cima al colle una meravigliosa chiesa che custodisce un sarcofago di marmo nel quale, secondo la leggenda, attorno all'anno 800 le reliquie della santa giunsero per mare da Costantinopoli a Rovigno...

Venite a conoscere il resto della sua storia, in questa città paragonata a Venezia per la sua bellezza e l'eredità storica, ma anche per le battane, delle barche usate dai pescatori, che ancor oggi permettono di raggiungere via mare le case situate nella parte esterna del nucleo storico. In memoria della battana fu eretto un piccolo museo che coltiva la tradizione di quest'imbarcazione centenaria che nutre molti Rovignesi, iscritta nel Registro delle migliori pratiche per la conservazione del patrimonio culturale immateriale dell'UNESCO.

Colma di gallerie, atelier, collezioni e musei affascinanti, Rovigno ospita regolarmente le mostre di nomi famosissimi, mentre d'estate, una sua via, la Grisia, si trasforma per un giorno in una galleria all'aperto. Rovigno è però già da sé un gioiello straordinario le cui porte rimangono spalancate nel corso di tutto l'anno.





## Vrsar-Orsera

I colori e i profumi mediterranei sono la guida migliore per le vie di Orsera che anche oggi vi entusiasmeranno per la loro architettura e la storia, a compiere un viaggio nel tempo, dall'antichità, attraverso l'oscuro Medioevo fino ai giorni nostri. Il territorio di Orsera è stato popolato sin dalla preistoria, mentre con l'arrivo degli antichi Romani comparso un nuovo insediamento litoraneo ai piedi del colle denominato Ursaria.

Nell'antica Orsera di allora si costruirono tutta una serie di villae rusticae dinanzi alle quali si estendeva una vista spettacolare su uno degli arcipelaghi con addirittura 18 isolotti.

All'epoca della tarda antichità inizia a svilupparsi il commercio, specialmente grazie alla vicinanza di Ravenna e della strada romana Via Flavia; Orsera diventa un porto d'esportazione per la pietra istriana. La pietra estratta dalla vecchia cava di Montraker a Orsera si esportava per costruire Venezia, mentre nello Statuto di Venezia del 1307 fu deciso che la pietra istriana sarebbe stata l'unica pietra usata nella costruzione delle facciate delle chiese veneziane.

Orsera è menzionata anche nelle "Memorie" dell'amante più appassionato di tutta Europa, Giacomo Casanova, che durante le sue visite alla cittadina donava il suo cuore a numerose donzelle.

Fiera della tradizione peschereccia delle sue coste, dei frutti variopinti delle valli, dei colli e della goccia dorata degli uliveti e vigneti circostanti, Orsera vi darà il suo benvenuto davanti a tavole riccamente apparecchiate coltivando fedelmente la tradizione originaria della penisola istriana.



## Bale-Valle

Questa città-museo sulla costa occidentale dell'Istria è la fonte nascosta di un'interessante eredità storica e architettonica. I Romani eressero qui il castello Castrum Vallis e nel Medioevo il castello di Valle costituito da case disposte in modo tale da creare cerchi concentrici.

Valle, questa custode posta al crocevia di sentieri che da sempre la attraversano, è sorta sul colle Mon Perin ancora in tempi preistorici, e oggi rappresenta una vera e propria macchina del tempo nella quale ogni pietra testimonia la sua ricca storia.

Fra i vicoli stretti si trovano il palazzo comunale con la torre, la chiesa dedicata alla Visitazione di Maria Vergine a S. Elisabetta e una delle bellezze più straordinarie della cittadina Castel Soardo-Bembo costruito nel XVI secolo fra due torri cittadine che si distingue per la bellezza della facciata gotico-rinascimentale.

Rispetto alla bellezza del patrimonio architettonico di Valle, le straordinarie attrazioni della natura non sono a meno – dai dinosauri che tanto tempo fa lasciarono la loro traccia su queste coste, alle oggi riconosciute specie ornitologiche che abitano in una riserva protetta, e di farfalle di cui nei dintorni di Valle ce ne sono circa 300.







## Svetvinčenat - Sanvincenti

Proprio al centro della storia, ma anche al confine di quelle che una volta erano le diocesi di Parenzo, Pola e Pedena, sorge la cittadina protetta da S. Vincenzo e ogni suo ospite può scegliere il nome che preferisce - Savičenta, Svetvinčenat oppure Sanvincenti.

La cittadina viene nominata per la prima volta in un documento del 965 quando la governano i vescovi di Parenzo e da quel momento la sua storia è segnata da lotte incessanti di potere da parte loro, delle famiglie nobiliari e dal cambio dei poteri statali. L'imponente castello Morosini Grimani, costruito nel XIII secolo, è testimone dei secoli burrascosi di lotte continue.

Quasi ogni luogo dell'Istria ha almeno una storia o magia da raccontare, e in questo grazioso posto si sono intrecciate molte storie. Noi ve ne racconteremo una infelice, quella della strega Mare che, secondo la leggenda, fu arsa nel cortile del castello. La bellissima ragazza fu condannata a morte a causa della sua passione per la botanica e la fitoterapia, ma molti credono invece che sia morta per l'amore che nutriva nei confronti di un nobile infedele.

Potete andare alla scoperta della sua storia, ma anche delle altre vicissitudini in questo luogo pittoresco nel quale oggi regnano i festival di ballo e medievali.



## Kanfanar-Canfanaro

Se vi viene voglia di toccare il passato, basta fare un giro per i paesaggi nell'entroterra della Penisola. Qui, sull'altipiano nei pressi del profondo Canal di Leme, in quella che una volta era una posizione strategica, troverete Canfanaro. Come tutta la penisola istriana, la cittadina possiede un ricco patrimonio storico e culturale, e nelle sue vicinanze troveremo una testimonianza preziosa di questi luoghi.

Canfanaro è nata come un riparo per gli abitanti sopravvissuti dell'antica città di Duecastelli colpita in passato da malaria e peste. Nel 1696 si costruisce a Canfanaro la chiesa di S. Silvestro, il santo protettore dalla lebbra e per questo motivo la città viene spesso chiamata con il suo nome.

Mentre a Canfanaro la vita pullulava, Duecastelli diventava una città spettrale, abbandonata, ricoperta da piante rampicanti ed erba alta che per centinaia di anni custodiva diverse storie e leggende.

Ispirati alle leggende, oggi fra le sue mura si tengono vari allegri musical, giochi di pirati, serate dedicate ai pirati e persino la ricerca del tesoro sepolto del capitano Morgan.





# Una destinazione per tutti i profili di ospiti outdoor

## Per tutti gli amanti del cielo aperto

Abbiamo ideato per voi sentieri lunghi e brevi, salite leggere e impegnative, gare eccellenti per sportivi e allegri festival per i più giovani! Li abbiamo completati con le storie che imparerete passando per i paesaggi ricchi di storia e fantasia ...

V'invitiamo a visitarci e a provarli, e noi vi seguiremo a ogni passo.

Siamo qui per voi – vi aiuteremo a scegliere l'attività, vi porteremo l'attrezzatura e la presteremo a chi non ce l'ha. Vi offriremo il nostro sostegno per conquistare nuove vette, ma anche per aiutarvi in caso di necessità.

Vi aiuteremo a compiere i primi passi nel mondo delle avventure outdoor fino a quando non sarete sicuri nelle proprie forze, poi vi lasceremo godere di ogni nuovo passo e istante delle vostre attività.







# Costeggiare l'Istria in kayak

## La penisola a un colpo di remi

Scoprire la natura dal lato marino ascoltando il rumore del mare e il ritmo scandito dai remi, è una delle magie del giro in kayak. Che sia ricreativo o avventuroso, mattiniero, giornaliero o serale, un giro in kayak apre sempre nuovi orizzonti...

Particolarità:

- > una costa frastagliata
- > un gran numero d'isole e scogli
- > la varietà degli organismi marittimi
- > lo snorkeling
- > il noleggio di kayak
- > gite guidate
- > è adatto a tutti i livelli di preparazione, dai principianti ai professionisti
- > un supporto logistico degli esperti
- > la garanzia di qualità e sicurezza

## Programmi organizzati per un giro in kayak

Le bellezze dell'Istria si conoscono attraverso i programmi destinati a vari gruppi di utenti, tenendo conto del grado di difficoltà. Sono stati così creati quelli per gli amanti della ricreazione, per gli sportivi e per le famiglie: in tutto sei programmi per svelare i paesaggi pittoreschi delle isole rovignesi, un'affascinante natura selvaggia del Canal di Leme e le straordinarie isole e gli isolotti di Orsera.

I programmi sono adatti ai bambini in età superiore ai 10 anni, obbligatoriamente seguiti dai genitori. È possibile inoltre fare un pranzo al sacco, oppure dopo il giro serale bere un bicchiere di vino sul terrazzo del ristorante vicino al punto in cui termina il giro.

Prima dell'inizio di ogni programma, al punto di partenza ci sono le presentazioni con la guida e una breve introduzione all'attrezzatura e al suo uso, dopo di che si parte per l'avventura.



## Preparativi e allenamenti sportivi dei canoisti e dei canottieri nel Canal di Leme

Attraversare il canyon a remi

Il Canal di Leme è un affascinante **canyon marino** che penetra addirittura 13 chilometri nell'interno della Penisola e ai canoisti e ai canottieri offre veramente un'esperienza unica. Le sue scogliere verdi quasi verticali sulla superficie del mare creano delle visuali straordinarie nel corso di tutto il giorno. Si può percorrere a remi sia d'estate che d'inverno.

I **benefici del clima mediterraneo** offrono le condizioni ideali per allenarsi in vari sport a remi nel corso di tutto l'anno, perché è caratterizzato da oltre un terzo di giornate gradevoli adatte a questo tipo di sport, prive completamente di vento.

Oltre ai preparativi e agli allenamenti per raggiungere risultati sportivi eccellenti, percorrere a remi questo insolito spettacolo della natura, offre anche altre esperienze, come la vista della flora intatta e della ricca fauna. L'aspetto pittoresco di Leme ha da sempre attratto i curiosi e quindi questo territorio è stato per più volte il set di diversi film, e ospita regolarmente le **gare di canottaggio** a livello internazionale.

Il Canal di Leme si trova a pochi passi da Vrsar-Orsera e dalle sue strutture ricettive, dalle quali dista appena 15 minuti in macchina, mentre l'entrata indisturbata dei kayak e delle barche in mare è garantita grazie a un pontone appositamente allestito.



### OFFERTA PER CANOISTI E CANOTTIERI

- > organizzazione di giri in kayak
- > sea kayaking
- > noleggio di kayak, canoe e attrezzatura
- > servizio di lavanderia
- > massaggi sportivi
- > palestra
- > parcheggio



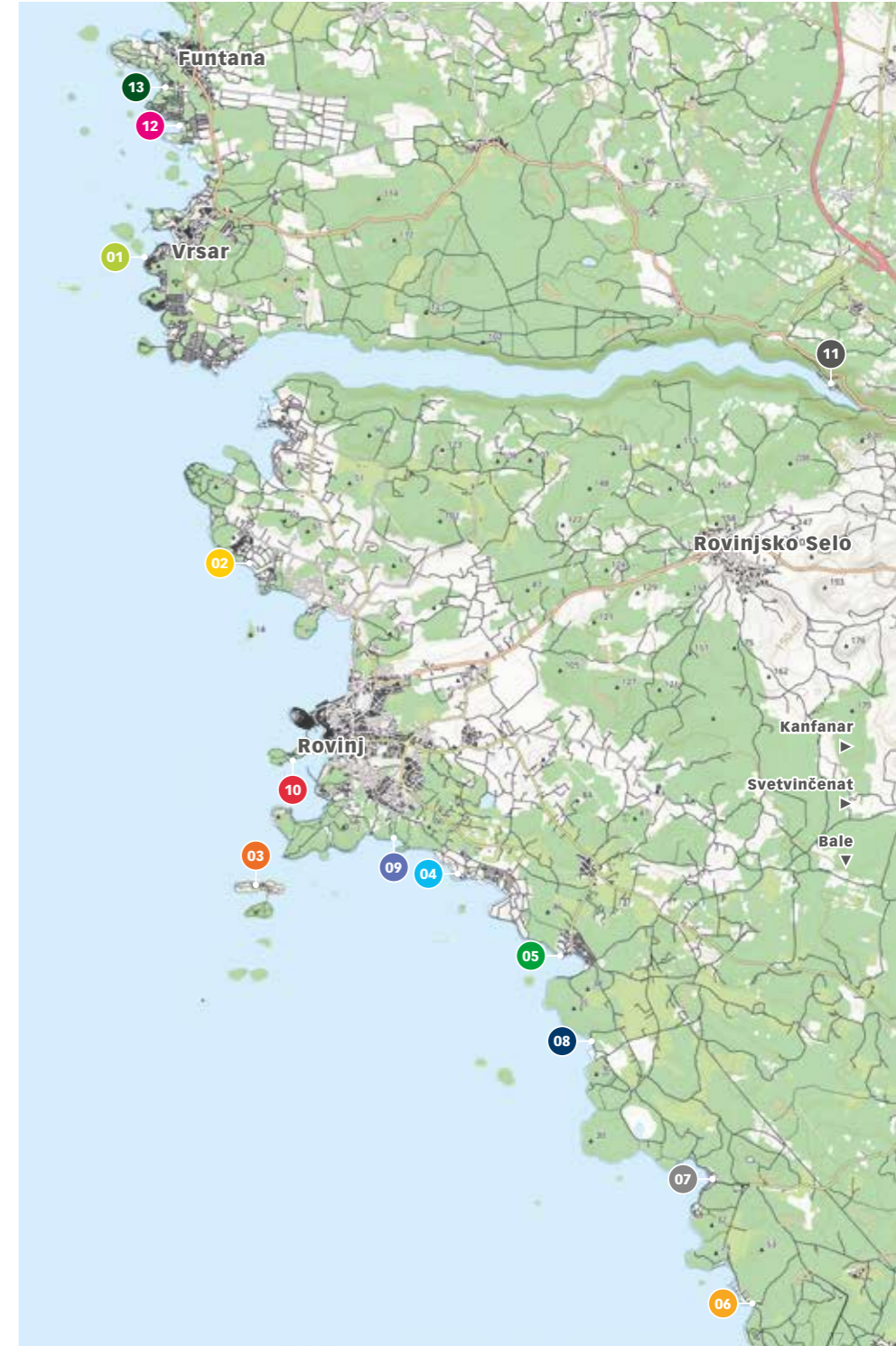
SCALA  
1:000000



### DISTANZA IN AUTO

- Rovigno - Orsera > 30 km
- Rovigno - Valle > 14 km
- Orsera - Valle > 26 km

	01   Resort Belvedere
	02   Resort Amarin
	03   S. Andrija
	04   Resort Villas Rubin
	05   Campeggio Veštar
	06   Campeggio Mon Perin Zone Colone
	07   Campeggio Mon Perin Zone San Polo
	08   Baia Cisterna / Baia Bacvice
	09   Cuvì
	10   S. Katarina
	11   Lim
	12   Campeggio Valkanela
	13   Resort Funtana





# Trail

## Attraverso i percorsi del passato epico

In una regione dalla storia trimillennaria, dalla tradizione viva e dalla natura intatta, ogni amante della vita sana troverà sicuramente il suo angolo per rilassarsi. Il mare che si estende in lontananza e il verde tranquillizzante nell'entroterra istriano, attraggono qui molti visitatori da tutte le parti del mondo, nel corso di tutto l'anno.

Particolarità:

- > 10 percorsi trail circolari
- > 175 chilometri di percorsi trail
- > il grado di difficoltà è medio e leggero
- > la corsa lungo il mare e nel verde entroterra
- > la natura intatta
- > dei sentieri con salite attraenti
- > un supporto logistico di esperti
- > la garanzia di qualità e sicurezza

Se desiderate trascorrere una vacanza attiva, un weekend rilassante in primavera e autunno, e perché no anche in inverno o approfittare di qualche giornata libera nel corso dell'anno, qui troverete molti sentieri allestiti per voi, varie manifestazioni divertenti e ricreative e diverse gare sportive.

Fra Rovigno, Orsera, Valle, Canfanaro e Sanvincenti s'intrecciano itinerari arricchiti dalla storia burrascosa di questi luoghi, da insolite attrazioni e leggende misteriose che invitano all'esplorazione. Dalle coste del Mare Adriatico i sentieri conducono, attraverso la natura intatta, all'entroterra della Penisola. Nell'attraversarli scoprirete i castelli preistorici e i resti dell'antichità, la bellezza delle chiesette romaniche e delle cittadine medievali.

Le passeggiate lungomare s'intrecciano con gli oliveti e i vigneti, e oltre ad ammirare la cultura e la tradizione istriana, percorrendo i nostri sentieri troverete anche dei posti dove ristorarvi, assaggiare prodotti autoctoni, vini e oli d'oliva eccellenti.





## Per la ricreazione

I sentieri circolari che cingono le cittadine sono adatti a compiere delle passeggiate o delle corse per ammirare il paesaggio che grazie alla loro segnaletica vi riporteranno in tutta sicurezza al punto di partenza. Abbiamo preparato per voi degli itinerari interessanti e dettagliatamente descritti, ciascuno dei quali comprende anche dei punti per sostare.

## Per i preparativi degli sportivi

I sentieri istriani sono l'ideale per gli amanti della natura ma anche per gli sportivi eccellenti. Nello scoprire quello che è rimasto nascosto, con i benefici del mare e la potenza della vegetazione intatta che circondano i sentieri trail, gli sportivi hanno qui a disposizione una completa infrastruttura per gli allenamenti e molti servizi accompagnatori che danno l'appoggio necessario per gli allenamenti e il miglioramento dei loro risultati.

## Giri e allenamenti organizzati

Per tutti voi che desiderate passeggiare, camminare o correre per i sentieri trail in gruppo, accompagnati da una guida esperta o da un allenatore professionista, sia che si tratti di programmi iniziali o avanzati, troverete a vostra disposizione i nostri professionisti del settore dotati delle competenze adatte e di una ricca esperienza. Se lo desiderate, creeremo per voi dei programmi speciali, più corti o più lunghi con diversi tipi di servizi.



## DA NON PERDERE

MAGGIO:

- > **Lim Bay Challenge**
- > Gara avventurosa e gara di trail running

## SIGHTRUN ROVINJ

[www.sightrun.com](http://www.sightrun.com)

La SightRun è un'app gratuita per smartphone che offre una nuova dimensione della corsa grazie a un tour audio guidato e alla tracciatura GPS del percorso. L'app unisce quest'attività alla visita e all'esplorazione di Rovigno e dintorni.





# Arrampicata sportiva

## L'abilità in armonia con la natura

L'arrampicata sportiva è uno sport che può essere praticato da grandi e piccoli. Il territorio del Rovignese è la destinazione perfetta per gli arrampicatori principianti e per le famiglie con figli. Grazie al mite clima mediterraneo, è possibile praticarla nel corso di tutto l'anno.

Durante il periodo delle calure estive, potete iniziare una ricreazione mattutina arrampicandovi nel parco naturale di Zlatni rt – Punta Corrente dal quale vi godrete il panorama più bello di Rovigno, mentre di pomeriggio vi potete rinfrescare nel mare che dista soltanto una decina di metri dalla parete. Le spiagge sono accessibili con tantissime aree ombreggiate, e nelle immediate vicinanze della parete c'è anche una spiaggia allestita per i vostri amici a quattro zampe.

La vista indimenticabile che si estende dalle scogliere del Canale di Leme renderà particolari le vostre giornate invernali in famiglia. La parete è ricca di itinerari lunghi e di bassa difficoltà, ma è adatta anche per arrampicatori più esperti.

Per concludere bene la giornata potete assaggiare i prodotti caserecci presenti sulle numerose bancarelle dei produttori locali.

I resti storici della cittadina medievale di Duecastelli che, secondo la leggenda nasconde il tesoro del noto pirata Henry Morgan, non vi lascerà sicuramente indifferenti, come pure l'omonima parete d'arrampicata caratterizzata da itinerari corti e tecnicamente molto impegnativi.

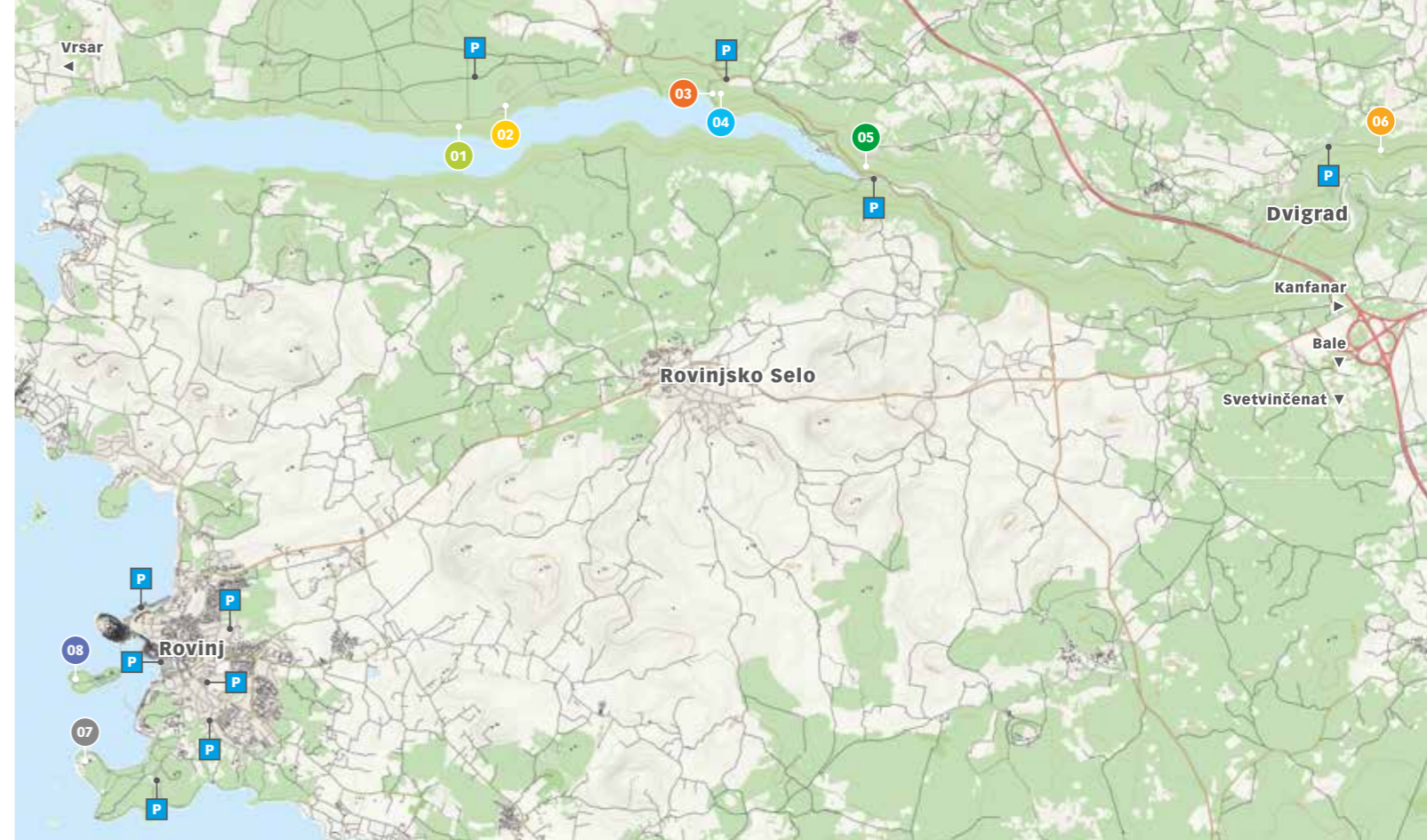
Particolarità:

- > 3 pareti d'arrampicata
- > 373 direzioni
- > classificate da 4b a 8c
- > direzioni a difficoltà tecnica media e leggera
- > pareti d'arrampicata adatte ai principianti
- > pareti d'arrampicata adatte a famiglie con bambini
- > le ubicazioni delle pareti hanno una vista mozzafiato

## DA NON PERDERE

MAGGIO:

- > **Penjimo se zajedno: (Arrampichiamoci assieme) Zlatni rt**
- > Gara di arrampicata sportiva



SCALA  
1:75000



## DISTANZA IN AUTO

Rovigno - Orsera > 30 km  
Rovigno - Duecastelli > 21 km  
Orsera - Duecastelli > 17 km

<p><b>01   Limski kanal</b> Canal di Leme</p> <p>Kloštar 10 6a+ - 7a+</p>	<p><b>05   Limski kanal</b> Canal di Leme</p> <p>Gavranik 34 4b - 8a</p>
<p><b>02   Limski kanal</b> Canal di Leme</p> <p>Šimije 47 5a - 7a</p>	<p><b>06   Dvigrad</b></p> <p>- 88 4b - 8c</p>
<p><b>03   Limski kanal</b> Canal di Leme</p> <p>Horoskop 19 5a - 7a</p>	<p><b>07   Rovinj - Rovigno</b> Zlatni rt - Punta Corrente</p> <p>- 149 4a - 7a</p>
<p><b>04   Limski kanal</b> Canal di Leme</p> <p>Krugi 17 5b - 8c</p>	<p><b>08   Sv. Katarina</b> Santa Katarina (Deep Water Solo)</p> <p>- 9 5a - 7a</p>



## Zlatni rt - Punta Corrente a Rovigno

L'arrampicata nel Parco forestale rovignese Zlatni rt - Punta corrente a ogni ora del giorno offre un'esperienza nuova e diversa perché dalle rocce spazia una vista meravigliosa sulla penisola rovignese e la città vecchia, il mare e le isole circostanti. Il paradiso degli arrampicatori con i più bei tramonti di sole è situato dove una volta sorgeva la cava di pietre Muntravo la cui pietra si estraeva per costruire numerosi palazzi veneziani. La maggior parte delle direzioni fu allestita ancora agli inizi degli anni Novanta dello scorso secolo. Le nuove cime si conquistano così lungo la costa del mare, in uno dei parchi boschi più belli e protetti del Mediterraneo. Punta Corrente è ricca di vegetazione, prati circondati da foreste ed è tagliata da tanti sentieri che hanno dato origine a viali di cipressi e pini. È un punto d'incontro di arrampicatori provenienti da ogni dove, adatto a intere famiglie perché sulle rocce a diretto contatto con il mare, sono state allestite 149 direzioni di varia difficoltà, molte delle quali sono adatte ai principianti. Qui è stata organizzata anche una scuola di arrampicata gestita da istruttori esperti.

## Limski kanal - Canal di Leme

Il Canal di Leme si trova sulla costa occidentale dell'Istria fra Vrsar-Orsera e Rovinj-Rovigno ed è parte integrante della Limska draga-Valle di Leme. Oggi costituisce il confine naturale fra Rovigno, Orsera e Kanfanar-Canfanaro, mentre in passato divideva due province romane, le odierne città di Poreč-Parenzo e Pula-Pola. È nato dalla foce sommersa del fiume Pazinčica che una volta sfociava nel mare, mentre oggi sprofonda nella suggestiva Pazinska jama-Foiba di Pisino nei pressi dell'omonima città. Il Canal di Leme è interamente sfruttato per l'allevamento di molluschi ed è perciò una meta inevitabile per gli amanti della gastronomia. Dalle pareti alte una quarantina di metri, una vista mozzafiato spazia sui 12 chilometri di lunghezza del Golfo di Leme. Nonostante le pareti siano prevalentemente leggere, anche gli arrampicatori più esperti si divertiranno. Il periodo migliore per l'arrampicata è da settembre a maggio, mentre d'estate è possibile praticarla di prima mattina (Krugi) o nel tardo pomeriggio (Gavranik) quando i settori sono all'ombra.

### PARTICOLARITÀ

- > 149 direzioni
- > classificate da 4a a 7a
- > lunghezza delle direzioni fino a 15 metri
- > direzioni tecniche strapiombanti e verticali
- > roccia orientata a ovest
- > tipo di roccia: roccia calcarea grigio-bianca
- > adatto a famiglie con bambini
- > adatto ai principianti

### PARTICOLARITÀ

- > 127 direzioni suddivise in 5 settori
- > classificate da 5c a 8c
- > lunghezza delle direzioni fino a 43 metri
- > direzioni tecniche strapiombanti e verticali
- > parete orientata a sud
- > tipo di roccia: pietra calcarea rossa e grigia
- > adatto a famiglie con bambini
- > adatto ai principianti



## Dvigrad-Duecastelli

All'interno della Valle di Leme si trova la parete di Dvigrad-Duecastelli e l'omonima cittadina medievale, conosciuta per le tante leggende. Il famoso pirata, il capitano Henry Morgan e il suo tesoro nascosto, sono parte di una delle leggende che sicuramente risveglieranno la vostra fantasia e vi faranno osservare il fondo del pozzo prima di iniziare le vostre arrampicate avventurose. Le lastre grigie di Duecastelli comprendono 88 direzioni dove metterete alla prova anche la tecnica degli arrampicatori più esperti. Fra queste la più nota è la direzione „Malvasia” dell'autore italiano Manolo (Maurizio Zanolla), che finora è stato superato da due soli arrampicatori. Lo stesso autore della direzione, Manolo, la scalò nel lontano 1989, e solo 21 anni dopo ci riuscì un americano, Cody Roth. L'arrampicata si può praticare nel corso di tutto l'anno, ma nei mesi estivi bisogna fare attenzione ai serpenti.

### PARTICOLARITÀ

- > 88 direzioni
- > classificate da 4b a 8c
- > lunghezza delle direzioni fino a 25 metri
- > direzioni tecniche strapiombanti e verticali di molto elevata difficoltà
- > parete orientata a sud-est
- > tipo di roccia: pietra calcarea grigia
- > adatto a famiglie con bambini
- > adatto ai principianti







## Arrampicata organizzata

**Le scuole di arrampicata** sono a disposizione di tutti, dai più giovani che conquistano intrepidamente le altezze, agli adulti, indipendentemente dalla forma perché ognuno sceglie autonomamente il suo ritmo.

**Le arrampicate guidate con istruttore certificato**, che insegnerà a ogni arrampicatore come arrivare con successo in cima all'itinerario, sono l'occasione ideale per voi, per abbandonarvi in tutta sicurezza a un'esperienza all'insegna dell'adrenalina, conoscendo allo stesso tempo gli attraenti paesaggi istriani.

Grazie alla possibilità di noleggiare l'attrezzatura, anche i più giovani potranno godersi l'avventura alla conquista delle "verticali", superando i segreti di questo sport straordinario frequentando la scuola di arrampicata con tutte le necessarie misure di sicurezza, sotto l'occhio attento degli istruttori.

### CONTATTI E INFORMAZIONI

SPORTSKO PENJAČKI KLUB  
- CLUB DI ARRAMPICATA SPORTIVA  
"SPK MUNTRAVO"

**E-mail:** muntravo.rovinj@gmail.com  
**spk-muntravo.hr**



# Una sistemazione su misura per gli ospiti outdoor

## Un rifugio per nuove sfide

Rovinj-Rovigno, una cittadina dalle forme ormai famose, offrirà agli amanti dei luoghi all'aperto una sistemazione eccellente e un rifugio sicuro sotto l'ala protettrice della sua patrona, Santa Eufemia.

A Vrsar-Orsera, che dista 30 chilometri da Rovigno, c'è un'ampia offerta di alloggi di qualità in strutture di varia categoria e offerta, un'ampia gamma di servizi destinati ai nomadi moderni desiderosi di un riposo attivo e pieno d'attrazioni.

Hotel EDEN, Rovinj  
[www.maistra.com/it/hotel-eden-rovinj](http://www.maistra.com/it/hotel-eden-rovinj)



## I colori smeraldo dell'Eden

L'Hotel Eden è la destinazione moderna degli odierni nomadi alla ricerca di nuove esperienze e sfide. Situata nei pressi del Parco forestale Zlatni rt-Punta Corrente, questa perla eterna dell'offerta roviniese è stata completamente ristrutturata, assieme alle sue 302 ampie camere dotate di aria condizionata e balcone, e 32 suite.

All'Eden vi potete abbandonare al wellness o fare un allenamento per migliorare la forma fisica nell'eccellente centro fitness. Accanto alla zona per il relax, l'hotel offre la sauna finlandese e quella a infrarossi, il bagno turco, e dopo esservi rinfrescati al Vitality bar, riacquisterete le vostre forze grazie ai gusti sani della cucina istriana tradizionale.

Oltre alla piscina coperta e al complesso di piscine aperte, all'hotel Eden avete a disposizione molti servizi sportivi e l'assolutamente unico poligono „sportivo” - Punta Corrente, il famoso Parco forestale nel quale troverete dei nuovi angolini per il divertimento, attività da compiere di giorno o semplicemente una passeggiata al calar del sole, per godervi dei tramonti indimenticabili incorniciati dai contorni della costa roviniese.

### PARTICOLARITÀ

- > Wi-Fi gratuito
- > parcheggio gratuito
- > wellness & spa
- > centro fitness
- > piscina coperta
- > piscina all'aperto
- > piscina per bambini all'aperto
- > strutture sportive
- > bike friendly hotel





**Hotel PINETA, Vrsar**[www.maistra.com/it/hotel-pineta-vrsar](http://www.maistra.com/it/hotel-pineta-vrsar)

È l'hotel più attraente di Orsera, e similmente a un nido è sistemato in cima a un colle che sovrasta il Mare Adriatico. L'hotel ha una vista stupenda. E mentre da una parte la fantasia si perde nei panorami della cittadina di pescatori, dall'altra si rimane incantati dai colori smeraldo delle onde marine e degli isolotti dell'arcipelago di Orsera. Al Pineta vi godrete l'atmosfera gradevole delle camere d'albergo comode e climatizzate e i benefici del nuoto per bambini e adulti nelle piscine con acqua dolce. Quando il tempo diventa più caldo, vi godrete le piscine aperte, mentre se fa freddo quelle coperte. L'angolo Wellness & spa offre trattamenti di aromaterapia nello spirito del Mediterraneo, per rilassarsi nella sauna e nella piscina a idromassaggio. A pochi minuti di cammino dall'hotel ci sono molte spiagge che si estendono fino al Canal di Leme, indicate con la Bandiera blu che ne attesta la qualità. Così, oltre che per le solite attività estive, durante il resto dell'anno potete trascorrere il tempo anche facendo qualche passeggiata, camminata o corsa. I ristoranti offrono molte specialità nostrane e straniere, mentre dal piano bar dell'hotel la vista si perde nel Marina di Orsera.

**PARTICOLARITÀ**

- > Wi-Fi gratuito
- > parcheggio gratuito
- > sale riunioni
- > studio fitness
- > mini centro wellness
- > piscina coperta e all'aperto
- > campo polivalente per pallacanestro, pallavolo, calcetto, pallamano e badminton
- > bike hotel

**Apartmani RIVA, Vrsar**[www.maistra.com/it/riva-vrsar](http://www.maistra.com/it/riva-vrsar)

Se decidete di alloggiare negli appartamenti Riva, vi godrete una vista meravigliosa sul centro storico e il porto. Gli appartamenti Riva si trovano a pochi passi dal Marina e dal golfo di Orsera, vicino alla spiaggia e a pochi minuti di distanza dalla piscina coperta dell'hotel Pineta, adatta ai preparativi degli sportivi, e di quella esterna nell'insediamento Belvedere. I comodi appartamenti sono adatti a ospitare da tre a sei persone, sono tutti dotati di aria condizionata e balcone. Gli appartamenti Riva sono la scelta migliore per chi possiede animali domestici e sono dotati di angolo cottura. Se desiderate gustare degli ottimi piatti, i ristoranti vicini, le trattorie o gli snack bar sono a portata di mano, mentre per chi volesse assaggiare le delizie gastronomiche, c'è il ristorante a la carte Riva. Per chi ama trascorrere il tempo all'aperto Orsera, circondata da colli e da una foresta, ha una moltitudine di piste ciclabili e sentieri pedonali, la possibilità di praticare immersioni per esplorare il fondale marino e altre attività sportive offerte dai centri vicini.

**PARTICOLARITÀ**

- > Wi-Fi gratuito
- > parcheggio gratuito
- > sale riunioni (all'hotel Pineta)
- > mini centro wellness (all'hotel Pineta)
- > piscina coperta e all'aperto (all'hotel Pineta)
- > campo polivalente per pallacanestro, pallavolo, calcetto, pallamano e badminton

**Resort BELVEDERE, Vrsar**[www.maistra.com/it/belvedere-vrsar](http://www.maistra.com/it/belvedere-vrsar)**PARTICOLARITÀ**

- > Wi-Fi gratuito
- > parcheggio gratuito
- > piscina all'aperto
- > centro sportivo Porto Sole
- > centro sub
- > bike point

Dall'altura la vista spazia sull'arcipelago di Orsera formato da 18 isolotti pieni di ricchezze storiche e geografiche. Nel villaggio turistico che sovrasta il marina, si trova anche una grande piscina esterna, mentre le spiagge circostanti d'estate invitano alla balneazione e d'inverno all'esplorazione.

Le camere doppie e gli appartamenti moderni, divisi in 16 padiglioni, sono circondati da un bel giardino e distano da Orsera solo alcuni minuti di cammino. Il ristorante Belvedere è dotato di piatti adatti a vegetariani, diabetici o sportivi che qui si alleano, mentre al ristorante Lungomare potete assaporare alcune delle delizie locali. È un posto ideale per la vacanza, adatto al divertimento di tutta la famiglia, specialmente dei più piccoli. I programmi attentamente ideati vi faranno vivere un'esperienza indimenticabile e una sensazione di sicurezza e fiducia.

A Orsera potete praticare molte attività sportive, giocare a tennis, pallacanestro o pallavolo nel vicino centro sportivo di Porto Sole dove si trova anche la scuola d'immersione.



# Gli specialisti outdoor

## Un supporto fidato a ogni passo

Quando siamo alla ricerca di nuove avventure per noi quello che conta di più è di garantire ogni passo e fare in modo che i nostri ospiti provino un'esperienza gradevole e completa. I nostri partner fidati ed esperti, specialisti nel loro settore, ci danno un valido aiuto.

I collaboratori scelti attentamente costituiscono un supporto importante e collaudato in ogni segmento della pianificazione e dello svolgimento delle attività all'aperto. Le nozioni eccellenti di cui sono dotati i responsabili e il servizio professionale sono parte integrante di ogni programma, sia che si tratti di persone che da anni praticano la vacanza attiva o di principianti che desiderano provare nuove attività.

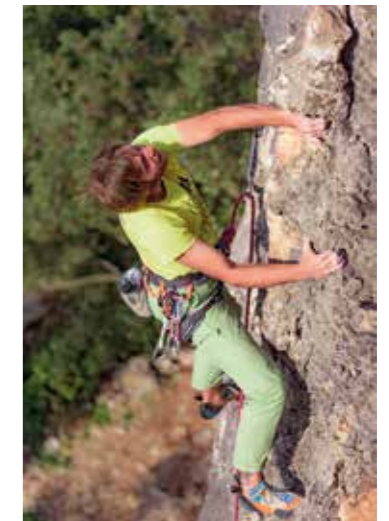
I nostri specialisti saranno a vostra disposizione in tutti i programmi e itinerari che abbiamo ideato per voi.

**Sportbox**  
[www.sportbox.hr](http://www.sportbox.hr)

Partner ormai da diversi anni di molte cittadine istriane nell'organizzazione di gare spettacolari in tutta l'Istria, gli esperti della Sportbox hanno ideato e realizzato finora nel loro lavoro degli itinerari straordinari costituiti da sentieri pedonali e piste ciclabili, trekking di orientamento e maratone ricreative.

Sono fra l'altro gli ideatori della più grande gara trail istriana, dove hanno creato una rete di 100 miglia per l'intera penisola e l'hanno inserita nella coppa mondiale Ultra-Trail World Tour che comprende soltanto le 21 gare trail migliori del mondo.

Hanno una profonda conoscenza dei terreni istriani, mentre il gioco e la fantasia hanno un ruolo importante; lo confermeranno i più giovani che sono i loro fan più fedeli, perché hanno ideato per loro i tracciati più allegri per un'infanzia felice.

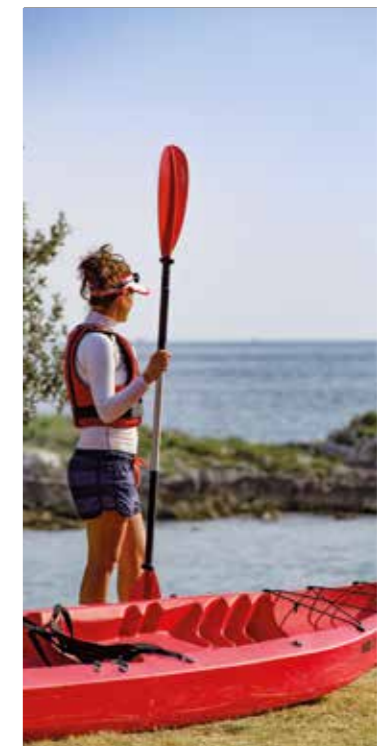


**Adistra**  
[www.adistra.hr](http://www.adistra.hr)

Un partner fidato nella scelta delle attività all'insegna dell'adrenalina l'Adistra è specializzato nel creare delle esperienze eccellenti in kayak, team building e arrampicata libera. I principianti che decidono per la prima volta di compiere un giro in canoa o cimentarsi nell'arrampicata o quelli che sono interessati a trovare delle nuove avventure, avranno il massimo appoggio. Le loro guide sono dei conoscitori eccellenti dello sport, ma anche dei veri e propri relatori che oltre alle bellezze del paesaggio istriano vi riveleranno anche la storia burrascosa di questa regione e le numerose bellezze nate dalla storia.

**Fiore tours**  
[www.fiore.hr](http://www.fiore.hr)

Specialisti innanzitutto nel prodotto del ciclismo dove già da molti anni stanno ideando degli itinerari all'aperto, sono alla ricerca costante di nuove baie e golfi, dei panorami con i tramonti più belli e dei belvedere più lontani. La Fiore tours è un'agenzia che sin dal 1992 cerca e mappa gli itinerari più interessanti per la Penisola istriana, e ogni anno ne aggiunge dei nuovi, qualche sentiero o belvedere non ancora esplorato. Pieni d'inventiva nel creare l'offerta outdoor per coppie o singoli, famiglie o gruppi minori, vi conquisteranno con l'amore per lo sport, il patrimonio culturale e la gastronomia che sono sempre presenti nei loro itinerari.





# I pacchetti outdoor della destinazione

## Un'ampia scelta per nomadi contemporanei

I programmi destinati a tutti i profili di appassionati di attività outdoor sono attentamente creati e inseriti in pacchetti completi. All'offerta delle destinazioni aggiungiamo un'ampia scelta di programmi, da quelli giornalieri a quelli plurigiornalieri, guidati o da svolgere autonomamente.

Potete visitare le nostre cittadine e attrazioni con gli amici o i partner d'affari, in famiglia o da soli e trascorrere una vacanza spensierata o un fine settimana all'insegna del divertimento. Rimaniamo a disposizione degli sportivi per svolgere dei programmi speciali adeguati alle loro esigenze.

A completare la qualità dell'offerta della sistemazione vi è la possibilità di offrire pasti giornalieri, mezze pensioni o alimenti che soddisfano esigenze particolari, come pure quelli legati ai severi regimi dei preparativi sportivi. Molte sono le opportunità, disponibili nel corso di tutto l'anno.

Le accoglienti città di Rovigno, Orsera, Valle, Sanvincenti e Canfanaro custodiscono una tradizione pluriennale, dove potete godere indisturbatamente della natura, del patrimonio culturale e tradizionale e di un'eccellente gastronomia. I nostri specialisti sono dei professionisti esperti che ogni giorno regalano nuove emozioni.

E-mail: [groups@maistra.hr](mailto:groups@maistra.hr)



# Referenze

## Hanno detto di noi ...

Rovigno, Orsera, Valle, Sanvincenti e Canfanaro si distinguono per la loro ospitalità e una tradizione turistica che dura da anni. I traguardi eccellenti nel campo dell'attività alberghiera si completano eccezionalmente con quelli nella categoria del turismo sportivo e attivo e dell'organizzazione di numerosi eventi. Alcuni fra gli sportivi più conosciuti di oggi sono stati nostri ospiti, hanno partecipato alle gare o si sono preparati per competizioni più impegnative. Fa piacere però sentirlo dire dagli altri e per questo motivo riportiamo le loro testimonianze...

**Andraž Hribar**, sloveno, per molti anni membro della nazionale e campione di corsa orientamento, ha partecipato a 10 campionati mondiali e ha vinto diverse corse avventurose, trail e trekking:

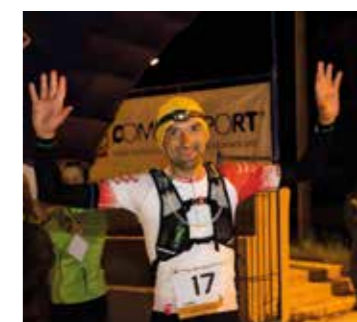
"Il fascino delle cittadine istriane, dei colli e dei vigneti mi ha da sempre attratto spingendomi a ritornare, mentre la cordialità e il servizio professionale dei padroni di casa mi hanno dato la spinta giusta per raggiungere risultati mondiali."

**Matic Modic**, membro della nazionale slovena e campione di triathlon lungo che saltuariamente partecipa con successo anche alle gare trail: "La natura qui offre non solo una bellezza incantevole, ma anche la configurazione del suolo e della costa sono tali che i miei percorsi di triathlon (4 km di nuoto, 120 km di bicicletta e 30 km di corsa) non sono mai monotoni, anzi, costituiscono una sfida e mi danno l'ispirazione per nuove vittorie."

**Mauricio Križmanić**, vincitore della prima edizione della corsa trail "100 miglia d'Istria" e di molte gare avventurose e trekking, vive a Canfanaro:

"Qui mi preparo quotidianamente per le gare attraversando la moltitudine di percorsi attraenti e sentieri che riescono sempre a sorprendermi."

Molti club di canottaggio e kayak e nazionali della Croazia hanno scelto questi luoghi per i preparativi sportivi sulla „riviera soleggiata“ di Rovigno e Orsera.





# Gli eventi outdoor

## Festival e gare, concorsi e intrattenimento in compagnia

Il territorio della nostra destinazione, che dalle coste del Mare Adriatico e degli isolotti compresi negli arcipelaghi di Rovigno e Orsera si estende verso l'entroterra della penisola istriana con le cittadine di Valle, Sanvincenti e Canfanaro, è un luogo dalle straordinarie bellezze naturali ideale per dare vita a una moltitudine di eventi. La costa marina articolata e i colli nell'entroterra della Penisola, i boschi rimasti intatti e i prati in fiore, sembrano nati per organizzare degli straordinari festival sportivi e d'intrattenimento. Grazie alle attività che comprendono sia gare agonistiche che eventi ricreativi, avrete l'occasione di misurare le vostre forze e divertirvi assieme agli altri che come voi amano gli spazi aperti. Le attività sono adatte a tutte le generazioni.

Venite a visitarci!

### Popolana

PERIODO aprile  
LUOGO Rovinj-Rovigno  
TIPO weekend sportivo ricreativo  
[www.rovinjsport.com](http://www.rovinjsport.com)

Il fine settimana attivo più interessante di Rovigno viene preparato per voi verso la fine di aprile, al momento giusto per il risveglio primaverile. La Città di Rovigno e la sua Comunità turistica e sportiva organizzano molte attività sportive per tutte le generazioni, e il fine settimana termina con la magica semi maratona di Rovigno. Tutta la manifestazione ha un carattere umanitario e l'intero guadagno viene donato all'Associazione delle persone diversamente abili di Rovigno.

### Arrampichiamoci assieme:

#### Punta Corrente

PERIODO maggio  
LUOGO Rovinj-Rovigno  
TIPO competizione nell'arrampicata sportiva  
[www.spk-muntravo.hr](http://www.spk-muntravo.hr)

Iniziate il mese di maggio con una nuova conquista e provate a sfidare la forza di gravità. Nel Parco forestale roviginese di Punta Corrente vi attende un interessante evento di arrampicata organizzato dal Club di arrampicata sportiva Muntravo dove

ognuno può provare in piena sicurezza la magia dell'arrampicata sportiva e cercare di superare i propri limiti.

### Lim Bay Challenge

PERIODO maggio  
LUOGO Vrsar-Orsera  
TIPO gara avventurosa e gara di trail running  
[www.limbaychallenge.com](http://www.limbaychallenge.com)

La più grande avventura nel Canale di Leme ritorna con la sua quinta edizione! Oltre alla già famosa gara di avventura classica e trekking cup, questo evento di quattro giorni aggiunge molti nuovi contenuti: lezioni di yoga, yoga per bambini, boot camp, tour in bici e kayak, corsi di arrampicata libera e camminata nordica... dovete solo scegliere una categoria cui partecipare.

### Bale -Valle Outdoor Festival

PERIODO luglio  
LUOGO Bale-Valle  
TIPO outdoor festival  
[www.bale-valle.hr](http://www.bale-valle.hr)

Tre giorni di attività all'aperto preparati dalla Società sportiva Trickeri, Club di nuoto Delfin e dal Club ciclistico Axa. Dall'10 al 12 luglio, con partenza e fine a Valle, avrete la possibilità di provare corsa, mountain bike o maratona di nuoto.



### Ocean Lava Triathlon Vrsar

PERIODO ottobre  
LUOGO Vrsar-Orsera  
TIPO corsa triathlon  
[www.oceanlava.hr](http://www.oceanlava.hr)

La gara, che si svolgerà dal 23 al 25 ottobre, è l'unica di triathlon in Croazia inclusa nella coppa internazionale Ocean Lava Planet Series. La partenza e l'arrivo del triathlon sono previsti a Vrsar-Orsera e, attraverso le discipline Half e Olympic, l'Ocean Lava Triathlon Vrsar offre nuove sfide sia ai professionisti, sia ai concorrenti di livello amatoriale.

# Informazioni | Contatti

## Risponderemo volentieri a tutte le vostre domande

Sappiamo che per preparare una vacanza perfetta e scegliere le attività, sono necessarie varie informazioni. Noi siamo qui per rispondere a tutte le vostre domande.

Vi offriremo tutte le informazioni sulle nostre destinazioni e i programmi outdoor, le bellezze culturali e naturali, le attrazioni familiari, le migliori trattorie dell'Istria e molti altri dettagli che vorrete sapere prima di scegliere gli itinerari da intraprendere.

I nostri dipendenti e i nostri partner specializzati vi consiglieranno permettendovi di scegliere l'itinerario giusto e saranno a vostra disposizione per tutte le domande che farete prima e durante il vostro soggiorno in Istria.

MAISTRA S.P.A.  
Obala Vladimira Nazora 6  
HR-52210 Rovinj-Rovigno, Croazia

T. +385 (0)52 800 310  
T. +385 (0)52 800 347  
T. +385 (0)52 800 231  
E-mail: [groups@maistra.hr](mailto:groups@maistra.hr)

[www.maistra.com](http://www.maistra.com)

L'offerta delle destinazioni di Rovigno, Orsera, Valle, Sanvincenti e Canfanaro comprende complessivamente 10 percorsi trail e trekking segnati. La mappa comprende i dati tecnici basilari, le altimetrie e le informazioni sui servizi e tutte le curiosità che si possono trovare per ogni singolo percorso.



COMUNITA' TURISTICA DELLA CITTA' DI ROVINJ-ROVIGNO  
Trg na mostu 2  
HR-52210 Rovinj-Rovigno

T. +385 (0)52 811 566  
T. +385 (0)52 813 469  
E-mail: [info@rovinj-tourism.hr](mailto:info@rovinj-tourism.hr)  
[www.rovinj-tourism.com](http://www.rovinj-tourism.com)

ENTE PER IL TURISMO DEL COMUNE DI VRSAR-ORSERA  
Obala maršala Tita 23  
52450 Vrsar

T. +385 (0)52 441 746  
E-mail: [info@infovrsar.com](mailto:info@infovrsar.com)  
[www.infovrsar.com](http://www.infovrsar.com)

ENTE PER IL TURISMO DEL COMUNE DI BALE-VALLE  
Rovinjska 1  
HR-52211 Bale

T. +385 (0)52 824 270  
E-mail: [info@istria-bale.com](mailto:info@istria-bale.com)  
[www.bale-valle.hr](http://www.bale-valle.hr)

ENTE PER IL TURISMO DEL COMUNE DI SVETVINČENAT-SANVINCENTI  
Svetvinčenat 20  
52342 Svetvinčenat

T. +385 (0)52 560 349  
E-mail: [info@tz-svetvincenat.hr](mailto:info@tz-svetvincenat.hr)  
[www.tz-svetvincenat.hr](http://www.tz-svetvincenat.hr)

ENTE PER IL TURISMO DEL COMUNE DI KANFANAR-CANFANARO  
Trg Marka Zelka 3  
52352 Kanfanar

T. +385 (0)52 825 244  
E-mail: [info@visitkanfanar.hr](mailto:info@visitkanfanar.hr)  
[www.visitkanfanar.hr](http://www.visitkanfanar.hr)





