

INTERNATIONALE BODENSEE TOURISMUS

CLIPPINGSÜBERSICHT

Italien

Juni - August 2023

- Guida Viaggi
- È Nordest
- Vanity Fair
- Si Viaggia
- The Whom
- Radio WOW
- La Stampa
- Nascere Mamma
- My Luxury
- 4Outdoor
- Volo scontato
- Italy24.Press
- È Nordest

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Guida Viaggi B2B Reisen und Travel	01.06.2023	Der Bodensee feiert Gemüseärten und Herbarien	Hortolus-Garten auf der Reichenau und die Kräuterwochen bis 19. Juni am westlichen Bodensee
LESER MUV: 200.000	ÄQVIVALENZ 1.200€	NOTIZ Ergebnis Presseaussendung Frühling/Sommer 2023	



HOME CATEGORIE CORPORATE ABOUT HOTEL EVENTI NEWSLETTER VIDEO FOCUS LAVORO

Il Lago di Costanza celebra orti ed erbari



Hortolus di Valfrido Strabone (abate dell'isola monastica di Reichenau sul Lago di Costanza) è il primo poema in versi sull'arte della coltivazione del giardino e risale a 1200 anni fa. I versi sono un'ode agli spazi verdi del monastero, dove crescono ortaggi e piante medicinali. Oggi sull'**Isola di Reichenau**, patrimonio Unesco, si può ammirare una replica dell'orto descritto da Strabone, con le piante curative da lui celebrate. In una **idilliaca cornice verde** con vista sulle Alpi, i visitatori possono scoprire segreti e curiosità di circa **120 erbe medicinali e aromatiche**. Inoltre, fino al 19 giugno, 19 ristoranti proporranno menù che celebrano le erbe aromatiche. (Crediti foto Helmut Scham)

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
E' Nordest Tageszeitung Venetien, online	02.06.2023	Juni rund um die Gärten am Bodensee	Blumen, Gärten und Kräuter am Bodensee: was zu sehen in der VLR am Anfang des Sommers
LESER MUV: 290.000	ÄQVIVALENZ 3.800€	NOTIZ Ergebnis Presseausendung Frühling/Sommer 2023	



Giugno tra i giardini sul lago di Costanza

di Rudy De Pol — 02 Giu 2023 Reading Time: 6 min



View on Lake Constance Bodensee with blue sky and the Alps in background

Visitare i giardini del Bodensee, in italiano Lago di Costanza, equivale a fare un tuffo in un lungo passato, dove epoche diverse hanno lasciato le proprie tracce – dal medioevo al presente, passando per il barocco e il romanticismo. Fondata come monastero nel 1150, la **Certosa di Ittingen** è oggi un centro educativo, culturale e di cura, e al tempo stesso una fattoria autosufficiente dove scoprire la filosofia di vita dei monaci medievali percorrendo quattro percorsi tematici tra orti, vigneti, campi di luppolo e alveari. Gli oltre mille rosai, con alcune delle varietà più antiche di tutta la Svizzera, raggiungono nel mese di giugno il massimo del loro splendore.

Il Lago di Costanza, il convento, il castello e l'isola di Mainau



Un insieme di linee e geometrie caratterizzano la forma del paesaggio barocco presso l'antico **Convento e Castello di Salem**, in Germania, che vanta nel suo grande parco un elegante labirinto, variopinte aiuole ordinate e una preziosa orangerie. Nella cittadina rivierasca di **Meersburg**, il **Castello Nuovo** è immaginato in stile francese su due terrazze, e regala una splendida vista sull'acqua e sui vigneti. La libertà di sagome e il paesaggio naturale del giardino all'inglese si ritrovano invece al **castello di Arenenberg**, rifugio di Ortensia Bonaparte-Beauharnais in esilio, e sull'**Isola di Mainau**, paradiso naturale che ospita rigogliosi giardini e un arboreto, ma anche uno splendido castello barocco, caffè, ristoranti e una casa tropicale per le farfalle.

I giardini del Lago di Costanza



La concezione moderna dei giardini urbani, spazi fruibili da tutti, sostenibili e decorativi insieme che arricchiscono la città e i suoi abitanti, prende forma esemplarmente a **Überlingen**: l'impianto della cittadina è stato ridefinito con l'esposizione floreale e orticola *Landesgartenschau 2021*, che ha portato nuovi spazi verdi, parchi gioco, orti, oasi fiorite e terrazze sull'acqua. Anche il lungolago di **Bregenz**, con i grandi alberi di latifoglie, rododendri e azalee, è un luogo di pace e serenità urbane.



Per chi desidera dare uno sguardo dietro le quinte: numerosi giardini, anche privati, aprono le loro porte durante i due festival estivi "Notti Bianche dei Giardini del Bodensee", quando si potranno visitare alcune delle oasi verdi più suggestive della regione, animate da workshop, presentazioni, musica e letture – dal **2 al 4 giugno** e dal **1° al 3 settembre**.

Risale a 1.200 anni fa il primo poema in versi sull'arte della coltivazione del giardino



Si chiama *Hortolus* e fu composto da Valfrido Strabone, poi abate dell'Isola monastica di Reichenau sul Lago di Costanza. I versi di Strabone sono un'ode agli spazi verdi del monastero, dove crescono gli ortaggi per la tavola e le piante medicinali per curare il corpo. Oggi sull'**Isola di Reichenau**, patrimonio UNESCO, si può ammirare una replica dell'orto descritto da Strabone, con le piante curative da lui celebrate. Un viaggio nel mondo della naturopatia si intraprende a **Rogwill**, nei giardini dell'azienda **A. Vogel**, fondata dall'omonimo pioniere svizzero della cura attraverso le piante. In una idilliaca cornice verde con vista sulle Alpi, i visitatori possono scoprire segreti e curiosità di circa 120 erbe medicinali e aromatiche. Il centro dispone anche di ristorante, drogheria, bookshop, ed offre visite guidate di gruppo.

Il Lago di Costanza e le erbe aromatiche



A Vaduz si riflette sulla sostenibilità con l'**Ernährungsfeld**, dove saperne di più sulle necessità alimentari del Principato del Liechtenstein rapportate alla disponibilità di superficie coltivabile, in un'ottica di autosostentamento che tiene conto dei delicati equilibri dell'agricoltura di montagna. Qui, su una superficie che equivale a circa due campi di calcio, crescono piante e ortaggi del territorio, che possono anche essere acquistati sul posto. E il **Lago di Costanza Occidentale** celebra le erbe aromatiche con **settimane dedicate: fino al 19 giugno**, 19 ristoranti del territorio propongono menù a base di rosmarino, basilico, melissa e affini – per degustare, ad esempio, formaggi alla crosta di timo, cordon bleu al pesto di aglio orsino e sorbetti al tarassaco.

L'amore per il giardino



L'amore per il giardino, inteso come luogo di pace e bellezza, ha accomunato nel XIX secolo molti aristocratici che hanno vissuto sul Lago di Costanza – fra tutti, anche il futuro imperatore dei francesi Napoleone III e il principe austriaco Nicola II. Esterházy. Ai „Principi Verdi” del Bodensee diverse località del territorio dedicano quest'anno mostre speciali ed eventi. Luigi Napoleone Bonaparte visse in esilio con la madre Ortensia nel **castello di Arenenberg**, in Svizzera, con splendido giardino affacciato sul lago, e fin da piccolo era avvezzo a sporcarsi le mani con piante e fiori.

Dalla fine di aprile il **Napoleonmuseum**, adiacente al castello, dedica una mostra speciale ai parchi che Luigi Napoleone, una volta adulto, volle far coltivare e costruire sul Lago di Costanza, ma anche in Scozia e a Parigi. Fu proprio attraverso l'interesse per il paesaggio che Luigi Napoleone entrò in contatto con il principe Nicola II. Esterházy, anch'egli un entusiasta del verde. Esterházy acquistò, nel 1827, l'**Isola di Mainau**, dove amava circondarsi di personalità brillanti e sofisticate con le quali confrontarsi sui temi dell'arte, della cultura e dei giardini. Alcune delle modifiche e delle piante portate sull'Isola dal principe sono ancora oggi visibili.

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Vanity Fair Lifestyle, Current Affairs wöchentliche Zeitung – online Version	03.06.2023	Sommer 2023: die schönsten Reisen in die Welt	Urlaub in der Natur am Bodensee, in Deutschland, Österreich, in der Schweiz und Liechtenstein
LESER 366.000 daily users	ÄQVIVALENZ 9.800€	NOTIZ One-to-one Kontakte und Presseausendung Frühling/Sommer 2023	

VANITY FAIR



VACANZE

Estate 2023: i viaggi più emozionanti in tutto il mondo

Secondo una ricerca di Skyscanner la maggior parte degli Italiani non ha ancora prenotato le vacanze estive. Ecco alcune offerte e idee fuori dai nostri confini: dalla Grecia alla Spagna fino all'Africa e all'Asia

DI CAROLINA SAPORITI
3 GIUGNO 2023

Gli Italiani sono un popolo di viaggiatori... *last minute*. Abbiamo allora raccolto alcune idee per le vacanze estate 2023, fuori dall'Italia (**qui trovati i nostri consigli estivi per chi vuole rimanere nel nostro Paese**). Che gli Italiani prenotino all'ultimo è emerso da un sondaggio condotto da Skyscanner secondo il quale l'**88% degli Italiani ha in programma di partire quest'estate, ma oltre la metà (52%) deve ancora prenotare il proprio viaggio estivo**. Tra coloro che devono ancora prenotare, la metà (51%) ha dichiarato di stare ancora decidendo le date, mentre il 24% sta aspettando di trovare l'offerta migliore.

Per aiutare gli italiani a risparmiare fino al 35% sul costo dei voli per le proprie vacanze in famiglia, Skyscanner ha lanciato la nuova versione estiva del **Savings Generator**, che consente agli utenti di **individuare la settimana più economica dell'estate per viaggiare verso le rotte più popolari**.

Nella gallery le proposte e offerte per le vacanze estive 2023.

VIDEO



Il corto, creato con L'IA, che celebra il 170° anniversario dell'iconica Bee Bottle di Guerlain



HELMUTH SCHAM

Vacanza nella natura tra Svizzera, Austria, Germania e Principato di Liechtenstein

Grazie a un clima favorevole e a una natura fertile, per secoli **nella regione del Lago di Costanza (Bodensee) si sono coltivate piante, erbe e fiori, dando vita a meravigliose oasi di verde**. Conventi medievali con orti ed erbari, parchi barocchi, giardini all'inglese e nuove configurazioni urbane: questo territorio tra Svizzera, Austria, Germania e Principato di Liechtenstein è un paradiso per chi ama l'arte del paesaggio. Gli appuntamenti dell'estate 2023 includono le **"Notti Bianche dei Giardini del Bodensee"**, dall'1° al 3 settembre, e le celebrazioni dei **"Principi Verdi"**, con mostre temporanee al castello di **Arenenberg**, in Svizzera, e sull'Isola di Mainau, in Germania. Visitare i giardini del Bodensee equivale a fare un tuffo in un lungo passato, dove epoche diverse hanno lasciato le proprie tracce.

Info: www.bodensee.eu

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
SiViaggia Reisemagazin, online	03.06.2023	Wohin fuer den Urlaub im Sommer: 10 Destinationen	Lindau am Bodensee
LESER 154.563 daily users	ÄQVIVALENZ 4.500€	NOTIZ Weiteres Ergebnis Gruppenreise 2021,	



Dove andare in vacanza a giugno 2023: 10 mete

1 Giugno 2023 16:30

Fonte: iStock

A
ASSISTENZA

+

B
MAGGIO

COLUMBUS ASSICURAZIONI

1 di 10

L'estate è alle porte e finalmente è tempo di programmare quel viaggio tanto sognato. Per aiutarvi nella scelta della destinazione perfetta per questo periodo, abbiamo selezionato **10 mete dove andare in vacanza a giugno 2023**. Iniziamo da **Paros**, tra le perle più belle e amate della Grecia, un sogno lambito dalle placide acque dell'Egeo. Quarta isola in ordine di grandezza dell'arcipelago delle Cicladi, si distingue per il paesaggio roccioso e granitico, puntellato di cave di marmo bianco. Con **oltre 100 chilometri di costa** e acque limpidissime, è l'ideale per chi cerca tranquillità e scenari selvaggi. (In foto, spiaggia del villaggio di Naoussa, sull'isola di Paros)

Lindau, atmosfere da fiaba in Baviera

1 Giugno 2023 16:30



Fonte: iStock

9 di 10



La città di **Lindau** incanta in ogni stagione i suoi visitatori con il **Lago di Costanza** e una campagna verdeggiante a fare da cornice e atmosfere da fiaba. Il centro storico di questo gioiello della Baviera, sorge sull'omonima **isola**, collegata al continente tramite un ponte stradale e uno ferroviario, ed è costellato di edifici secolari, piazze vivaci e pittoresche stradine, cui fanno da sfondo le Alpi con le loro splendide cime.



ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
The Wom Frauenzeitschrift, online	06.06.2023	Konstanz: was zu tun und sehen auf einem Tag	Die Highlights von Konstanz am Bodensee und die Insel Mainau
LESER 454.918 daily users	ÄQVIVALENZ 9.500€	NOTIZ Diverse	

WOM Travel

Germania

COSTANZA, COSA FARE E VEDERE IN UN GIORNO

06-06-2023
PAOLA TOIA

SFOGLIA

© Shutterstock

Costanza (Konstanz) è una città tedesca che si trova nella parte meridionale del Paese, nella regione chiamata **Baden-Württemberg**.

Questa splendida località sorge sulle sponde del **lago Bodensee** (in italiano è semplicemente il lago di Costanza), un bacino di origine alpina che si trova al confine tra Germania e Svizzera.

Gran parte del territorio di Costanza è costituito da una penisola che si estende all'interno del lago e delimitata a sud dal fiume Reno.

Proprio il grande fiume bagna anche la città vecchia e il centro vero e proprio di Costanza che è – a tutti gli effetti – una città circondata dall'acqua.

COSTANZA



Costanza

La posizione geografica, la sua morfologia, la bellezza naturale che la circonda, l'architettura dei suoi monumenti e un centro storico suggestivo fanno di questa città tedesca una delle mete più interessanti e frequentate della **Germania meridionale**.

Una vacanza a Costanza è il momento ideale per rilassarsi, passeggiare lungo le rive del lago, passare dei momenti a stretto contatto con la natura e visitare una città dai tratti molto caratteristici, con riferimenti storici e culturali ben visibili nel suo centro storico perfettamente conservato, vivo e ricco di attrazioni da visitare.

COSA VEDERE A COSTANZA



Costanza

Tra le cose che non possono mancare durante una vacanza a Costanza c'è sicuramente la sua **Cattedrale**, la chiesa più celebre e antica della città tedesca.

Fu costruita intorno al 1052 sulle rovine di un'antica cattedrale e può contare anche su una torre in stile neogotico molto suggestiva.

La **statua "Imperia"** è uno dei simboli di Costanza ed è una delle attrazioni principali da vedere per chi arriva a Costanza.

Si trova all'ingresso del porto cittadino ed è stata costruita per commemorare il famoso Concilio di Costanza l'assemblea ecclesiastica più importante del Medioevo.

La statua è stata costruita in cemento ed è alta circa 9 metri. Si trova su un piedistallo che ruota attorno a sé stesso in modo automatico ogni 4 minuti e raffigura una donna che – in piedi – tiene sulle proprie mani due uomini nudi: il papa Martino V, eletto proprio durante il Concilio e l'imperatore Sigismondo, l'organizzatore del Concilio.

La **Schnetztor** è una fortificazione che si trova a Costanza, una delle tre ancora in piedi e costruita per difendere la città durante il periodo medievale.

È uno dei simboli della città tedesca e costituisce l'estremità meridionale della città vecchia sin dalla sua costruzione, alla fine del XIV secolo. La sua facciata a graticcio, con le travi a vista, fa della Schnetztor e del suo tetto a strati di colore grigio uno dei luoghi più frequentati e fotografati della città.

Non solo la Schnetztor, tra le strutture della vecchia Costanza da visitare c'è anche la Reinthor, una delle vecchie porte della città, trasformata oggi in museo del **Carnevale**.

A fianco alla porta Reinthor si trova anche un suggestivo ponte passa sopra il fiume Reno delimitando il centro storico di Costanza e rappresenta uno dei punti più panoramici della città tedesca, con una vista molto interessante sul quartiere adiacente, con dei meravigliosi palazzi in stile liberty.

Marktstätte, la piazza del mercato di Costanza, è una delle più vive e accoglie ogni giorno abitanti e visitatori.



Marktplatz

Al centro della Marktplatz si trova la famosa "fontana dell'Imperatore", una suggestiva struttura costituita da un obelisco e da 4 diverse parti su cui sono raffigurati – con 4 diverse statue – altrettanti imperatori tedeschi di diverse dinastie.

Le statue originali, di bronzo, furono smantellate durante la Seconda guerra mondiale e sostituite solo nel 1990 con delle nuove opere realizzate da Gernot Rumpf, famoso scultore tedesco.

Le **Maldive a Costanza**? Impossibile? Forse no! È chiamata proprio così, infatti, la piccola ma affascinante **isola-giardino di Mainau**, situato all'interno del lago di Costanza e collegata alla terraferma da una strada.



Mainau

La fama è dovuta alle sue acque basse che circondano l'isoletta e ricordano da vicino un atollo maldiviano, creando una sorta di effetto "barriera corallina" davvero sorprendente.

Per arrivare a Mainau basta prendere un autobus dal centro di Costanza. Mainau è poco abitata e ricchissima di parchi con una ricchissima flora e fiori bellissimi: la meta ideale per una pausa di totale relax durante una vacanza a Costanza.

Chi è alla ricerca di relax a Costanza può anche fare rotta verso le terme cittadine, situate sulle sponde del lago.

Il centro termale e saunistico Bodensee-Therme Konstanz, infatti, è un'oasi di pace e tranquillità, con piscine (anche all'aperto), saune, zona massaggi e un ristorante dove assaggiare anche le specialità locali su una spettacolare terrazza vista lago.

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Radio WOW Rundfunk, Webseite	09.06.2023	Urlaub Sommer2023: wohin gehen in Europa und in die Welt	Urlaub in der Natur am Bodensee, in Deutschland, Österreich, in der Schweiz und Liechtenstein
LESER MUV: 28.000	ÄQVIVALENZ 1.000€	NOTIZ Diverse	



Vacanza nella natura tra Svizzera, Austria, Germania e Principato di Liechtenstein

Grazie a un clima favorevole e a una natura fertile, per secoli nella regione del Lago di Costanza (Bodensee) si sono coltivate piante, erbe e fiori, dando vita a meravigliose oasi di verde. Conventi medievali con orti ed erbari, parchi barocchi, giardini all'inglese e nuove configurazioni urbane: questo territorio tra Svizzera, Austria, Germania e Principato di Liechtenstein è un paradiso per chi ama l'arte del paesaggio. Gli appuntamenti dell'estate 2023 includono le "Notti Bianche dei Giardini del Bodensee", dall'1° al 3 settembre, e le celebrazioni dei "Principi Verdi", con mostre temporanee al castello di Arenenberg, in Svizzera, e sull'Isola di Mainau, in Germania. Visitare i giardini del Bodensee equivale a fare un tuffo in un lungo passato, dove epoche diverse hanno lasciato le proprie tracce.

Info: www.bodensee.eu

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
La Stampa Nationale Tageszeitung	29.06.2023	Märchen und Schloesser, Wein und romantische Atmosphären: die thematischen Straßen auf 2 oder 4 Raeder in Deutschland	Die Märchen, Wein- und romantische Straße in Deutschland, auch Lindau und dem Bodensee entlang
LESER 776.292 daily users	ÄQVIVALENZ 2.600€	NOTIZ Diverse	

MENU

CERCA

LA STAMPA

IL QUOTIDIANO

ABBONATI

ACCEDI

Sei qui: Home > Viaggi >

f

t

e

Fiabe e castelli, vino e atmosfere romantiche. Su quattro o due ruote lungo le “Strasse” tematiche della Germania

MARCO BERCHI

29 Giugno 2023 alle 12:00 | 2 minuti di lettura

ABC
PR-CONSULTING
communication & marketing


LAGO DI COSTANZA
BODENSEE®

L'ampiezza del Paese e la buona qualità del reticolo stradale e autostradale fanno sì che una vacanza in auto o in moto o in camper in Germania prometta buone soddisfazioni per noi italiani; sia che si viaggi con il proprio mezzo sia che si atterri in un aeroporto o si sbarchi in una stazione ferroviaria — i collegamenti sono frequenti e comodi — e si proceda con un mezzo a noleggio.

[[gele.Finegil.Image2014v1) Justistaler-Chasteilet, le campionesse del formaggio_foto E 1]]

Per costruire il proprio itinerario ci si lascia di solito ispirare dai propri interessi e dalle città o dalle regioni che più colpiscono o incuriosiscono ma la Germania offre una chance in più: un consolidato e in alcuni casi storico "pacchetto" di itinerari disegnati appositamente per i turisti. È il pacchetto delle "Strasse", ciascuna costruita su una tematica ben definita, con lunghezze molto diversificate e, ovviamente, con la possibilità di percorrerne solo dei tratti e/o di passare da un itinerario all'altro. Diciamo subito, allora, [che il sito di riferimento è questo](#), ahinoi, solo in inglese, francese, spagnolo e tedesco ma si rimedia dato che molti siti specifici sono in italiano.



I musicanti di Brema, protagonisti dell'omonima fiaba (© WFB Bremen Carina Tank)

La più famosa è senza dubbio la [Romantische Strasse](#). Va da Würzburg a Füssen e ha tra gli highlights il castello di Neuschwanstein, come pochi altri dal carattere davvero fiabesco.

E proprio sul tema delle fiabe non poteva mancare una Strasse ad hoc, la Strada delle Fiabe, lunga ben 600 km, da Hanau, paese dei fratelli Grimm sino alla Brema dei "musicanti" passando dalla Hamelin del Pifferaio e toccando boschi, rovine e castelli.

Un classico immancabile nel paesaggio europeo sono le Strade del Vino. Quella tedesca è antica (1935), molto breve — solo 85 km — e si snoda nel Palatinato, dalla Porta tedesca del vino a Schweigen-Rechtenbach, sul confine francese, fino a Bockenheim. Oltre alle degustazioni di Riesling non mancano le curiosità, come il Dürkheim Barrel, il barile più grande del mondo (1,7 milioni di litri).

Abbiamo già incontrato il famosissimo castello di Neuschwanstein che ovviamente non è l'unico e infatti c'è una Strada dei Castelli. Ne tocca addirittura 60, nei 780 km da Mannheim a Praga, in Cechia, permettendo di esplorare diversi siti Unesco e veri e propri santuari culturali come la Margravia Opera House di Bayreuth.



Case a graticcio a Alsfeld

Dai castelli a un edificio tipico della cultura del centro Europa, la casa a graticcio. [Anche qui, un itinerario](#) permette di collegare oltre 100 villaggi e città in cui questa particolare tipologia di case è stata ben conservata o ricostruita se si pensa che il totale delle case a graticcio in Germania ammonta a circa 2,5 milioni. Difficile, infatti, percorrere tutta questa "strada", lunga quasi 5mila km.

Concludiamo con altre architetture, [quelle montane della Deutsche Alpenstrasse](#), particolarmente amata dai motociclisti per i suoi tratti sinuosi e panoramici. Si parte da Lindau, sul Lago di Costanza e si arriva a Schoenau am Koenigssee nei pressi di Berchtesgaden dopo aver ammirato laghi, castelli, vallate e pascoli alpini oltre alla vetta più alta della Germania, la Zugspitze.

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Nascere Mamma Familienzeitschrift, Mutterschaft	Juli 2023	Bodensee, ein grüner und blauer Urlaub	Einer ideale Urlaub fuer die Familie an der Deutschen Kueste des Bodensees, mit Sport, Natur, Kultur und Genuss
LESER 32.000	ÄQVIVALENZ 15.000€	NOTIZ Diverse, DZT Italien Aktion	

IN VIAGGIO



Lago di Costanza

Una vacanza bike&green

di Laura Sciolla

Per chi ama la natura, per chi sogna di librarsi sopra le nuvole e poi tuffarsi nelle limpide acque di un lago, unendo storia, cultura e paesaggi verdeggianti. Tutto all'insegna di un turismo lento e responsabile, preferibilmente su due ruote. Benvenuti al Bodensee

«Respira a pieni polmoni, che ti fa bene». Quante volte le mamme si trovano a ripetere questa frase. E quante volte la ripeteranno, attraversando i magnifici boschi e gli interminabili prati che attorniano il Lago di Costanza. Ma andiamo per gradi. Dall'Italia, la via più rapida per

raggiungere le sponde del Lago di Costanza (Bodensee in tedesco) è attraversare la dogana di Chiasso Brogeda, passare per l'autostrada svizzera (da ricordare la vignetta annuale per il pedaggio, acquistabile in frontiera) e costeggiare il Liechtenstein, per poi, dopo qualche chilometro di tratta in Austria, venir

subito accolti da una distesa di coltivazioni di frutta, fragole, pesche e mele, a conferma della mitatezza del clima sul lungolago. Dopo il lungo viaggio, una pausa è un'ottima idea prima di arrivare in hotel. Perfetta è quindi la scelta del Museo Zeppelin come prima fermata: si trova a Friedrichshafen,



Museo Zeppelin



Museo Zeppelin



Parco giochi a Costanza

proprio sul lago, e offre un racconto accurato e coinvolgente della storia del dirigibile (siamo negli anni '30). Grandi e piccini scopriranno che la Germania ne costruì in tutto 119, prima di abbandonare la produzione, 93 dei quali realizzati proprio qui; che un dirigibile poteva arrivare a Rio de Janeiro in meno tempo di una nave e percorrere più chilometri di un aereo di allora; che i macchinisti si davano il cambio direttamente in aria... I visitatori potranno anche passeggiare all'interno di una sezio-

ne del dirigibile a misura reale. Per arrivare a Costanza, il centro urbano più popoloso della zona che dà nome al lago, scegliamo di seguire il perimetro di quest'ultimo, per assaporare l'esplosione della natura che lo attorna (in alternativa, come vedremo, c'è la linea di traghetti che attraversa il lago). Costanza è una bella città di 85mila abitanti, con tanta storia (qui fu siglato il patto di Costanza nel 1183), magnifici palazzi medioevali e belle aree verdi. Ai bambini piaceranno la fontana

imperiale, decorata con tanti animalletti in bronzo e, accanto, il cavallo a 8 zampe, in Marktstrasse, e la recente statua Imperia (datata 1993, opera dello scultore Peter Lenk) posta sul molo all'ingresso del porto, che provocatoriamente ricorda il Concilio. Esiste poi una caccia al tesoro che i bambini potranno tentare attraversando il centro storico col nasino all'insù (la mappa si trova negli Uffici del Turismo presso il porto). Da non perdere il parco giochi vicino alla ex cattedrale di Nostra Signora.

In bicicletta sull'isola

Partendo da Costanza, anche l'isola di Reichenau è visitabile in bici. Altro sito UNESCO, l'isola più grande del Lago di Costanza (ma raggiungibile comodamente su ruote percorrendo una strada rialzata delimitata da alti pioppi) è famosa per le chiese, i campi di ortaggi e vigneti, il piccolo ma ricco museo che ripercorre storia, usi e costumi dell'isola. I bambini adoreranno l'ultimo piano dedicato alla fauna del luogo.



Isola di Reichenau

È giunto ora il momento di attraversare "orizzontalmente" il lago: un traghetto ogni quarto d'ora, 1,5 minuti di navigazione, circa 13 euro a tratta per l'auto, 2,5 euro a persona, ed eccoci a Meersburg, stupenda cittadina medioevale. Una passeg-

giata sul lungolago e poi tutti verso la collina, per ammirare il castello antico e quello nuovo, i tanti caffè tipici e lo storico negozio di giochi antichi Omas Kaufhaus, proprio davanti al famoso Hotel Löwen. Da qui, affittare una bicicletta è il modo migliore per

immergersi nella bellezza naturalistica della regione: i bambini si possono accomodare sui seggiolini o nel rimorchio (dove è più comodo fare un sonnellino); i genitori possono scegliere la bici muscolare oppure elettrica, tutti i rent a bike ne sono forniti.



Meersburg



Castello nuovo di Meersburg

La rete di piste ciclabili è ampissima: in soli 20 minuti, per esempio, si arriva al Pfahlbauten, il **Museo delle Palafitte**. Sarà molto divertente e istruttivo, per i bambini, capire come vivevano le popolazioni nell'Età della Pietra e del Bronzo, una scoperta che è cominciata nel

1922 grazie all'esplorazione di villaggi sommersi dall'acqua. Il sito è Patrimonio dell'UNESCO ed è accessibile anche col passeggino. Dopo la visita, il nostro consiglio prevede una **pausa con gelato italiano al bar Il Pavillone** e un po' di gioco nell'avventuro-

so parco giochi a tema palafitte. Proseguendo, e attraversando i boschi e i vigneti della zona, ci si può imbattere, per mamma e papà, in interessanti cantine locali, per i bambini, in maestose cicogne che qui sono solite nidificare ogni anno.



Museo delle Palafitte



Laboratorio al Museo delle Palafitte

Ultima tappa "obbligatoria" per una vacanza a contatto con la natura è la visita alla riserva **Wollmatinger Ried-Untersee-Gnadensee**, tra i laghi superiore e inferiore e il fiume Reno. È la più grande riserva naturale del lago di Costanza: 600 specie di piante, 290 specie di uccelli e vari mammiferi, anfibi e insetti trovano qui un habitat

importante, tutto da scoprire con le **guide del NABU**. Il tour più lungo dura circa 3 ore e passa dal punto di osservazione (fondamentali scarpe impermeabili ai piedi e bambini negli zaini porta bimbo), ma anche il giro breve di 1 ora circa, **sulla strada sterrata percorribile a piedi** col passeggino o in bici, è occasione per ammirare i cervi, le mucche

scozzesi, le cicogne, le farfalle, i rapaci e i segni lasciati sui tronchi dai castori. **Con passione e pazienza le guide**, anche in lingua italiana, faranno scoprire ancor più nel dettaglio la bellezza incontaminata di questi luoghi.

Per informazioni:
www.bodensee.eu
www.germany.travel



Riserva Wollmatinger Ried-Untersee-Gnadensee

Dove dormire

Ko'Ono Hotel&Restaurant

Per restare in tema di sostenibilità, l'hotel Ko'Ono rappresenta al meglio il concetto di ospitalità green. Ogni tipo di carta usata in albergo è riciclata; si chiede agli ospiti di annullare, tramite il tablet fornito in camera, la pulizia della stanza se non necessaria; tutti gli ingredienti impiegati in cucina sono a chilometro zero. Non manca l'attenzione alle famiglie, con un'area giochi e un'ampia terrazza all'aperto per quanto riguarda la zona ristorante, e con varie camere family, in cui i bambini potranno trovare anche un piccolo canestro da basket. A 10 minuti dal centro di Costanza.



Hotel Ko'Ono



Hotel Ko'Ono

Dove mangiare

Café am Kloster

Sulla verdeggiante Isola di Richenau, questo caffè (aperto dalla mattina fino alle 17) è un vero angolo di paradiso. Tutti i piatti sono preparati con ingredienti biologici e le ricette sono interamente home made, comprese le squisite torte alla frutta. I bambini ameranno il giardino contornato da nuvole di fiori e i favolosi fusilli al pesto, fatto in casa, ovviamente, dalla signora Schleifer.



Café am Kloster

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Myluxury Lifestyle, Mode und Reisen, online	14.07.2023	Die schönsten Destinationen in Europa, um den August auf den Bergen zu verbringen	Das Fürstentum Liechtenstein fuer einen Urlaub in der reinen Natur
LESER MUV: 22.000	ÄQVIVALENZ 1.800€	NOTIZ Diverse	

MYLUXURY

Europa

Le 4 più belle Mete Europee per trascorrere il tuo agosto in Montagna



Laura Sandroni
SEO Editor
Esperta di Beauty, Lifestyle e Viaggi

28/07/2023

Viaggio in Europa per vivere un'estate 2023 da sogno e un agosto in montagna in una delle location europee più belle e dai paesaggi mozzafiato.



VIAGGI

Vacanze d'Agosto: 5 destinazioni
Estere in cui prenotare subito!



VIAGGI

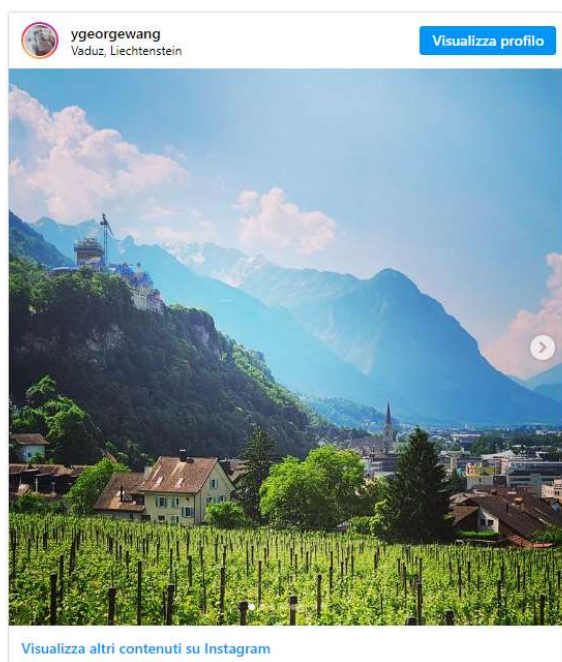
Toscana, 4 Cascate e Piscine
Naturali da scoprire questa Estate

C'è chi ama il mare e chi, invece, non può resistere al fascino assoluto degli immensi e verdi paesaggi della montagna. Una destinazione che non ha stagione e che, anche durante l'estate, spinge moltissimi viaggiatori a organizzare le proprie vacanze nelle **zone di montagna più rinomate e suggestive d'Europa**. Location uniche, circondate dalla natura e che coinvolgono ogni senso in esperienze davvero eccezionali, facendovi vivere un **agosto in montagna** da sogno in una delle località europee più belle.

Mete che, una volta visitate, non potrete fare a meno di vivere più e più volte, immergendovi totalmente nel fascino assoluto di questi **luoghi da sogno**, dei borghi che li caratterizzano e delle stupende montagne che li incorniciano e custodiscono come tesori di cui è impossibile non innamorarsi.

- Kitzbühel, una bellezza austriaca da scoprire
- Agosto in montagna al Principato del Liechtenstein
- Agosto in montagna alla scoperta del Trentino
- Viaggio in Francia, nella Valle di Chamonix

Agosto in montagna al Principato del Liechtenstein



Altra meta perfetta in cui trascorrere uno strepitoso agosto in Montagna, poi, è il **Principato del Liechtenstein**, una terra carica di bellezze, storia e paesaggi naturali da sogno. Una location che vale la pena scoprire, magari proprio organizzando un viaggio estivo all'insegna della bellezza e a spasso nel tempo nella sua capitale, **Vaduz**. Una suggestiva cittadina alpina, sita sulla riva destra del fiume Reno. Una perla di rara bellezza, che custodisce il suo Castello omonimo, simbolo della città e del Paese intero.

Un edificio dall'architettura unica, costruito sulla cima di una collinetta che sovrasta la città e circondato dalle **bellissime e verdeggianti montagne** di questo luogo fiabesco in cui vivere emozioni intense e attimi di vera meraviglia e che vale la pena scoprire durante il vostro viaggio d'agosto in Montagna.

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
4Outdoor Sport und Outdoor Zweimonatliche Zeitschrift	Juli/August 2023	Der Bodensee: die blaue Perle, die vier Länder vereinigt	Destination Bergen und Natur in der Bodenseeregion: St. Gallen, das Fürstentum Liechtenstein, Bregenz und die Mettnau
LESER 38.000	ÄQVIVALENZ 22.500€	NOTIZ Individuelle Pressereise Juni 2023	

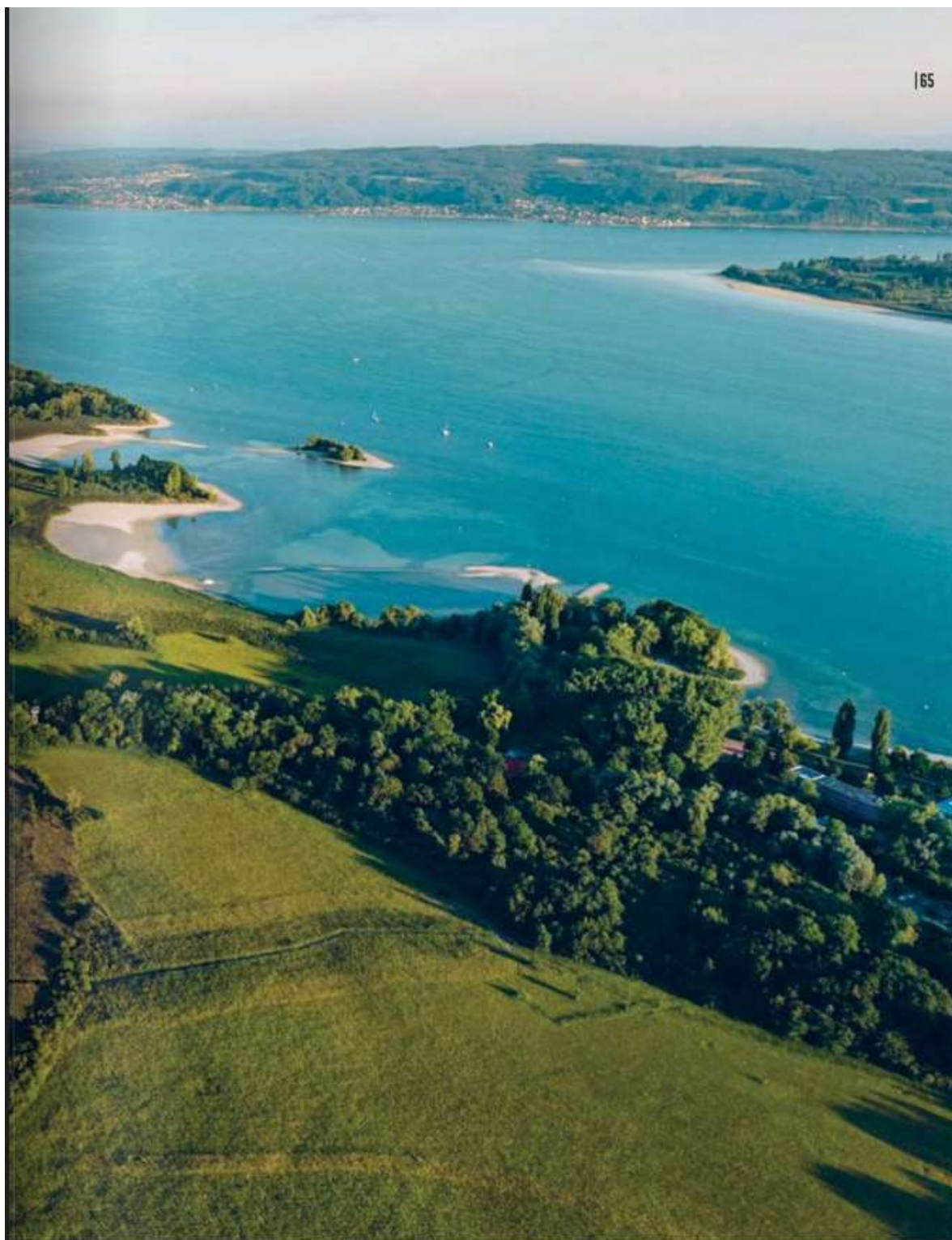


LAGO DI COSTANZA

LA PERLA BLU CHE UNISCE QUATTRO PAESI

A CURA DI: ELENA CASOLARO
FOTO: COURTESY UFFICIO STAMPA LAGO DI COSTANZA

*Inizio a camminare a pochi passi dal
centro, per trovarmi quasi subito...
fuori strada, sul sentiero Fürstensteig.*



LAGO DI COSTANZA TRA OUTDOOR E CITTÀ

Fuori dai finestrini del treno, da diverse ore scorrono prati verdissimi, pascoli con le loro mandrie di bestiame, qualche picco innevato. Mi sto addentrando nel bel mezzo dell'Europa, verso la Regione dei Quattro Paesi del Lago di Costanza: questa è infatti racchiusa tra Germania, Austria, Svizzera e principato del Liechtenstein. Tutta l'area è dominata dal lago, punto di riferimento che appare in tutti gli scorci: nelle diverse prospettive, più o meno distante, il Lago di Costanza sarà il compagno fedele di questo viaggio.

Il mio tour della Regione parte da San Gallo (Svizzera), per arrivare a Bregenz, sulla

sponda austriaca del lago, passando per il Liechtenstein. Si tratta di un viaggio alla ricerca del trekking più panoramici e delle migliori viste sul lago, ma potevo perdersi i borghi tradizionali e la cucina locale?

SAN GALLO: LA CITTÀ DEGLI SCALINI

La prima tappa del mio viaggio è la cittadina svizzera di San Gallo. Arrivo di sabato pomeriggio, in piena atmosfera da fine settimana, con artisti di strada a riempire di musica ogni angolo. Capisco subito perché questa è la città degli scalini: si trova ai piedi di una collina con vista sul Lago di Costanza. La cima si guadagna tramite rampe di scale sparse ovunque; a San Gallo in totale si

***Mi stupisce il fatto
che il sentiero sia
molto frequentato:
nonostante sia
esposto, con catene
e scalette, non
mancano i bambini
e le famiglie.***



© Kevin Wildhaber



© Christiane Setz



© Kevin Wildhaber



contano 13.000 scalini. Mi armo di buone intenzioni e inizio a salire: in cima alla collina si trovano tre laghetti, che un tempo erano la riserva idrica cittadina e adesso sono utilizzati come piscine all'aperto nella stagione calda. In discesa passo per la gola Mülenenschlucht, dalla quale l'acqua scorre giù nella valle. La leggenda narra che qui San Gallo sarebbe inciampato e caduto tra le spine, avrebbe interpretato l'incidente come un segno divino e costruito un eremo (il monastero benedettino di San Gallo) da cui è nata la città.

LIECHTENSTEIN TRAIL

Il principato del Liechtenstein è la monarchia più piccola delle Alpi, e c'è un sentiero che lo attraversa da cima a fondo: è il Liechtenstein Trail. Questo percorso, con i suoi 75 km tra montagne, castelli e campi verdi, dà un assaggio dell'atmosfera di questo Principato, di cui si sente parlare molto di rado. Io ho percorso una tappa giornaliera del Liechtenstein Trail, facendo un anello con partenza e arrivo nella città di Vaduz, capitale del Liechtenstein. Si tratta di una città incastrata nella Valle del Reno, con montagne a sormontarla da entrambi i lati. Inizio a camminare a pochi passi dal centro, per trovarmi quasi subito... fuori strada, sul sentiero Fürstensteig. Si tratta di un sentiero vertiginoso ma ben attrezzato (almeno rispetto ai suoi cugini dall'altro lato delle Alpi) che si stacca dal percorso del Trail per raggiungere la vetta dell'Hellwangspitz. Mi stupisce il fatto che il sentiero sia molto frequentato: nonostante sia esposto, con catene e scalette, non mancano i bambini e le famiglie.

Approfitto dell'involontaria deviazione per continuare il trekking fino in cima e godermi il panorama sulla Valle del Reno. L'ambiente quassù è arcigno, il calcare si è sbizzarrito in guglie e torrioni che contrastano con la dolcezza dell'ampia valle sullo sfondo.

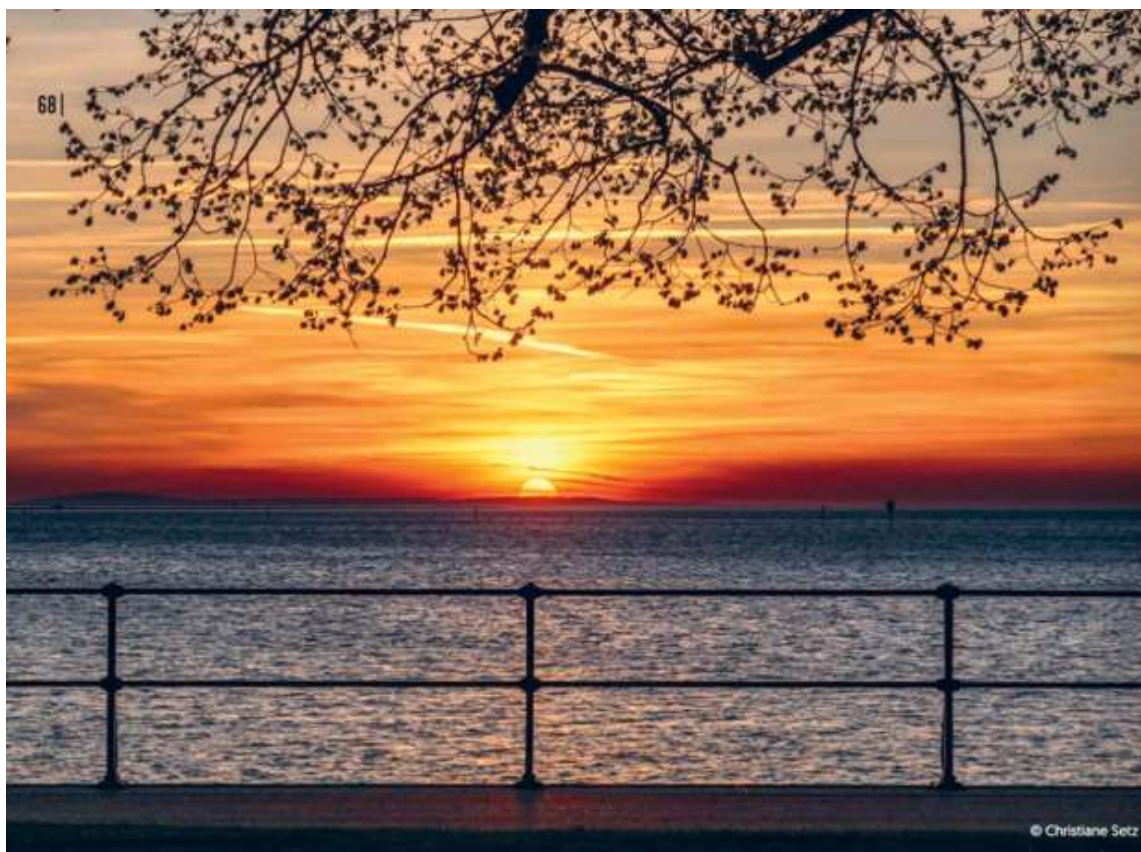
Il cielo si annuvola e mi costringe ad aumentare il passo in discesa, per ricollegarmi al Liechtenstein Trail e completare l'anello passando per le rovine del castello Wildschloss, eretto nel 12esimo secolo, e il cui nome significa "castello nella landa selvaggia".

Chiudo la giornata gustandomi il tramonto tra le vigne appena fuori Vaduz, quando il sole sparisce dietro alle montagne che chiudono la conca della città.

BREGENZ

Dopo aver visto il Lago di Costanza da lontano in tutte le salse, è finalmente arrivato il momento di toccarlo con mano: la terza tappa del viaggio è Bregenz (nello Stato del Vorarlberg, Austria). È lunedì e l'aria è estiva, con il centro della cittadina pieno di turisti e residenti seduti ai tavolini dei bar. Le acque del lago sono azzurro vivo, popolate di anatre e germani reali che si fanno lanciare briciole dai passanti.

Mi trovo all'estremità meridionale del lago, da qui passa la pista ciclabile che percorre tutto il perimetro del Lago di Costanza (270 km): me la segno per una prossima occasione. È un buon punto di partenza per chi vuole approcciarsi al cicloturismo con calma, grazie ai dislivelli modesti e ad un'ottima segnaletica (e alla possibilità di fermarsi a fare un bagno nel lago appena le temperature si alzano o la fatica si fa sentire).



***Arrivo in cima
allo Pfänder
e il panorama
spazia sul lago
di Costanza,
perdendosi dopo
qualche chilometro
nella foschia estiva.***

Il programma di oggi è un'escursione allo Pfänder, la montagna che sovrasta la cittadina di Bregenz. Aspettando che la temperatura si abbassi un po' per cominciare la salita, prendo il traghetto sul lago e scendo alla prima fermata, Lindau. In territorio tedesco, il porticciolo controllato dall'antico faro medievale conduce ad un reticolo di strade, negozietti e chiese cattoliche. Di ritorno al porto di Bregenz, mi avvio a piedi verso la montagna alle spalle della città: il sentiero si allontana lentamente dall'area abitata per entrare nella foresta e inerparsi con stretti tornanti. Arrivo in cima allo Pfänder e il panorama spazia sul lago di Costanza, perdendosi dopo qualche chilometro nella foschia estiva. Dall'altra parte, si scorgono invece le Alpi, con vette austriache, svizzere e tedesche su cui la neve dell'inverno resiste ancora.

PENISOLA DI METTNAU

L'ultima tappa del viaggio è ancora bagnata dalle acque del Lago di Costanza: sono nella Riserva Naturale della penisola di Mettnau,

nell'Untersee, la parte occidentale del lago. 180 ettari di verde, un'oasi naturale che è anche l'area di riproduzione degli uccelli acquatici più estesa della regione, a causa di uno stagno che si è creato per errore durante i lavori di costruzione degli argini. Lo stagno è indipendente dalle variazioni del livello dell'acqua del lago, rappresenta quindi un terreno fertile sicuro soprattutto per le anatre. Mi affaccio sulla Torre Mettnau, alta 18 m, per dare uno sguardo alla penisola dall'alto e a tutto il panorama circostante, e magari riuscire ad adocchiare i famosi uccelli acquatici.

Risalgo sul treno con l'aria del lago appiccicata addosso: i paesaggi che ho visto negli ultimi giorni ricominciano a scorrere, con i loro colori vividi e con gli accenti spigolosi degli abitanti di queste zone. Sono partita senza sapere cosa aspettarmi e senza aver mai sentito parlare del Lago di Costanza, torno avendo esplorato una regione poliedrica e poliglotta, ricca di cultura, tradizioni diverse e natura.

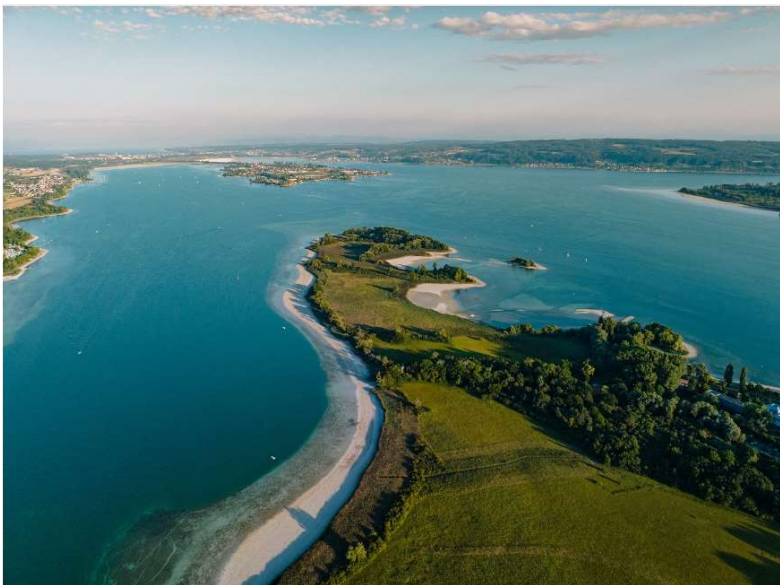
ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
4Outdoor Sport und Outdoor Zeitschrift Online Version	4. August 2023	Der Bodensee: die blaue Perle, die vier Länder vereinigt	Destination Bergen und Natur in der Bodenseeregion: St. Gallen, das Fürstentum Liechtenstein, Bregenz und die Mettnau
LESER MUV: 23.000	ÄQVIVALENZ 7.800€	NOTIZ Individuelle Pressereise Juni 2023	

Outdoor | Itinerari

Lago di Costanza: la perla blu che unisce quattro Paesi

Di **Elena Casolaro Outdoor** - 4 Agosto 2023

👁️ 0



Fuori dai finestrini del treno, da diverse ore scorrono prati verdissimi, pascoli con le loro mandrie di bestiame, qualche picco innevato. Mi sto addentrando nel bel mezzo dell'Europa, verso la **Regione dei Quattro Paesi del Lago di Costanza**: questa è infatti racchiusa tra **Germania, Austria, Svizzera e Principato del Liechtenstein**. Tutta l'area è dominata dal lago, punto di riferimento che appare in tutti gli scorci: nelle diverse prospettive, più o meno distante, il Lago di Costanza sarà il compagno fedele di questo viaggio.

Il mio tour della Regione parte da San Gallo (Svizzera), per arrivare a Bregenz, sulla sponda austriaca del lago, passando per il Liechtenstein. Si tratta di un viaggio alla ricerca dei trekking più panoramici e delle migliori viste sul lago, ma potevo perdermi i borghi tradizionali e la cucina locale?

San Gallo: la città degli scalini

La prima tappa del mio viaggio è la cittadina svizzera di San Gallo. Arrivo di sabato pomeriggio, in piena atmosfera da fine settimana, con artisti di strada a riempire di musica ogni angolo. Capisco subito perché questa è la città degli scalini: si trova ai piedi di una collina con vista sul Lago di Costanza. La cima si guadagna tramite rampe di scale sparse ovunque a San Gallo; in totale si contano 13 000 scalini.

Mi armo di buone intenzioni e inizio a salire: in cima alla collina si trovano tre laghetti, che un tempo erano la riserva idrica cittadina e adesso sono utilizzati come piscine all'aperto nella stagione calda. In discesa passo per la gola Mülenenschlucht, dalla quale l'acqua scorre giù nella valle. La leggenda narra che qui San Gallo sarebbe inciampato e caduto tra le spine, avrebbe interpretato l'incidente come un segno divino e costruito un eremo (il monastero benedettino di San Gallo) da cui è nata la città.



Liechtenstein Trail

Il principato del Liechtenstein è la monarchia più piccola delle Alpi, e c'è un sentiero che lo attraversa da cima a fondo: è il Liechtenstein Trail. Questo percorso, con i suoi 75 km tra montagne, castelli e campi verdi, dà un assaggio dell'atmosfera di questo Principato, di cui si sente parlare molto di rado. Io ho percorso una tappa giornaliera del Liechtenstein Trail, facendo un anello con partenza e arrivo nella città di Vaduz, capitale del Liechtenstein. Si tratta di una città incastrata nella Valle del Reno, con montagne a sormontarla da entrambi i lati.

Inizio a camminare a pochi passi dal centro, per trovarmi quasi subito...fuori strada, sul sentiero Fürstensteig. Si tratta di un sentiero vertiginoso ma ben attrezzato (almeno rispetto ai suoi cugini dall'altro lato delle Alpi) che si stacca dal percorso del Trail per raggiungere la vetta dell'Hellwangspitz. Mi stupisce il fatto che il sentiero è molto frequentato: nonostante sia esposto, con catene e scalette, non mancano i bambini e le famiglie. Approfitto dell'involontaria deviazione per continuare il trekking fino in cima e godermi il panorama sulla Valle del Reno. L'ambiente quassù è arcigno, il calcare si è sbizzarrito in guglie e torrioni che contrastano con la dolcezza dell'ampia valle sullo sfondo.

Il cielo si annuvola e mi costringe ad aumentare il passo in discesa, per ricollegarmi al Liechtenstein Trail e completare l'anello passando per le rovine del castello Wildschloss, eretto nel 12esimo secolo, e il cui nome significa "castello nella landa selvaggia". Chiudo la giornata gustandomi il tramonto tra le vigne appena fuori Vaduz, quando il sole sparisce dietro alle montagne che chiudono la conca della città.





Bregenz

Dopo aver visto il Lago di Costanza da lontano in tutte le salse, è finalmente arrivato il momento di toccarlo con mano: la terza tappa del viaggio è Bregenz (nello Stato del Vorarlberg, Austria). È lunedì e l'aria è estiva, con il centro della cittadina pieno di turisti e residenti seduti ai tavolini dei bar. Le acque del lago sono azzurro vivo, popolate di anatre e germani reali che si fanno lanciare briciole dai passanti.

Mi trovo all'estremità meridionale del lago, da qui passa la pista ciclabile che percorre tutto il perimetro del Lago di Costanza (270 km): me la segno per una prossima occasione. È un buon punto di partenza per chi vuole approcciarsi al cicloturismo con calma, grazie ai dislivelli modesti e ad un'ottima segnaletica (e alla possibilità di fermarsi a fare un bagno nel lago appena le temperature si alzano o la fatica si fa sentire).

Il programma di oggi è un'escursione allo Pfänder, la montagna che sovrasta la cittadina di Bregenz.

Aspettando che la temperatura si abbassi un po' per cominciare la salita, prendo il traghetto sul lago e scendo alla prima fermata, Lindau. In territorio tedesco, il porticciolo controllato dall'antico faro medievale conduce ad un reticolo di strade, negozietti e chiese cattoliche.

Di ritorno al porto di Bregenz, mi avvio a piedi verso la montagna alle spalle della città: il sentiero si allontana lentamente dall'area abitata per entrare nella foresta e inerpicarsi con stretti tornanti.

Arrivo in cima allo Pfänder e il panorama spazia sul lago di Costanza, perdendosi dopo qualche chilometro nella foschia estiva. Dall'altra parte, si scorgono invece le Alpi, con vette austriache, svizzere e tedesche su cui la neve dell'inverno resiste ancora.



Penisola di Mettnau

L'ultima tappa del viaggio è ancora bagnata dalle acque del Lago di Costanza: sono nella Riserva Naturale della penisola di Mettnau, nell'Untersee, la parte occidentale del lago. 180 ettari di verde, un'oasi naturale che è anche l'area di riproduzione degli uccelli acquatici più estesa della regione, a causa di uno stagno che si è creato per errore durante i lavori di costruzione degli argini. Lo stagno è indipendente dalle variazioni del livello dell'acqua del lago, rappresenta quindi un terreno fertile sicuro soprattutto per le anatre. Mi affaccio sulla Torre Mettnau, alta 18 m, per dare uno sguardo alla penisola dall'alto e a tutto il panorama circostante, e magari riuscire ad adocchiare i famosi uccelli acquatici.



Risalgo sul treno con l'aria del lago appiccicata addosso: i paesaggi che ho visto negli ultimi giorni ricominciano a scorrere, con i loro colori vividi e con gli accenti spigolosi degli abitanti di queste zone. Sono partita senza sapere cosa aspettarmi e senza aver mai sentito parlare del Lago di Costanza, torno avendo esplorato una regione poliedrica e poliglotta, ricca di cultura, tradizioni diverse e natura.

Questo viaggio è stato organizzato in collaborazione con Swiss Travel System/Ferrovie Svizzere. Per ulteriori informazioni, visitare il [sito di riferimento sul Lago di Costanza](#).

TAGS

escursionismo

lago di costanza

trekking

ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Voloscontato Blog und Zeitschrift, Tourismus	14. August 2023	Herbst am Bodensee: eine Route mit Genuss, Events, Foliage und Wanderungen	Ein Herbst des Genusses am Bodensee: eine Tour auf der Entdeckung von typischen Gerichten, Wein und Bier
LESER MUV: 234.750	ÄQVIVALENZ 7.700€	NOTIZ Ergebnis Presseaussendung Herbst 2023	

Autunno sul Lago di Costanza: un itinerario tra sapori, eventi, foliage e passeggiate

Autore:



Sara Perazzo
Dott. Storia Medioevale

[Segnala modifica](#)

Un itinerario del gusto alla scoperta dell'enogastronomia del territorio, nelle settimane dedicate alle messi, alla vendemmia e alla raccolta del luppolo. Questo è l'autunno nella regione internazionale del Lago di Costanza.



Credit LN_Photoart Pixabay

Sostenibilità, produzione locale e cibi genuini sono i punti di forza di un **itinerario** del gusto autunnale attraverso la regione internazionale del **Lago di Costanza**, compresa tra Germania, Austria, Svizzera e Principato del Liechtenstein. L'**autunno** vede il susseguirsi di più **eventi** e manifestazioni dedicate ai prodotti del territorio.

Nel mentre i paesaggi dell'entroterra iniziano a colorarsi con le sfumature più accese di rosso e oro, invitando a scoprire antiche cantine, a degustare i vini locali e a vivere il foliage, lo spettacolo della natura dei mesi autunnali.

Autunno sul Lago di Costanza: attrazioni ed eventi 2023



Credit webentwicklerin Pixabay

La regione tedesca del **Bodensee** è una delle patrie europee delle mele. E a questo frutto sono dedicate le **Settimane della Mela**, in programma dal 16 settembre all'8 ottobre 2023, con tante proposte gourmet nei **ristoranti**, degustazioni, gite in bicicletta o in carrozza tra villaggi e meleti, visite guidate ai poderi, pic-nic, musica. Da non perdere i tipici **Naschgarten**, gli speciali giardini dove è permesso raccogliere le mele liberamente dall'albero.

Un altro prodotto tipico del **Lago di Costanza** è invece al centro delle **Settimane del Pesce**, dall'11 settembre fino all'8 ottobre 2023. In diversi **ristoranti** aderenti si potranno gustare **menù** di tre portate a base di pescato locale, accompagnato da spezie, salse e verdure di stagione. A ottobre sarà poi la volta della manifestazione **Autunno del Gusto sul Bodensee** (in programma dal 7 al 28 ottobre 2023). Nelle località di Lindau, Nonnenhorn, Wasserburg e Bodolz tanti **eventi**, **menù** speciali nei ristoranti, **tour** guidati, **degustazioni** saranno tutti incentrati sul tema del raccolto e della vendemmia.

Il **Principato del Liechtenstein** renderà omaggio alle sue tradizioni culinarie con le **Settimane di Triesenberg**, in calendario dal 13 ottobre fino al 18 novembre 2023. Le antiche ricette contadine del popolo walser troveranno spazio nei **ristoranti** locali, dove si potrà gustare il piatto nazionale "Käseknöpfli" a base di gnocchetti al formaggio con cipolla e salsa di mele.

Cosa vedere e cosa fare sul Lago di Costanza in autunno 2023

Durante i mesi autunnali le viti, i faggi, le querce e gli aceri colorano il paesaggio del **Lago di Costanza** di giallo e di rosso, invitando a scoprire il territorio. A **Salem** si trova l'abbazia cistercense più antica del Lago di Costanza. Qui si possono visitare le cantine con l'antico torchio e assaggiare i **vini**. Nella **capitale del Liechtenstein, Vaduz**, i poderi dei Principi producono annualmente una selezionatissima quantità di bottiglie da gustare presso le cantine principesche. E un po' ovunque, i **tour sul lago** propongono aperitivi o cene al tramonto accompagnate dalle etichette locali.

Voglia di passeggiate autunnali? Sull'[Isola monastica di Reichenau](#), nominata patrimonio **UNESCO**, si possono fare piacevoli camminate tra vigneti e **chiese** romaniche oppure si possono scegliere le colline e i plateaux di origine vulcanica dell'**Hegau**, dove i vigneti sono resi rigogliosi dai sedimenti minerali del terreno.

Tett nang è una cittadina tedesca dell'entroterra del Lago di Costanza, famosa oltre che per il suo **castello** e l'antica piazza, per il **luppolo** considerato fra i più pregiati al mondo. Da questo prezioso luppolo nasce una straordinaria **birra**, sulla cui tradizione si possono visitare diversi musei dedicati. L'**Hopfengut N°20** illustra la coltivazione del luppolo dall'inizio del XX° secolo fino ai giorni nostri mentre nell'adiacente locanda si possono assaporare diverse birre di produzione propria. La **Biererlebniswelt** del birrificio Mohren a Dornbirn, in Austria, propone un percorso didattico a tappe dove sono esposti anche molti oggetti dalle storico birrificio.

Lago di Costanza immagini e foto



ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
Italy24.press Tageszeitung, online	14. August 2023	Eine Route mit Genuss, Events und Wanderungen	Eine Herbstroute am Bodensee, zwischen Natur und Kultur
LESER ---	ÄQVIVALENZ --	NOTIZ Ergebnis Presseaussendung Herbst 2023	

✓ un itinerario tra sapori, eventi, foliage e passeggiate – .

INTERNAZIONALE Donna Internazionale 17 days ago REPORT



Un itinerario del gusto alla scoperta dell'enogastronomia del territorio, nelle settimane dedicate alla vendemmia, alla vendemmia e alla raccolta del luppolo. Questo è l'autunno nella regione internazionale del Lago di Costanza.

Credito LN_PhotoartPixabay

Sostenibilità, produzione locale e cibi genuini sono i punti di forza di a **itinerario** del gusto autunnale in tutta la regione internazionale di **Lago di Costanza** tra Germania, Austria, Svizzera e Principato del Liechtenstein. L'**autunno** vedere di più la successione **eventi** ed eventi dedicati ai prodotti locali.

Intanto i paesaggi dell'entroterra cominciano ad assumere le sfumature più accese del rosso e dell'oro, invitando a scoprire antiche cantine, ad assaggiare le **vini** locale e per vivere il foliage, lo spettacolo della natura nei mesi autunnali.

Autunno sul Lago di Costanza: attrazioni ed eventi 2023

Credito webentwicklerin Pixabay

La regione tedesca di **Lago di Costanza** è una delle patrie europee delle mele. E a questo frutto sono dedicate le **Settimane della mela** in programma dal 16 settembre all'8 ottobre 2023, con tante proposte gourmet nei **ristoranti**, degustazioni, gite in bicicletta o in carrozza tra borghi e meleti, visite guidate alle fattorie, picnic, musica. Da non perdere il tipico **Naschgarten** giardini speciali dove è consentito raccogliere mele liberamente dall'albero.

Altro prodotto tipico della **Lago di Costanza** invece è al centro del **Settimane del pesce** dall'11 settembre all'8 ottobre 2023. In diversi **ristoranti** gli aderenti potranno degustare **menù** di tre portate a base di pesce locale, accompagnato da spezie, salse e verdure di stagione. Ad ottobre sarà poi la volta della manifestazione **Autunno del Gusto sul Bodensee** (in programma dal 7 al 28 ottobre 2023). Nelle località di Lindau, Nonnenhorn, Wasserburg e Bodolz molti **eventi** speciali nei ristoranti, visite guidate, **degustazioni** saranno tutti incentrati sul tema della vendemmia e della vendemmia.

Il **Principato del Liechtenstein** renderà omaggio alle sue tradizioni culinarie con **Settimane di Triesenberg** in programma dal 13 ottobre al 18 novembre 2023. Le antiche ricette contadine del popolo Walser troveranno spazio nella **ristoranti** locale, dove si può gustare il piatto nazionale "Käseknöpfli" a base di gnocchi di formaggio con cipolla e salsa di mele.

Cosa vedere e fare sul Lago di Costanza nell'autunno 2023

Durante i mesi autunnali le viti, i faggi, le querce e gli aceri colorano il paesaggio della **Lago di Costanza** giallo e rosso, che invitano a scoprire il territorio. A **Salem** è la più antica abbazia cistercense sul Lago di Costanza. Qui si possono visitare le cantine con l'antico torchio e degustare il **vini**. Nella capitale del Liechtenstein, Vaduz, le tenute principesche producono annualmente un selezionatissimo quantitativo di bottiglie da degustare nelle cantine principesche. E quasi ovunque, io **gite sul lago** propongono aperitivi o cene al tramonto accompagnati da etichette locali.


Voglia di passeggiate autunnali? Sull'isola monastica di Reichenau, classificata come sito del patrimonio UNESCO si possono fare piacevoli passeggiate tra vigneti e **chiese** Romanico oppure si possono scegliere le colline e gli altipiani di origine vulcanica del **Hegau** dove i vigneti sono resi rigogliosi dai sedimenti minerali del terreno.

Tettwang è una cittadina tedesca nell'entroterra del Lago di Costanza, famosa non solo per i suoi **castello** e l'antica piazza, per il **salto** considerato tra i migliori al mondo. Da questo prezioso luppolo nasce un luppolo straordinario **birra**, sulla cui tradizione si possono visitare diversi musei dedicati. L'**Hopfengut n. 20** illustra la coltivazione del luppolo dall'inizio del '900 ai giorni nostri mentre nell'adiacente locanda si possono degustare diverse birre di propria produzione. L'**Biererlebniswelt** del birrificio Mohren di Dornbirn, in Austria, propone un percorso didattico a tappe dove sono esposti anche molti oggetti dello storico birrificio.

Schutzgarten è il birrificio più antico della Svizzera grazie ai suoi 243 anni di storia. Si trova nel comune di **San Gallo** e include anche un curioso **Museum** ingresso libero, con bottiglie di birra provenienti da tutto il Paese.

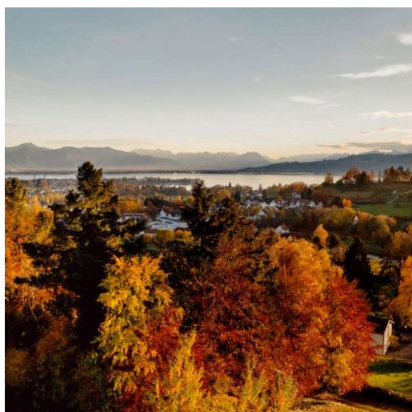
ZEITSCHRIFT	DATUM	TITEL	INHALT
E' Nordest Tageszeitung Region Venetien, online	25. August 2023	Die Zeit der Äpfel am Bodensee	Herbst am Bodensee: Genuss, kulinarische Wochen, Spezialitäten, die Orte des Wein und des Biers
LESER MUV: 290.000	ÄQVIVALENZ 3.800€	NOTIZ Ausendung Pressemeldung Herbst 2023	

Il tempo della mela sul lago di Costanza

 di Rudy De Pol — 25 Ago 2023 Reading Time: 5 min



Un itinerario del gusto dipinto dal foliage alla scoperta dell'enogastronomia del territorio, nelle settimane dedicate alle messi, alla vendemmia e alla raccolta del luppolo. Sostenibilità, produzione locale e cibi genuini sono le parole chiave di un viaggio del gusto autunnale attraverso la regione internazionale del Lago di Costanza (*Bodensee* in tedesco), racchiusa tra Germania, Austria, Svizzera e Principato del Liechtenstein. La stagione del raccolto vede il susseguirsi di più manifestazioni dedicate ai prodotti del territorio, come le Settimane della Mela (16.09 – 08.10.2023), le Settimane del Pesce (11.09 – 08.10.2023), l'Autunno del Gusto (07. – 28.10.2023) e le Settimane di Triesenberg (13.10 – 18.11.2023).



Nei poderi dell'entroterra e sui declivi che digradano verso l'acqua è la vite a regalare al paesaggio le sfumature più accese di rosso e oro, invitando a scoprire antiche cantine, a degustare i vini locali e a vivere la regione, percorrendola a piedi e pernottando in campagna, a poca distanza dai filari. Settembre è anche il mese della raccolta del luppolo, il cui gusto raffinato e pieno caratterizza deliziose birre locali, la cui tradizione centenaria si può scoprire – oltre che nelle locande – nei musei della zona dedicati al tema.

In tutte le salse



Succhi, torte farcite, marmellate, polpe essiccate – ma anche chutney, risotti, distillati e conserve. Nella regione tedesca del Bodensee si raccolgono ogni anno 1,6 miliardi di mele, coltivate da 1.200 agricoltori su una superficie di 7.500 ettari. Il frutto di Eva è al centro delle Settimane della Mela (dal 16 settembre all'8 ottobre 2023), che prevedono proposte gourmet nei ristoranti, degustazioni, gite in bicicletta o in carrozza tra villaggi e meleti, visite guidate di poderi, pic-nic, sessioni musicali e i tipici *Naschgarten* – speciali giardini dove è consentito raccogliere le mele liberamente dall'albero, attività altrimenti proibita. In autunno, le tante varietà di mele sono le regine incontrastate dei mercati, presso i fruttivendoli e nei banchetti allestiti un po' ovunque, dove ci si può servire e pagare in autonomia.

Non solo la mela



Lago è, però, anche sinonimo di pesce, come la trota, il lavarello e la carpa. Nell'area del Bodensee Occidentale, durante le Settimane del Pesce (dall'11 settembre all'8 ottobre 2023), diversi ristoratori propongono menù creativi di tre portate a base di pescato locale, accompagnato da spezie, salse e verdure di stagione e declinato in cotture diverse – come vapore o affumicatura, per un'esperienza di gusto genuina e al tempo stesso leggera. Chi vuole, poi, scoprire le tradizioni gastronomiche del territorio al loro meglio, può visitare il Lago di Costanza in ottobre, quando si tiene la manifestazione Autunno del Gusto sul Bodensee (07. – 28. Ottobre 2023).

Tante iniziative



Dalla mela alla vite



In autunno nella regione del Lago di Costanza, dopo la mela, è la vite – insieme alle foglie dei faggi, delle querce e degli aceri – a colorare il paesaggio di giallo e di rosso, e i mesi della vendemmia sono un ottimo momento per scoprire il territorio, visitare le cantine e degustare i vini del luogo – fra tutti, il Müller-Thurgau e il Pinot Nero. A Salem, dove si trova l'abbazia cistercense più antica e un tempo più prospera del Lago di Costanza, si visitano le antiche cantine del convento con l'antico torchio in legno per la spremitura dell'uva, per poi assaggiare i vini dell'abbazia, mentre a Vaduz i poderi dei Principi del Liechtenstein producono ogni anno una selezionatissima quantità di bottiglie, da degustare presso le cantine principesche.

La cittadina medievale di Meersburg è una vera scoperta per chi ama la storia del vino: dalla cantina sociale Staatsweingut alle vigne che digradano verso l'acqua, impreziosendo il paesaggio dominato dal castello dei potenti Principi-Vescovi di Costanza, fino al piccolo, ma esaustivo museo vineum, qui tutto parla della vite e dei suoi prodotti, da conoscere e degustare. E un po' ovunque, sul lago, i tour in nave propongono aperitivi al tramonto o cene degustazione, accompagnate dai vini dalle etichette locali.

Quando il clima è ancora mite, e si ha voglia di stare all'aria aperta, è bello passeggiare fra i vigneti – per esempio sull'Isola monastica di Reichenau, oggi patrimonio UNESCO – tra chiese romaniche e scorci panoramici di notevole bellezza, o tra le colline e i plateaux di origine vulcanica dell'Hegau, dove i sedimenti minerali del terreno nutrono le uve e ammorbidiscono l'acidità del vino, regalandogli fini note fruttate. E sul lago non mancano le soluzioni per pernottare vicino ai filari di vite – dagli hotel di design alle locande più tradizionali.

Troviamo anche il luppolo



Oltre la mela, adagiata nell'entroterra del Lago di Costanza, Tett nang è una placida cittadina tedesca che, oltre al suo castello e all'antica piazza, custodisce un tesoro: il prezioso luppolo originario della zona, considerato fra i più pregiati al mondo, dall'aroma floreale ed erbaceo. Sul Lago di Costanza la coltivazione della vite incontra la tradizione antica della birra. La bevanda dorata ben si accompagna a molte specialità culinarie del territorio, e chi vuole saperne di più può visitare, nella regione, diversi musei dedicati al tema. Proprio a Tett nang l'Hopfengut N°20 offre uno spaccato sulla coltivazione dell'"oro verde", dall'inizio del XX° secolo ai giorni nostri. Nell'adiacente locanda si possono degustare le diverse birre di produzione propria, accompagnate da specialità locali, zuppe e insalate.

Da quanto tempo si consuma la birra, come viene prodotta, e quanto si sono evoluti nel tempo tecniche e macchinari? Lo si scopre visitando la Biererlebniswelt del birrificio Mohren a Dornbirn, in Austria, che offre un percorso didattico a tappe distribuito su 700 metri quadri di esposizione, dove ammirare anche molti oggetti da collezione, proprietà della famiglia a capo dello storico birrificio. Il birrificio più antico di tutta la Svizzera? È il Schützengarten, vanta 243 anni di storia, si trova a San Gallo e custodisce anche un divertente museo, a ingresso gratuito, dedicato a bottiglie di birra provenienti da tutta la Svizzera. Nella cittadina la coltivazione del luppolo e la produzione della birra sono comunque di molto anteriori: iniziano circa 1.200 anni fa, con i monaci del complesso abbaziale della città, anch'esso patrimonio UNESCO.