

COMUNICATO STAMPA

## Vacanze senza confini nella Regione Internazionale del Lago di Costanza

Degustare un calice di bianco fruttato guardando il sole che tramonta sull'acqua; percorrere il lungolago in bicicletta, perdendosi tra stradine e villaggi; ammirare chiese, castelli e abbazie ricche di opere d'arte e dai rigogliosi giardini disseminate in quattro Paesi: Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein; raggiungere le vette alpine – magari d'inverno o all'inizio della primavera, quando ancora c'è la neve – e godere del magnifico panorama sul lago e le alture tutt'intorno; scoprire vere e proprie delizie del palato, come i pesci d'acqua dolce, i formaggi di montagna, mele, pere e ciliege questo e molto altro ancora si può fare nella Regione Internazionale del Lago di Costanza (*Bodensee* in tedesco), anche in una sola giornata. Grazie agli eccellenti collegamenti via strada, acqua e rotaia le tante città, i siti di interesse storico e le attrazioni turistiche sono infatti comodamente e velocemente raggiungibili. Preferibile è però concedersi un po' di tempo in più per scoprire la bellezza e la varietà della regione, uniche e dalle mille sfaccettature.

### Un'oasi verde e blu nel cuore d'Europa

Incastonato tra Germania del sud, Svizzera e Austria, e prossimo al Principato del Liechtenstein, circondato da paesaggi di rara bellezza e da una natura varia e rigogliosa, il lago di Costanza è il terzo lago d'Europa; un immenso e preziosissimo serbatoio naturale di acqua potabile con una superficie di 572 km<sup>2</sup> e 273 chilometri di rive. Il fiume Reno, che ne è il principale immissario, entra nella parte orientale del lago e scorre invisibilmente verso ovest, percorrendolo in tutta la sua lunghezza. Dopo circa 60 chilometri il Reno riprende il suo aspetto di fiume poco prima della cittadina svizzera di Stein am Rhein, per arrivare a formare, qualche chilometro dopo, le più grandi e spettacolari cascate d'Europa vicino a Sciaffusa: una massa impressionante di 700 metri cubi d'acqua che precipita ogni secondo per 23 metri d'altezza e 150 metri d'ampiezza, regalando uno spettacolo insolito e affascinante. Ovunque dominano il blu dell'acqua e il verde della natura. Il Bodensee è tra l'altro famoso per i suoi paesaggi e i meravigliosi giardini. Quando si è qui, una tappa d'obbligo è visitare **Mainau**, conosciuta anche come "isola dei fiori": un'oasi dove, grazie al clima mite del lago, prosperano 60 lussureggianti giardini, che ospitano anche piante esotiche come palme, alberi di limone, banane e buganvillea ([www.mainau.de](http://www.mainau.de)).

## Storia e tradizioni tutte da scoprire

Fin dai tempi dei celti, dei romani e degli alemanni il lago è stato un fondamentale snodo per gli scambi e i commerci. Ancora oggi, la macroregione del Lago di Costanza è parte di quattro Paesi, di cui rispecchia le tante tradizioni e le diverse culture. Le testimonianze della sua ricca storia si incontrano ancor oggi praticamente ovunque, sia nelle località più raccolte, sia in quelle più popolose e conosciute. **Costanza**, la città più grande del Bodensee, vanta un centro storico fatto di piccole stradine medievali e casette storte – il *Niederburg* – antichi palazzi e un'imponente cattedrale. Anche **Lindau**, il cui delizioso centro storico si trova su un'isola collegata alla terraferma da un ponte, è famosa per i suoi edifici, i rigogliosi giardini e l'incantevole porto sul lago. **Bregenz**, capoluogo del Vorarlberg, si staglia elegante fra monti e lago, ed offre un affascinante mix di cultura – famosissimo è il suo Festival Operistico che si tiene ogni estate – divertimento, shopping e natura. Nel Principato del Liechtenstein, la capitale **Vaduz** si raccoglie sotto al celebre castello principesco. Fra le tante cittadine più piccole si possono ricordare **Wasserburg**, antico villaggio di pescatori divenuto stazione climatica d'eccellenza e **Meersburg** con i suoi castelli, i giardini a terrazza sul lago e i vigneti. La regione ospita anche tre eccezionali siti UNESCO: l'isola monastica di **Reichenau** con le sue tre chiese romaniche e il complesso abbaziale di **San Gallo** – considerate culle della civiltà e della spiritualità europee – e i **resti palafitticoli preistorici dell'arco alpino**, risalenti alla preistoria e rinvenuti in molte stazioni svizzere e tedesche attorno al lago e nelle sue acque. I musei e i centri espositivi delle diverse cittadine del territorio espongono questi reperti affascinanti – come a Unteruhldingen, dove si trova il *Museo delle Palafitte*, dove sono state ricostruite 23 abitazioni su palafitte del neolitico e dell'età del bronzo.

## Sport, divertimento e relax tra le Alpi e il Lago

La regione del Lago di Costanza è un paradiso per chi ama la vita attiva. Gli appassionati di sport acquatici possono scegliere se cimentarsi, ad esempio, con lo sci d'acqua, il surf o la vela, mentre chi preferisce la terraferma troverà moltissime possibilità di gite ed escursioni, anche impegnative, nelle località alpine dell'area dalla primavera all'autunno e di attività con gli sci o le racchette da neve nella stagione invernale – per esempio nel Vorarlberg, in Svizzera o nel Principato del Liechtenstein. La ciclabile lungo il lago, che con i suoi 273 chilometri di percorso non si stacca quasi mai dalle rive, è uno degli itinerari più famosi fra gli appassionati di cicloturismo, e le aree montane e premontane offrono sentieri interessanti per chi preferisce la mountain-bike. La regione è anche conosciuta per i suoi numerosi campi da golf. E dopo l'attività sportiva ci si può rilassare scegliendo fra le molte proposte benessere, dagli spa hotel alle strutture termali di alto livello.

## Un paradiso per gourmet e amanti del vino

La regione del Lago di Costanza è internazionalmente conosciuta per i suoi **vini** e per la varietà e qualità dell'offerta gastronomica. Un terreno diversificato nella composizione e un clima mite sono il presupposto per la coltivazione della vite, iniziata qui 1.200 anni fa: diverse sono le tipologie di vini che vengono prodotti, ma le varietà sicuramente più famose sono il *Müller-Thurgau* – che è nato qui – e lo *Spätburgunder*, o Pinot Nero. Non va però dimenticata la **birra**: nell'entroterra della regione del Lago di Costanza si contano circa 23 birrifici. La località di Tettwang, ad esempio, è conosciuta per il suo "oro verde", o luppolo, considerato uno dei migliori al mondo, a cui è dedicato qui anche un museo. Le varie specialità culinarie della regione differiscono di Paese in Paese, ma sono tutte accomunate dalla qualità dei loro ingredienti freschi e genuini. Oltre ad avere una lunghissima tradizione, la coltivazione di viti e alberi da frutta è tuttora molto diffusa, e a partire dall'estate vigneti e frutteti iniziano a trasformare il paesaggio con i loro colori e i loro profumi: il rubino delle piantagioni di ciliegie, il rosso dei meleti, il viola scuro delle coltivazioni di prugne e il profumo inconfondibile delle pere Williams. Fra le specialità regionali vi sono poi il pesce, come il lavarello o la lucciopeca del Lago di Costanza, formaggi, vini e distillati di pregio, serviti indistintamente sia nelle tradizionali trattorie a gestione familiare, sia nei ristoranti più famosi.

## Eventi per tutte le stagioni

Ogni stagione ha la sua bellezza sul Lago di Costanza: dalla primavera profumata all'estate gioiosa e spensierata, fino all'autunno dai mille colori e alle atmosfere ovattate e tranquille dell'inverno. Tra gennaio e marzo, in tutta la regione si celebra il **Carnevale** di rito svevo-alemanno – che qui chiamano *Fasnacht* – con cortei, sfilate e processioni di maschere raffiguranti folli, streghe e demoni, che, come vogliono tradizioni a volte antichissime, scacciano il freddo e la brutta stagione. Durante tutta l'estate festival e momenti di festa e allegria si susseguono uno dopo l'altro lungo il lago e nelle zone limitrofe: celebri in tutta Europa sono i *Bregenzer Festspiele*, o **Festival Operistico di Bregenz**, che ogni anno, tra luglio e agosto, trasforma la cittadina del Vorarlberg in un vero e proprio palcoscenico a cielo aperto, con un programma che prevede concerti, pezzi teatrali e gli spettacoli d'opera, condotti sul più grande palcoscenico galleggiante al mondo. Importanti sono anche il **Festival di San Gallo**, dedicato ogni anno dalla fine di giugno all'opera, e la settimana di **celebrazioni del Principato**, che si tiene in Liechtenstein intorno alla metà di agosto e culmina con spettacolari fuochi d'artificio. L'**autunno** è dedicato alle feste del raccolto e del vino, che si tengono un po' ovunque nella regione, o le settimane delle mele, che celebrano il famoso frutto del Bodensee. Quando, infine, arriva l'inverno e l'atmosfera dei luoghi diventa più tranquilla e contemplativa, sul Lago di Costanza inizia un periodo particolarmente suggestivo. I tanti **mercatini di Natale**, allestiti attorno al lago e nelle vicine regioni alpine, offrono

oggetti d'artigianato, prodotti regionali ed anche un programma di intrattenimento variegato, per la gioia di grandi e piccoli.

## **Ovunque, comunque: l'eccellente rete di trasporti della regione del Lago di Costanza**

Esplorare la regione internazionale del Lago di Costanza è facile anche grazie agli eccellenti collegamenti via terra, acqua e rotaia disponibili in tutta l'area. La famosa *Weißer Flotte*, o flotta bianca, della Bodenseeschiffahrt collega praticamente ogni località del Bodensee, offrendo anche crociere tematiche e veri e propri tour. Tra Costanza e Friedrichshafen è attivo un veloce servizio di catamarano, mentre gli autotraghetti collegano regolarmente Costanza con Meersburg e Friedrichshafen con Romanshorn. I Paesi della regione sono collegati fra loro anche da frequenti servizi di autobus e corse in treno: con il Bodensee Ticket si può viaggiare sui bus, i treni e su due collegamenti in traghetto per muoversi fra Germania, Austria e Svizzera evitando lo stress della guida. Chi vuole regalarsi un viaggio davvero speciale, può scegliere di partire a bordo di un moderno Zeppelin dalla cittadina di Friedrichshafen, e sorvolare il lago e le montagne circostanti. Le vette Pfänder in Austria e Säntis in Svizzera, infine, possono essere comodamente raggiunte in cabinovia.

## **La regione internazionale del Lago di Costanza**

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

## **Come arrivare**



*Dalla stazione di Milano Centrale **Trenitalia e Ferrovie Federali Svizzere** offrono diversi collegamenti giornalieri diretti per Zurigo, operati con comodi Eurocity di ultima generazione e prenotabili su [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com) in modalità ticketless. Il tempo di percorrenza della tratta, grazie alla nuova galleria di base del Monte Ceneri in Ticino, è ora di 3 ore e 17 minuti. Da Zurigo si raggiungono poi in meno di un'ora diverse mete nella regione del Lago di Costanza. (Svizzera.it/intreno). Per informazioni attuali sui viaggi sulle Ferrovie Federali Svizzere in tempo di Coronavirus, consultare il sito:*

<https://www.sbb.ch/it/tempo-libero-e-vacanze/viaggiare-europa/corona-viaggi-internazionali.html>. La regione internazionale del Lago di Costanza è inoltre facilmente raggiungibile dall'Italia in automobile, o in autobus e in aereo.

## **Internationale Bodensee Tourismus GmbH**

L'IBT GmbH (L'Ente Turistico Internazionale del Lago di Costanza) è l'organizzazione internazionale che raggruppa enti turistici della Regione Internazionale del Lago Costanza, compresa tra Germania, Svizzera, Austria e Principato del Liechtenstein. I partner di progetto per il posizionamento internazionale della macroregione sono: Deutsche Bodensee Tourismus GmbH, Landkreis Bodenseekreis, Regio Konstanz-Bodensee-Hegau, Landkreis Lindau, Ravensburg Tourismus, St. Gallen-Bodensee Tourismus, Liechtenstein Marketing e il Bodensee-Vorarlberg Tourismus.

## **Sito e materiali informativi**

Per scaricare online o visionare il materiale informativo della regione in lingua italiana è disponibile il sito: [www.lagodicostanza.eu](http://www.lagodicostanza.eu).

Per ricevere materiale informativo sulla regione in italiano:  
[www.bodensee.eu/it/prenota-servizio/servizi/brochure](http://www.bodensee.eu/it/prenota-servizio/servizi/brochure)

## **Bodensee Card PLUS**

La Bodensee Card PLUS permette di acquistare, in una volta sola, il biglietto per più di 160 attrazioni distribuite in tutta la regione internazionale del Lago di Costanza. La Card è disponibile in versione di 3 o 7 giorni, spalmabili lungo tutto l'arco dell'anno. Per ulteriori informazioni: [www.bodensee-card.eu](http://www.bodensee-card.eu)

Per consultare la guida in formato PDF in lingua inglese per l'anno 2021:  
[https://www.bodensee.eu/bcp/erlebnisplaner-2021\\_en.pdf](https://www.bodensee.eu/bcp/erlebnisplaner-2021_en.pdf)

## **L'Ente Turistico del Lago di Costanza:**

### **Internationale Bodensee Tourismus GmbH**

Hafenstraße 6

D-78462 Costanza

[www.lagodicostanza.eu](http://www.lagodicostanza.eu)

**Immagini della destinazione possono essere scaricate direttamente al link:**

<http://www.bodensee.eu/de/pressebereich/pressebilder>

**Per ulteriori informazioni su questo comunicato contattare:**

### **ABC PR CONSULTING**

Via Castelvetro 33, 20154 MILANO

Ph. +39 02 83527768 [www.abc-prc.com](http://www.abc-prc.com) - Chiara Bartoli - [c.bartoli@abc-prc.com](mailto:c.bartoli@abc-prc.com), Mob. +39 345 4569748