
IO SONO
FRIULI
VENEZIA
GIULIA



www.turismofvg.it

PromoTurismoFVG
*Strategies, Development,
Operations for Tourism*

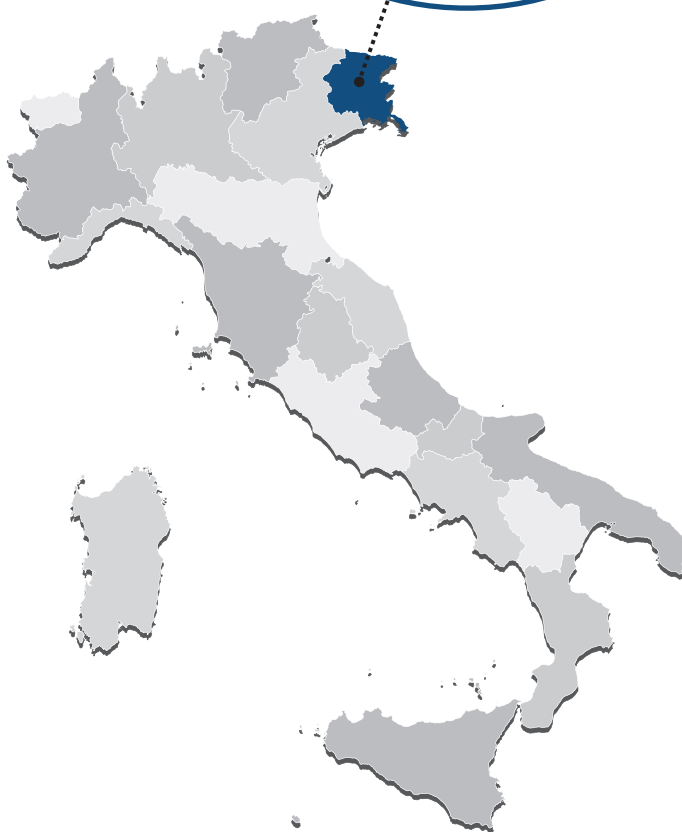
PRESS

Między Alpami, Dolomitami i Adriatykiem kwintesencja Włoch

Friuli-Wenecja Julijska jest doskonałym dowodem na to, że we Włoszech są jeszcze miejsca niewątpliwie warte poznania. Ukryta wioska, w której można się zatracić, skosztować świeżo wyprodukowanego wina, pokonać górski szlak, wysłuchać nowych historii; to region oferujący nieznane dotąd emocje.

Wśród szczytów Alp i Dolomitów, fal Adriatyku, rynków eleganckich miast, uliczek na przedmieściach, zabytków UNESCO i wzgórz Collio, w jednym tylko regionie można spotkać skupienie wszystkich tych cech, które czynią Włochy miejscem tak uwielbianym przez pisarzy, poetów i podróżników.

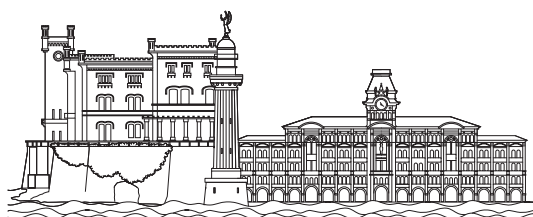
To autentyczna i niepowtarzalna kraina, której udało się przekształcić w atut swoje przygraniczne, ale nadal w centrum Europy, położenie: w odległości zajmującej zaledwie dwie godziny podróży, spotykają się kultura włoska, słowiańska i germańska, dając wgląd w historię, tradycje, języki i wyznania.



Friuli-Wenecja Julijska w liczbach

4 główne miasta

Triest
Udine
Gorycja
Pordenone



2 główne plaże

Grado
Lignano Sabbiadoro



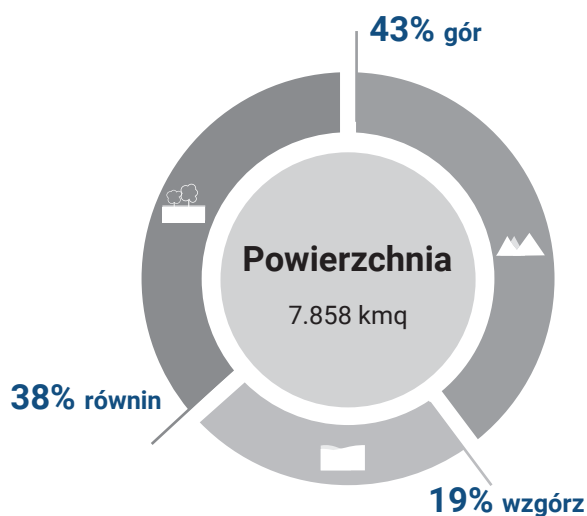
6 punktów narciarskich

Forni di Sopra - Sauris
Piancavallo
Ravascletto - Zoncolan
Sappada - Forni Avoltri
Sella Nevea
Tarvisio



5 zabytków UNESCO

Aquileia
Cividale del Friuli
Dolomity Friulskie
Palù di Livenza
Palmanova



Mieszkańcy
1.194.647



	Według prowincji	Według miast
Trieste	228.833	199.015
Udine	518.442	97.736
Pordenone	309.473	51.617
Gorizia	137.899	33.615

Uznane języki mniejszości



Friulski (art. 3 Ustawy nr 482 z 15.12.1999 r.)

Słoweński (art. 3 Ustawy nr 482 z 15.12.1999 r. – Ustawy nr 38 z 23.02.2001 r.)

Niemiecki (art. 3 Ustawy nr 482 z 15.12.1999 r.)

Morze dobrobytu dla całej rodziny

Jedynie w swoim rodzaju wybrzeże, które na odcinku 130 km skupia różnorodność krajobrazów i oferuje piękne wrażenia dla wszystkich miłośników morza.

Z plaż Lignano Sabbiadoro, pośród sportu, zabawy i relaksu, przecinając lagunę Marano i Grado, można dotrzeć do Isola del Sole, Grado, z piaszczystymi plażami skierowanymi na południe i bogatą historią oraz skalistymi zatokami, gdzie w błękitnej Adriatyki odbijają się białe klify i fascynujący Kras, z zapierającym dech w piersiach widokiem na Zatokę Triesteńską, najbardziej wysuniętą na wschód na Morzu Śródziemnym.

Lignano Sabbiadoro

Długi złocisty półwysep to wizytówka Lignano Sabbiadoro, jednego z najśłynniejszych włoskich kurortów nadmorskich, który niedawno świętował 120-lecie istnienia.

8-kilometrowa plaża to nie jedyna cecha, która go wyróżnia:

Lignano Sabbiadoro zachwyca ogromnym sosnowym lasem kryjącym ponad 1 200 000 roślin, dzięki któremu zyskał prestiżową nagrodę „Tree Cities of the World” przyznaną przez Fao i Arbor Day Foundation.

Otoczone trzema wodami, krystalicznie czystą rzeką Tagliamento, słonawymi wodami laguny Marano i Adriatyku, tradycyjnie wyróżnione niebieską flagą, Lignano Sabbiadoro jest idealnym miejscem na zregenerowanie sił i naładowanie baterii, korzystając z wielu atrakcji na łonie natury.

Uwaga, jaką poświęca się środowisku i wellbeing oraz zaangażowanie w zrównoważony rozwój, znajdują również odzwierciedlenie w oferowanych zajęciach na świeżym powietrzu, takich jak sporty wodne, wyprawy rowerowe, czy kontakt z terytorium i rezerwatami przyrody.



Liczby

- **130 kilometrów** wybrzeża wśród piasku i skał
- **1** **wyjątkowe wybrzeże**: Lignano Sabbiadoro, Grado i Zatoka Triesteńska
- **67 obiektów** na jednym portalu rezerwacji
- **4 wioski rybackie**
- Ponad **250 atrakcji** do wyboru, wśród których: aktywności outdoor, przyroda, rower, kultura, jedzenie i wino
- **6 rezerwatów przyrody** z widokiem na wyjątkowe wybrzeże Friuli-Wenecji Julijskiej
- **2 laguny, 16 tysięcy hektarów** oraz 7 aktywnych linii morskich na wybrzeżu
- Ponad **7 linii żeglugowych** działających na wybrzeż

Top 5

- **39 kąpielisk**, które można zarezerwować online z jednego portalu www.spiaggiafvg.it
- **Odkryj Lignano green&slow**: 75 km tras rowerowych w Lignano i okolicach, intermodalne połączenia boat&bike, nadmorskie miasteczko Marano Lagunare, jego laguna oraz dwa rezerwaty przyrody Foci del Fiume Stella i Valle Canal Novo
- **Family Destination**: parki tematyczne, animacja na plaży, zabawy w wodzie, największy skatepark w Europie, tereny dla pieszych i place zabaw, tereny zielone, wycieczki rodzinne, kursy sportów wodnych dla początkujących i family Hotels
- **Sporty wodne na plaży**: kitesurf, windsurf, windfoil, kajaki, sup, żagłówki, pływanie, sub
- **Najważniejsze wydarzenia**: sport (triathlon, bike marathon, SUP race), a także koncerty znakomitych artystów i wydarzenia związane z nagrodami literackimi oraz jedzeniem i winem

Grado

Znana jako „Wyspa Słońca” z wielokilometrowym piaszczystym wybrzeżem skierowanym na południe, Grado jest rekordową plażą z Błękitną Flagą, ale też jedną z najbardziej romantycznych miejscowości Friuli-Wenecji Julijskiej. Otaczająca ją laguna tworzy magiczne obramowanie wyspy, a swą bogatą historię zawdzięcza wiosce przypominającej architekturę wenecką. Powstała w czasach rzymskich jako port handlowy w Aquileia, jej sercem jest labirynt wąskich uliczek i placów otoczonych malowniczymi domami rybaków. To miejsce idealne dla rodzin i osób kochających odpoczynek nad morzem, ale też kulturę i historię. Oferuje strefy odnowy biologicznej, które zadowolą miłośników pielęgnacji ciała, a także morze i kilka kąpielisk z możliwością uprawiania sportów wodnych. Termy zostały zbudowane w epoce austro-węgierskiej i aktualnie są objęte szeroko zakrojonym projektem renowacyjnym. Eleganckie i wyrafinowane Grado to propozycja wciąż żywej i mającej głębokie korzenie tradycji oraz najlepszego lokalnego jedzenia i wina, głównie dań z świeżych ryb.

Top 5

- Wielokrotnie nagradzana **Trasa Rowerowa Alpe Adria**, od Salzburga do Grado
- Laguna pełna wysp, na które można dopłynąć łodzią, tj. wyspa **Barbana** z sanktuarium benedyktynów, w którym ma początek trasa pielgrzymkowa Cammino Celeste, czy też wyspa **Mota Safon** z posiadłością Pasolini i rezerwat przyrody, gdzie można podziwiać różowe flamingi i konie Camargue
- **Centrum historyczne** z wczesnochrześcijańskimi bazylikami, ruinami starożytnej bazyliki, warsztatami i sklepikami rzemieślniczymi, Porto Mandracchio
- Lokalne przepisy: **boreto alla grisana** lub **Santonego**
- Grado jest ważnym **kitespot** dla pasjonatów sportów poszukujących sprzyjającego wiatru, którzy właśnie tutaj odnajdą idealne warunki do bezpiecznego ujeżdżania fal

Zatoka Triesteńska

Zatokę ożywia Nadbrzeże Triesteńskie i Triest, miasto słońca, wiatru i morza, oferując zabawę i relaks. Urokliwe połączenie skał i fal, które rozciąga się od plaży Marina Julia (Monfalcone), przez Duino Aurisina, zatokę Sistiana, nadbrzeże Triesteńskie, aż po Muggia, jedno z najbardziej malowniczych miasteczek rybackich w regionie.

Top 5

- **Lanterna lub „Pedocin”** to jedyna plaża w Europie, na której nadal obszar mężczyzn i kobiet jest rygorystycznie oddzielony murem.
- **Murem, który w mieście** od zawsze przyjmującym i szanującym różnorodność języków, kultur i religii, nie jest przejawem bigoterii, ale symbolem wolności.
- W Trieście mawiają, że „w Pedocin można robić, co się chce, nie wyrządzając nikomu krzywdy”.
- Sporty wodne i na wietrze: windsport w Marina Julia i tradycje żeglarskie
- Nadmorskie zamki w **Duino** i **Miramare**
- Wioski rybackie **Duino** i **Muggia** w Zatoce Triesteńskiej
- Raj dla amatorów sportów na świeżym powietrzu ze wspinaczką na klify położone bezpośrednio nad morzem, snorkeling w chronionym obszarze morskim **Miramare**, trasami trekkingowymi na Krasie
- Dwa rezerваты przyrody (Klify w Duino i Morski Obszar Chroniony **Miramare**) oraz jedna z najgłębszych jaskiń w Europie: **Grotta Gigante**

Laguna

Laguna Friuli-Wenecji Julijskiej to urokliwe miejsce położone między morzem a lądem, charakteryzujące się wysepkami, przybrzeżnymi ławicami i dolinami rybackimi, do których można dopłynąć łodzią lub kajakiem. Marano Lagunare i Grado, położone między kanałami i starymi budynkami – niegdyś zamieszkiwanymi przez rybaków i zbudowanymi z materiałów laguny – to doskonałe miejsce dla miłośników birdwatching.



Na ścieżkach smaku

To podróż przez autentyczne smaki i aromaty, która rozpoczyna się w Alpach i dociera do morza, prowadząc przez łagodne wzgórza i rozległą równinę.

W lokalnej kuchni regionu Friuli-Wenecja Julijska łączą i przeplatają się nie jedna, ale wiele historii, skupiając przyjemność przesiadywania przy stole i odkrywania lokalnych potraw, a także prostotę tradycji z innowacją, świeżymi składnikami, nieustannym poszukiwaniem smaku i kreatywnością, a wszystko to w poszanowaniu etyki i bioróżnorodności produktów. To kraina, która wyróżnia się wachlarzem zróżnicowanych propozycji i żywiołowością produkcji rolno-spożywczej na małą skalę.



The products

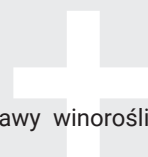
- **POD:** Montasio cheese, Prosciutto di San Daniele, Tergeste extra virgin olive oil, Italian Cacciatora salami and Brovada.
- **PGI:** Prosciutto di Sauris and Pitina.
- **23 Slow Food Presidia:** Resia or Strok garlic, Ancient Apples of Upper Friuli, Onions from Cavasso and Val Cosa, Latteria Turnaria Cheese, Fagagna Pestàt, Pitina, Ràdic di Mont, Çuç di Mont, San Quirino beans, Gorizia Rose Radicchio, Varhacker, Brovadâr of Moggio Udinese, Collina cabbage, Sauris Fava Bean, Alpe Adria Klopen Pears, Karst Marasca honey, Carsolina Sheep, Pestith, Saurischotte, High Alpine Mountain honeys, Bianchera olives, and Malon pumpkins.
- **182 Recognised Traditional Food Products** in addition to grappas, honey, Asino cheese, Friulian white asparagus, and tiramisu.

Liczby



- **5** Dop
- **2** IGP
- **23** produkty randze „Presidio Slow Food”
- **9** Stref **DOC:** Carso, Friuli, Friuli Colli Orientali, Collio, Friuli Annia, Friuli Aquileia, Friuli Grave, Friuli Isonzo, and Friuli Latisana
- **3** **Doc** międzyregionalne: Picolit, Ramandolo i Rosazzo
- **3** **Doc** międzyregionalne: Lison Pramaggiore, Prosecco i Delle Venezie
- **1** **DOCG Międzyregionalne:** Lison
- **Powstaje tu 80%** włoskich sadzonek korzeniowych, co stanowi **30%** w całej UE i **25%** na świecie
- Ponad **90 milionów** butelek produkowanych rocznie
- Ponad **180** tradycyjnych produktów rolno-spożywczych
- **1.700** gospodarstw winiarskich
- the **FVG Wine and Taste Route** was established in **2017**
- Prawie **400** członków Szlaku
- **9** gwiazdek przy stole restauracji

Wino w liczbach



- **21%:** Procentowy udział uprawy winorośli w sektorze rolnym
- Rozmieszczenie winnic: **81%** równina, **19%** wzgórza
- **28,826** hektarów pod uprawę winorośli, z czego 85% białej i 15% czerwone
- Produkcja winogron w kwintalach **2.713.000**
- Produkcja wina w hektolitrach **1.785.000**
- **26:** Wina nagrodzone w rankingu Tre Bicchieri del Gambero Rosso 2022
- Liczba pracowników w sektorze: **23.000**
- Liczba plantatorów **6600** zakładów winiarskich
- Wartość eksportu w euro **180 milion**

Podróż smaku odbywa się wzdłuż sześciu tras pozwalających poznać jedzenie i wino Friuli-Wenecji Julijskiej w górach lub na wzgórzach, na równinach, wzdłuż wybrzeża, rzekach, aż po Kras, poprzez unikalne i autentyczne doświadczenia.

Friuli-Wenecja Julijska, pogranicze wpływów i kultur, wyraża swojego ducha właśnie przy stole, w tradycyjnych potrawach, z których każda opowiada o terytorium łączącym kuchnię środkowoeuropejską, wenecką i słowiańską.

Top lista potraw, których warto spróbować...

TRIEST - jota, smażone i panierowane sardynki, ribaltavapor, gotowana szynka triesteńska z chrzanem, ser jaskiniowy (Jamar), szynka krasowa. W bufetach czy w typowych dla Krasu gospodach, tzw. osmize, koniecznie trzeba skosztować gotowanego mięsa lub „oszukiwanych krewetek”, zwanych w dialekcie weneckim scampi alla busara.

UDINE - frico, musèt i brovade ChNP, gubana, białe szparagi, biała trufla Muzzana z Turgnano, pestat z Fagagna, szynka San Daniele CHNP i wędzony pstrąg z San Daniele.

PORDENONE: Pitina, ser Asino, il Figo Moro da Caneva, ziemniaki z Ovoido i ciasteczka Pordenone.

GORYCJA: Ziemniaczane gnocchi ze śliwkami,

okraszone stopionym masłem, cynamonem i odrobiną cukru, ziemniaki z garnka zwane patate in tecia, róża z Gorycji, szynka z Cormòns.

NAD MORZEM: Boreto (unikalne danie przygotowywane przez szybkie podgotowanie, cieszących się mniejszym na rynku uznaniem, ryb z dodatkiem czosnku, octu i czarnego pieprzu), czarne mątwy, sievoli sotto sal (cefale morskie konserwowane w soli przez dwa lub trzy miesiące).

W GÓRACH: cjarsòns (pierożki ravioli z kontrastującym w smaku nadzieniem od słodkiego po słone), savòrs (wyśmienite mieszane warzywa), toc in braide (delikatna polenta, krem Montasio Dop, polenta z sosem z masła i mąki kukurydzianej zwanym morchia, wędzony ser ricotta). Warto też spróbować sot la trape (ser dojrzewający w wytłoczynach winogron), gepichta kropfn czy karnawałowego mogn fropfn z Sappady, szynki z Sauris (delikatnie wędzonej), kwaśnego twarogu ricotta (saurnschotte)



Wspólna marka Friuli-Wenecji Julijskiej

Marka „Ja Jestem Friuli-Wenecja Julijska” została stworzona z zamiarem wzmocnienia wagi regionalnych firm i produktów rolno-spożywczych pod względem zrównoważonego rozwoju, terytorialności i identyfikowalności.

Marka „zakład (złoty kolor)” obecnie obejmuje ponad 330 firm, wyróżnia i podnosi wartość przedsiębiorstw rolno-spożywczych zaangażowanych w zrównoważony rozwój środowiskowy, gospodarczy i społeczny w Friuli-Wenecji Julijskiej.

Markę „produkt” (niebieski) można znaleźć na produktach regionalnych firm o identyfikowalnym łańcuchu dostaw i gwarantuje ona konsumentowi końcowemu maksymalną przejrzystość.

Do tej pory zorganizowano ponad tysiąc wydarzeń, które wzmocniły zasady zrównoważonego rozwoju promowane przez wspólną markę.



Szlak Wina i Smaków w Friuli Wenecja Julijska

Sześć połączonych dusz, sześć historii będących niezbędnym elementem układanki smaków tego regionu. Szlak Wina i Smaków w Friuli-Wenecji Julijskiej łączy w sobie sześć doświadczeń przeżywanych na podobnych, a jednocześnie różnych terytoriach: „U nas w górach”, „U nas na wzgórzach”, „U nas nad rzeką”, „U nas na równinie”, „U nas na Krasie”, „U nas na wybrzeżu”, a specjalna strona internetowa www.tastefvg.it pozwala zorganizować dostosowany do potrzeb szlak winiarsko-gastronomiczny. Friuli-Wenecja Julijska była pierwszym regionem we Włoszech, który przyjął ustawę (nr 22 z 2015 roku) łączącą zasoby rolno-spożywcze, kulturowe i środowiskowe i oferującą przekrojowy produkt dla turysty winiarskich, w tym winnice, gospodarstwa rolne, restauracje i wiele innych aspektów w celu zaoferowania wysokiej jakości gościnności turystycznej. Jest ona również znana pod nazwą „Route63”, gdyż 1963 rok to data szczególnie ważna: to właśnie wtedy powstał Region Friuli-Wenecja Julijska oraz „Szlak Wina i Wiśni”, pierwszy we Włoszech Szlak Wina.

Kultura bez granic między sztuką a miejscami wpisanymi na listę UNESCO

Skarby sztuki i historii na ścieżce, na której nadal widoczne są ślady znakomitej europejskiej przeszłości. Wpływy Celtów, Rzymian, Hunów, Turków, Longobardów, Republiki Weneckiej i Cesarstwa Austro-Węgierskiego oraz skutki dramatycznych wydarzeń pierwszej wojny światowej, drugiej wojny światowej i zimnej wojny, można dziś łatwo dostrzec na terenach przygranicznych, które zachowały wspaniałą historię w położonych tam miastach: Trieście, Udine, Pordenone i Gorycji. Trwałe ślady są również widoczne w miejscach sztuki uznanych przez UNESCO za skarby światowego dziedzictwa: Aquileia, Cividale del Friuli, Palmanova i Palù di Livenza, nie zapominając przy tym o pięknie Dolomitów Friulskich z ich przyrodniczym i kulturowym dziedzictwem.

Triest

Osadzony między bielą krasowego krajobrazu a intensywnym błękitem Adriatyku, Triest jest miastem najbardziej międzynarodowym w regionie, dynamicznie rozwijającym się, a jednocześnie wyjątkowym ze względu na przenikanie się języków, ludności i religii, z środkowoeuropejską strukturą zatopioną w śródziemnomorskiej duszy. Jest stolicą regionu szczycącą się jednym z najpiękniejszych placów z widokiem na Adriatyk, placem Unità d'Italia, uznaną w 2021 roku za najlepsze pod względem jakości miasto do życia we Włoszech.



FVGcard

Przepustka do Friuli-Wenecji Julijskiej



Kluczem dostępu do skarbów sztuki i kultury regionu jest **FVGcard**, karneet ważny od 2 dni do jednego tygodnia, obejmujący wstęp do wszystkich głównych muzeów i punktów historyczno-artystycznych w całym regionie, udział w organizowanych przez PromoTurismoFVG wycieczkach z przewodnikiem do miast sztuki lub wypożyczanie wielojęzycznych przewodników audio, które są również dostępne w formie cyfrowej.

Top 5

- **Zamek Miramare**, bajkowa rezydencja Massimiliano d'Asburgo i jego żony Carlotta z Belgii
- **Szlaki literackie**
- **Triest** jest również miastem kawy: bezpłatny port do importowania kawy od XVIII wieku, do dziś jest najważniejszym portem w obrębie Morza Śródziemnego.
- Kawa i literatura to kolejne połączenie, które można odkryć dzięki broszurze degustacyjnej Trieste loves coffee
- Miasto morza i nauki: znajduje się tu Centrum Nauki Immaginario Scientifico, **BioMa** (bioróżnorodność morską), **Synchrotron**, **Sissa** i Obserwatorium Astronomiczne, Icgeb, Cvb – Convention & Visitors Bureau
- **Wieloreligijny Triest**: synagoga, grecko-wschodni i serbsko-prawosławny kościół San Spiridione, kościół anglikański i sanktuarium maryjne na Monte Grisa, katedra San Giusto

Udine

Miasto pełne radości, eleganckie i przyjazne, w którym wyrafinowana architektura łączy się z rustykalnym urokiem tawern. Stolicą średniowiecznej Patria del Friuli, ale silnie powiązanej z Serenissima, o czym świadczą jej pałace i wenecki ślad w centrum historycznym, jest miasto-skarbiec dzieł ostatniego wielkiego malarza szkoły weneckiej, Giambattisty Tiepolo (1696-1770): niektóre z jego dzieł można podziwiać w Pałacu Arcybiskupim, ale też w Katedrze i Galerii Sztuki Starożytnej.

Top 5

- **Zamek w Udine** oferuje 360-stopniowy panoramiczny widok na Friuli-Wenecję Julijską, między równinami i górami
- Muzeum Sztuki Nowoczesnej i Współczesnej **Casa Cavazzini**, eleganckie miejsce dla sztuki nowoczesnej i współczesnej, którego autorem renowacji jest friulskiego pochodzenia Gae Aulenti, wystawia ważne dzieła najznakomitszych artystów XX wieku na arenie włoskiej i międzynarodowej. Gratis z FVGcard
- Kolory i przemysłana gra perspektywiczna fresków **Giambattisty Tiepolo** w Muzeum Diecezjalnym w Udine. Gratis z FVGcard
- Odkryj miasto, wędrując średniowiecznymi alejkami, kanałami nawadniającymi, sklepami i księgarniami, rezerwując nieco czasu na zatrzymanie się w osterii, aby uszanować rytuał „tajut”: w biurze turystycznym jest też dostępny cyfrowy przewodnik audio. Gratis z FVGcard
- Odkryj „kulisy” dzięki teatralnym wycieczkom z przewodnikiem po **Teatro Nuovo Giovanni z Udine**

Gorycja

Przygraniczne miasto w centrum Europy, położone częściowo we Włoszech i częściowo w Słowenii, miejsce, które umyka tradycyjnym traktom turystycznym. Jeszcze kilka lat temu Piazza Transalpina była symbolem miasta granicznego, a mur, który ją przecinał, dzielił dwie dusze miasta: dziś jest swoistą topografią pamięci, niezatartym wspomnieniem, ale też symbolem przywróconej jedności. Z zamku w Gorycji widok rozciąga się na wzgórza Collio, krainę produkcji win znanych na całym świecie.



Go! 2025

Gorycja wraz ze słoweńską Nova Gorica została ogłoszona Europejską Stolicą Kultury 2025. Można tu spacerować po śladach historii, wartych odkrycia podczas wycieczek z przewodnikiem, aby jeszcze raz przeżyć przeszłość „francuską” miasta, kiedy to zostało ono wybrane przez dwór Karola X Burbona na miejsce wygnania lub ponownie poczuć „dreszczyk emocji” związany z przekraczaniem granicy.



Top 5

- Średniowieczny zamek, muzea Borgo, zamek **Palazzo Coronini Cronberg**
- **Valico del Rafut** z Muzeum Przepustki/**Prepusnica** i **Muzeum** Przemytu oraz plac **Transalpina** ze stacją kolejową i Muzeum granicznym
- Średniowieczna **ulica Rastello** z antycznymi warsztatami i tradycją koronkarstwa w Gorycji
- **Park Piuma-Isonzo** i **Ogród Viatori** (zwany też ogrodem azalii)

Pordenone

Młode i tętniące życiem miasto, a jednocześnie eleganckie i czarujące urokliwą starówką, mozaiką szesnastowiecznych pałaców, romańskich kościołów, fresków fasad, gotyckich i barokowych budynków.

Spacer pod prestiżowymi arkadami Corso lub zwiedzanie muzeów i okresowych wystaw to najlepszy sposób na zanurzenie się w lokalnej historii i kulturze.

To w tym mieście urodził się wielki renesansowy malarz Giovanni Antonio de' Sacchis, zwany „Il Pordenone”, którego arcydzieła można podziwiać w Katedrze San Marco i w Miejskim Muzeum Sztuki mieszczącym się w Pałacu Ricchieri.

Top 5

- Wyrafinowana i ponadczasowa elegancja Pordenone, aby poznać historię największego friulskiego malarza renesansu, **Antonio de' Sacchis**, zwanego **Il Pordenone**
- W Pordenone komiks to sztuka: w mieście znajduje się **Paff** – **Pałac sztuki i komiksu w Friuli**, miejsce proponujące komiks jako formę sztuki, a także komunikacji i mentalnego podejścia
- Pordenone jest sercem najważniejszych wydarzeń międzynarodowych, w tym festiwalu literackich (**pordenonelegge**), filmowych i muzycznych, które z biegiem lat stały się kultowymi atrakcjami dla miłośników, tworząc bogatą i oryginalną rzeczywistość kulturalną
- **Muzeum Sztuki Palazzo Ricchieri**
- **Noncello by boat** i murale zdobiące niektóre budynki miasta

Pier Paolo Pasolini

Pier Paolo Pasolini, jeden z najwybitniejszych intelektualistów XX wieku, przez długie lata mieszkał w rodzinnym miasteczku swojej matki, Casarsa della Delizia, niedaleko Pordenone.

W 2022 roku świętowano setną rocznicę jego urodzin, oddając do użytku nowy szlak poświęcony jego pamięci.



Kras

Kras, obszar niepowtarzalny pod względem przyrodniczym i historycznym, to skalisty płaskowyż rozciągający się wzdłuż całej wschodniej granicy Friuli-Wenecji Julijskiej, od okolic Gorycji, przez Triest, aż do Istrii. Znany powszechnie ze względu na swe bogate w jaskinie i groty podziemia, stanowi nieodzowny element podróży pasjonatów przyrody i wędrówek w tempie slow. To również miejsce o niezwykle bogatej historii i kulturze, w którym tradycje i obyczaje wynikają z wielowiekowego przenikania się kultury łacińskiej, germańskiej, a przede wszystkim słowiańskiej. Wreszcie zaraz po Trieście, najbardziej wysunięta na północ część Istrii z Val Rosandra i niewielkim portem Muggia oraz jego centrum w stylu weneckim.

Aktualnie powstaje tu Transgraniczny Geopark Krasu

Top 5

- Zamek w **Duino**
- **Grotta Gigante**
- Skansen **Monte San Michele** i w **San Martino del Carso**
- **Muggia**, jej centrum w stylu weneckim i archeologiczny obszar **Muggia Vecchia**
- Ujście rzeki Timavo i **Grotta del Mitreo**



Kultura w liczbach

- **5** obiektów wpisanych na listę **UNESCO**
- **4** miasta
- **2** zamki wodne
- Ponad **100** muzeów w całym regionie
- Ponad **15** szlaków kulturalnych
- Ponad **10** tras z przewodnikiem audio i cyfrowym przewodnikiem audio

Aquileia

Aquileia to starożytna metropolia Imperium Rzymskiego, w której można zwiedzić zachowane do dziś pozostałości forum, nekropolii, prywatnych domów z mozaikowymi posadzkami, jak również imponujące struktury starożytnego portu rzecznego.

Wśród wartych zwiedzenia punktów wycieczki warto wymienić Bazylikę Santa Maria Assunta, w której można podziwiać największą, w świecie chrześcijaństwa zachodniego, mozaikową posadzkę, a także starożytne miasto Domus Tito Macro i najważniejsze w północnych Włoszech Muzeum Archeologiczne. Warto zdecydować się na zwiedzanie z przewodnikiem i ścieżki animacyjne dla najmłodszych (gratis z FVGcard lub z FVGcardAquileia, jeden bilet do miasta).

Na liście światowego dziedzictwa UNESCO od **1998** r.

Palmanova

Miasto-twierdza zamknięte w 9-ramiennej gwieździe. Zaprojektowane i zbudowane przez Najjaśniejszą Republikę Wenecką z myślą o obronie granic regionu przed zewnętrznym niebezpieczeństwem, jest istnym dziełem architektury militarnej i wzorem idealnego miasta renesansowego. Jedyne w swoim rodzaju, z centralnym placem, w którym zbiegają się trzy drogi dojazdowe chronione monumentalnymi bramami.

Na liście światowego dziedzictwa UNESCO od **2017** r.

Cividale del Friuli

Cividale del Friuli, stolica pierwszego księstwa lombardzkiego, jest punktem początkowym szlaku UNESCO dedykowanego dziedzictwu tego tajemniczego ludu we Włoszech. Podczas zwiedzania miasta nie można zapomnieć o Narodowym Muzeum Archeologicznym, Muzeum Chrześcijańskim, niezwykle Świątyni Lombardzkiej i tajemniczym celtyckim Hypogeum. Warto również wstąpić do urokliwego Muzeum marionetek (Cips) i Galerii Rodziny De Martiis w Pałacu de Nordis, których arcydzieła obrazują XX wiek poprzez abstrakcyjne i figuratywne style, z kilkoma znaczącej wagi impresjonistycznymi świadectwami.

Na liście światowego dziedzictwa UNESCO od **2011** r.

Palù di Livenza

Osiedle osadzone na palach, którego znaleziska zebrano częściowo w Muzeum Archeologicznym Zachodniego Friuli w Pordenone.

Na liście światowego dziedzictwa UNESCO od **2011** r.

Dolomiti Friulane

Dolomity Friulskie stanowią najbardziej wysunięty na zachód obszar gór regionu Friuli-Wenecja Julijska i obejmują Val Cellina, Dolinę Tagliamento i Val Tramontina. Z uwagi na zachowaną do dziś dziką naturę, są uznawane najmniej skażoną część całej grupy dolomitycznej.

Na liście światowego dziedzictwa UNESCO od **2009** r.

Aby kontynuować podróż śladami kultury

- **Podróże duchowe** do Friuli-Wenecji Julijskiej: powolne i zrównoważone doświadczenie pozwalające na nowo odkryć starożytne szlaki pielgrzymkowe wraz z ich dziedzictwem przyrodniczym i kulturowym
- **AAT – Szlak alpejsko-adriatycki**, 43-etapowa trasa trekkingowa, która łączy Karyntię, Słowenię i Friuli-Wenecję Julijską i prowadzi od podnóża Großglockner w Muggia, w pobliżu Triestu, ścieżką pozwalającą na odkrywanie przyrody, kultury winiarsko-gastronomicznej oraz terenów Tarvisiano, Dolin rzeki Natisone, Collio i Krasu
- **Walk of Peace**, 25-etapowa trasa między Słowenią a Friuli-Wenecją Julijską wzdłuż dawnego frontu Isonzo, pozwalająca odkrywać skanseny, muzea, sanktuaria i pomniki upamiętniające I wojnę światową, zaczynająca się w Log pod Mangartom i prowadząca do położonej w samym centrum Triestu Piazza Unità
- W **San Daniele del Friuli** znajduje się najstarsza biblioteka w regionie Friuli-Wenecja Julijska Biblioteka Guarneriana, w której przechowywane są cenne iluminowane rękopisy, w tym Boska Komedia z XIV wieku i drukowane książki z prastarych wydań
- **Torviscosa** i **Panzano** to dwa company town, miejskie osady o przemysłowych korzeniach. Pierwsze z nich jest także miastem założycielskim, ponieważ zachowało architekturę włoskiego reżimu lat 30., jak również układ urbanistyczny wybrany przez firmę, która je zbudowała i podzieliła na obszary funkcjonalne, wydzielając miejsca pracy, miejsca publiczne, osadę robotniczą, domy dla kadry kierowniczej, domy dla pracowników i zaplecze rekreacyjne. W osadzie robotniczej Panzano, dzielnicy Monfalcone, znajduje się niedawno powołane do życia Muzeum budownictwa okrętowego, MuCa.

Granica i pogranicze to terminy często kojarzone z Friuli-Wenecją Julijską

Usytuowana w sercu Europy, ale z dostępem do Adriatyku, z uwagi na swoje strategiczne położenie często znajdowała się w centrum wielkich konfliktów i ważnych historycznych punktów zwrotnych, stając się jedną z kluczowych scen rozwoju wydarzeń XX wieku, tak zwanego „Krótkiego Stulecia”.

Tutaj historia jest przemierzana małymi krokami. Historię, którą można dziś poznawać, podróżując niezliczonymi śladami pozostawionymi przez wielkie wydarzenia Friuli-Wenecji Julijskiej, obrazuje autentyczny i ogromnych rozmiarów skansen oraz 25 szlaków i skansenów poświęconych I wojnie światowej. W Krasie Isonzo, Dolinach rzeki Natisone, na szczytach Carnia i w okolicach Tarvisio zachowały się okopy, elementy fortyfikacji, umocnień i pozostałości koszar pierwszej linii, z kolei na pagórkowatym obszarze Tagliamento, aż do Dolomitów Friulskich, można poznać historię tragicznych wydarzeń październikowo-listopadowego odwrotu w roku 1917. W Trieście, jednym z symbolicznych miast włoskiej historii XX wieku, oraz na płaskowyżu krasowym, przeplatają się wspomnienia austro-węgierskie i włoskie. W całym regionie nie brakuje też świadectw II wojny światowej i zimnej wojny, które pozostawiły tu trudne do wymazania z pamięci ślady.

Liczby



- 25 muzeów
- 1 skansen
- 100 tysięcy pochowanych w największym włoskim Sanktuarium
- 500 km szlaków prowadzących przez miejsca XX wieku

25 tras w jednym skansenie

Wszystkie szlaki, skanseny i miejsca I wojny światowej można znaleźć na portalu www.turismograndeguerrafvg.it, gdzie w interaktywny sposób można dowiedzieć się więcej na temat miejsc i wydarzeń I wojny światowej

„Marsz Pokoju – Walk of Peace”, podróż między Słowenią a Friuli-Wenecją Julijską, od Bretto - Log pod Mangartom do Triestu, która w 2020 roku zdobyła pierwsze miejsce na najlepszy europejski projekt Interreg. Projekt obejmujący tereny od Alp po morze, pośród natury, w drodze ku poznaniu historii, kultury oraz jedzenia i wina tego przygranicznego miejsca, został zakończony wiosną 2022 roku. Podróż obejmuje 25 etapów, które łączą wszystkie główne skanseny, miejsca, sanktuaria i zabytki I wojny światowej

Nie do pominięcia

Miejsca powiązane z I wojną światową:

- Niedawno odrestaurowane Sanktuarium Redipuglia, największe we Włoszech i jedno z największych w Europie. Spoczywają w nim szczątki ponad 100 tysięcy żołnierzy poległych podczas I wojny światowej
- Muzea poświęcone I wojnie światowej w Gorycji, Ragogna i Timau
- Multimedialne muzeum I wojny światowej na Górze San Michele
- Park Tematyczny I wojny światowej w Monfalcone
- Skansen w Kolovrat

Miejsca powiązane z II wojną światową:

- Risiera di San Sabba w Trieście
- Kleine Berlin
- Foiba di Basovizza
- Muzeum Wojny o Pokój „Diego de Henriquez” w Trieście

Miejsca związane z zimną wojną:

- Forte Beisner – Opera 4 w Ugovizza
- Bunkier w San Michele
- Piazza Transalpina/Trg Evrope, transgraniczne zwiedzanie z przewodnikiem Gorycji/Nova Gorica i Muzeum Rafut

Góra 365 dni w roku nie tylko na narty

Od Dolomitów po Alpy i Prealpy Julijskie, przechodząc przez Alpy Karnickie, Friuli-Wenecja Julijska oferuje setki atrakcji na śniegu, après ski bezpośrednio na stokach, spacery zanurzone w tysiącletnim lesie lub odkrywanie uroku alpejskich wiosek i relaks w ciepłych wodach uzdrowisk.

Góry Friuli-Wenecji Julijskiej oferują wszystkim okazje do zabawy dostosowane do ich pasji i poziomu przygotowania. Specjalnie przygotowane karnety narciarskie i liczne zalety z FVGcard, aby zaspokoić potrzeby przebywających na wakacjach turystów, którzy chcą cieszyć się dniem spędzonym na śniegu:

- Taryfy karnetów narciarskich należą do najbardziej przystępnych cenowo alpejskiego łuku



- Skipass Baby free i zniżki rodzinne: dla dzieci (urodzonych w latach 2017-2021) jazda na nartach zawsze gratis, z kolei rodziny mogą korzystać ze zniżek do 35%
- Nowa taryfa dla młodzieży w wieku poniżej 20 roku życia (łącznie z rocznikami 2005 i 2016) na stokach w wysokości 10 EUR za dzień

Alpy i Prealpy Julijskie, Tarvisiano

Tarvisio

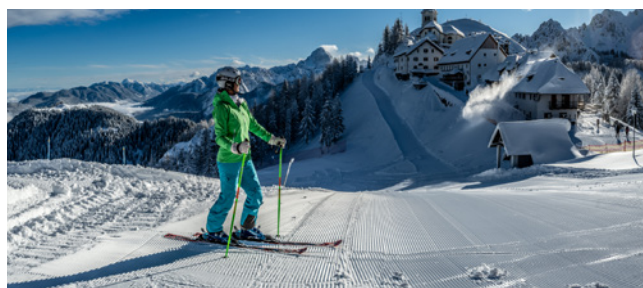
Tarvisio, usytuowane na rogu trzech granic, Włoch, Austrii i Słowenii, jest otoczone Alpami Julijskimi i tysiącletnim lasem, którego powierzchnia sięgająca 24 tysięcy hektarów, czyni z niego największy las państwowy we Włoszech. Miasteczko nowoczesne, ale ze starożytną duszą kryjącą w sobie wartę odkrycia tradycje.

NARTY - 24 km terenów narciarskich, w tym, niemalże 4-kilometrowy stok Di Prampero, na którym odbywały się liczne edycje Pucharu Świata w narciarstwie kobiet, urokliwy z uwagi na zapierające dech w piersiach widoki; Arena Paruzzi, stoki Val Saisera i Pontebba są rajem dla biegaczy narciarskich.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - Sleddog na równinie Fusine, trekking na raketach śnieżnych w kojącej ciszy Val Bartolo, spacery ścieżką wild track w tysiącletnim lesie w Val Saisera, bobslej na szynach i plac zabaw dla dzieci, jazda na łyżwach, bike park i zipline (otwarte tylko w sezonie letnim).

Nie do pominięcia

- **Palazzo Veneziano w Malborghetto Valbruna** i warsztaty rzemieślników tworzących pudła rezo-nansowe
- **Kuchnia trzech granic:** wpływy włoskie, słoweńskie i austriackie, których można sprób-ować w miejscach na Szlaku Wina i Jedzenia
- Jezioro **Cave del Predil**
- **Park geologiczno-wydobywczy** i Kopalnia w Raibl



Sella Nevea i Park Narciarski w Prealpach Julijskich

NARTY - stoki na wysokości od 1100 do ponad 2100 metrów nad poziomem morza sprawiają, że idealnie nadaje się na narty, aż do wiosny. To prawdziwy przyrodniczy raj, miejsc liczących imprez Pucharu Europy i FIS, któremu dedykowane jest centrum zawodów w dyscyplinach szybkich. Widok na słoweńskie zbocza Alp Julijskich i wysoki poziom techniczny 10,5 kilometrów tras sprawiają, że Selle Nevea jest miejscowością szczególnie atrakcyjną i idealną dla miłośników adrenaliny i osób uprawiających szybsze odmiany narciarstwa alpejskiego.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - wędrówki na rakietach śnieżnych w Parku w Prealpach Julijskich, wspinaczka po majestatycznych ścianach i wodospady lodowe w Val Raccolana.

Nie do pominięcia

- Muzeum Arrotino i Karnawał Val Resia
- Park w Prealpach Julijskich, Rezerwat Biosfery MAB Unesco
- Ice climbing w Dolomitach Friulskich i Alpach Julijskich



Carnia i Dolomity

Wśród swoich szczytów w rejonie Carnia, zamieszkiwanym od tysięcy lat przez ludność, która nigdy nie dała sobie odebrać tradycji i dumy, zachowało się unikalne i charakterystyczne dziedzictwo kulturowe i religijne w postaci rzymskich znalezisk archeologicznych i typowych wiejskich osad, plebanii i celtyckich rytuałów.

Ravascletto-Zoncolan

NARCIARSTWO - Zoncolan, położona w cudownej scenerii Alp Karnickich, jest znana wszystkim miłośnikom kolarstwa pod nazwą „Kaiser”, ale zimą złota kotlina staje się centrum zabawy: 24 km obszaru narciarskiego ze słonecznymi stokami sięgającymi prawie 2 tysiące metrów, szlakami dla miłośników narciarstwa wysokogórskiego, areną freestyle dla narciarzy i snowboardzistów, a także trasami przeznaczonymi do narciarstwa biegowego, w tym pętla wysokogórska, jak i również szereg schronisk górskich i restauracji na après-ski bezpośrednio na stokach.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - ocne wycieczki z lampionami i fotografowanie z rakietami śnieżnymi.

Nie do pominięcia

- Wyciąg krzesełkowy dedykowany Giro d'Italia, z krzesełkami z autografami mistrzów kolarstwa, którzy wygrali etap wyścigu
- W Sutrio można zobaczyć szopkę **Teno** i szopkę Vaticano wystawioną w Watykanie w Boże Narodzenie 2022 roku
- Wody termalne w **Arta Terme**
- Przy stole: cjarsons (pierożki ravioli z kontrastującym w smaku nadzieniem od słodkiego po słone), frico z polentą, herbatniki Raveo
- **Biblia pod gołym niebem w Cercivento** wśród mozaik, murali, fresków na ścianach domów publicznych i prywatnych, na ulicach i placach
- Dawna kopalnia węgla w **Cludinico** z podziemnymi trasami o długości 150 km w Ovaro
- **Muzeum Sztuki i tradycji ludowej w Tolmezzo**

Pradibosco

NARCIARSTWO - w otoczonej szczytami Dolomitów i gęstymi lasami wiosce Pesarine, cisza i przyroda tworzą idealną atmosferę do stawiania pierwszych kroków na nartach lub praktycznego uprawiania narciarstwa biegowego na jednej z 23 km dostępnych tras..

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - rasy do jazdy na fat bike, jazda konna na śniegu.

Forni Avoltri

NARCIARSTWO - W Forni Avoltri znajduje się jeden z trzech włoskich ośrodków biathlonu FIS: Carnia Arena z torem „Piani di Luzzza” na wysokości 1043 metrów jest w rzeczy samej federalnym centrum wyspecjalizowanym w praktyce biathlonu, podczas gdy latem część toru jest wykorzystywana do skiroll.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - położony u podnóża góry Coglians, najwyższego szczytu Friuli-Wenecji Julijskiej, jest prawdziwym rajem dla entuzjastów narciarstwa wysokogórskiego i wędrówek na rakietach śnieżnych.

Forni di Sopra

NARCIARSTWO - w romantycznej oprawie Dolomitów i słynnego toru do narciarstwa biegowego Dolomiti Nordic Ski, ośrodek oferuje 13 km tras na terenie narciarskim Varmost, gdzie można zjeżdżać z trudnych stoków – w tym najdłuższej trasie w regionie o długości 5,5 km, która zaczyna się na poziomie 2073 m góry Crusicalas i biegnie aż do kotliny – a także po trasach dostosowanych do potrzeb każdego użytkownika. Są tu też liczne trasy do narciarstwa wysokogórskiego, a niektóre z nich łączą położone wysoko schroniska alpejskie umożliwiające skosztowanie miejscowych potraw.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - to jedna z najodpowiedniejszych destynacji dla rodzin, oferująca Fantasy Park dla najmłodszych, tor saneczkowy i nowe lodowisko. Latem warto udać się do Dolomiti Adventure Park, a na odważnych czeka Climb Varmost. Tutaj można uprawiać wspinanie się po lodzie albo wziąć udział w tematycznych górskich wędrówkach na raketach śnieżnych obejmujących degustację, kursy w zakresie biathlonu i spacer po Parku Dolomitów Friulskich.

Nie do pominięcia

- Cykle fresków z XV wieku zachowane w kościele **San Lorenzo**
- **Park w Dolomitach Friulskich**, na liście UNESCO od 2009 roku: uważany za najmniej skażoną część całej grupy górskiej Dolomitów.

Sauris

NARCIARSTWO - to urokliwa alpejska wioska ogłoszona przez ONZ Best Tourism Village, z dwiema trasami na obozy szkolne i niebieskim stokiem zjazdowym, idealnym dla tych, którzy dopiero zaczynają swą przygodę z nartami, a także z czerwonym i czarnym, Zheile.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - wędrówki na raketach śnieżnych lub udział w klimatycznej przejażdżce dorożką. Miłośnicy relaksu mogą wybrać kąpiele w sianie, sauny i baseny z hydromasażem w miejskim kompleksie odnowy biologicznej „Borgo dello sport e del Benessere”.

Nie do pominięcia

- Jarmark bożonarodzeniowy i Karnawał w mieście **Sauris**
- Zipline z przebiegiem nad najdłuższym jeziorem w Europie (tylko w lecie)
- Przy stole: Nazwa **Sauris** jest związana z delikatnie wędzoną surową szynką serwowaną z lokalnym piwem

Sappada

NARCIARSTWO - Perła, w której zaczyna bieg rzeka Piawa, gwarantuje emocje i dobrą zabawę dzięki 15 km tras do narciarstwa wysokogórskiego, dostosowanych do potrzeb zarówno osób początkujących, jak i bardziej doświadczonych, 13-kilometrowej pętli z odcinkami o zaawansowanym poziomie technicznym do narciarstwa biegowego oraz licznym szlakom narciarstwa wysokogórskiego.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - od ice climbing, po spacer po śniegu wzdłuż rzeki Piawa, lesie lub po dziewiczych zboczach, od ekscytujących tras w adventure park po wycieczki konne lub przejażdżkę dorożką.

Nie do pominięcia

- Spacer po **Sappada Vecchia**, jednej z najpiękniejszych wiosek we Włoszech
- **Karnawał Plodar Vosenòcht**
- Przejażdżki saniami ciągniętymi przez konie
- **Nevelandia**, największy plac zabaw na śniegu w Friuli-Wenecji Julijskiej

Piancavallo i góry w Pordenone

NARCIARSTWO - 14 km terenów narciarskich z trzema głównymi atrakcjami. Obszerny snow park, który daje freestylerom szansę spróbowania swoich sił w jump i rail, torze bordercross i skicross dla snowboardzistów i narciarzy. Narciarze biegowi mogą również cieszyć się 15 km tras i 1.5 km oświetlona pętla.

AKTYWNOŚCI POZA NARCIARSTWEM - Wywołujący dreszcze zjazd bobslejem na szynach z wysokości 1500 pod średnim nachyleniem 15%. Można też wybrać się w trasę na raketach śnieżnych, a najmłodsi mogą spędzić miłe chwile w parku rozrywki Nevelandia.

Nie do pominięcia

- Spacer brzegiem jeziora **Barcis**, po wiosce Poffabro, czy przy zaporze Vajont
- **Lodowisko Clauta**, gdzie można jeździć na łyżwach lub poznać curling
- **Park w Dolomitach Friulskich**, na liście UNESCO od 2009 roku: tereny uchodzące za najmniej skażoną część całej grupy górskiej Dolomitów: obejmujące park przyrody, są rajem dla wycieczkowiczów i narciarzy, miłośników nordic walkingu, free climbingu i ice climbingu

Nieskażona natura

Friuli-Wenecja Julijska to prawdziwa okazja do zanurzenia w nieskażonym i chronionym miejscu, idealne miejsce dla osób pragnących zanurzyć się w przyrodzie. Nie jedno, ale wiele miejsc, w których czas wydaje się stać w miejscu pośród magii parków, lagun, rezerwatów przyrody i gór, gdzie panuje cisza i otwarta przestrzeń.

Od Dolomitów Friulskich, wpisanych na listę światowego dziedzictwa UNESCO w 2009 roku, po Alpy i Prealpy Julijskie i Karnickie, od łagodnych zboczy Collio po dziki Kras Triestu i Gorycji, od Dolin rzeki Natisone po urokliwe krajobrazy lagun Grado i Marano, rozpościerają się tereny bogate w różnorodność biologiczną, gdzie sport i przyroda stanowią nierozłączną parę. Dwa parki przyrodnicze, trzy rezerwaty regionalne, prawie czterdzieści biotopów i ponad 13 rezerwatów przyrody: do wyboru wspinaczka, wspinaczka skalna, trekking, alpinizm, paralotnie, lotnie, mountain bike i jazda konna.



Wędkowanie na łonie dzikiej przyrody

Pstrąg marmurkowy, pstrąg potokowy, pstrąg alpejski i lipień to ryby pływające w tutejszych krystalicznie czystych wodach. Z dala od turystycznego zgiełku, Friuli-Wenecja Julijska jest prawdziwym rajem dla miłośników wędkarstwa muchowego i spinning, oferując odcinki rzek i jezior zarezerwowanych wyłącznie dla uprawiających catch&release. Ważnym punktem odniesienia dla osób pragnących rozkoszować się perłami regionu przy zachowaniu pełnego bezpieczeństwa, bez wątpienia może być profesjonalny przewodnik wędkarski. Od wyboru najlepszego miejsca na załatwienie licencji i zezwoleń połowowych, przez profesjonalny sprzęt, aż po odpowiednie podejście, które sprawi, że dzień będzie niezapomniany. Od wiosny 2024 roku jest dostępna związana z tym tematem strona internetowa z oferowanymi pakietami all-inclusive: www.turismoFVG.it/it/fishing.

Trekking

Wszystkim tym, którzy kochają spędzać wolny czas na łonie przyrody, Friuli-Wenecja Julijska oferuje liczne możliwości praktykowania tej pasji w różnorodnych miejscach szczytujących się malowniczymi widokami.

Trasy wielodniowe i transgraniczne

- **Via Alpina**, żółta trasa biegnąca od Triestu przez Kras, Alpy Karnickie i Alpy Julijskie, by dotrzeć ostatecznie do Alp Allgäu w Niemczech
- **Szlak alpejsko-adriatycki** łączy Karyntię, Słowenię i Friuli-Wenecję Julijską w 43 etapach i prowadzi od podnóża najwyższej góry Austrii, Großglockner, przez najpiękniejsze pojezierza i regiony górskie Karyntii i Słowenii, aż do morza
- Adriatyk w **Muggia**, niedaleko Triestu
- **Le Montanerie**: trasa turystyczna, która wiedzie wzdłuż pierwszego górskiego pasma prowincji Pordenone, przez lasy i tarasy, na których wznoszą się wioski i osady, prawdziwe klejnoty spontanicznej architektury
- Pętla **Dolomitów Friulskich**, wpisana na listę światowego dziedzictwa UNESCO, cztery etapy na cztery schroniska górskie, trasa trekkingowa wiodąca

przez malowniczą okolicę regionalnego Parku przyrody Dolomitów Friulskich

- Szlak Alta Via w **Forni di Sopra**, pięć dni trekkingu między schroniskami i alpejskimi casere osadzonymi w wilderness kotliny w Forni di Sopra
- Drogą przez alpejskie pastwiska: **Made**, ścieżka trekkingowa łącząca Sappada z Tarvisio i biegnąca na odcinku 144 km wzdłuż długiej i wyrazistej głównej grani karnickiej, łącząc alpejskie pastwiska, obiekty agroturystyczne i schroniska górskie po stronie włoskiej i austriackiej
- **Sentiero Italia**: odkrywanie nieskażonego dzikiego piękna Krasu podczas długiej podróży prowadzącej przez Włochy.
- **Julius Kugy Trail**: trasa prowadząca śladami kozic, bogata w wyprawy przyrodnicze, przez żelazne drogi, tzw. ferraty i szlaki alpinistyczne, zawdzięczająca nazwę poecie i pisarzowi z Alp Julijskich, Juliusowi Kugy.
- Spacer z **czworonożnymi przyjaciółmi**: dog trekking w Fusine w Alpach Julijskich lub w Prealpach Julijskich, jazda konna w Carnia lub malowniczy step Magredi – trasy jeździeckie, jazda na grzbiecie osiołków i trekking.

W dzień

- **Jezioro Barcis**, **Jezioro Sauris** i **Jezioro Cavazzo**, szmaragdowe zielone wody otoczone alpejskimi szczytami
- **Jeziora Fusine**, przepiękne akweny zanurzone w królestwie jeleni, kozłów, rysi i niedźwiedzi
- **Z góry Matajur** rozpościerają się malownicze widoki na całą Friuli-Wenecję Julijską
- Źródła rzeki Piawa, **Sappada**: wędrówka piesza, rowerem lub samochodem (w okresie letnim), aby dotrzeć do źródeł świętej rzeki ojczyzny u podnóża góry Peralba 2037 m
- Mozaikowa Nić w **Tramonti di Sotto**, rozpoczęte w 2015 roku dzieło z dekoracyjnego kamienia, które wije się wzdłuż ulic i domów historycznego centrum, zainspirowane żywiołami przyrody, lokalnymi legendami i tradycjami
- **Poffabro**, gdzie cisza przywodzi na myśl starożytne klimaty wśród drewnianych balkonów i ścian z ciosanego kamienia
- Paulo, wioska alpinistów **Malborghetto**
- Valbruna **Pesariis**, kraina zegarków

Wyżej i wyżej

- **Campanile di Val Montanaia**, symbol alpinizmu w Dolomitach Friulskich
- **Klify w Trieście** Dla najmłodszych

Sporty wodne

Sporty wodne

- **Rafting** lub kajakarstwo na rzece **Fella** i **Tagliamento**, króla Alp
- **Canyoning** dla początkujących, średnio zaawansowanych lub doświadczonych, górskie ukształtowanie regionu Friuli-Wenecja Julijska tworzy spektakularne wąwozy, które można zwiedzać w pełni bezpiecznie

Jaskinie

- Z **przewodnikiem speleologicznym** możesz bezpiecznie zgłębiać tajemnice jaskiń w Pradis i Villanova, Giovanni d'Antro, Merlino i Fontanon Goriuda
- Z rodziną i dziećmi w turystycznych grotach, spędzając czas na obserwowaniu stalaktytów i stalagmitów: **Grotta Gigante** (jedna z największych jaskiń turystycznych w Europie) i **Torri di Slivia** na triesteńskim Krasie, jaskinie **Pradis w Val d'Arzino** i **jaskinie Villanova w Prealпах Julijskich**

Dla najmłodszych

Liczne muzea w całym regionie.

- Liczne muzea w całym regionie. Pierwsze kroki i pierwsze emocje wśród drzew **Dolomiti Adventure Park** w **Forni di Sopra**, parku rozrywki w **Sella Nevea** i **Rampy Park** w **Piancavallo**, parki rozrywki **Madessa** w **Ravascletto** i w **Tarvisio** z **zipline**
- Miasteczko Krasnali w **Sappada**: ponadto, w rejonie **Parco Daini** wioska z domkami i gramiami dla najmłodszych

Zero metrów nad poziomem morza

- Przybrzeżne ławice i równiny błotne, piaszczyste jezory wylaniające się z **lagun Grado i Marano**
- **Birdwatching** i **fotografowanie przyrody** w lagunach Grado i Marano, gdzie wśród starych budynków i objętych ochroną oaz istnieje świat zamieszkiwany przez 320 różnych gatunków osiadających okresowo 100 tysięcy okazów
- **Najstarszy we Włoszech Rezerwat morski Biosfery UNESCO w Miramare**, warty poznania podczas nurkowania z przewodnikiem



Jeziora

Szczyty Alp Karnickich kryją malownicze alpejskie jeziora, do których można dotrzeć wieloma ścieżkami, na przykład przez jeziora Bordaglia, Avostanis, Mediana, Tarond i Crasulina.

- **Kajaki** na jeziorach **Predil**, **Barcis** i **Sauris**, windsurfing, żaglówki, czy też rowery wodne na jeziorze **Cavazzo**

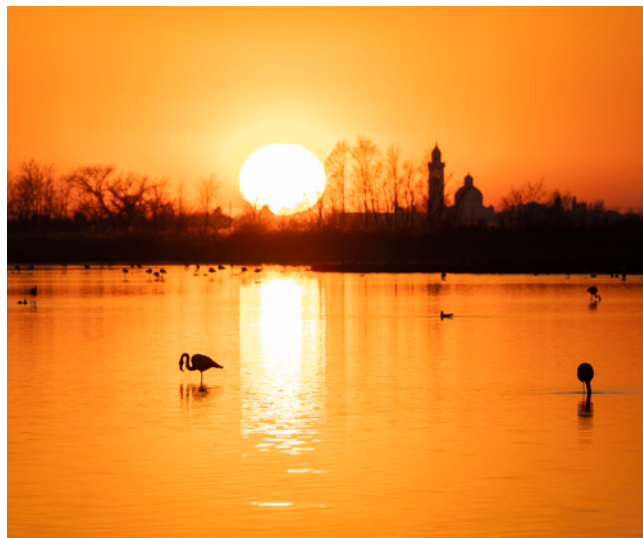
Morze

- 130 km rozbudzającego emocje wybrzeża: leniwe spływy kajakowe lub na deskach SUP kanałami laguny, przecinając fale i wiatr na deskach windsurfingowych i kitesurfingowych, żeglowanie lub odkrywanie fascynującego życia morskiego podczas nurkowania **lub snorkeling**

Liczby



- **2** parki
- **3** obszary chronione
- **13** rezerwatów przyrody
- **37** biotopów
- Dolomity Friulskie są na liście światowego dziedzictwa UNESCO od UNESCO od **2009** roku
- Szlak alpejsko-adriatycki z **43** etapami przez **3** kraje
- Park Przyrody w Prealpach Julijskich
- Rezerwat biosfery MAB UNESCO
- MADE **9** etapów pieszych lub **7** na rowerze. **144 km** grzbietu karnickiego
- ponad **50** czynnych pastwisk alpejskich i **35** schronisk górskich i turystycznych



FVG Outdoor

FVG Outdoor: od wiosny 2024 roku na stronie internetowej (www.turismoFVG.it/active) nowa sekcja Active: trekking, sporty wodne, latanie (paralotnie i lotnie), bike, climbing i adrenalina, OutdoorActive: od wiosny 2024 roku wprowadzono nowe szlaki trekkingowe (góry, morze, terytorium UNESCO Dolomitów Friulskich i Mab UNESCO Alp Julijskich).



Wioski i perły sztuki

Ziemie i tradycje do powolnego odkrywania.

Zazdrosne strażniczki tradycji zatopione w starożytnej kulturze i profesjach ożywających pod dotykiem rzemieślników. Wioski w Friuli-Wenecji Julijskiej oferują możliwość poznania regionu dzięki niepowtarzalnym krajobrazom i szlakom zanurzonym w przyrodzie wśród sielskich krain, warsztatów, tajemniczych zamków i antycznych młynów, w których czas wydaje się stać w miejscu.

Wioski i tradycje warte odkrycia

- **13 najpiękniejszych włoskich wiosek w regionie Friuli-Wenecja Julijska:** Clauiano, Cordovado, Fagagna, Gradisca d'Isonzo, Palmanova, Poffabro, Polcenigo, Sappada, Sesto al Reghena, Strassoldo, Travesio, Valvasone Arzene, Venzona
- **Sacile, „ogród Serenissima”** to wyjątkowe połączenie ziemi i wody, które znajduje swój wyraz w alejkach, mostach i szlachetnych kamienicach, w których można odkryć czar renesansowej architektury w weneckim wydaniu
- **Willa Manin w Passariano**, wenecka willa w stylu palladiańskim, gdzie Napoleon podpisał Traktat w Campoformido. Aktualnie odbywają się w niej międzynarodowe wystawy
- Średniowieczny **Zamek** w **Ragogna**, siedziba Scriptorium Foroiuliense, jednej z niewielu szkół skrybów we Włoszech
- **Forni di Sotto, Lauco, Ravascletto, Raveo, Sauris** to autentyczne wioski **regionu Friuli-Wenecja Julijska**, dumne strażniczki architektury i tradycji w antycznym stylu
- **Val Resia** i jej nienaruszony od niemalże 15 wieków język, tradycje i folklor
- **7 wiosek oznaczonych „Bandiera Arancione”** przez Touring Club Italiano: **Andreis, Barcis, Cividale del Friuli, Maniago, Frisanco, San Vito al Tagliamento i Sappada**
- 4 fascynujące **„Historyczne wioski morskie”** w regionie Friuli-Wenecja Julijska: **Grado, Marano Lagunare, Muggia i Duino Aurisina**



Liczby

- **13** najpiękniejszych wiosek we Włoszech
- **7** wiosek oznaczonych „Bandiera Arancione” przez Touring Club Italiano
- **5** autentycznych wiosek
- **4** wioski rybackie

Czy wiesz, że...

- **Albergo Diffuso**, dosłownie „rozproszony hotel”, to forma gościnności wywodząca się z Friuli-Wenecji Julijskiej i przybliżająca turystom typowy charakter okolicy, akcentując przy tym obszary wiejskie w kontekście wszystkich ich walorów środowiskowych i kulturowych.
- W **Muggia**, miasteczku rybackim z silnym wpływem Serenissima, można zwiedzić najstarszą w Europie fabrykę gąbek Rosenfeld
- W **Duino** dominuje wychodzący na morze zamek usytuowany na wysokich klifach oraz ścieżka Rilkego z widokiem na Adriatyk i prowadząca do Sistiana, skąd czerpali inspirację poeci i pisarze tacy jak D'Annunzio, Twain i rzecz jasna, Rainer Maria Rilke.
- **Venzona** zyskała w 2017 roku miano najpiękniejszej z wiosek
- W 2022 roku **Sauris** otrzymała wyróżnienie Best Tourism Village

Od Alp po lagunę: odkrywanie terytorium na dwóch kółkach

Aż 1400 kilometrów ścieżek rowerowych, z których ponad 800 dostępnych i prowadzących przez rzeki i potoki, przecinających wsie i lasy, antyczne wioski i typowe dla tych terenów krainy, oddając się 360-stopniowej turystyce skierowanej na ekologię i zrównoważony rozwój.

Szlaki w tempie slow na tle malowniczych pejzaży i winnic, idealne dla rodzin i miłośników autentycznych smaków, zatopione w przyrodzie podjazdy i zjazdy na siodółku mountain bike, urzekające drogi i góry znane z Giro d'Italia, wśród których na szczególną uwagę sportowych miłośników kolarstwa wyścigowego zasługuje dostępny przez cały rok podjazd Zoncolan.

I wreszcie, obok najslawniejszej trasy rowerowej Alpe Adria, przecinającej region od gór do laguny, a także jego historię, kulturę i tradycje, jednej z najczęściej nagradzanych tras w Europie, istnieją jeszcze inne równie ważne, niektóre całkowicie oznaczone na mapach, a inne na etapie oznaczania. Friuli-Wenecja Julijska jest



jednym z niewielu regionów posiadających regionalny Plan mobilności rowerowej (Premoci), który przewiduje 10 tras rowerowych: w dążeniu do zrównoważonego rozwoju i ekologii, pięć z nich wyznaczono już dla turystyki. Z tras rowerowych odchodzi około 60 pętli pozwalających odkryć wiejskie krainy, miasta sztuki, miejsca wpisane na listę UNESCO i dziewiczą przyrodę. Friuli-Wenecja Julijska oferuje nieograniczone możliwości przez 365 dni w roku: od rowerów wyścigowych po gravel bike, od fat bike po MTB, od rowerów miejskich po modne city bike, a przy tym odpowiednie dla każdego trasy.

Możliwa przez cały rok, emocjonująca przejażdżka rowerem od Alp po Adriatyk

Wielodniowe trasy rowerowe. Każdy etap można pokonać mniej więcej w ciągu jednego dnia

TRASA ROWEROWA ALPE ADRIA (FVG1) to fascynująca trasa transgraniczna, łącząca Salzburg z Grado, przecinająca granicę Alp i prowadząca do Adriatyku. Trasa, która prowadzi przez 2 miejsca wpisane na listę UNESCO (Palmanova i Aquileia) i 2 najpiękniejsze wioski we Włoszech (Venezia i Strassoldo). Etapy we Włoszech to Tarvisio – Venezia – Udine – Grado. **Całkowita długość 415 km, z czego 175 km na terenie FVG i 810 m na jej maksymalnej wysokości.**

TRASA ROWEROWA ADRIATYKU (FVG2) Jest częścią europejskiego szlaku rowerowego Morza Śródziemnego (EuroVelo 8), który rozpoczyna się z Hiszpanii i kończy w

Atenach. Obejmuje 7600 km. W Friuli-Wenecji Julijskiej odpowiada odcinkowi AdriaBike (aktualnie objętemu projektami Interreg), który rozpoczyna się w Słowenii (Kranjska Góra) i schodzi do Gorycji, a następnie do Triestu, kontynuując przez Padwę i Rawennę w kierunku Wenecji. AdriaBike to końcowy punkt trasy rowerowej Monachium-Wenecja. W Friuli-Wenecji Julijskiej łączy Lignano Sabbiadoro z Triestem: szlak wzdłuż linii brzegowej przez jedno z miejsc wpisanych na listę UNESCO (Aquileia) z możliwością przejazdu niektórych odcinków na łodziach przystosowanych do przewożenia rowerów. Odcinki: Wenecja – Caorle – Lignano Sabbiadoro – Grado – Triest. **Całkowita długość od Wenecji 260 km, z czego 136 km przez FVG.**

TRASA ROWEROWA PO TERENACH PODGÓRSKICH (FVG3)

Trasa rowerowa biegnie wzdłuż podnóża Alp, prowadząc przez wioski, krainy o typowej kamiennej architekturze wiejskiej i uprawy winorośli, z których produkowane są cenione wina Grave, Colli Orientali del Friuli i Collio. Trasa ma niewielką różnicę wysokości, a kształtują ją ścieżki rowerowe, łatwe do przemierzenia drogi nieutwardzone i drogi o ograniczonym ruchu. Trasa rozpoczyna się w miejscowości Sacile, którą łączy z trasą rowerową Monachium-Wenecja rzeka Meschio (Sacile-Vittorio Veneto), a kończy w Gorycji połączonej z AdriaBike. Przejazd przez obiekt wpisany na listę UNESCO w Cividale del Friuli. Odcinki: Sacile – Maniago – Gemona del Friuli – Cividale del Friuli – Gorycja. **Całkowita długość 180 km.**

TRASA ROWEROWA TAGLIAMENTO (FVG6)

Trasa rowerowa biegnąca po dwóch stronach rzeki Tagliamento, królowej europejskich rzek alpejskich ze względu na swoje walory. Turysta rowerowy może

podziwiać różnorodne krajobrazy, od Alp Karnickich po morenowe wzgórza w San Daniele del Friuli i równinę friulską, na morzu w Lignano Sabbiadoro kończąc. Cechą szczególną tej trasy rowerowej są składające się na nią dwa równoległe tory oddzielone rzeką i tworzące obszerną pętlę, którą można przemierzyć w 6 dni, przejeżdżając przez różne terytoria i odprowadzając samochód z powrotem do punktu początkowego. Odcinki wzdłuż prawego brzegu Tolmezzo – Spilimbergo – San Vito al Tagliamento – Lignano Sabbiadoro. Całkowita długość trasy po prawej stronie 142 km. Odcinki wzdłuż lewego brzegu Tolmezzo – San Daniele del Friuli – Codroipo – Lignano Sabbiadoro.

Całkowita długość trasy po lewej stronie 146 km.

Z Tolmezzo można jechać wzdłuż rzek, But i Degano, dwóch dopływów rzeki Tagliamento, podążając dwiema ścieżkami rowerowymi tworzącymi krótką ścieżkę rowerową Carnia (FVG8), która przecina stanowiska archeologiczne i Geopark Alp Karnickich.

FAMILY

Do Friuli-Wenecji Julijskiej można przyjechać z rodziną na bezpieczne przejażdżki rowerowe. Poniżej przedstawiono wybór chronionych szlaków na wycieczki rowerowe dostosowane do potrzeb dzieci od 10 roku życia, którym towarzyszą rodzice.

- **Pętla w Grado** (ok. 11 km)
- **Pętla w Val Saisera** (ok. 19 km)
- **Pętla w Rogge** (ok. 36 km)
- **Trasa Triest – Draga Sant’Elia** i z powrotem (ok. 21 km)
- **Trasa Maniago – Cavasso Nuovo** i z powrotem (ok. 15 km)
- **Trasa Tolmezzo – Zuglio – Arta Terme** i z powrotem (ok. 19 km)

Nieopodal San Daniele del Friuli, na położonej w Friuli-Wenecji Julijskiej wyżynie Monte Prat (Forgaria nel Friuli), znajduje się szkoła jazdy terenowej dla dzieci w wieku od 6 lat, którą prowadzi były mistrz kraju.



Mountain bike

Doświadczanie natury na siodełku mountainbike to intensywne doświadczenie, w trakcie którego na rowerzystę czekają podjazdy, zjazdy, nieutwardzone drogi i liczne niespodzianki, ale też okazje za każdym zakrętem.

- **MADE BIKE** trasa wzdłuż Alp (Alpy Julijskie i Karnickie) na granicy z Austrią
- „**4valli Trail**” trasy w Alpach Karnickich
- **Doliny rzeki Natisone i Torre** trasy gravity

Food&Wine

Trasy rowerowe i pętle przecinają terytoria bogate w wino i zasoby rolno-spożywcze. Poniżej zamieszczono wybór pętli dla wyjątkowego doświadczenia jedzenia i wina przy okazji wycieczki rowerowej.

- **Pętla Collio-Brda** – trasa transgraniczna między winnicami w Collio i Brda
- **Pętla Ribolla Gialla di Rosazzo** – trasa pośród winnic strefy DOC Colli Orientali w Friuli
- **Pętla San Daniele** – trasa dedykowana surowej szynce
- **Pętla Montasio** – odkrywanie miejsca, z którego wywodzi się ser Montasio

Sportowe wycieczki rowerowe

Dla miłośników wyścigowych wyzwań rowerowych, Friuli-Wenecja Julijska jest regionem, który oferuje niesamowite możliwości sprawdzenia swoich sił na niżej wymienionych podjazdach Giro d'Italia:

- podjazdy na górę **Zoncolan** z Sutrio lub Ovaro w Alpach Karnickich, góra Ragogna w okolicy San Daniele del Friuli
- podjazd na wyżynę **Montasio** i na górę Lussari w Alpach Julijskich
- **Aviano – Piancavallo**
- **Cividale – Castelmonte**



Intermodalność

Friuli-Wenecja Julijska to region, który oferuje rowerzystom i sportowcom możliwość przemieszczania się środkami transportu publicznego wraz z rowerem; pociągi regionalne Trenitalia oferują przez cały rok rezerwowane miejsca na przewóz rowerów, a także połączenia kolejowe Udine-Cividale i Micotra. Pociąg kursuje dwa razy dziennie z Udine do Villach w Austrii, a także w soboty i niedziele z

Triestu do Villach; obie usługi są zarządzane przez operatora Kolei Udine-Cividale. W sezonie letnim oferta jest rozszerzona poprzez aktywację usług BICIBUS i BICI+BARCA (ROWER-BUS i ROWER+ŁÓDŹ), które łączą nadmorskie miejscowości Grado i Lignano Sabbiadoro z Triestem, Aquileia, Muggia i Marano Lagunare. Z Lignano można dotrzeć do Bibione, udając się na przystań na rzece Tagliamento.

Morze, wiatr, harmonia i pasja

Na odcinku 130 kilometrów wybrzeża, ponad 25 przystani, liczne baseny portowe i kluby żeglarskie, łącznie ponad 15 000 miejsc do cumowania. Friuli-Wenecja Julijska jest idealnym punktem wyjścia dla wszelkiego rodzaju łodzi i oferuje usługi na wysokim poziomie, z cumowiskami wyposażonymi nawet dla luksusowych jachtów, animacją na lądzie oraz wszelkiego rodzaju dogodnościami, w tym specjalistyczne stocznie oraz sieć branżowych firm i rzemieślników. Oferta żeglarska kurortów przystani jachtowych jest zróżnicowana i obejmuje usługi wellness, baseny, restauracje, suchą marinę, mobilne łodzie mieszkalne, house boat usytuowane w najróżniejszych kontekstach przyrodniczych.

W ciągu roku w regionie organizowanych jest ponad 100 ważnych wydarzeń żeglarskich, a największym z nich jest Barcolana: w drugą niedzielę października zatoka triesteńska przeistacza się w swoisty teatr największych regat na świecie. To magiczne połączenie konkurencji sportowych i imprezy „pop”, które przekształca Triest w europejską stolicę żeglarstwa. Spektakl, który wypełnia zatokę łodziami wszelkich rozmiarów, od supernowoczesnych motorówek po mniejsze żaglówki (www.barcolana.it). Święto morza i ziemi, podczas którego przez około dziesięć dni spotkania i wydarzenia skupiają się w stolicy Friuli-Wenecji Julijskiej.

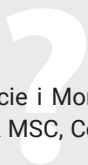
Liczby



- **25** przystani
- **15** tysięcy miejsc do cumowania
- **1** sieć portów turystycznych
- Ponad **100** imprez morskich żeglarskich rocznie
- **Barcolana** to najliczniej odwiedzane regaty na świecie
- **Bezpieczeństwo** dla żeglarzy w suchych marinach



Czy wiesz, że....



- Istnieją dwa centra rejsowe w Trieście i Monfalcone, homeport dużych statków, takich jak MSC, Costa Crociere i innych mniejszych firm
- W **Lignano Sabbiadoro** można pokusić się o ekscytujące i wyjątkowe doświadczenie, wynajmując floating homes, z kolei w Precenico, nad rzeką Stella, można leniwie pływać po kanałach Laguny na pokładzie houseboat
- Sucha **marina**, aby cieszyć się swoją łodzią na lądzie
- Wyspecjalizowane stocznie i świetna załoga posiadająca specjalistyczny know-how i wykwalifikowany personel
- Zrównoważone mariny – 12 przystani z międzynarodową niebieską flagą przyznaną przez Fee, **Foundation for Environmental Education**
- Pojazdy elektryczne, stacje ładowania akumulatorów, wykorzystanie energii odnawialnej
- Przystanie w Friuli-Wenecji Julijskiej stawiają na kwestie zrównoważonego rozwoju, promując w marinach projekty recyklingu żaglówek i poprawy lokalnej żywności i wina z udziałem produktów „**Io sono Friuli Venezia Giulia**” („Jestem Friuli-Wenecja Julijska”)

Regeneracja ciała i duszy

Przyjazd do Friuli-Wenecji Julijskiej oznacza również zatopienie się w oazie spokoju łączącej wielowiekową tradycję uzdrowisk i ziołolecznictwa z szerokim wachlarzem najnowocześniejszych technik.

Termy w Arta (Udine)

To starożytni Rzymianie odkryli lecznicze właściwości wody mineralnej, która ze źródła Pudia jest doprowadzana do term. W Carnia, zaledwie kilka kilometrów od Góry Zoncolan, czyste i balsamiczne powietrze, nieskażona przyroda i szczególnie korzystne położenie geograficzne i klimatyczne sprzyjające odzyskiwaniu energii tworzą idealne warunki do regenerującej siły kąpeli. Ośrodek Aquadea oferuje sesje estetyki, SPA, medycyny estetycznej, a także pałac wodny z basenami termalnymi dla całych rodzin oraz dużą strefę relaksu, sauny o różnych temperaturach, łaźnię turecką, prysznice chromatyczne i ścieżkę Kneipp'a. Jest przedmiotem gruntownego restylingu, na początku 2024 roku oddano do użytku nowy basen rekreacyjny i odnowiony dział inhalacji. Idealny na après ski lub na przerwę regeneracyjną w każdej porze roku.

www.termediarta.it

Łaźnie rzymskie w Monfalcone

W położonym u podnóża Krasu Monfalcone znajdują się Łaźnie Rzymskie, gdzie woda płynie naturalnie w temperaturze 38-39°. To istna termalna oaza wypoczynku i relaksu. Znane już od czasów rzymskich i położone niedaleko Aquileia, oferują szeroki zakres usług w zakresie rehabilitacji, pielęgnacji i regeneracji ciała.

www.termeromanedimonfalcone.it

Uzdrowiska w Friuli-Wenecji Julijskiej:

www.turismo.fvg.it/terme-e-wellness



Morskie uzdrowisko termalne w Grado

Talasoterapia, baseny z widokiem na morze i strefy rekreacyjne ze słoną wodą lub kąpiele piaskowe, to flagowe atrakcje morskiego uzdrowiska termalnego w Grado, kurortu uzdrowiskowego cieszącego się ogromnym uznaniem w czasach Imperium Habsburskiego i ośrodka słynącego z niezwykłych korzystnych właściwości dostępnych naturalnych składników. Termy, w których aktualnie prowadzone są ważne prace związane z przebudową i rozbudową, z planowaną renowacją części sanitarnej i rozwojem strefy SPA, oferują termalny park wodny i strefę gorącą, gdzie wykorzystuje się morską mgłę i biosaunę.

www.gradoit.it

Relaks nie tylko w uzdrowiskach

W całym regionie Friuli-Wenecji Julijskiej jest dostępnych wiele obiektów zakwaterowania turystycznego, takich jak kluby golfowe, zakłady winiarskie i przystanie usytuowane w naturalnych zatokach ze strefami wellness i spa, a niektóre z nich są otwarte dla gości lub są laureatami nagród za doskonałość..

Nature bathing, nurkowanie w lesie, winnice i aktywności górskie, idealne aby zregenerować ciało i umysł.



Meeting i kongresy, jakość i doskonałość

Friuli-Wenecja Julijska, położona w samym sercu Europy i obsługiwana przez lotnisko w Trieście, zaledwie godzinę drogi od międzynarodowych lotnisk w Wenecji i Lublanie, jest doskonałym miejscem na turystykę konferencyjną.

Region oferuje możliwość organizowania różnego rodzaju konwencji, spotkań i warsztatów o zróżnicowanej skali obłożenia, w licznych obiektach dysponujących nowoczesną infrastrukturą i usytuowanych w całym regionie, a także wiele okazji do team buildingu. Okalające, różnorodne krajobrazowo terytorium, od Adriatyku po Alpy, od miast sztuki po niezliczone winnice, jest wprost idealne dla osób pragnących połączyć pracę z planem wycieczek, okazjami do wypoczynku, relaksem i zakupami, szlakami oferującymi jedzenie, wino i atrakcje kulturalne.

Liczby



- **6 centrów kongresowych**
- **Łącznie 9.200 miejsc** (hotele, zamki, historyczne rezydencje, fascynujące lokalizacje i piwnice winiarskie)



TRIEST jest głównym ośrodkiem operacyjnym w sektorze turystyki konferencyjnej. To terytorium dysponujące licznymi innowacyjnymi ośrodkami badawczymi, start up'ami, centrami naukowymi i uniwersyteckimi. To idealne centrum, które łączy badania, innowacje, przemysł i kreatywność, a także oferuje najnowocześniejsze pomieszczenia i znakomitą bazę hotelową.

- **TCC, Trieste Convention Centre** – Nowe centrum kongresowe usytuowane w Starym Porcie miasta, oddane do użytku w 2020 roku i oferujące 1920 stanowisk. Jego 5 dodatkowych sal zwiększa całkowitą pojemność do 2834 stanowisk i 5 tysięcy m2 powierzchni wystawieniowej
- **Pałac Kongresowy Stacji Morskiej** – o pojemności do 500 miejsc
- **Area Science Park** – Dysponuje 15 salami, które mogą pomieścić do 500 osób
- **Portopiccolo Pavilion** – Dysponuje 6 salami, które mogą pomieścić 485 osób, dostosowanymi do potrzeb wszelkiego rodzaju imprez.

- **Centrum Kongresowe Targów w Udine** – Udine Konferencje – o powierzchni wewnętrznej 21 000 m2 i zewnętrznej 10 000 m2. Miejsce szczególnie nadającym się do organizacji dużych imprez, co czyni je imponującym i funkcjonalnym, jest nowoczesny Pawilon 6 o powierzchni 4000 m2.
- **Pałac Kongresów w Grado** – audytorium z 976 miejscami
- **Centrum Kongresowe Kursaal w Lignano** – wyposażona sala, która może pomieścić 500 osób
- **Centrum Kongresowe Targów w Pordenone**: do 3000 miejsc siedzących, z przestrzenią wystawienniczą podzieloną na 5 pawilonów, które mogą pomieścić do 4000 osób
- Oprócz tradycyjnej oferty obiektów hotelowych, dzielnic targowych, centrów kongresowych i sal konferencyjnych, istnieje możliwość organizacji imprez w starożytnych zamkach, **historycznych rezydencjach, fascynujących lokalizacjach i piwnicach winiarskich**
- **Usługa doradcza PromoTurismoFVG** jest bezpłatna i gwarantuje firmom, stowarzyszeniom, organizatorom spotkań oraz PCO (Professional Congress Organizer), jakość oferty dostępnej w obszarze organizacji imprez i kongresów www.turismoFVG.it/it/mice

Od Alp do morza, tysiąc twarzy golfa

Siedem tras położonych w malowniczych krajobrazach, otoczonych nieskażoną przyrodą i łagodnym klimatem przez cały rok. W Friuli-Wenecji Julijskiej golf ma smak odkrywania i wyzwania: od lasów Alp po Adriatyk, z trasami na wodzie laguny w Grado, prowadzącymi wzdłuż łagodnych zboczy pagórkowatego pasa, winnic i zamków w Goriziano

W regionie usytuowanym w odległości nieco ponad 100 kilometrów od gór, morza i wzgórz, siedem pól z 18 dołkami, rozmieszczonych równomiernie na całym jego obszarze, oferuje bogatą różnorodność naturalnych krajobrazów o rzadko spotykanym pięknie.

- Klub Golfowy w Grado
- Klub Golfowy w Trieście
- Golf & Country Club Zamek w Spessa
- Klub Golfowy Udine
- Klub Golfowy Pordenone
- Klub golfowy Bez Granic Tarvisio
- Klub golfowy Lignano Sabbiadoro
- Golf Club Sappada (9 dołków)

W 2022 roku w **Friuli-Wenecji Julijskiej** powstała sieć biznesowa Golfing, która łączy sześć pól golfowych rozmieszczonych na terenie całego regionu i biuro podróży. Została stworzona z myślą o zaoferowaniu miłośnikom golfa ustrukturyzowane i kompleksowe doświadczenie odkrywania terytorium poprzez jego tradycje, lokalne produkty i wszelkiego rodzaju działania, które mogą być prowadzone w Friuli-Wenecji Julijskiej.

Liczby

- **7 Locations, 18 holes** from the sea to the mountains
- **Friuli-Wenecja Julijska** is the flagship Region of "Italy Golf&More"



Friuli-Wenecja Julijska jest regionem stojącym na czele projektu współpracy „Italy Golf & More” 2022-2023-2024, krajowego porozumienia programowego, który w synergii z Narodową Agencją Turystyki – ENIT, Włoską Federacją Golfa oraz regionami Veneto, Piemont, Lombardia, Emilia-Romania, Toskania, Lacjum, Sycylia i Sardynia rozwija i promuje włoski system golfa na rynkach docelowych, scalając ofertę z atrakcjami kulturalnymi, winiarsko-gastronomicznymi i empirycznymi.

W 2023 roku w Rzymie zorganizowano 44. edycję Ryder Cup, trzecie najważniejsze wydarzenie sportowe na świecie.

Przystępny Region

Od 2012 roku PromoTurismoFVG oraz Regionalna Rada ds. osób niepełnosprawnych i ich rodzin Friuli-Wenecji Julijskiej biorą udział w projekcie „Region dla wszystkich”, którego celem jest zidentyfikowanie i pokonywanie barier, nie tylko architektonicznych czy sensorycznych, ale też informacyjnych i kulturalnych, dążąc do zapewnienia gościom wakacji i pobytu cechującego się przystępnością. Wszelkie informacje na temat dostępnych rozwiązań i usług można znaleźć na nowej dedykowanej stronie internetowej www.friuliveneziagiuliapertutti.it.

Od 2012 roku PromoTurismoFVG oraz Regionalna Rada ds. osób niepełnosprawnych i ich rodzin Friuli-Wenecji Julijskiej biorą udział w projekcie „Region dla wszystkich”, którego celem jest zidentyfikowanie i pokonywanie barier, nie tylko architektonicznych czy sensorycznych, ale też informacyjnych i kulturalnych, dążąc do zapewnienia gościom wakacji i pobytu cechującego się przystępnością.



Region zrównoważony

Od 2019 roku PromoTurismoFVG realizuje projekt zrównoważonego rozwoju na dwóch płaszczyznach: wewnętrznej, związanej ze „zrównoważonym” zarządzaniem podmiotu i jego ukierunkowaniem w perspektywie średnioterminowej oraz zewnętrznej, związanej ze strukturyzacją i promowaniem oferty zrównoważonych doświadczeń turystycznych, we współpracy i przy zaangażowaniu terytorium.

Podjęte działania pozwalają wprowadzić innowacje w zakresie wewnętrznych procesów organizacyjnych, optymalizując umiejętności i wzmacniając relacje z zewnętrznymi interesariuszami.

W 2023 roku został opracowany pierwszy raport zrównoważonego rozwoju. W roku 2024 będą nadal realizowane założenia przyjęte zarówno na poziomie firmowym (m.in. wdrożenie systemu monitorowania i analizy zużycia, cyfryzacja procesów itp.), jak i na poziomie regionalnym (rozwój i kwalifikacja zrównoważonych ofert turystyki, promowanie odpowiedzialnej turystyki, podnoszenie świadomości interesariuszy w zakresie zrównoważonego zarządzania wydarzeniami itp.)