

INTERNATIONALE BODENSEE TOURISMUS

CLIPPINGSÜBERSICHT

Italien

Januar, Februar 2018

- **Turismoitalianews.it**
- **Travelquotidiano.it**
- **Funweek.it**
- **Stylejump.it**
- **Latitudeslife.it**
- **Impressionidiviaggio.it**
- **Latitudinex.it**
- **Il Giornale di Vicenza**
- **Easyviaggio.com**
- **IL GIORNALE**
- **QN Quotidiano Nazionale**
- **Dreamingrooms**
- **Quotidiano.net**
- **Il Corriere della Sera**
- **Funpage.it**
- **Medioevo**
- **Italiavola**

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Turismoitalianews.it Online Reisezeitschrift	09. Januar 2018	Das alte alemannische Fasnacht am Bodensee: Traditionen, Brauchtum und Masken	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER 33.000 monatlich	ÄQVIVALENZ 4.500€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	



L'ANTICO CARNEVALE ALEMANNO NELLA REGIONE DEL LAGO DI COSTANZA: TRADIZIONI, MASCHERE E RITI APOTROPAICI

Categoria: Tradizioni Pubblicato: 09 Gennaio 2018 Visite: 4747

[Stampa](#)



Tradizioni, maschere e riti apotropaici tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein: è questo l'antico Carnevale alemanno nella Regione del Lago di Costanza. Un viaggio tra tenebre e luce. Quelle della natura, quando le corte giornate invernali progressivamente si allungano, e quelle simboliche della lotta del bene contro il male.

(TurismoItaliaNews) Nella regione del Lago di Costanza, tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, il Carnevale (Fasnet, nel dialetto locale) è una tradizione particolarmente sentita, popolata di figure antiche e di origine rurale, che nel suo significato più intrinseco serve a scacciare, a suon di trombe, catenacci e tamburi, i diavoli e il lungo inverno. Una festa da scoprire e vivere in prima persona, tra cortei, balli e convegni notturni, per un fine-settimana lungo di divertimento e sregolatezza.



8 febbraio, Giovedì Grasso: tradizioni medievali, balli di streghe e studenti in camicia da notte

Il corteo di Carnevale più mattiniero di tutti è quello di San Gallo: alle 6 del giovedì grasso, nel buio di febbraio, parte l'Aaguggete, quando le maschere invadono le strade del centro con balli, coriandoli e la tradizionale Guggenmusik, con trombe, tamburi e battiti di mani. Nessun dorma, tutti festeggiano. Per calarsi in pieno nella tradizione carnevalesca alemanna vale la pena recarsi in Alta Svevia: qui sopravvivono usi e costumi antichissimi legati alla quinta stagione dell'anno. A Bad Saulgau sopravvive la maschera del "Dorasschreier" (letteralmente "l'urlatore alla porta"), di cui la prima notizia scritta risale al 1355. Quando imperversavano le pestilenze e le conseguenti carestie, il Dorasschreier, coperto da un mantello per non farsi riconoscere, allungava con un bastone un cesto di pane e cibo alle finestre degli appestati. Il corteo del giovedì grasso di Bad Saulgau parte alle 18.30 dalla piazza del mercato, accompagnato dalle fiaccole, e si conclude con balli e pietanze. Suggestiva e tenebrosa è la

danza delle streghe che si tiene a Bad Waldsee alla mezzanotte tra il mercoledì e il giovedì grasso attorno a un grande fuoco, sopra il quale le creature demoniache affilano il loro bastone di streghe. A scacciarle arrivano poi i Narren, o "matti" del Carnevale, simboleggiando una lotta tra il bene e il male, e tra le forze dell'inverno e la primavera incombente. Fra le tradizioni carnevalesche più particolari rientra anche la sfilata, a Costanza, dell'Hemdglonker: un'enorme bambola di legno con tanto di camicia da notte e berretto portata in giro tra canti e grida la sera del giovedì grasso dagli studenti, veri protagonisti della giornata, e vestiti anch'essi da notte - a simboleggiare la propensione al bighellonare.

Nella foto: Fuoco delle Streghe, @Bad Waldsee. In apertura: Hänsele, Überlingen, @Achim Mende

10 febbraio, Sabato di Carnevale a Überlingen

Con le sue belle piazze, gli edifici antichi e le case eleganti, Überlingen è una delle cittadine rivierasche più incantevoli del Lago di Costanza. Un momento topico per visitarla è sicuramente il sabato di Carnevale quando, nel buio silenzioso della sera rischiara da luci fioche, le Hänsele, creature tenebrose, si fanno strada schioccando le fruste attraverso la medievale Franziskanertor, tra urla, musica, salti e acrobazie - terrorizzando lo spirito dell'inverno, e a volte non solo il suo. L'Hänsele, dal colorato costume, è una figura che risale almeno al tardo medioevo, e viene comunemente intesa come la personificazione del diavolo. Solo i cittadini maschi di Überlingen possono vestirne il costume. Alla processione del sabato di Carnevale partecipano circa 1.500 inquietanti Hänsele.



11 febbraio: Domenica di festa

Alcune delle più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza sono quelle di Weingarten, in Alta Svevia. Per vederle sfilare l'occasione migliore è la parata della domenica di Carnevale, che invade le strade della cittadina, raccolta attorno alla sua chiesa barocca. Anche qui tradizione vuole che il Fasnet sia nato dalla gioia di coloro che superarono la peste bubbonica del 1348. A Weingarten si può visitare anche un museo dedicato al Carnevale locale e ai suoi costumi (fasnetmuseum.de). Musica, coriandoli e colori sono i protagonisti del Carnevale internazionale di Schaan, in Liechtenstein, che vede arrivare oltre 50 gruppi dalla vicina Svizzera, dalla Germania e dall'Austria per un pomeriggio di gioco, divertimento e Guggenmusik. Per vedere uno dei più grandi cortei della domenica di Carnevale si torna a Costanza: maschere, musica, colori invadono le strade della maggiore città della regione, attraversando la sua Altstadt.

Nella foto: Plätzler, Weingarten, @ Derek Schuh

13 febbraio, Mercoledì delle Ceneri: Carnevale addio

Spettacolo finale del carnevale sul Bodensee sono, la sera del martedì grasso che precede il mercoledì delle Ceneri (13 febbraio 2018), i grandi falò con i quali si brucia una strega, simbolo degli eccessi e delle follie passate, accompagnati dai lamenti dei giullari e delle altre maschere della quinta stagione dell'anno. Nel Vorarlberg, invece, i fuochi vengono accesi la prima domenica di quaresima. Al calare delle tenebre, alti pali di legno ai quali è legata una bambola di stoffa, ripiena di polvere da sparo, prendono fuoco ed esplodono, regalando un inquietante e maestoso spettacolo e segnando la fine dei festeggiamenti carnevalizi (quasi) ovunque. Nel villaggio di pescatori di Ermatingen, nella regione del Thurgau, infatti, si celebra il Carnevale la quarta domenica di Quaresima (quest'anno l'11 marzo 2018). Tradizione vuole che nel marzo del 1415, durante il Concilio di Costanza, papa Giovanni XXII trovasse qui rifugio, e ricompensasse gli abitanti del luogo con la concessione di poter celebrare "l'ultimo carnevale del mondo" quando tutti, altrove, facevano penitenza. E così si fa ancor oggi, con una grande parata dove il protagonista è un enorme pesce di lago colorato fatto di cartapesta, dove i bambini salgono giocosamente a turno.

Soggiornare nella Regione durante il Carnevale

Costanza: l'Ente del Turismo di Costanza propone il pacchetto "Winter Special", valido fino al 15 marzo 2018, che include due notti con colazione in camera doppia, un ingresso a scelta tra Sealife, Terme del Bodensee o Isola di Mainau, un biglietto d'ingresso a un museo o per uno spettacolo teatrale e sconto per l'acquisto dei vini della storica Spitalkellerei Konstanz a partire da 99 euro a persona in camera doppia;
San Gallo: il pacchetto "Vivere e scoprire il Lago di Costanza" dell'Ente Turismo di San Gallo, valido fino al 28 marzo 2018, comprende due pernottamenti in camera doppia con prima colazione e la Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni, a partire da 229,5 franchi svizzeri a persona;
Alta Svevia: l'offerta "Assaggio d'inverno sul Lago di Costanza" dell'hotel Wirthsdorf Markdorf**** include cinque pernottamenti in camera doppia Comfort con prima colazione a buffet, drink di benvenuto, una cena di quattro portate, due sessioni in palestra (zumba, yoga...), Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni e piccolo omaggio alla partenza a partire da 399 euro a persona.

Per saperne di più

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Travel Quotidiano B2B Trade-Zeiten Zeitschrift	10. Januar 2018	Bodensee, Hexen und Feuer um den Karneval zu feiern	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER 10.000	ÄQVIVALENZ 2.250€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	

Giornale di interesse professionale per il turismo

Travel quotidiano **Argentina** OSPITE D'ONORE ALLA **BMT**
WORLD FRIENDLY

www.travelquotidiano.com 20 February 2018

HOME CHI SIAMO PUBBLICITÀ NEWSLETTER EVENTI ANNUNCI LAVORO WEBINAR REPORTAGE parole da cercare Cerca

In Evidenza Trasporti Tour Operator Alberghi Enti, istituzioni e territorio Mercato e tecnologie Estero Incoming Tutte le ultime notizie

TRAVEL COMUNICA

Lago di Costanza, streghe e falò per festeggiare il Carnevale

0 | 10 gennaio 2018 09:54



Tra l'8 e l'11 febbraio la regione del Lago di Costanza, incastonata tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, celebra il Carnevale con tra cortei, balli e convegni notturni per un lungo fine-settimana di divertimento e sregolatezza. Si comincia alle 6 del mattino del giovedì grasso a San Gallo, quando le maschere invadono le strade del centro con balli, coriandoli e la

tradizionale Guggenmusik, con trombe, tamburi e battiti di mani. Il corteo del giovedì grasso di Bad Saulgau parte alle 18.30 dalla piazza del mercato, accompagnato dalle fiaccole, e si conclude con balli e pietanze. Suggestiva e tenebrosa è la danza delle streghe che si tiene a Bad Waldsee alla mezzanotte tra il mercoledì e il giovedì grasso attorno a un grande fuoco, sopra il quale le creature demoniache affilano il loro bastone di streghe. Alcune delle più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza sono quelle di Weingarten, in Alta Svevia, che domenica invadono le strade della cittadina, raccolta attorno alla sua chiesa barocca. Spettacolo finale del carnevale sul Bodensee sono, la sera del martedì grasso, i grandi falò con i quali si brucia una strega, simbolo degli eccessi e delle follie passate, accompagnati dai lamenti dei giullari e delle altre maschere. Nel Vorarlberg, invece, i fuochi vengono accesi la prima domenica di quaresima. Al calare delle tenebre, alti pali di legno ai quali è legata una bambola di stoffa, ripiena di polvere da sparo, prendono fuoco ed esplodono, regalando un inquietante e maestoso spettacolo

L'Ente del turismo di Costanza propone il pacchetto "Winter Special", valido fino al 15.03.2018, che include due notti con colazione in camera doppia, un ingresso a scelta tra Sealife, Terme del Bodensee o Isola di Mainau, un biglietto d'ingresso a un museo o per uno spettacolo teatrale e sconto per l'acquisto dei vini della storica Spitalkellerei Konstanz a partire da 99 € a persona in camera doppia; il pacchetto "Vivere e scoprire il Lago di Costanza" dell'Ente turismo di San Gallo, valido fino al 28 marzo 2018, comprende due pernottamenti in camera doppia con prima colazione e la Carta dei servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni, a partire da 229,5 CHF a persona; In Alta Svevia, l'offerta "Assaggio d'inverno sul Lago di Costanza" dell'hotel Wirthsdorf Markdorf include cinque pernottamenti in camera doppia Comfort con prima colazione a buffet, drink di benvenuto, una cena di quattro portate, due sessioni in palestra, Carta dei servizi del Lago di Costanza valida per 3 giorni e piccolo omaggio alla partenza a partire da 399€ a persona. Per ulteriori proposte e pacchetti, consultare la pagina:
<http://www.bodensee.eu/prenotare/pacchetti>

Dalla stazione di Milano Centrale Trenitalia e Ferrovie Federali Svizzere offrono otto collegamenti giornalieri diretti per Zurigo, della durata di 3 ore e 26 minuti, operati con comodi Eurocity di ultima generazione ETR 610, prenotabili su www.trenitalia.com in modalità ticketless. Da Zurigo si raggiungono poi in meno di un'ora diverse mete nella regione del Lago di Costanza.



ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Funweek.it Tägliche online Zeitung	10. Januar 2018	Eine Reise mit Freunden am 1. Mai: wohin man sollte	Vorschlag für den Brückenurlaub des 1. Mai: die internationale Region Bodensee
LESER Nicht verfügbar	ÄQVIVALENZ Nicht verfügbar		

Questo sito contribuisce alla audience di **Il Messaggero.it**

20 febbraio 2018

ROMA MILANO NAPOLI TORINO BOLOGNA

XACS Editore | Redazione

FUNWEEK
NAZIONALE

Hot trend

SANREMO FESTIVAL 2018 | ISOLA DEI FAMOSI | EVOLVE | MORE | CINEMA | MUSICA | TV | PEOPLE | OGGI AL CINEMA

PEOPLE

Organizzare un viaggio tra amici per il ponte del 1 Maggio: ecco dove andare | Foto - Video

Tra i pochi ponti di quest'anno c'è quello del 1 Maggio. Sarà un fine settimana lungo che si protrarrà fino al martedì, giorno in cui ricade la festa del lavoro. Ma dove andare per passare qualche giorno in pieno divertimento in occasione del 1° maggio 2018?

di GIUSEPPE GUARINO - 10 gennaio 2018 15:00

6 Share  

Ponte 1 Maggio dove andare? Copenaghen è un'idea raffinata e affascinante

Per un viaggio tra amici durante il ponte del 1° maggio 2018, **Copenaghen è una delle mete più ambite**. La capitale della **Danimarca è una meta raffinata e affascinante**, che coniuga una grandissima attenzione per l'estetica e il design con il meglio che può offrire una capitale europea.

Il percorso obbligato parte dalla **strada pedonale più lunga del mondo, Strøget**, dove si può trovare qualsiasi cosa per tutti i gusti. Ma **le possibilità restano praticamente infinite**, dato che c'è di tutto: musei, caffè e locali d'ogni tipo!

Ponte 1 Maggio, in Italia sempre di moda le Cinque Terre

Se preferite invece rimanere in **Italia, potete visitare le Cinque Terre**, una delle zone più affascinanti del nostro Bel Paese. In primavera, si può già godere appieno delle **meravigliose spiagge della riviera ligure**, con una particolare attenzione alla gastronomia e alla cultura del cibo locali.

Vi potrete letteralmente perdere tra i borghetti della zona, **passando un week-end in amicizia ma completo relax!**

Ponte 1 Maggio dove andare? In Portogallo! Oporto è la città del vino

Se siete appassionati della vita movimentata ma anche del buon vino, allora la meta giusta per voi è Oporto, in Portogallo. Una città di mare completamente tirata a nuovo, nella quale è possibile **passare il ponte del 1 maggio con semplicità (e senza spendere troppo)**.

Da vedere assolutamente il **quartiere della Ribeira**, che segue il corso del Douro fino ad arrivare al mare. Vi potrete regalare una delle migliori esperienze della vostra vita, passando **serate indimenticabili sulle coste dell'Atlantico**.

Ponte 1 Maggio dove andare? Il lago di Costanza è una meta ambitissima

Rimanendo in Europa, c'è il **lago di Costanza**. Si tratta di un luogo innovativo per staccare la spina, magari trascorrendo un week-end in barca, godendosi a pieno il **panorama delle vallate delle Alpi**.

Ma non è tutto: nel ponte del 1 maggio con un po' di fortuna potrete ancora **sciare sui monti che dividono il triplo confine tra Germania, Austria e Svizzera**.

di GIUSEPPE GUARINO - 10 gennaio 2018 15:00



Ponte 1 Maggio dove andare? Il lago di Costanza è una meta ambitissima

Rimanendo in Europa, c'è il lago di Costanza. Si tratta di un luogo innovativo per staccare la spina, magari trascorrendo un week-end in barca, godendosi a pieno il panorama delle vallate delle Alpi. Ma non è tutto: nel ponte del 1 maggio con un po' di fortuna potrete ancora sciare sui monti che dividono il triplo confine tra Germania, Austria e Svizzera.

[Indietro](#)

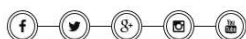
[Avanti](#)

Tra i pochi ponti di quest'anno c'è quello del 1 Maggio. Sarà un fine settimana lungo che si protrarrà fino al martedì, giorno in cui ricade la festa del lavoro. Ma dove andare per passare qualche giorno in pieno divertimento in occasione del 1° maggio 2018?

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Stylejump.it Lifestyle und Reisen Magazin	10. Januar 2018	Das alte alemannische Fasnacht in der Region Bodensee	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER Nicht verfügbar	ÄQVIVALENZ Nicht verfügbar	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	

STYLEJUMP

JUMP FOR JOY



HOME JUMP TESTER TRAVEL GLAMOUR GUSTO

Search and hit enter...

L'ANTICO CARNEVALE ALEMANNICO NELLA REGIONE DEL LAGO DI COSTANZA

9 Gennaio 2018 - Silvia Terraneo



L' antico Carnevale alemanno nella Regione del Lago di Costanza
Tradizioni, maschere e riti apotropaici tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein

Un viaggio tra tenebre e luce. Quelle della natura, quando le corte giornate invernali progressivamente si allungano, e quelle simboliche della lotta del bene contro il male. Nella regione del Lago di Costanza, tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, il Carnevale (Fasnet, nel dialetto locale) è una tradizione particolarmente sentita, popolata di figure antiche e di origine rurale, che nel suo significato più intrinseco serve a scacciare, a suon di trombe, catenacci e tamburi, i diavoli e il lungo inverno. Una festa da scoprire e vivere in prima persona, tra cortei, balli e convegni notturni, per un fine-settimana lungo di divertimento e sregolatezza.

8 febbraio, Giovedì Grasso: tradizioni medievali, balli di streghe e studenti in camicia da notte. Il corteo di Carnevale più mattiniero di tutti è quello di San Gallo: alle 06.00 del giovedì grasso, nel buio di febbraio, parte l'Aaguggete, quando le maschere invadono le strade del centro con balli, coriandoli e la tradizionale Guggenmusik, con trombe, tamburi e battiti di mani. Nessun dorma, tutti festeggiano. Per calarsi in pieno nella tradizione carnevalesca alemanna vale la pena recarsi in Alta Svevia: qui sopravvivono usi e costumi antichissimi legati alla quinta stagione dell'anno. A Bad Saulgau sopravvive la maschera del "Dorausschreier" (letteralmente "l'urlatore alla porta"), di cui la prima notizia scritta risale al 1355. Quando imperversavano le pestilenze e le conseguenti carestie, il Dorausschreier, coperto da un mantello per non farsi riconoscere, allungava con un bastone un cesto di pane e cibo alle finestre degli appestati. Il corteo del giovedì grasso di Bad Saulgau parte alle 18.30 dalla piazza del mercato, accompagnato dalle fiaccole, e si conclude con balli e pietanze. Suggestiva e tenebrosa è la danza delle streghe che si tiene a Bad Waldsee alla mezzanotte tra il mercoledì e il giovedì grasso attorno a un grande fuoco, sopra il quale le creature demoniache affilano il loro bastone di streghe.



A scacciarle arrivano poi i Narren, o "matti" del Carnevale, simboleggiando una lotta tra il bene e il male, e tra le forze dell'inverno e la primavera incombente. Fra le tradizioni carnevalesche più particolari rientra anche la sfilata, a Costanza, dell'Hemdglonker: un'enorme bambola di legno con tanto di camicia da notte e berretto portata in giro tra canti e grida la sera del giovedì grasso dagli studenti, veri protagonisti della giornata, e vestiti anch'essi da notte – a simboleggiare la propensione al bighellonare.

10 febbraio, Sabato di Carnevale a Überlingen

Con le sue belle piazze, gli edifici antichi e le case eleganti, Überlingen è una delle cittadine rivierasche più incantevoli del Lago di Costanza. Un momento tipico per visitarla è sicuramente il sabato di Carnevale quando, nel buio silenzioso della sera rischiarata da luci fioche, le Hänsele, creature tenebrose, si fanno strada schioccando le fruste attraverso la medievale Franziskanertor, tra urla, musica, salti e acrobazie – terrorizzando lo spirito dell'inverno, e a volte non solo il suo. L'Hänsele, dal colorato costume, è una figura che risale almeno al tardo medioevo, e viene comunemente intesa come la personificazione del diavolo. Solo i cittadini maschi di Überlingen possono vestire il costume. Alla processione del sabato di Carnevale partecipano circa 1.500 inquietanti Hänsele.



11 febbraio: Domenica di festa

Alcune delle più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza sono quelle di Weingarten, in Alta Svevia. Per vederle sfilare l'occasione migliore è la parata della domenica di Carnevale, che invade le strade della cittadina, raccolta attorno alla sua chiesa barocca. Anche qui tradizione vuole che il Fasnet sia nato dalla gioia di coloro che superarono la peste bubbonica del 1348. A Weingarten si può visitare anche un museo dedicato al Carnevale locale e ai suoi costumi (<http://fasnetmuseum.de/>). Musica, coriandoli e colori sono i protagonisti del Carnevale internazionale di Schaan, in Liechtenstein, che vede arrivare oltre 50 gruppi dalla vicina Svizzera, dalla Germania e dall'Austria per un pomeriggio di gioco, divertimento e Guggenmusik. Per vedere uno dei più grandi cortei della domenica di Carnevale si torna a Costanza: maschere, musica, colori invadono le strade della maggiore città della regione, attraversando la sua Altstadt.

13 febbraio, Mercoledì delle Ceneri: Carnevale addio

Spettacolo finale del carnevale sul Bodensee sono, la sera del martedì grasso che precede il mercoledì delle Ceneri (13 febbraio 2018), i grandi falò con i quali si brucia una strega, simbolo degli eccessi e delle follie passate, accompagnati dai lamenti dei giullari e delle altre maschere della quinta stagione dell'anno. Nel Vorarlberg, invece, i fuochi vengono accesi la prima domenica di quaresima. Al calare delle tenebre, alti pali di legno ai quali è legata una bambola di stoffa, ripiena di polvere da sparo, prendono fuoco ed esplodono, regalando un inquietante e maestoso spettacolo e segnando la fine dei festeggiamenti carnevalizi (quasi) ovunque. Nel villaggio di pescatori di Ermatingen, nella regione del Thurgau, infatti, si celebra il Carnevale la quarta domenica di Quaresima (quest'anno l'11 marzo 2018). Tradizione vuole che nel marzo del 1415, durante il Concilio di Costanza, papa Giovanni XXII trovasse qui rifugio, e ricompensasse gli abitanti del luogo con la concessione di poter celebrare "l'ultimo carnevale del mondo" quando tutti, altrove, facevano penitenza. E così si fa ancor oggi, con una grande parata dove il protagonista è un enorme pesce di lago colorato fatto di cartapesta, dove i bambini salgono giocosamente a turno.

Soggiornare nella Regione durante il Carnevale

Costanza: l'Ente del Turismo di Costanza propone il pacchetto "Winter Special", valido fino al 15.03.2018, che include due notti con colazione in camera doppia, un ingresso a scelta tra SEALIFE, Terme del Bodensee o Isola di Mainau, un biglietto d'ingresso a un museo o per uno spettacolo teatrale e sconto per l'acquisto dei vini della storica Spitalkellerei Konstanz a partire da 99€ a persona in camera doppia;

San Gallo: Il pacchetto "Vivere e scoprire il Lago di Costanza" dell'Ente Turismo di San Gallo, valido fino al 28 marzo 2018, comprende due pernottamenti in camera doppia con prima colazione e la Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni, a partire da 229,5 CHF a persona;

Alta Svevia: L'offerta "Assaggio d'inverno sul Lago di Costanza" dell'hotel Wirthsdorf Markdorf**** include cinque pernottamenti in camera doppia Comfort con prima colazione a buffet, drink di benvenuto, una cena di quattro portate, due sessioni in palestra (zumba, yoga...), Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni e piccolo omaggio alla partenza a partire da 399€ a persona.

Per ulteriori proposte e pacchetti, consultare la pagina:

<http://www.bodensee.eu/prenotare/pacchetti>

Alta Svevia / Carnevale / Carnevale 2018 / Carnevale A Überlingen / Costanza /
Giovedì Grasso / Holiday / Hotel Wirthsdorf Markdorf / Lago Di Costanza / Lake
/ Lifestyle / Style / Stylejump / Travel / Viaggiare / Weekend



ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Latitudeslife Monatliche Reisezeitschrift, online	11. Januar 2018	Das alte alemannische Fasnacht in der Region Bodensee	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER 88.000 monatlich	ÄQVIVALENZ 4.000€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	

LATITUDESLIFE travel magazine

[HOMEPAGE](#)
[MAGAZINE](#)
[REPORTAGES](#)
[VIAGGI](#)
[NEWS](#)
[WEEKEND](#)
[LIFESTYLE](#)
[FOTO](#)
[CHI SIAMO](#)

Il Carnevale alemanno sul Lago di Costanza fra streghe e creature tenebrose

Line Spacing
 Font Size
 Print This Article



L'arrivo del Carnevale nei quattro Paesi intorno al grande lago nel cuore d'Europa simboleggia anche la fine dell'inverno. I centri rivieraschi di **Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein** si animano di feste e sfilate, le strade si riempiono e l'allegria dilaga per un evento molto sentito dal significato particolare. Il filo conduttore di queste celebrazioni alemanne è infatti la **vittoria della luce sul buio**, del bene sul male, della gioia di vivere sulla tristezza e la morte. Il *Fasnet*, nome del Carnevale nel dialetto della regione, è popolato di figure antiche e di origine rurale, e ancestralmente rappresenta un mezzo per scacciare i diavoli e la brutta stagione, a suon di trombe, catenacci e tamburi.

Il territorio del Lago di Costanza appartiene a quattro nazioni diverse, ma viene considerato omogeneo per tanti aspetti, ed è riunito sotto un unico ente turistico, il **Bodensee**. Cioè anche la festa del Carnevale richiama gente da ogni dove, per seguire le tante celebrazioni da un confine all'altro. Nella storica cittadina di **Überlingen** sulla riva tedesca, il sabato grasso (**10 febbraio**) è abitato dalle *Hänsele*, creature tenebrose che si fanno strada nel buio della sera schioccando le fruste attraverso la medievale Franziskanertor, tra urla, musica, salti e acrobazie, terrorizzando lo spirito cupo dell'inverno. I circa **1500 figuranti** travestiti da Hänsele sono tutti uomini, come vuole la tradizione.

Il giorno dopo (**domenica 11 febbraio**) tappa a **Weingarten**, in Alta Svevia, per la parata di alcune fra le più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza. Qui lo spirito del Fasnet rievoca l'esplosione di gioia di coloro che scamparono alla peste bubbonica del 1348, mentre a **Schaan**, in Liechtenstein, saranno **oltre 50 i gruppi carnevaleschi** provenienti dalla vicina Svizzera, dalla Germania e dall'Austria per un pomeriggio di gioco, divertimento e danze al ritmo della *Guggenmusik*. A **Costanza**, intanto, va in scena uno dei più grandi cortei della domenica: maschere, musica, colori animano le strade attraversando la Altstadt, il cuore antico della città.

Appena il tempo di tirare il fiato e il martedì grasso (**13 febbraio**) il carnevale impazza in tutto il Bodensee per un finale con grandi **falò delle streghe**, che rappresentano gli eccessi, le trasgressioni e le bisbocce a cui si dovrà dire addio dal giorno dopo. Il che è vero fino a un certo punto, perché nel *Voralberg* giusto la domenica successiva, si dà fuoco a bambole di stoffa piene di polvere da sparo issate su lunghi pali. E addirittura nel villaggio di pescatori di **Ermatingen**, nella regione del Thurgau, il Carnevale si tiene la quarta domenica di **Quaresima** (quest'anno l'**11 marzo 2018**). Una dispensa pare concessa da papa Giovanni XXII che qui trovò rifugio nel 1415, e volle ricompensare i cittadini regalando loro l'esclusiva dell'*ultimo carnevale del mondo*.

Per il periodo di Carnevale sul lago di Costanza sono previste offerte di **pacchetti speciali** in diverse località della regione. Perché non approfittarne per un'emozionante full immersion nelle originali celebrazioni alemanne, quando la gente, in genere seria e compassata, dà libero sfogo all'allegria più sfrenata, degna di un carnaval brasileiro?

Info: [Bodensee](#)

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
ImpressionidiViaggio.it Reisezeitschrift, online	11. Januar 2018	Das alte alemannische Fasnacht in der Region Bodensee	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER Nicht verfügbar	ÄQVIVALENZ Nicht verfügbar	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	

Impressioni di Viaggio



Regione del Lago di Costanza, vivere
l'antico Carnevale alemanno, tra tradizioni,
maschere e riti ancestrali propiziatori

Share [Twitter](#) [Facebook](#) [Pinterest](#) [LinkedIn](#) [Google+](#)

Nella regione del **Lago di Costanza**, posta tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, il **Carnevale 2018** (Fasnet, nel dialetto locale) è una tradizione particolarmente sentita, popolata di figure antiche e di origine rurale, che nel suo significato più intrinseco serve a scacciare, a suon di trombe, catenacci e tamburi, i diavoli ed il lungo inverno. Un viaggio tra tenebre e luce. Quelle della natura, quando le corte giornate invernali progressivamente si allungano e quelle simboliche della lotta del bene contro il male. Per una festa da scoprire e vivere in prima persona, tra cortei, balli e convegni notturni, per un fine-settimana lungo di divertimento e sregolatezza.

Giovedì Grasso, 8 febbraio: tradizioni medievali, balli di streghe e studenti in camicia da notte

Il corteo di Carnevale più mattiniero di tutti è quello di San Gallo: alle 06.00 del giovedì grasso, nel buio di febbraio, parte l'Aaguggete, quando le maschere invadono le strade del centro con balli, coriandoli e la tradizionale Guggenmusik, con trombe, tamburi e battiti di mani. Nessun dorma, tutti festeggiano. Per calarsi in pieno nella tradizione carnevalesca alemanna vale la pena recarsi in Alta Svevia: qui sopravvivono usi e costumi antichissimi legati alla quinta stagione dell'anno. A Bad Saulgau sopravvive la maschera del "Dorausschreier" (letteralmente "Turlatore alla porta"), di cui la prima



notizia scritta risale al 1355. Quando imperversavano le pestilenze e le conseguenti carestie, il Dorausschreier, coperto da un mantello per non farsi riconoscere, allungava con un bastone un cesto di pane e cibo alle finestre degli appestati. Il corteo del giovedì grasso di Bad Saulgau parte alle 18.30 dalla piazza del mercato, accompagnato dalle fiaccole, e si conclude con balli e pietanze. Suggestiva e tenebrosa è la danza delle streghe che si tiene a Bad Waldsee alla mezzanotte tra il mercoledì e il giovedì grasso attorno a un grande fuoco, sopra il quale le creature demoniache affilano il loro bastone di streghe. A scacciarle arrivano poi i Narren oppure "matti" del Carnevale, simboleggiando una lotta tra il bene e il male, e tra le forze dell'inverno e la primavera incombente. Fra le tradizioni carnevalesche più particolari rientra anche la sfilata, a Costanza, dell'Hemdglonker: un'enorme bambola di legno con tanto di camicia da notte e berretto portata in giro tra canti e grida la sera del

giovedì grasso dagli studenti, veri protagonisti della giornata, e vestiti anch'essi da notte, a simboleggiare la propensione al bighellonare.

Sabato 10 febbraio di Carnevale a Überlingen

Con le sue belle piazze, gli edifici antichi e le case eleganti, Überlingen è una delle cittadine rivierasche più incantevoli del Lago di Costanza. Un momento tipico per visitarla è sicuramente il sabato di Carnevale quando, nel buio silenzioso della sera rischiarata da luci fioche, le Hänsele, creature tenebrose, si fanno strada schioccando le fruste attraverso la medievale Franziskanertor, tra urla, musica, salti e acrobazie – terrorizzando lo spirito dell'inverno e a volte non solo il suo. L'Hänsele, dal colorato costume, è una figura che risale almeno al tardo medioevo, e viene comunemente intesa come la personificazione del diavolo. Solo i cittadini maschi di Überlingen possono vestirne il costume. Alla processione del sabato di Carnevale partecipano circa 1.500 inquietanti Hänsele.



Domenica 11 febbraio, di festa

Alcune delle più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza sono quelle di Weingarten, in Alta Svevia. Per vederle sfilare l'occasione migliore è la parata della domenica di Carnevale, che invade le strade della cittadina, raccolta attorno alla sua chiesa barocca. Anche qui tradizione vuole che il Fasnet sia nato dalla gioia di coloro che superarono la peste bubbonica del 1348. A Weingarten si può visitare anche un museo dedicato al Carnevale locale e ai suoi costumi (<http://fasnetmuseum.de/>). Musica, coriandoli e colori sono i protagonisti del Carnevale internazionale di Schaan, in Liechtenstein, che vede arrivare oltre 50 gruppi dalla vicina Svizzera, dalla Germania e dall'Austria per un pomeriggio di gioco, divertimento e Guggenmusik. Per vedere uno dei più grandi cortei della domenica di Carnevale si torna a Costanza: maschere, musica, colori invadono le strade della maggiore città della regione, attraversando la sua Altstadt.



Mercoledì delle Ceneri, 13 febbraio, Carnevale addio

Spettacolo finale del carnevale sul Bodensee sono, la sera del martedì grasso che precede il mercoledì delle Ceneri, i grandi falò con i quali si brucia una strega, simbolo degli eccessi e delle follie passate, accompagnati dai lamenti dei giullari e delle altre maschere della quinta stagione dell'anno. Nel Vorarlberg, invece, i fuochi vengono accesi la prima domenica di quaresima. Al calare delle tenebre, alti pali di legno ai quali è legata una bambola di stoffa, ripiena di polvere da sparo, prendono fuoco ed esplodono, regalando un inquietante e maestoso spettacolo e segnando la fine dei festeggiamenti carnevalizi (quasi) ovunque. Nel villaggio di pescatori di Ermingen, nella regione del Thurgau, infatti, si celebra il Carnevale la quarta domenica di Quaresima (quest'anno l'11 marzo 2018). Tradizione vuole che nel marzo del 1415, durante il Concilio di Costanza, papa Giovanni XXII trovasse qui rifugio, e ricompensasse gli abitanti del luogo con la concessione di poter celebrare "l'ultimo carnevale del mondo" quando tutti, altrove, facevano penitenza. E così si fa ancor oggi, con una grande parata dove il protagonista è un enorme pesce di lago colorato fatto di cartapesta, dove i bambini salgono giocosamente a turno.



Soggiornare nella Regione durante il Carnevale

Costanza: l'Ente del Turismo di Costanza propone il pacchetto "Winter Special", valido fino al 15.03.2018, che include due notti con colazione in camera doppia, un ingresso a scelta tra SEALIFE, Terme del Bodensee o Isola di Mainau, un biglietto d'ingresso a un museo o per uno spettacolo teatrale e sconto per l'acquisto dei vini della storica Spitalkellerei Konstanz a partire da 99€ a persona in camera doppia;



San Gallo: il pacchetto "Vivere e scoprire il Lago di Costanza" dell'Ente Turismo di San Gallo, valido fino al 28 marzo 2018, comprende due pernottamenti in camera doppia con prima colazione e la Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni, a partire da 229,5 CHF a persona;

Alta Svevia: L'offerta "Assaggio d'inverno sul Lago di Costanza" dell'hotel Wirthsdorf Markdorf**** include cinque pernottamenti in camera doppia Comfort con prima colazione a buffet, drink di benvenuto, una cena di quattro portate, due sessioni in palestra (zumba, yoga...), Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni e piccolo omaggio alla partenza a partire da 399€ a persona.

Breve calendario di Carnevale:

Mercoledì, 7 febbraio – Bad Waldsee – Danza delle streghe, a mezzanotte;

Giovedì Grasso, 8 febbraio – San Gallo – Aaguggete, dalle 6; Costanza – Sfilata dell'Herndglonker, dalle 18; Bad Saulgau – Sfilata delle maschere e dei Dorausschreier, dalle 18.30;

Sabato di Carnevale, 10 febbraio – Überlingen-Fiaccolata degli Hänsele, al tramonto;

Domenica di Carnevale, 11 febbraio – Weingarten: sfilata delle maschere di Carnevale, dalle 14; Schaan: sfilata delle maschere di Carnevale, dalle 14; Costanza: sfilata delle maschere di Carnevale, dalle 13.

La regione internazionale del Lago di Costanza

La regione internazionale del Lago di Costanza è una celebre destinazione turistica nel cuore dell'Europa. Incastonata tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein – le cui frontiere si susseguono a poca distanza le une dalle altre – e ricca di una natura varia e rigogliosa, il Bodensee è un continuo alternarsi di panorami alpini, colline ricoperte di vigneti e deliziose cittadine rivierasche. Tra i suoi tanti gioielli le città storiche di Costanza e Lindau e il loro comprensorio; la regione dell'Alta Svevia con la Strada del Barocco e i suoi incantevoli villaggi; San Gallo, la cui cattedrale, biblioteca e complesso monastico sono parte del Patrimonio UNESCO per l'Umanità; Sciaffusa e le cascate più grandi d'Europa; Bregenz e il Vorarlberg, tra vette montane e architetture d'avanguardia e il Principato del Liechtenstein, piccolo Paese alpino ricco di storia e tradizioni, per vivere esperienze principesche.

Come arrivare

Dalla stazione di Milano Centrale Trenitalia e Ferrovie Federali Svizzere offrono otto collegamenti giornalieri diretti per Zurigo, della durata di 3 ore e 26 minuti, operati con comodi Eurocity di ultima generazione ETR 610, prenotabili su www.trenitalia.com in modalità ticketless. Da Zurigo si raggiungono poi in meno di un'ora diverse mete nella regione del Lago di Costanza. Per ulteriori informazioni: Svizzera.it/intreno. La regione internazionale del Lago di Costanza è inoltre facilmente raggiungibile dall'Italia in automobile oppure in autobus ed in aereo.



ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Latitudinex.it Reisezeitschrift, online	20. Januar 2018	Karneval am Bodensee mit der Tradition	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER 30.000/monatlich	ÄQVIVALENZ 2.400€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	

HOME	AVVENTURA	EUROPA	ASIA	AFRICA	AMERICHE	NEWS
------	-----------	--------	------	--------	----------	------

[Home](#) ▶ [News](#) ▶ Carnevale sul lago di Costanza con la tradizione

Carnevale sul lago di Costanza con la tradizione

[Redazione](#) [20 gennaio 2018](#) [News](#)



Un viaggio tra tenebre e luce. Quelle della natura, quando le corte giornate invernali progressivamente si allungano, e quelle simboliche della lotta del bene contro il male. Nella regione del Lago di Costanza, tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, il Carnevale (Fasnet, nel dialetto locale) è una tradizione particolarmente sentita, popolata di figure antiche e di origine rurale, che nel suo significato più intrinseco serve a scacciare, a suon di trombe, catenacci e tamburi, i diavoli e il lungo inverno. Una festa da scoprire e vivere in prima persona, tra cortei, balli e convegni notturni, per un fine-settimana lungo di divertimento e sregolatezza.

8 febbraio, Giovedì Grasso: tradizioni medievali, balli di streghe e studenti in camicia da notte

Il corteo di Carnevale più mattiniero di tutti è quello di San Gallo: alle 06.00 del giovedì grasso, nel buio di febbraio, parte l'Aaguggete, quando le maschere invadono le strade del centro con balli, coriandoli e la tradizionale Guggenmusik, con trombe, tamburi e battiti di mani. Nessun dorma, tutti festeggiano. Per calarsi in pieno nella tradizione carnevalesca alemanna vale la pena recarsi in Alta Svevia: qui sopravvivono usi e costumi antichissimi legati alla quinta stagione dell'anno. A Bad Saulgau sopravvive la maschera del "Dorausschreier" (letteralmente "l'urlatore alla porta"), di cui la prima notizia scritta risale al 1355.



Quando imperversavano le pestilenze e le conseguenti carestie, il Dorausschreier, coperto da un mantello per non farsi riconoscere, allungava con un bastone un cesto di pane e cibo alle finestre degli appestati. Il corteo del giovedì grasso di Bad Saulgau parte alle 18.30 dalla piazza del mercato, accompagnato dalle fiaccole, e si conclude con balli e pietanze. Suggestiva e tenebrosa è la danza delle streghe che si tiene a Bad Waldsee alla mezzanotte tra il mercoledì e il giovedì grasso attorno a un grande fuoco, sopra il quale le creature demoniache affilano il loro bastone di streghe. A scacciarle arrivano poi i Narren, o "matti" del Carnevale, simboleggiando una lotta tra il bene e il male, e tra le forze dell'inverno e la primavera incombente. Fra le tradizioni carnevalesche più particolari rientra anche la sfilata, a Costanza, dell'Hemdglonker: un'enorme bambola di legno con tanto di camicia da notte e berretto portata in giro tra canti e grida la sera del giovedì grasso dagli studenti, veri protagonisti della giornata, e vestiti anch'essi da notte - a simboleggiare la propensione al bighellonare.

10 febbraio, Sabato di Carnevale a Überlingen

Con le sue belle piazze, gli edifici antichi e le case eleganti, Überlingen è una delle cittadine rivierasche più incantevoli del Lago di Costanza. Un momento tipico per visitarla è sicuramente il sabato di Carnevale quando, nel buio silenzioso della sera rischiarata da luci fioche, le Hänsele, creature tenebrose, si fanno strada schioccando le fruste attraverso la medievale Franziskanertor, tra urla, musica, salti e acrobazie – terrorizzando lo spirito dell'inverno, e a volte non solo il suo. L'Hänsele, dal colorato costume, è una figura che risale almeno al tardo medioevo, e viene comunemente intesa come la personificazione del diavolo. Solo i cittadini maschi di Überlingen possono vestire il costume. Alla processione del sabato di Carnevale partecipano circa 1.500 inquietanti Hänsele.

11 febbraio: Domenica di festa

Alcune delle più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza sono quelle di Weingarten, in Alta Svevia. Per vederle sfilare l'occasione migliore è la parata della domenica di Carnevale, che invade le strade della cittadina, raccolta attorno alla sua chiesa barocca. Anche qui tradizione vuole che il Fasnet sia nato dalla gioia di coloro che superarono la peste bubbonica del 1348. A Weingarten si può visitare anche un museo dedicato al Carnevale locale e ai suoi costumi (<http://fasnetmuseum.de/>). Musica, coriandoli e colori sono i protagonisti del Carnevale internazionale di Schaan, in Liechtenstein, che vede arrivare oltre 50 gruppi dalla vicina Svizzera, dalla Germania e dall'Austria per un pomeriggio di gioco, divertimento e Guggenmusik. Per vedere uno dei più grandi cortei della domenica di Carnevale si torna a Costanza: maschere, musica, colori invadono le strade della maggiore città della regione, attraversando la sua Altstadt.



13 febbraio, Mercoledì delle Ceneri: Carnevale addio

Spettacolo finale del carnevale sul Bodensee sono, la sera del martedì grasso che precede il mercoledì delle Ceneri (13 febbraio 2018), i grandi falò con i quali si brucia una strega, simbolo degli eccessi e delle follie passate, accompagnati dai lamenti dei giullari e delle altre maschere della quinta stagione dell'anno. Nel Vorarlberg, invece, i fuochi vengono accesi la prima domenica di quaresima. Al calare delle tenebre, alti pali di legno ai quali è legata una bambola di stoffa, ripiena di polvere da sparo, prendono fuoco ed esplodono, regalando un inquietante e maestoso spettacolo e segnando la fine dei festeggiamenti carnevalizi (quasi) ovunque. Nel villaggio di pescatori di Ermatingen, nella regione del Thurgau, infatti, si celebra il Carnevale la quarta domenica di Quaresima (quest'anno l'11 marzo 2018). Tradizione vuole che nel marzo del 1415, durante il Concilio di Costanza, papa Giovanni XXII trovasse qui rifugio, e ricompensasse gli abitanti del luogo con la concessione di poter celebrare "l'ultimo carnevale del mondo" quando tutti, altrove, facevano penitenza. E così si fa ancor oggi, con una grande parata dove il protagonista è un enorme pesce di lago colorato fatto di cartapesta, dove i bambini salgono giocosamente a turno.

Soggiornare nella Regione durante il Carnevale

Costanza: L'Ente del Turismo di Costanza propone il pacchetto "Winter Special", valido fino al 15.03.2018, che include due notti con colazione in camera doppia, un ingresso a scelta tra SEALIFE, Terme del Bodensee o Isola di Mainau, un biglietto d'ingresso a un museo o per uno spettacolo teatrale e sconto per l'acquisto dei vini della storica Spitalkellerei Konstanz a partire da 99€ a persona in camera doppia;

San Gallo: Il pacchetto "Vivere e scoprire il Lago di Costanza" dell'Ente Turismo di San Gallo, valido fino al 28 marzo 2018, comprende due pernottamenti in camera doppia con prima colazione e la Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni, a partire da 229,5 CHF a persona;

Alta Svevia: L'offerta "Assaggio d'inverno sul Lago di Costanza" dell'hotel Wirthsdorf Markdorf**** include cinque pernottamenti in camera doppia Comfort con prima colazione a buffet, drink di benvenuto, una cena di quattro portate, due sessioni in palestra (zumba, yoga...), Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni e piccolo omaggio alla partenza a partire da 399€ a persona.

Per ulteriori proposte e pacchetti, consultare la pagina: <http://www.bodensee.eu/prenotare/pacchetti>

BREVE CALENDARIO DI CARNEVALE

Mercoledì, 7 febbraio

Bad Waldsee | Danza delle streghe, a mezzanotte

Giovedì Grasso, 8 febbraio

San Gallo | Aaguggete, ore 06.00

Costanza | Sfilata dell'Hemdglonker, dalle ore 18.00

Bad Saulgau | Sfilata delle maschere e dei Dorausschreier, ore 18.30

Sabato di Carnevale, 10 febbraio

Überlingen | Fiaccolata degli Hänsele, al tramonto

Domenica di Carnevale, 11 febbraio

Weingarten: sfilata delle maschere di Carnevale, ore 14.00

Schaan: sfilata delle maschere di Carnevale, ore 14.00

Costanza: sfilata delle maschere di Carnevale, ore 13.00

Come arrivare

Dalla stazione di Milano Centrale Trenitalia e Ferrovie Federali Svizzere offrono otto collegamenti giornalieri diretti per Zurigo, della durata di 3 ore e 26 minuti, operati con comodi Eurocity di ultima generazione ETR 610, prenotabili su www.trenitalia.com in modalità ticketless. Da Zurigo si raggiungono poi in meno di un'ora diverse mete nella regione del Lago di Costanza. Per ulteriori informazioni: svizzera.it/intreno. La regione internazionale del Lago di Costanza è inoltre facilmente raggiungibile dall'Italia in automobile, o in autobus e in aereo.

Info: www.bodensee.eu

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Il Giornale di Vicenza Tägliche Zeitung	26. Januar 2018	Fasnacht in der Schweiz	Fasnacht in der Schweiz – wie in Ermatingen, Thurgau
LESER 123.600	ÄQVIVALENZ 3.000€		

54

IL GIORNALE DI VICENZA
Venerdì 25 Gennaio 2018**ZIGZAG**

nicole.tta.martal.etto@ilgiornaledivicenza.it

ITINERARI. Dal 19 al 21 febbraio i tre giorni più pazzi della Svizzera in cui sfilano le lanterne, i gruppi mascherati suonano le percussioni per ore



Le altre città

Svizzera La più seria nel fare festa in maschera

Per Carnevale e San Valentino c'è una promozione congiunta di Trenitalia e Ferrovie Federali Svizzere per viaggiare a prezzi scontati sui treni Eurocity. Acquistando la Promo 2x1 si viaggia in due pagando un solo biglietto di 1a o 2a classe per tutto il mese di febbraio da Milano a Basilea, Berna, Losanna, Lucerna, Zurigo e Ginevra. L'offerta è valida per acquisti effettuati dal 18 gennaio al 25 febbraio, almeno tre giorni prima della data di partenza. Carnevali in Svizzera: L'Eschental (in Vallese); Tschiggätti (8 e 10 febbraio); Solothurn: il carnevale hawaiano nella capitale del barocco (7-14 febbraio); Berna



In maschera a Lucerna

(15-17 febbraio) Bellinzona: il Rebdan ne fa cornice Unesco (8-13 febbraio); ur: anche la saga dei Fritsch (8-13 febbraio); Friburgo: il carnevale dei Bolzes (10-13 febbraio); Emmingen (Canton Turgovia): il carnevale dello scezzone, il pesce (7-11 marzo); Fleurier (Neuchâtel); il Carnevalito (13-15 aprile). Info N. verde 00800 100 200 30 (non eliminare "00" iniziale), www.svizzera.it, info@myswitzerland.com

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Easyviaggio.com Reisemagazin und Reiseportal	28. Januar 2018	Das alte alemannische Fasnacht in der Region Bodensee	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER 604.700 monatlich	ÄQVIVALENZ 6.250€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	

L'antico Carnevale alemanno nella Regione del Lago di Costanza

Da non perdere Germania

 Twitter

 Facebook

 Google+

Nella regione del Lago di Costanza, tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, il Carnevale (Fasnet, nel dialetto locale) è una tradizione particolarmente sentita, popolata di figure antiche e di origine rurale, che nel suo significato più intrinseco serve a scacciare, a suon di trombe, catenacci e tamburi, i diavoli e il lungo inverno. Scoprite cosa vi aspetta: soggiorni a partire da 99 euro a persona in camera doppia, per due notti!

Nessun dorma, tutti festeggiano a San Gallo



PER SCOPRIRE

[Guida viaggi Germania](#)

[Voli Germania](#)

[Soggiorno Germania](#)

[Hotel Germania](#)

Proprio così! Perché per non perdersi nemmeno un minuto della festa più goliardica dell'anno, a **Sans Gallo**, alle 06.00 del giovedì grasso, nel buio di febbraio, parte l'Aaguggete: le maschere invadono le strade del centro con balli, coriandoli e la tradizionale Guggenmusik, con trombe, tamburi e battiti di mani.

In **Alta Svevia** troverete costumi e tradizioni antichissime legate a questa festività:

a **Bad Saulgau** sopravvive la maschera del "Dorausschreier" (letteralmente "Turlatore alla porta"), di cui la prima notizia scritta risale al 1355. Quando imperversavano le pestilenze e le conseguenti carestie, questa figura, coperta da un mantello per non farsi riconoscere, allungava con un bastone un cesto di pane e cibo alle finestre degli appestati.

Suggestiva e tenebrosa è la danza delle streghe che si tiene a **Bad Waldsee** alla mezzanotte tra il mercoledì e il giovedì grasso attorno a un grande fuoco, sopra il quale le creature demoniache affilano il loro bastone. A scacciarle saranno i "matti" del Carnevale, chiamati **Narren**, che simboleggiano la lotta tra bene e male, inverno e primavera.

A **Costanza**, una delle tradizioni da non lasciarsi sfuggire è quella della sfilata dell'**Hemdglonker**: un'enorme bambola di legno con tanto di camicia da notte e berretto portata in giro tra canti e grida la sera del giovedì grasso dagli studenti, veri protagonisti della giornata, e vestiti anch'essi da notte, a simboleggiare la propensione al bighellonare.

Sabato di Carnevale a Überlingen



Il 10 Febbraio a **Überlingen**, potete imbattervi nelle **Hansele**, creature tenebrose che si fanno strada schioccando le fruste tra urla, musica, salti e acrobazie. L'Hansele, dal colorato costume, è una figura che risale almeno al tardo medioevo, e viene comunemente intesa come la personificazione del diavolo. Solo i cittadini maschi di Überlingen possono vestirne il costume. Alla processione del sabato di Carnevale partecipano circa 1.500 inquietanti Hansele.

Weingarten: le maschere più belle



In Alta Svevia, a **Weingarten**, eccezionale è la parata delle maschere che avrà luogo l'11 febbraio, la domenica di carnevale. Il Carnevale, o **Fasnacht**, è associato alla gioia di coloro che superarono la peste bubbonica del 1348. A Weingarten si può visitare anche un museo dedicato al Carnevale locale e ai suoi costumi.

Prenota il tuo weekend di Carnevale nella Regione di Costanza:

L'Ente del Turismo di Costanza propone il pacchetto **"Winter Special"**, valido fino al 15.03.2018, che include due notti con colazione in camera doppia, un ingresso a scelta tra SEALIFE, Terme del Bodensee o Isola di Mainau, un biglietto d'ingresso a un museo o per uno spettacolo teatrale e sconto per l'acquisto dei vini della storica Spitalkellerei Konstanz a partire da 99 euro a persona in camera doppia.

Il pacchetto **"Vivere e scoprire il Lago di Costanza"** dell'Ente Turismo di San Gallo, valido fino al 28 marzo 2018, comprende due pernottamenti in camera doppia con prima colazione e la Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni, a partire da 229,5 franchi svizzeri a persona.

In **Alta Svevia** invece, l'offerta **"Assaggio d'inverno sul Lago di Costanza"** dell'hotel Wirthsdorf Markdorf**** include cinque pernottamenti in camera doppia Comfort con prima colazione a buffet, drink di benvenuto, una cena di quattro portate, due sessioni in palestra (zumba, yoga), Carta dei Servizi del Lago di Costanza per sconti e gratuità in tutta la regione, valida per 3 giorni e piccolo omaggio alla partenza a partire da 399 euro a persona.

Altri articoli proposti dall'autore

[Surva, il carnevale bulgaro con le maschere tradizionali](#)

[Carnevale ai Caraibi? Ecco il più bello](#)

[10 Carnevali Europei da non perdere](#)

[A Sanremo il Carnevale è in fiore](#)

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
IL GIORNALE Nationale Tageszeitung	28. Januar 2018	Das alemannische Fasnacht in der Bodensee Region	Die Tradition des Fasnacht – von St. Gallen bis ins Oberschwaben – mit Kostümen und alten Ritualen
LESER 635.000	ÄQVIVALENZ 7.500€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT/Agenturkontakt zur Redaktion	

FESTE E TRADIZIONI

Il Carnevale alemanno nella regione del Lago di Costanza



■ Diavoli imbizzarriti e streghe attraversano le piazze all'imbrunire, maschere ataviche schioccano le fruste e cortei di fiaccole invadono le strade. Il carnevale alemanno nella regione del Lago di Costanza - da San Gallo all'Alta Svevia - è una tradizione che rivive in riti, feste e processioni volte a scacciare il male e i mesi dell'inverno. Un'occasione per entrare in contatto con i costumi di un tempo, e scoprire città, borghi e villaggi in festa (8-13 febbraio). Soggiorno di due notti in camera doppia e prima colazione a Costanza da 99 euro a persona (www.lagodicostanza.eu).

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
QN Nationale Tageszeitung	01Februar 2018	Fünf Karneval-Termine	Wo und wie man am Bodensee das Fasnacht feiert – von Bad Saulgau nach St. Gallen, und von Konstanz nach Überlingen
LESER 1.397.565	ÄQVIVALENZ 15.000€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT/Agenturkontakt zur Redaktion	

5 appuntamenti per il Carnevale



PROPIZIATORIA festa per scacciare l'inverno, ma anche prosiegno del periodo natalizio in vista della Quaresima. Il Carnevale è l'occasione ideale per divertirsi, magari travestendosi. «Senet in anno licet insanire», diceva Seneca riferendosi per l'appunto a questa stagione in cui la trasgressione è concessa. Vi proponiamo cinque mete che possono facilitare, ognuna a proprio modo, questo compito.



Pontedilegno - Tonale

DAL 10 A 13 FEBBRAIO il Carnevale anima tutti i paesi del comprensorio Pontedilegno-Tonale, con sfilate di carri, animazione e musica per grandi e piccini.



Venezia

A VENEZIA il carnevale a conservare la nobile tradizione dei costumi e dei balli, trasformando la meravigliosa città lagunare in un luogo ancora più magico. Relais Alberti, nell'incantevole quartiere di Malamocco a Venezia Lido, invita a vivere un soggiorno d'altri tempi, avvolti dalla festosa atmosfera del Carnevale Veneziano. Sabato è in programma la serata speciale "A tavola con Mirandolina". Il ristorante privato di Relais Alberti, Le Locandiere, propone una cena in maschera dal tema assolutamente veneziano: oro e piume.

www.relaisalberti.com

Lago di Costanza

NELLA REGIONE DEL LAGO DI COSTANZA, tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, il Carnevale è una tradizione particolarmente sentita che serve a scacciare il lungo inverno e il diavolo. Questi gli appuntamenti chiave: mercoledì 7 febbraio danza delle streghe a Bad Waldsee; l'8 a San Gallen alle 6 della mattina e a Costanza e Bad Saulgau dalle 18 in poi; sabato 10 la fischolata al tramonto a Überlingen e domenica sfilate dalle 13 a Weingarten, Schönmünster e Costanza.

www.lagedicostanza.eu



ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Dreamingrooms.com Lifestyle und Reiseblog	01Februar 2018	Konstanz, es ist Fasnacht Schreck!	Der Karneval am Bodensee: die Region, Festen und Prozessionen in Konstanz, Überlingen, Oberschwaben und Liechtenstein. Die Feuer am Anfang der Fastenzeit in dem Vorarlberg und der Karneval in Ermatingen
LESER Nicht verfügbar	ÄQVIVALENZ Nicht verfügbar	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT	



[HOME](#) ▼
 [STANZE DEI SOGNI](#) ▼
 [STANZE CREATIVE](#) ▼
 [STANZE DEL GUSTO](#) ▼
 [Via](#)

COSTANZA, CARNEVALE DA PAURA!

By [Redazione](#) on 31 gennaio 2018 in [News & eventi](#)



Attorno al grande lago nel cuore d'Europa l'arrivo del **Carnevale** simboleggia anche la fine dell'inverno. Nei **quattro Paesi rivieraschi** i festeggiamenti si rifanno all'antica **tradizione alemanna** il cui filo conduttore è la vittoria della luce sul buio, del bene sul male, della gioia di vivere sulla tristezza e la morte. Città, cittadine, villaggi lacustri di **Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein** si animano di feste e sfilate; le strade si riempiono e l'allegria dilaga per un evento molto sentito, popolato da spaventevoli figure arcaiche e di origine rurale armate di trombe, catenacci e tamburi in un crescendo di baccano per scacciare i diavoli e la brutta stagione.

La regione del **lago di Costanza** pur appartenendo a quattro diverse nazioni è considerata un unicum sotto il profilo turistico ed è rappresentata dallo stesso ente, il *Bodensee*. Nel periodo di Carnevale l'ente è sotto pressione perchè c'è festa ovunque e la gente si sposta in massa da un confine all'altro per andare a caccia di euforia e divertimento. Perchè il **Fasnet** (così viene chiamato) è un momento catartico liberatorio atteso tutto l'anno, i giorni in cui anche un popolo normalmente piuttosto austero e compassato si può scatenare. Nella cittadina di **Überlingen** sulla riva tedesca il sabato grasso – quest'anno il **10 febbraio** – è in mano alle *Hänsele*, creature tenebrose che percorrono le strade all'imbrunire schioccando le fruste attraverso la medievale Franziskanertor, tra grida, musica, salti e acrobazie, per spaventare lo spirito cupo dell'inverno. I **1500 figuranti** come vuole la tradizione sono tutti uomini, ma intorno in quanto a scherzi e schiamazzi anche donne e bambini si fanno rispettare.

La domenica (**11 febbraio**) la "movida alemanna" si sposta a **Weingarten**, in Alta Svevia, per la parata di alcune fra le più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza. Qui lo spirito del Fasnet rievoca tutta la gioia liberatoria di coloro che scamparono alla peste bubbonica del 1348, mentre a **Schaan**, in Liechtenstein, oltre 50 gruppi carnevaleschi provenienti da Svizzera, Germania e Austria si confronteranno in un pomeriggio di gioco, divertimento e danze al ritmo della *Guggenmusik*. Uno dei più grandi cortei della domenica si tiene però a **Costanza**, con maschere, musica, colori disseminati per le strade fino a confluire nella *Altstadt*, il cuore antico della città.

Solo un giorno di tregua e il martedì grasso (**13 febbraio**) il Carnevale di nuovo imperversa in tutto il Bodensee per un gran finale a base di falò delle streghe, che rappresentano gli eccessi, le trasgressioni e le bisbocce a cui si dovrà dire addio dal giorno dopo. Ma non dappertutto, perchè nel **Voralberg** proprio la domenica successiva una sarabanda di botti riempie l'aria, provocata dall'esplosione di bambole di stoffa piene di polvere da sparo issate su lunghi pali. E addirittura nel villaggio di pescatori di **Ermatingen**, nella regione del Thurgau, il Carnevale compare alla quarta domenica di Quaresima (quest'anno l'**11 marzo**). Qualcosa di veramente originale, che la leggenda attribuisce ad una dispensa concessa da papa Giovanni XXII che nel paesino trovò rifugio nel 1415. La ricompensa pontificia fu l'esclusiva dell'**ultimo Carnevale del mondo**.

In occasione del Carnevale l'ente turistico del Bodensee offre **speciali pacchetti turistici** per vivere lo spirito unico del *Fastnet* alemanno.

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Quotidiano.net Online Version tägliche Zeitung QN	03 Februar 2018	Fünf Super-Karneval, alle nicht so weit von Italien	Fasnacht-Festen und Traditionen in der ganzen Region, und insbesondere Oberschwaben, Überlingen, St. Gallen, Liechtenstein
LESER 608.515	ÄQVIVALENZ 7.000€	NOTIZ Pressemitteilung Fasnacht IBT/Agenturkontakt zur Redaktion	

TEMPO LIBERO

Cinque carnevali da paura vicino all'Italia

Antiche usanze, maschere terrificanti e tanto divertimento in Svizzera, Baleari, Lituania, Slovenia, Lago di Costanza. E i ritmi caraibici della Repubblica Dominicana

Lago di Costanza

Restiamo vicino all'Italia con l'antico Carnevale alemanno nella Regione del Lago di Costanza, tra **Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein**. Nella regione del Lago di Costanza il Carnevale (**Fasnet**, nel dialetto locale) è una tradizione particolarmente sentita, popolata di figure antiche e di origine rurale, che serve a scacciare, a suon di trombe, catenacci e tamburi, i diavoli e il lungo inverno. Il corteo di Carnevale più mattiniero è quello di San Gallo: alle 06. del giovedì grasso, 8 febbraio, nel buio parte l'**Aaguggete**, quando le maschere invadono le strade del centro con balli, coriandoli e la tradizionale **Guggenmusik**, con trombe, tamburi e

battiti di mani. Per calarsi in pieno nella tradizione carnevalesca alemanna vale la pena recarsi in Alta Svevia: qui sopravvivono usi e costumi antichissimi legati alla quinta stagione dell'anno. A **Bad Saulgau** sopravvive la maschera del "**Dorausschreier**" ("l'urlatore alla porta"), di cui la prima notizia scritta risale al 1355. Quando imperversavano le pestilenze e le conseguenti carestie, il Dorausschreier, coperto da un mantello per non farsi riconoscere, allungava con un bastone un cesto di pane e cibo alle finestre degli appestati. Il corteo del giovedì grasso di Bad Saulgau parte alle 18.30 dalla piazza del mercato, accompagnato dalle fiaccole, e si conclude con balli e pietanze. Suggestiva e tenebrosa è la danza delle streghe che si tiene a **Bad Waldsee** alla mezzanotte tra il mercoledì e il giovedì grasso attorno a un grande fuoco, sopra il quale le creature demoniache affilano il loro bastone di streghe. A scacciarle arrivano poi i **Narren**, o matti del Carnevale, simboleggiando una lotta tra il bene e il male, e tra le forze dell'inverno e la primavera incombente. Fra le tradizioni carnevalesche più particolari rientra anche la sfilata, a Costanza, dell'**Hemdglonker**: un'enorme bambola di legno con tanto di camicia da notte e berretto portata in giro tra canti e grida la sera del giovedì grasso dagli studenti, veri protagonisti della giornata, e vestiti anch'essi da notte – a simboleggiare la propensione al bighellonare.

10 febbraio, Sabato di Carnevale a **Überlingen**. Con le sue belle piazze, gli edifici antichi e le case eleganti, **Überlingen** è una delle cittadine rivierasche più incantevoli del Lago di Costanza. Un momento tipico per visitarla è sicuramente il sabato di Carnevale quando, nel buio silenzioso della sera rischiarata da luci fioche, le Hansele, creature tenebrose, si fanno strada schioccando le fruste attraverso la medievale **Franziskanertor**, tra urla, musica, salti e acrobazie – terrorizzando lo spirito dell'inverno, e a volte non solo il suo. L'**Hansele**, dal colorato costume, è una figura che risale almeno al tardo medioevo, e viene intesa come la personificazione del diavolo. Solo i cittadini maschi di Überlingen possono vestirne il costume. Alla processione del sabato di Carnevale partecipano circa 1.500 inquietanti Hansele. 11 febbraio: Domenica di festa. Alcune delle più belle maschere del Carnevale sul Lago di Costanza sono quelle di Weingarten, in **Alta Svevia**. Per vederle sfilare l'occasione migliore è la parata della domenica di Carnevale, che invade le strade della cittadina, raccolta attorno alla sua chiesa barocca. Anche qui tradizione vuole che il Fasnet sia nato dalla gioia di coloro che superarono la peste bubbonica del 1348. A **Weingarten** si può visitare anche un museo dedicato al Carnevale locale e ai suoi costumi (<http://fasnetmuseum.de/>). Musica, coriandoli e colori sono i protagonisti del Carnevale internazionale di **Schaan**, in Liechtenstein, che vede arrivare oltre 50 gruppi dalla vicina Svizzera, dalla Germania e dall'Austria per un pomeriggio di gioco, divertimento e **Guggenmusik**. Per vedere uno dei più grandi cortei della domenica di Carnevale si torna a **Costanza**: maschere, musica, colori invadono le strade della maggiore città della regione, attraversando la sua **Altstadt**.

13 febbraio, **Mercoledì delle Ceneri: Carnevale addio**. Spettacolo finale del carnevale sul **Bodensee** sono, la sera del martedì grasso che precede il mercoledì delle Ceneri (13 febbraio 2018), i grandi falò con i quali si brucia una strega, simbolo degli eccessi e delle follie passate, accompagnati dai lamenti dei giullari e delle altre maschere della quinta stagione dell'anno. Nel **Vorarlberg**, invece, i fuochi vengono accesi la prima domenica di quaresima. Al calare delle tenebre, alti pali di legno ai quali è legata una bambola di stoffa, ripiena di polvere da sparo, prendono fuoco ed esplodono, regalando un inquietante e maestoso spettacolo e segnando la fine dei festeggiamenti carnevalizi (quasi) ovunque. Nel villaggio di pescatori di **Ermatingen**, nella regione del **Thurgau**, infatti, si celebra il Carnevale la quarta domenica di Quaresima (quest'anno l'11 marzo 2018). Tradizione vuole che nel marzo del **1415**, durante il Concilio di Costanza, papa Giovanni XXII trovasse qui rifugio, e ricompensasse gli abitanti del luogo con la concessione di poter celebrare "l'ultimo carnevale del mondo" quando tutti, altrove, facevano penitenza. E così si fa ancor oggi, con una grande parata dove il protagonista è un enorme pesce di lago colorato fatto di cartapesta, dove i bambini salgono giocosamente a turno. Per proposte e pacchetti, consultare la pagina: <http://www.bodensee.eu/prenotare/pacchetti>. informazioni: www.lagodicostanza.eu

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Il Corriere della Sera Nationale Tageszeitung	09. Februar 2018	Urlaub in den Wellness Kliniken	Ein Trend in den Ferien: bewegen und abnehmen – in exklusiven Orten in Italien und im Ausland, darunter der Buchinger- Wilhelmi Klinik am Bodensee
LESER 980.304	ÄQVIVALENZ 8.750€	NOTIZ Pressemitteilung IBT Ostern und Wellness	

La formula

Vacanza nelle **cliniche** del benessere

Niente alcolici, cibo sano, movimento, esami clinici, rigore. Sempre più persone scelgono quelli che, una volta, si chiamavano «centri di medicina preventiva». Ecco perché

Programmati per la perdita

«Firmo sulla linea tratteggiata promettendo di non usare il mio cellulare ovunque e mi viene consigliato di evitare Internet il più possibile per una completa disintossicazione digitale». Il giornalista del *Telegraph* incaricato del reportage «Spy spa» nella clinica sul Lago di Costanza Buchinger-Wilhelmi racconta con ironia e soddisfazione i suoi 7 giorni in uno dei centri di medicina preventiva più famosi in Europa. Cena alle 18, diviso quelli che devono digiunare (fasters) e quelli che si devono ri-alimentare (refeeding): il programma è studiato dal dottor Wilhelmi de Toledo, famoso per il suo motto «gli esseri umani non sono programmati per l'abbondanza, ma per la perdita».

Il digiuno praticato prevede il rifornimento giornaliero di 250 calorie sotto forma di succhi di frutta appena spremuti e consommé di verdure chiare. Nella fase di «refeeding» il corpo è riorganizzato in base ad un programma nutrizionale. La permanenza nella clinica prevede anche passeggiate nei boschi ed escursioni:

l'equilibrio tra relax ed esercizio fisico è importante per il benessere olistico, uno dei cardini della spa. Insieme c'è la valorizzazione della parte spirituale, in base alla convinzione del dottor Buchinger, uno dei fondatori della clinica, che «quando il corpo digiuna, l'anima diventa affamata». Alla perdita dei chili in eccesso si associa un riaffiorare di bisogni spirituali che sono spesso sepolti in profondità, ma vengono alla luce attraverso il digiuno. Chissà. Di sicuro nuove scoperte scientifiche dicono che tre giorni di digiuno possono ringiovanire il sistema immunitario, innescando la produzione di nuovi globuli bianchi. «Parto dalla clinica sentendomi meglio, più felice e più positivo di me da anni. È stato, credo, il miglior investimento possibile per la mia salute», scrive la «spia» al termine della vacanza (www.buchinger-wilhelmi.com, pacchetti da € 2.250 per 10 notti).



Lago di Costanza - Buchinger Wilhelmi
Percorso Detox
www.buchinger-wilhelmi.com
 Propone terapie, trattamenti e attività che si basano sulla triade: digiuno terapeutico, medicina integrativa e meditazione.
 Ha una sede anche a Marbella

5
 La mia pelle non ha un aspetto sano

7
 Mi sento gonfio

6
 Fumo - Bevo alcolici

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Fanpage.it Tägliche Zeitung, online	20. Februar 2018	Auf Urlaub unter Freundinnen: die beste Destinationen	Lindau am Bodensee als perfekte Destination für Erholung und Unterhaltung unter Freundinnen
LESER 284.727 users/daily	ÄQVIVALENZ 8.000€		



Donne in viaggio: le mete perfette per una vacanza tra amiche!

Una vacanza per sole donne? Ecco alcune idee per viaggiare con le amiche di sempre.



Un viaggio tra amiche? Ma dove? In questa guida vi sveliamo alcuni dei posti perfetti per una vacanza di sole donne.

Approfittando dell'avvicinarsi del 8 Marzo, Festa delle Donne, un'occasione per concedersi un viaggio in compagnia delle amiche più care alla scoperta di luoghi speciali. E' l'ora di staccare la spina, lasciare marito e figli a casa, e partire per una vacanza con le amiche che si desidera da ormai troppo tempo. Qual la destinazione che fa per voi?

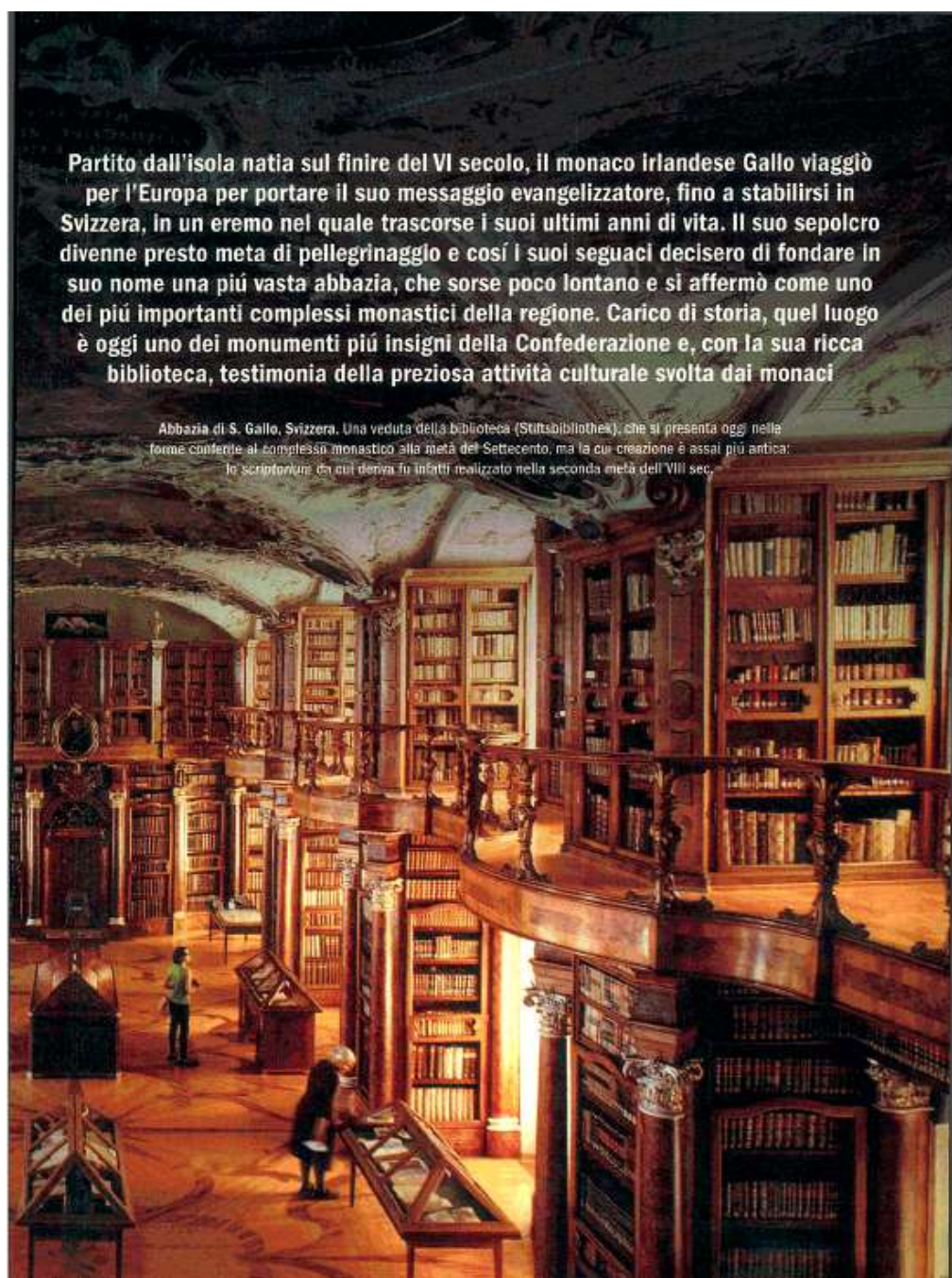
Staccare la spina a Lindau sul Lago di Costanza



in foto: Lindau. Foto da Pixabay

Una località da cartolina, situata in parte su un isolotto del lago di Costanza. Salite sul faro o raggiungete in barca o in traghetto la città di Costanza, così potrete godervi appieno il panorama delle vallate vicine e farvi lasciare senza fiato dalle cime innevate delle Alpi. Per un'esperienza da brivido, provate lo Skywalk Allgäu Naturerlebnispark, un ponte costruito tra gli alberi che vi metterà a contatto diretto con la natura. Per un'escursione o per sciare sono perfette anche le montagne fra Austria e Svizzera, nella parte sud del lago.

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Medioevo Monatliche Zeitung um Geschichte	Februar 2018	St. Gallen	Die Geschichte St. Galler und des St. Galler Abtei und Bibliothek
LESER 36.000	ÄQVIVALENZ 10.000€		



LUOGHI SAN GALLO

Dalla cima dei campanili gemelli della cattedrale di S. Gallo lo sguardo spazia oltre i tetti del complesso abbaziale, supera le case dell'omonima cittadina del Nord della Svizzera, fino a raggiungere le cascate che scagliano il fiume Steinach. Poi va ancora oltre le acque increspate dal vento del lago di Costanza, da un lato, e dall'altro le vette innestate del gruppo dell'Alpstein, abbracciando i fitti boschi e i verdi prati ai confini tra Confederazione elvetica e Germania.

Nel corso dei secoli, però, il potere dell'abate dell'abbazia di S. Gallo arrivò molto più lontano di quanto oggi lo sguardo possa spingersi, oltre i fiumi e le montagne, fino all'Austria e alla Germania meridionale. Un potere tanto grande che affondava le sue radici nella leggenda di un umile monaco irlandese del VI secolo: san Gallo appunto.

Una vita per la predicazione

Intorno al 590 il giovane monaco Gallo abbandonò le rassicuranti mura del monastero di Bangor, nell'Irlanda del Nord, per seguire il proprio maestro Colombano e altri undici discepoli in un lungo e pericoloso viaggio di predicazione e missione nel cuore del continente europeo. Nelle terre tedesche e in quelle tra le montagne che oggi fanno parte della Svizzera il paganesimo era ancora molto diffuso e c'era molto

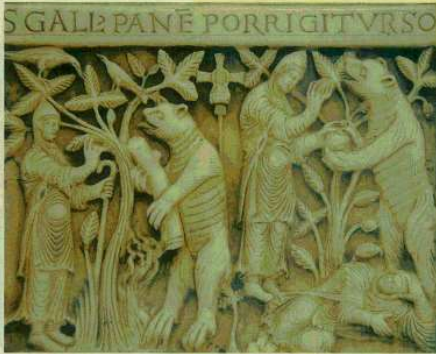
La leggenda di san Gallo

In principio fu un orso

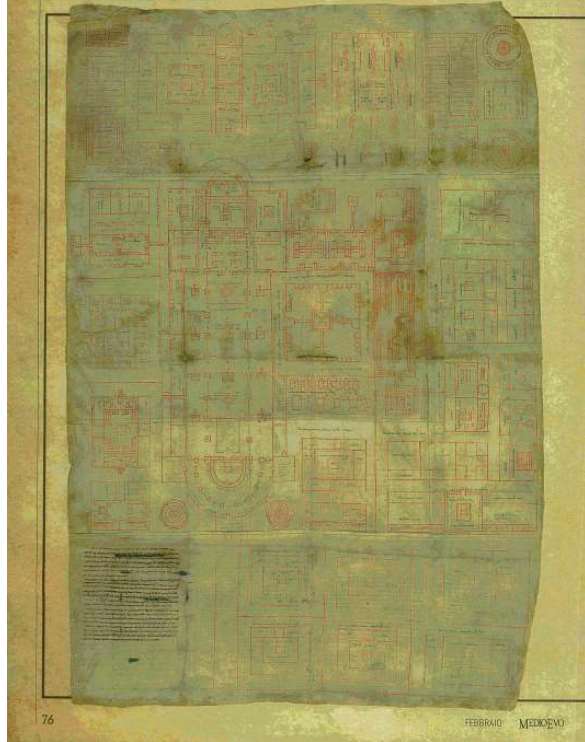
Lo stemma del Cantone di San Gallo non riporta il profilo del santo monaco o un libro miniato, né la sagoma dell'elegante facciata della chiesa abbaziale come ci si potrebbe aspettare, ma raffigura un orso. L'orso è anche l'attributo iconografico che caratterizza il santo monaco irlandese: non il bastone pastorale, non il libro della predicazione, bensì un grosso orso accovacciato mansueto ai suoi piedi. Narra infatti la leggenda che quando **san Gallo** stabilì il suo eremo presso le cascate della Steinach, una notte si trovò a dover fronteggiare un grosso orso abruccato all'improvviso dalla folta vegetazione.

Per nulla intimidito il monaco parlò all'animale con voce ferma, intimandogli di portare altra legna per il fuoco del bivacco, che si stava spegnendo. Fattosi immediatamente mansueto, l'orso ubbidì, depositando un grosso ceppo tra le braccia e il santo ricambiò il favore dando all'animale un tozzo di pane. Stabilita quest'alleanza l'orso se ne andò senza mai più tornare, a conferma che il luogo scelto da **san Gallo** per il suo eremo era sicuro e gradito al Signore.

A destra particolare della coperta posteriore dell'Evangelium longum, scolpita a bassorilievo dal monaco Turilo di S. Gallo, Avonto, X sec. Abbazia di S. Gallo, Stiftsbibliothek. La scena raffigura la leggenda di san Gallo e l'orso. Nella pagina accanto particolare di un dipinto raffigurante l'abbazia di S. Gallo prima dei rifacimenti occorsi tra il 1755 e il 1766.



LUOGHI SAN GALLO



Il monastero «perfetto»

Restituzione grafica della Pianta di San Gallo, con l'indicazione di alcuni degli ambienti più importanti e delle loro funzioni.

1. Tomba del santo (sotto l'altare maggiore).

2. *Scriptorium* (al piano terra) e biblioteca (al piano superiore).

3. *Sagrestia* (al piano terra) e sala dei posimenti (al piano superiore).

4. Chiostro dei monaci.

5. Alloggio per i monaci in visita.

6. Alloggio del prete.

7. Alloggio del Padre guardiano.

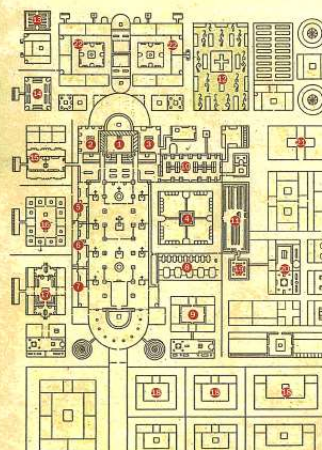
8. Cotturione e giardino.

9. Ostello per i pellegrini.

10. Sala riscaldata (al piano terra) e dormitorio (al piano superiore).

11. *Refectorio* (al piano terra) e guardabarra per gli abiti e la biancheria (al piano superiore).

12. Cimitero e frutteto.



In alto: abbazia di S. Gallo, Svizzera. La facciata della cattedrale intitolata all'omonimo santo, nata come chiesa abbaziale del monastero medievale.

L'edificio si presenta oggi nelle forme assunte in seguito alla ricostruzione settecentesca.

Nella pagina accanto particolare del recto del Codex Sangallensis 1092, meglio noto come Pianta di San Gallo.

X sec. Abbazia di S. Gallo, Stiftsbibliothek.



Alcune immagini dell'Evangelium longum, le cui coperte furono scolpite dal monaco Turilo di S. Gallo su due lastre di avorio, provenienti dall'abbazia di S. Albano a Magenza. X sec. Abbazia di S. Gallo, Stiftsbibliothek.

una dura privazione per il monaco, ma, per rispetto del maestro, si attenne al divieto per molti anni, fino a che una visione celeste non gli portò la notizia della morte di Colombano per la cui anima celebrò una messa in suffragio. Al messaggio divino, ne seguì uno in carne e ossa: un monaco proveniente dal monastero di Bobbio giunse ad Arbon per consegnare a Gallo il bastone pastorale e la nomina a priore, simbolo del perdono di Colombano.

Finalmente in pace, Gallo si rimise in cammino, risalì il fiume Steinach fino alle sue insormontabili cascate e lì, con alcuni seguaci, si stabilì in un eremo dove visse seguendo una regola che coniugava elementi della tradizione irlandese con gli insegnamenti colombaniani e norme benedettine. Qui Gallo trascorse lunghi anni, in preghiera e contemplazione, e morì mentre svolgeva la sua missione di predicazione che mai aveva abbandonato: si accasciò davanti ai numerosi fedeli giunti ad ascoltare il suo sermone il 16 ottobre del 640. E ancora oggi san Gallo viene festeggiato in quella data.

Dall'eremo al principato

Gallo fu sepolto in modo semplice, consono alla vita povera e umile che aveva condotto, ma il suo sepolcro divenne fin da subito meta di pellegrinaggio per i fedeli che vi cercavano rifugio dalle difficoltà dell'epoca – erano da poco terminate le invasioni barbariche e tutta l'Europa era a soggiorno – e consolazione dalle sofferenze. Nel 719, qualche decennio dopo la morte di Gallo, Otmaro guidò la comunità che viveva presso le cascate della Steinach alla fondazione di un monastero vero e proprio, di cui assunse la responsabilità di abate, e adottò la *Regola benedettina*.

Fin dalla nascita, il cenobio poté contare su appoggi importanti sia sul territorio, con il sostegno di

sepolcro si fosse lasciato vincere dalla pigrizia: a Gallo fu preclusa la possibilità di dire messa e di predicare per aver infranto il voto di obbedienza con il quale s'era impegnato alla *peregrinatio pro Domine*. Questa proibizione fu



LUOGHI SAN GALLO

WIBORADA

La santa bibliofila

Se ancora oggi possiamo ammirare e consultare il patrimonio della biblioteca dell'abbazia di S. Gallo, il merito è, soprattutto, di Wiborada: la prima donna ufficialmente canonizzata dalla Chiesa nel 1047, per volontà di papa Clemente II. Wiborada era una monaca, che viveva come reclusa presso il monastero sangallese. Conduceva un'esistenza pia di preghiera e digiuni e il Signore le fece dono di alcune visioni che le

permisero di mettere in guardia l'abate Egilberto da un grande pericolo che stava per abbattersi sul cenobio benedettino. Profetizzò il saccheggio dell'abbazia da parte degli Ungari e sollecitò l'abate a mettere in salvo i monaci e la preziosa biblioteca.

Nel 926 la profezia si avverò e un'orda di barbari invasori si abbatté sul monastero. I libri e il tesoro dell'abbazia erano in salvo nell'isola di Reichenau, sul lago di Costanza, mentre i monaci avevano trovato rifugio sui monti e nei boschi circostanti. Tuttavia, Wiborada non aveva voluto tradire il voto di clausura e affrontò i nemici armata solo della sua fede, accendendo il martirio per mano dei saccheggiatori.

A sinistra: miniatura del *Codex Sangallensis* 586, con la più antica raffigurazione di santa Wiborada. 1430-1436 circa. Abbazia di S. Gallo, Stiftsbibliothek.



Waltram, signore fondiario e tribuno di Arbon, sia alla corte merovingia dei Franchi, grazie all'interesse di Carlo Martello, il maestro di palazzo destinato a diventare famoso per aver fermato l'avanzata degli Arabi a Poitiers, nel 732. La comunità crebbe in fretta e sotto l'egida del primo abate vissero oltre cinquanta monaci che alternavano alla preghiera l'attività all'ospizio per i poveri e al laboratorio costruiti presso il monastero.

Benvoluti dai potenti

L'abbazia continuò a prosperare negli anni, ampliando i propri possedimenti e la propria influenza, sempre grazie al favore dei potenti: gli abati che si susseguirono al comando venivano chiamati a ricoprire funzioni di prestigio nell'organizzazione imperiale: re e imperatori soggiornavano presso il monastero benedettino durante i loro viaggi e ricambiavano l'ospitalità con importanti favori. Nell'818 l'imperatore Ludovico il Pio, figlio di Carlo Magno, concesse al monastero sangallese l'immunità e, un ventennio

In alto: miniatura raffigurante il martirio di santa Wiborada, dal *Codex Sangallensis* 602. 1451-1460 circa. Abbazia di S. Gallo, Stiftsbibliothek.



fu il magnifico *Salerio di Wolfegg*, realizzato tra l'820 e l'830, e l'*Evangelium Ilongum*, miniato e decorato per l'imperatore Carlo Magno.

A poco più di un secolo dalla sua fondazione, la biblioteca sangallese vantava una collezione di oltre 400 volumi, per un patrimonio complessivo di più di 600 opere di varia natura: testi sacri e di preghiera, ma anche libri dedicati alla poesia, all'astronomia, alla medicina e all'architettura, come la famosa «Planta di San Gallo», una pergamena raffigurante la configurazione precisa e dettagliata del monastero ideale secondo la concezione dell'età carolingia (vedi *file pp. 76-77*). Un vero e proprio tesoro nel cuore dell'Europa altomedievale, un tesoro che i monaci difesero a costo della vita durante l'invasione degli Ungari del 926: il monastero venne saccheggiato e dato alle fiamme, ma la biblioteca fu messa in salvo. Come una fenice, dopo un transitorio periodo di crisi, l'abbazia rinacque dalle proprie ceneri e tornò a crescere e prosperare.

I primi ampliamenti

Chissà se i monaci amanuensi, intenti a copiare un antico testo o a stendere con mano leggera e precisa il minio, il nerofumo o l'orpimento (pigmento di colore giallo, ricavato dall'omonimo minerale, *n.d.r.*) sulla pagina da decorare, erano infastiditi dal martellare vigoroso di carpentieri e scalpellini all'opera nei numerosi cantieri che via via vennero inaugurati per ampliare l'abbazia di S. Gallo a partire dalla seconda metà del X secolo. Pittori, intagliatori e maestri vetrai vennero chiamati a decorare la chiesa abbaziale e, accanto alla basilica principale, sorsero numerose cappelle, mentre il complesso monastico e le case antiche vennero racchiusi da un'alta cinta muraria, fortificata con ben tredici torri.

La comunità monastica voluta da san Gallo era quindi in costante crescita, diventava sempre più potente e, come accadeva all'epoca, l'abbazia era anche un grande centro di potere, immerso nella vita politica del tempo. Gli abati di S. Gallo non dimenticarono mai quanto la prosperità dell'abbazia fosse debitrice del sostegno imperiale e, nel corso delle lotte per le investiture – che alla metà dell'XI secolo vide l'imperatore Enrico IV scontrarsi con papa Gregorio VII – e nel conflitto tra papato e impero che si trascinarono per oltre due secoli, scelsero sempre di sostenere e mantenere sotto l'ala protettrice dell'aquila imperiale. Nel XIII secolo l'abbazia e la città omonima divennero un principato indipendente, sul quale gli abati regnarono vaneggiando il titolo di principe del Sacro Romano Impero.

In pieno Medioevo l'abbazia era quindi diventata un centro di potere politico più che un luogo di preghiera e di ascesa spirituale, e questo alimentò piaghe come la corruzione e la libertà nei costumi dei monaci. Inoltre l'onerosa macchina amministrativa, politi-

più tardi, re Ludovico il Germanico assicurò la libera elezione dell'abate, cancellando gli obblighi verso il vescovo di Costanza. Nell'854 la comunità monastica assurse poi al rango di abbazia imperiale. In quegli stessi anni venne avviata la costruzione di una nuova basilica a tre navate dedicata a san Gallo.

La rapida ascesa e il potere sempre maggiore che il monastero andò acquisendo nei primi secoli dalla sua fondazione non furono frutto esclusivamente di un' oculata strategia politico-economica, ma si fondarono anche su una vivace vita culturale. Questa si sviluppò intorno allo *scriptorium* avviato nella seconda metà dell'VIII secolo e alla scuola conventuale nella quale non venivano istruiti solo i monaci della comunità, ma anche numerosi membri dell'élite laica ed ecclesiastica, che, con il crescere del prestigio dell'abbazia, provenivano sia dal territorio locale, sia da aree più lontane.

Dalle sapienti mani dei monaci scrivani e copisti attivi presso lo scriptorio nacquero capolavori ancora oggi conservati presso la biblioteca dell'abbazia, qua-

80

FEBBRAIO MEDIOEVO

MEDIOEVO FEBBRAIO

81

Nella pagina accanto: pagina miniata di un sacramentario raffigurante le Marie al Sepolcro. XI sec. Abbazia di S. Gallo, Stiftsbibliothek. La presenza delle tre donne è attestata da tutti e quattro i Vangeli canonici, ma con alcune differenze tra le diverse redazioni. Dall'insieme dei dati, esse vengono comunque identificate con Maria, madre di Gesù, Maria Maddalena, detta anche Maria di Magdala, e Maria di Cleofa.

ca ed economica in cui nel frattempo S. Gallo si era trasformata richiedeva risorse sempre più ingenti e la difficoltà a reperirle – anche a causa della contrazione del patrimonio fondiario dovuta alla strategia di alienazione, da parte degli imperatori, di beni a favore della nobiltà laica per garantirne la fedeltà – favorì il lento declino del monastero benedettino. Una crisi che coinvolse anche lo *scriptorium*, che, alla soglia del XIII secolo, interruppe la propria attività.

Nuova vita tra le antiche mura

Tuttavia, il monastero di S. Gallo non era destinato a languire e a spegnersi per l'inedia spirituale e culturale in cui stava sprofondando. Agli inizi del Quattrocento, dopo le traversie del secolo precedente – culminate nel trasferimento della sede papale ad Avignone –, iniziarono a spuntare nuovi venti riformatori un po' in tutta la Chiesa. Solo dopo la metà del secolo, però, si poté assistere a una vera e propria svolta per l'abbazia di S. Gallo. Motore del cambiamento fu l'abate Ulrich Rösch (1426-1491), il quale, nei quasi trent'anni trascorsi alla guida del monastero (dal 1463), riuscì a riportarlo agli antichi splendori, riconducendolo sulla retta via di una rigida vita di clausura, illuminata da una grande vitalità culturale, che ruotava intorno alla scuola conventuale e alla biblioteca, che venne riorganizzata e ulteriormente arricchita con nuove opere, tra cui i primi incunabili usciti dalle neonate stamperie. L'abbazia stessa ebbe poi una propria stamperia a partire dalla metà del XVI secolo.

L'attività riformatrice portò una vera e propria sferzata di energia. Tuttavia, la strategia dell'abate Ulrich Rösch per ripristinare il prestigio dell'abbazia sangallese si spinte forse fin troppo oltre, rischiando di decretarne addirittura la fine: convinto che il potere del monastero non potesse essere limitato dal potere secolare della cittadina di San Gallo – con cui era entrato in conflitto per ragioni economiche e fondiarie – Rösch decise di trasferire l'intero cenobio a Rorschach, dove sorgeva un'abbazia da lui stesso fondata. L'abate aveva dalla sua il consenso del papa e dell'imperatore, ma non quello della gente di San Gallo, dell'Appenzello e del Rchental, che insorse e, armi in pugno, sventò il piano di trasferimento. Da allora nessuno più propose di sciogliere il matrimonio che univa il monastero di S. Gallo al suo territorio storico e ancora oggi, dopo

incendi, saccheggi, restauri, ampliamenti, rimaneggiamenti e soppressioni l'abbazia è ancora al suo posto, lungo la Steinach, e lì possiamo ammirarla.

Il tempo si è fermato

All'abbazia di S. Gallo, in un certo senso, il tempo si è fermato al maggio del 1805, quando, a seguito delle campagne napoleoniche, fu decretata la fine del principato abbaziale e sancita la soppressione del monastero. Negli anni successivi la chiesa abbaziale venne elevata a cattedrale e molti degli edifici ripresero vita grazie alle istituzioni religiose e culturali, ma i monaci non tornarono mai più ad abitare le antiche mura, riconosciute Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO nel 1983.

Chi oggi si recchi a S. Gallo alla ricerca del glorioso passato medievale dell'abbazia deve avere la pazienza di andare oltre l'apparenza: l'attuale chiesa e la biblioteca, infatti, sono frutto di un radicale rifacimento, operato tra il 1755 e il 1766. La chiesa abbaziale del IX secolo venne abbattuta per fare spazio al progetto di Gabriel Loser, Johann Caspar Bagnato e Peter Thumb, i quali realizzarono una basilica barocca con doppio campanile e un corpo centrale a cupola, riccamente decorata con un coro ligneo, affreschi e stucchi rococò. Tuttavia, nel *luparium* presso la cattedrale, si possono ancora ammirare alcuni elementi sopravvissuti della chiesa e degli edifici monastici originali, gioielli della scultura di epoca carolingia.

Oggi come nel Medioevo, il vero tesoro di S. Gallo è la Stiftsbibliothek, la biblioteca. Caratterizzata da una magnifica sala barocca, racchiude in sé oltre milleducento anni di storia, con un patrimonio eccezionale di oltre 160.000 volumi, tra manoscritti, incunabili e opere a stampa. I manoscritti più gelosamente conservati sono più di 2.200, tra i quali un *corpus* di circa 500 esemplari di manoscritti carolingio-ottoniani dall'VIII fino all'XI secolo, come il *Codex Aboanus*: opera dell'VIII secolo attribuita ad Arbeo di Frisinga – vescovo e uomo di lettere austriaco dell'epoca – e considerata uno dei più antichi testi in lingua tedesca giunti fino a noi.

Umberto Eco, che per la straordinaria biblioteca immaginata per *Il nome della Rosa* si ispirò proprio alla Stiftsbibliothek di S. Gallo, così scriveva nel suo celebre romanzo: «Il bene di un libro sta nell'essere letto. Un libro è fatto di segni che parlano di altri segni, i quali a loro volta parlano delle cose. Senza un occhio che lo legga, un libro resta segni che non producono concetti, e quindi è morto. Questa biblioteca è nata forse per salvare i libri che contenevano una vita per seppellirli». Al contrario, la Stiftsbibliothek sangallese mantiene vivo l'amore per la cultura che le ha dato vita oltre dodici secoli fa e anzi le consente di entrare nel futuro con il progetto di digitalizzazione dei suoi codici, che viene portato sistematicamente avanti da circa dieci anni a questa parte. ■

MEDIOEVO FEBBRAIO

83

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Italianvola.it Aviation und Reiseblog	12.Februar 2018	Ostern und Frühlingsferien: Gärten, UNESCO Schätze und Wellness	Ideen für den Frühlingsurlaub am Bodensee
LESER Nicht verfügbar	ÄQVIVALENZ Nicht verfügbar	NOTIZ Pressemitteilung Ostern IBT	



Disclaimer Contatti Immagini Saperi in quota Chi siamo Perché Italiavola Viaggiononstop

Unmondodiluoghi



10 FEBBRAIO 2018 ITALIAVOLA

Annunci

Pasqua e ponti di primavera: giardini, tesori UNESCO e cura di sé sul Lago di Costanza

Due notti in camera doppia, colazione e ingresso alle Terme da 105,70€

Viaggiare tra paesaggi incantevoli, scoprire meraviglie alto-medievali targate UNESCO e, per i più motivati, ritornare a casa ringiovaniti e più leggeri grazie a soggiorni benessere che puntano sul movimento o sul digiuno controllato. Nella regione internazionale del Lago di Costanza, tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein, la primavera è un'esplosione di profumi e colori, cornice di vacanze a beneficio del corpo e dell'anima.

L'arte del verde: un viaggio nel tempo tra i giardini del Bodensee

Il Lago di Costanza (Bodensee, in tedesco) è un paradiso per gli amanti dei giardini, e la primavera uno dei periodi più belli per visitarli. Ci sono gli imperdibili classici, come l'Isola di Mainau, in Germania – che apre e chiude seguendo il corso del sole, ed ospita centinaia di migliaia di tulipani e narcisi, dalie e arbusti esotici (www.mainau.de) ; o la Certosa di Ittingen, in Svizzera – oggi anche hotel, centro culturale e museo – per passeggiare tra roseti, vigneti, giardini botanici e frutteti, i cui prodotti, insieme ai latticini e alla birra, sono venduti nella boutique del priore (www.kartause.ch). Ma valgono una visita anche, ad esempio, i sei chilometri di parchi e giardini sulla riva di Lindau, popolata dalle ville e palazzi che la nobiltà e l'alta borghesia

bavarese fecero costruire qui a inizio del novecento, o, a Roggwil, il centro di medicina naturale World of Natural Remedies firmato Alfred Vogel, pioniere della medicina naturale e divulgatore delle proprietà dell'echinacea, e i suoi colorati giardini botanici. Dall'8 al 10 giugno (e in autunno dal 7 al 9 settembre) sul Lago di Costanza si tengono le Lunghe Notti dei Giardini – con spettacoli, simposi, letture, aperitivi e tour guidati dall'alba al tramonto, nella maggior parte dei parchi e giardini del Bodensee (www.bodensee.eu/it/cosa-scoprire/lago-di-costanza-highlights/giardini-lago-di-costanza).

Proposta di soggiorno: Per scoprire i giardini del Bodensee in bici, il tour operator Radweg-Reisen propone un pacchetto che include 5 notti con prima colazione, noleggio bici o e-bike, transfer in traghetto per passeggero e bicicletta, ingressi all'Abbazia e Castello di Salem, all'Isola di Mainau, al Castello Nuovo di Meersburg, al Castello e Parco di Arenenberg/Napoleon Museum e alla Certosa di Ittingen, documentazione e assistenza telefonica hotline 7 giorni a 499€ a persona, in camera doppia (http://www.bodensee.eu/en/book/packages/garden-bicycle-tour-at-lake-constance_package70) Foto: Isola di Mainau, scalinata d'acqua all'italiana, @InselMainau

Tesori UNESCO e patrimonio barocco

Suoni di campane, rondini nell'aria, visite a chiese e abbazie, per un viaggio che porta a rinascere nello spirito – o semplicemente a conoscere e meditare. Fondata nel 724 d. C. in posizione strategica su un'isola del Lago di Costanza, crocevia tra Nord e Sud, l'abbazia di Reichenau (Germania) divenne nell'alto medioevo uno dei massimi centri culturali della cristianità. Oggi tutta l'Isola è patrimonio UNESCO, e la si visita per scoprirne le chiese – con i meravigliosi affreschi sulla vita di Gesù della Chiesa di San Giorgio – e i paesaggi. Bellissimi sono i suoi vigneti e gli orti, che producono circa 12.000 tonnellate di rinomate verdure, da provare nei ristoranti della regione. L'importanza di Reichenau comincia

proprio nel momento della regione, e importanza di patrimonio comincia a declinare quando, nel corso dell'anno mille, cresce per

influenza e potere la vicina abbazia di San Gallo (Svizzera). Anch'essa posta sotto l'egida UNESCO, e di impianto oggi sostanzialmente barocco, l'abbazia include una delle biblioteche più famose al mondo, che conserva 170.000 volumi, di cui 2.000 manoscritti – alcuni di inestimabile valore, risalenti al periodo di massima fioritura del sito. Al fascino dell'abbazia di San Gallo non fu indifferente nemmeno Umberto Eco che, si dice, si ispirò anche ai suoi tesori e al suo impianto per costruire il Il Nome della Rosa. Dal 13 marzo all'8 novembre la biblioteca

di San Gallo ospita una mostra dedicata all'arte amanuense irlandese, dal sesto al nono secolo d.C. (<http://www.stibi.ch/it-ch/informazione/esposizione.aspx>). Oggi, nella località di Messkirch, si può visitare Campus Galli, uno straordinario cantiere dove, d'estate, proseguono i lavori per costruire il "monastero ideale", utilizzando esclusivamente gli utensili – oltre che le vesti e il cibo – conosciuti e usati nel 900 d.C. (www.campus-galli.de). Capolavoro rococò, la basilica di Birnau è ancora oggi meta di frequenti pellegrinaggi; i suoi interni ricercati, ma anche la posizione incantevole che sovrasta i vigneti declinanti verso il lago, valgono sicuramente una visita. La vicina Abbazia e Castello di Salem incanta per l'eleganza e

l'opulenza dei suoi palazzi e della sua chiesa, oltre che per i suoi giardini barocchi di impianto francese. A Weingarten, infine, la basilica di San Martino è la più grande chiesa barocca a nord delle Alpi; chiamata il "San Pietro svevo", conserva, si dice, il santo sangue di Gesù.

Proposta di soggiorno: Il pacchetto "Breve vacanza. Lago di Costanza e Säntis" include 2 o 3 notti con prima colazione inclusa a San Gallo, ingresso all'abbazia e biblioteca di San Gallo, iGuide compresa, carta giornaliera Euregio, per muoversi comodamente con i mezzi pubblici della regione e salita al monte Säntis da 232,5 CHF a persona in camera doppia (http://www.bodensee.eu/prenotare/pacchetti/breve-vacanza-lago-di-costanza-e-santis_package1373).

Remise en forme: movimento, benessere e digiuno
Ritrovare l'equilibrio psico-fisico e un corpo più leggero. Il Lago di Costanza, immerso in una natura incantevole, è una delle destinazioni di prim'ordine in Europa per la cura di sé, il dimagrimento e il digiuno. Il Mettnau è uno dei centri per la terapia del movimento più importanti e di tradizione in Germania. Seguiti da un team di medici, nutrizionisti e allenatori, gli ospiti trovano il loro personale ritmo e le attività più consone. Terapie del benessere e corsi di cucina salutare fanno parte del pacchetto, per tornare a casa rinforzati, sani e motivati (www.mettnau.com). Il metodo Buchinger, praticato presso la lussuosa clinica Buchinger Wilhelmi presso Überlingen, ruota tutto intorno al digiuno terapeutico. La Buchinger Wilhelmi, dove il digiuno controllato è accompagnato da medicina integrativa, fisioterapia, pratiche sportive e

workshop creativi, accoglie ogni anno 5.000 entusiasti da tutto il mondo, tra i quali molte celebrità (www.buchinger-wilhelmi.com). A Dornbirn in Austria, presso la clinica Rickatschwende, dieta e digiuno parziale sono accompagnati, tra le altre cose, da massaggi allo stomaco e impacchi di fieno, in ambienti idilliaci e di design (www.rickatschwende.com). Per chi, invece, sul lago vuole semplicemente distendersi e passare qualche ora, o giornata, tra wellness e relax, ci sono le Terme di Costanza, Meersburg e Überlingen. Affacciate direttamente sul lago, offrono piscine interne ed esterne, trattamenti benessere e saune nella natura, e, per i più romantici, sono aperte anche la sera (www.thermentrio.de).

Proposta di soggiorno: Il pacchetto "Via, alle terme!", dell'hotel K99 di Radolfzell include il soggiorno di due notti in camera doppia con prima colazione "Rooftop", internet gratuito e l'ingresso alle Terme di Costanza a partire da 105,70€ a persona in camera doppia.

(http://www.bodensee.eu/prenotare/pacchetti/k99-radolfzell-via-alle-terme_package1064).