

Tour a Merano e dintorni. *“Il più bel paesaggio che io abbia mai visto! Cielo, Milena, se solo lei fosse qui...”* affermava entusiasta **Franz Kafka**, che a **Merano** soggiornò nel 1920 per curarsi, rivolgendosi all'amica **Milena Jesenskà**.



Aria buona senz'altro, ma forse anche con un **tocco di magia** e di **romanticismo**, verrebbe da aggiungere... Già, perché il **fascino di Merano** ha sempre colpito **artisti, letterati, esponenti di sangue blu** (e, naturalmente, comuni mortali). Basti pensare all'**Imperatrice Sissi**. È il 16 ottobre 1870 quando gli **“Schützen”** in costume del Burgraviato fanno ala lungo le vie del centro, i bimbi sventolano bandierine, mentre l'intera città di Merano attende l'arrivo dell'**imperatrice d'Austria**, alla sua prima visita in **Tirolo**.



L'**imperatrice Elisabetta** trascorre quattro soggiorni a **Merano**, due dei quali, la prima volta nel 1870 e la seconda nel 1889, a **Castel Trauttmansdorff**. I suoi **meravigliosi Giardini** e il **Touriseum**, il museo provinciale del turismo ospitato all'interno del castello, attirano ogni anno **tantissimi visitatori**. Molti di questi, attratti dal luogo e dagli appartamenti in cui un tempo soggiornò **Elisabetta d'Austria**. In memoria dell'**illustre ospite**, dal 2008 **Castel Trauttmansdorff** ospita una **piccola mostra** permanente con **oggetti appartenuti all'imperatrice**. Anche nel giardino non mancano i **ricordi legati a Sissi**, che amava fare lunghe passeggiate ed escursioni. Nel **bosco di Roverelle**, Elisabetta fece realizzare dei **sentieri** cosparsi di ghiaia che gli ospiti di Trauttmansdorff possono percorrere ancora oggi.



Panorama di Merano, foto di Hannes Niederkofler

Tra architetture e passeggiate, tour a Merano e dintorni

Un tour a Merano e dintorni è garanzia di una vacanza indimenticabile. Complici il **clima mite** (un unicum nella regione, che consente la presenza di **vegetazione mediterranea e alpina**) e le **specialità eno-gastronomiche**. E ancora le **terme** e la **posizione strategica**, ottima per organizzare **escursioni di grande interesse**. Chi la chiama “**Nizza del Sudtirolo**”, chi “**terrazzo al sole dell'impero austro-ungarico**”; quel che è certo è che si trova immersa in un **paesaggio e in un ambiente particolarmente gradevole**. Tra castelli e residenze nobiliari, frutteti, vigneti e cime che la proteggono dai rigori invernali.



Duomo di S. Nicolò, Merano

Un tour a Merano e dintorni inizia dalla sua parte più antica, il **centro storico** della città, una **vera perla** situata sulla destra del **fiume Passirio**, che conserva notevoli monumenti antichi. Tra questi spiccano: il **Duomo**, dalla **facciata merlata**, e il **Castello Principesco**, eretto dall'**arciduca Sigismondo d'Austria** nel XV secolo. La **Via dei Portici** è l'ideale per dedicarsi allo **shopping** e alle **meraviglie architettoniche da scoprire**, come i **bei cortili interni aperti**. Realizzato verso il 1860, **corso Libertà** è l'arteria che attraversa la città longitudinalmente, mentre le **porte fortificate** – ne rimangono tre – risalgono al 1300. Ma se sono

la **tranquillità** e il **contatto con la natura** ciò che si cerca, ecco che ci si può dedicare a delle **fantastiche passeggiate**.

Tour mediterraneo e alpino a Merano e dintorni

Il **Lungopassirio** è la “**promenade**” meranese per antonomasia, cui si collega la **Passeggiata d’Inverno**, all’altezza del **Ponte della Posta**. Sulla sponda opposta del fiume, nacque la **Passeggiata d’Estate** che, con la sua gemella, raggiunge il “**ponte romano**” e conduce alla **gola della Gilf**. Questo è una cosa che si può vedere a Merano e dintorni. Per finire, da provare anche la “**Tappeiner**”, come viene familiarmente chiamata da tutti: cinque chilometri lungo le pendici del **Monte Benedetto**, incorniciati da una **bellissima vegetazione mediterranea**.



Passeggiata Lungopassirio, Merano

La **montagna a due passi**. Sì, è proprio lì, basta alzare lo sguardo. A Merano e nei suoi dintorni un’altra cosa da vedere è la neve. **Merano 2000**, la terrazza sopra la città. Con la **cabina Vip** si può immergersi nei **boschi** per respirare la **sana aria frizzante d’alta quota**. La **funivia grande**, invece, in soli 20 minuti porta alle piste, dove si può praticare **sci di fondo**, scendere con lo **slittino** oppure con l’**AlpinBob**. In alternativa, ci si può dedicare a **salutari ciaspolate**, a contatto con la **natura**.



Coccole e benessere nel tour a Merano e dintorni

In un tour a Merano e dintorni non si può non concedersi qualche ora alle **Terme Merano**: tappa obbligatoria per rigenerarsi in un'oasi per il corpo e per la mente. Qui si trova l'acqua oligominerale di **Monte San Vigilio**, contraddistinta dalla presenza di gas radon, fluoro e metalli rari, utilizzata per **scopi terapeutici**, soprattutto per le vie respiratorie e i disturbi articolari. Le Terme, inoltre, sono state **ampliate** di recente e offrono anche diverse **chicche pensate per le coppie**.



Terme Merano, foto di Alfred Tschager

Da non perdere la rinnovata **linea cosmetica**, impreziosita dall'**acqua termale** da un lato, dalle **eccellenze del territorio** dall'altro. I **sali minerali** dell'acqua fungono da **agenti naturali anti-età**, mentre le **delizie altoatesine** vedono protagoniste la **mela**, la **stella alpina**, l'**olivello spinoso**, il **pino mugo**, l'**uva**, il **marmo della Val Venosta**, usato in particolare per il peeling. La **mela**, per esempio, rigenera e reidrata la pelle, è ricca di vitamina C e B, di potassio per rassodare i tessuti e zinco per la struttura cellulare; contiene polifenoli che proteggono e rigenerano l'epidermide e la rendono più giovane e fresca. La **stella alpina** stimola il metabolismo cellulare, mentre l'**olivello spinoso** migliora l'elasticità e il tono della pelle. Il **pino mugo della Val Sarentino**, chiamato "**la forza dei monti**", ha un **effetto**

rivitalizzante (tanti e vari i pacchetti a disposizione).



Linea cosmetica alla mela di Terme Merano

Presi per la gola nel tour a Merano e dintorni

L'Oscar dell'alta cucina per l'Alto Adige, l'ambito premio **Godio**, è stato assegnato per il 2020 a **Philipp Hillebrand**. Il giovane chef è alla guida del Ristorante **Eden's Park** di **Villa Eden Leading Park Retreat** di Merano. E anche la struttura medesima ha appena ottenuto un riconoscimento, ossia il prestigioso **Best European Health Retreat 2020**.



Villa Eden Leading Park Retreat di Merano

La storia di Hillebrand

Hillebrand, originario della **Val d'Ultimo**, vanta una lunga esperienza a fianco di **chef pluristellati tedeschi e internazionali**. La serie di menu proposti partono da un'attenta **selezione delle materie prime**. "La ricerca è fondamentale – spiega -, acquistiamo quasi esclusivamente **prodotti di provenienza regionale**, dalle carni al pesce, e le verdure arrivano direttamente da orti e coltivazioni bio di contadini dell'Alto Adige. L'utilizzo di sapori, erbe, condimenti che vengono dai nostri boschi regala un **carattere**

speciale alle preparazioni, e con i **menu degustazione** proponiamo un vero **viaggio nel territorio**".

Lo chef sceglie personalmente gli animali da **allevamenti di qualità** e gli **ortaggi di stagione** provenienti da **permaculture**, vale a dire orti che non sfruttano il terreno con monoculture ma nei quali verdure diverse crescono insieme, una accanto all'altra. Si tratta di una **tecnica molto antica**, che consente di **utilizzare al meglio gli elementi nutritivi della terra** e poter così cogliere **prodotti eccezionali**.



Chef Philipp Hillebrand

La giuria del Premio Godio

Della **giuria** che ha assegnato il noto premio fanno parte i **rappresentanti dell'Accademia della cucina italiana**, **Helmut Köcher** del **Merano Winefestival**, **l'Associazione cuochi altoatesini** e **l'Associazione cuochi italiani**. Sul sito di **The WineHunter Award**, è stata pubblicata da poco la **nuova edizione** del premio e la guida dedicata alle **eccellenze vitivinicole e culinarie italiane**, che assegna il **Premio ufficiale di Merano WineFestival 2020**. Racchiude tutte le **eccellenze** selezionate nel corso di un anno da **Helmuth Köcher**, soprannominato **The WineHunter**, e dalle sue commissioni di assaggio.

Un utile supporto per tutti gli amanti dei **vini di qualità** e un caposaldo per i futuri incontri a tema: "Un momento di rinascita che vorremmo vivere insieme con i produttori e con tutti gli amici ed estimatori di **Merano WineFestival** – ha

commentato Köcher -che aspetto dal 26 al 30 marzo a Merano”.



Carote preistoriche con salsa

Tour a Merano e dintorni con tappa alla Strada del Vino

I dintorni di **Merano** incantano con il loro paesaggio e offrono, in qualsiasi stagione, l'opportunità di **escursioni all'aria aperta**. Regalatevi qualche **salutare passeggiata** in **luoghi incantevoli**, tra borghi e laghetti che punteggiano la **Strada del Vino dell'Alto Adige**, la più antica **Strada del Vino italiana**. **Itinerari adatti a tutti**, che consentono di sposare **attività all'aria aperta**, **soddisfazioni per la gola** e **brevi vacanze ecosostenibili**.



St. Jakob Tramin

Per esempio, ci si può dedicare a **tre percorsi per tre vitigni autoctoni**. Quello **Nord**, conduce attraverso la zona storica del **Lagrein**, l'itinerario **Centro** porta lungo il **Lago di Caldaro**, territorio tradizionale dell'**uva Schiava**. Il **Sud**, infine, si snoda attraverso l'area del famoso vino bianco **Gewürztraminer**, dal gusto delicatamente **speziato**. Se ci si spinge sino a **Magré**, si trova la **vite più antica della regione**, piantata nel 1601. Poi tappa a **Egna**, coi suoi **portici imponenti**, e a **Termeno**, culla del **Gewürztraminer**, dove si trovano le **tenute Hofstätter**.

Martin Foradori Hofstätter: un secolo di esperienza alle spalle

Proprio al centro di **Tramin-Termenò**, tra le spesse mura di un'imponente costruzione del XVI secolo, ecco una realtà simbolo della passione per il territorio. Arrivata alla **quarta generazione** con **Martin Foradori Hofstätter**, figlio di **Paolo Foradori**, riconosciuto come il padre del **Pinot Nero altoatesino**. **Martin** ha alle sue spalle **oltre un secolo di esperienza nella cura di vitigni esigenti** come Pinot Nero e Gewürztraminer, ma anche di varietà come **Lagrein, Pinot Bianco** e **Schiava**. Il **Pinot Nero di Riserva Mazon** di **Hofstätter** nasce dalle **uve dell'altopiano di Mazon**, sul versante est della vallata. Questi filari guardano a ovest, verso il sole del tramonto, e al vento "**Ora**", che soffia fino a tarda serata: clima ideale per questo vitigno.



Martin Foradori Hofstätter, foto Stefano Lisi

Per chi ama i **bianchi**, da provare "**Joseph**", il Gewürztraminer classico della tenuta, dalle **note speziate-affumicate**, di fiori secchi e di rose. Visitando l'azienda, ci si può anche addentrare tra i **filari del Giardino-Vigneto**, alle spalle della cantina, adiacente all'enoteca. Si tratta di un vero "**laboratorio**" **all'aperto**: qui sono state impiantate oltre **30 tipologie di Gewürztraminer**, con diversi cloni, mutazioni e incroci. In questo **eden verde** ci si può **rilassare su comode panchine** ammirando un altro splendido **angolo di natura**. L'azienda propone anche una serie di **visite e degustazioni guidate** prenotabili scrivendogli una e-mail.



Gewürztraminer

Tour a Merano e dintorni durante le feste di Natale

Un **Avvento** più **intimo, caldo, sentito**. Questo **Natale** non sarà caratterizzato dalla consueta presenza dei **Mercatini** di Merano, ma **migliaia di luci** coloreranno la cittadina e daranno un'**atmosfera di festa**. Un modo per **abbellire la città**, affinché tutti possano **assaporare** appieno il periodo. Inoltre, sarà possibile percorrere la **Passeggiata Tappeiner** anche di sera, grazie al **nuovo sistema di illuminazione** da poco installato.

Si potrà anche **passeggiare a lume di torcia**. Sono stati pensati, infatti, degli **itinerari**, le **Passeggiate di Natale**, che permetteranno a tutti di **camminare all'aria aperta**, andando a scoprire anche gli angoli meno noti della città. Presso l'**Azienda di Soggiorno** sarà possibile prendere in prestito una **lanterna con candela** per godersi la **camminata romantica**. E da metà gennaio, se le disposizioni lo consentiranno, si terranno anche **visite guidate** con le **lanterne e letture d'autore**.



Quest'anno saranno i Mercatini di

Natale a “muoversi”

Visto che quest'anno non è possibile andare ai mercatini, saranno i **mercatini a “muoversi”**. Per soddisfare il desiderio di regalarsi e regalare ai propri cari delle **chicche tipiche del territorio**, ecco l'iniziativa dell'azienda **Pur Südtirol**. Nata proprio a **Merano** nel 2010 e attenta a promuovere esclusivamente le **eccellenze regionali e sostenibili**. Pur porta i **profumi delle feste nelle case di tutti**: nel sito dell'azienda è possibile curiosare tra le diverse **“casette”**, ricche di **prelibatezze cento per cento made in Alto Adige**. Non solo **delizie per la gola**, ma anche **artigianato, prodotti bio e stagionali** che è possibile far recapitare dove si desidera.



Tour a Merano e dintorni con sosta di relax

Al primo posto **Villa Eden Leading Park Retreat**, tra i primi **Covid-Safe Hotel** del nostro Paese, il **posto giusto per rimettersi in forma**. All'interno della sua **Medical Spa**, **medici e nutrizionisti** sono a disposizione per creare **percorsi personalizzati**, dal **dimagrimento al detox**, passando per **l'anti-age e l'anti cellulite**. Tra i **programmi più innovativi**, da segnalare **l'Immunoplus**, pensato per rinforzare le difese immunitarie dell'organismo, e **l'Ossigeno Ozono Terapia**, una sferzata di energia e vitalità. Entrambi si affiancano a proposte già ampiamente sperimentate, come il **Women's Care**, pensata per le donne che affrontano i cambiamenti ormonali e

fisici della premenopausa e del climaterio.



Villa Eden Leading Park Retreat

Seconda sosta di relax nel tour a Merano e dintorni

A **1600 metri**, nella **tranquillità del bosco** e affacciato sulle piste di **Merano 2000**, con splendida vista sul **gruppo dell'Ortles e sulle Dolomiti**, ecco lo **Josef Mountain Resort**. L'albergo offre uno **Snow Park**, un parco giochi all'aperto per la gioia dei più piccoli, un **anello per lo sci di fondo di 3 km** e diversi percorsi per escursioni con le **ciaspole e nordic walking**. Tutto in sicurezza, di fronte all'hotel. E per coccolarsi, la **Forest Sauna** consente di rilassarsi godendosi lo **spettacolo della natura**. Inaugurata poco più di un anno fa, la costruzione in legno a tre piani "sconfina" nel bosco ed è accessibile attraverso una passerella direttamente dall'hotel.



La Forest Sauna dello Joseph Mountain Resort

All'interno convivono due **sale relax** ispirate ai quattro elementi naturali (Acqua & Cristalli e Fuoco & Legno), un **percorso Kneipp**, una **Sky Terrace** con **piscina riscaldata e undici postazioni idromassaggio**. Un'oasi di benessere di **1300 mq**, dove eliminare tensioni e assimilare energia positiva grazie a **trattamenti viso-corpo specifici** e **linee all'avanguardia** (Methodist e Piroche) a base di **benefici ingredienti locali, cristalli di**

montagna compresi.



Piscina

Consigli di lettura prima del tour a Merano e dintorni

Alto Adige Südtirol

Tra masi e castelli, laghi e cime alpine, strade del vino e sapori mitteleuropei (Touring Editore, Slow Food Editore). Paesaggi, culture, prodotti e sapori, passeggiate ed escursioni nelle valli, funivie panoramiche. Tutto questo e altro ancora in questa **guida agile e ricca di informazioni**.

Kafka a Merano

Proprio quest'anno ricorre il **centenario del soggiorno di Franz Kafka** (1883-1924) a **Merano**. Nella primavera del 1920 "**l'impiegato di Praga**", colui che sarebbe diventato uno dei più importanti protagonisti della letteratura moderna, si trattenne per qualche tempo a **Merano** e **Maia Bassa**, per curare la tubercolosi.

Il libro **Kafka a Merano**, di Patrick Rina e Veronika Rieder (Raetia), ripercorre quel periodo e fa capire che significato ha avuto il soggiorno dello scrittore a Merano, che

collocazione trovano nella sua opera le note “**Lettere a Milena**”, dedicate alla giovane traduttrice ceca **Milena Jesenská**, conosciuta a Praga. Colei alla quale Kafka comincia a scrivere nell’aprile del 1920, proprio sul balcone della pensione **Ottoburg** di **Merano**, suo alloggio nel corso delle settimane di cura.



Vini e cantine dell’Alto Adige

Le eccellenze di una produzione vinicola in grande crescita, di Angelica Deutsch (Morellini). **Guida enologica** che offre una **selezione ragionata** di 79 su circa 130 realtà, tra cooperative, piccoli produttori e cantine del territorio. Il tutto, tenendo in considerazione la posizione della tenuta, la presenza di una cantina storica, di un museo del vino privato, di un giardino-labirinto di viti, i servizi offerti ai visitatori come visite guidate con degustazione e vendita dei prodotti.



Guide sulle Birre dell’Alto Adige e Passione Cooking

In **Alto Adige** non si omaggia solo **Bacco**, ma ci si può deliziare anche con **prelibate birre**. Naturalmente c’è la **rinomata Forst**, “classe 1857”, che per le feste propone la **17ma edizione limitata della Birra di Natale** nella bottiglia

da due litri in vetro, pezzo da collezione. Per di più, recentemente ha lanciato la nuova versione a zero gradi, per chi non ama l'alcol ma non vuole rinunciare al gusto pieno e all'aroma del luppolo. Ci sono anche una serie di **altre prelibatezze tutte da scoprire.**

A illuminare sul tema ecco le guide: **La birra in Alto Adige. Cronaca dell'arte birraria fino ai birrifici artigianali dei giorni nostri** di Roman Drescher e Wolfgang Dieter Speckmann (Raetia) e **Guida alle birre d'Italia 2021** (Slow Food Editore). La prima conduce in un **mondo tutto da scoprire**, che vanta una **tradizione di oltre mille anni** e costituisce un'**esauriente e interessante cronaca dell'arte birraria in Alto Adige.** Nella seconda gli autori si domandano come sta la birra italiana e ne delineano un quadro, regione per regione, aggiungendo anche un'utile selezione di pub, beershop, bar dove bere o acquistare.



Tra strudel e spaghetti, la cucina di Julia Morat sposa i migliori **sapori sudtirolesi** a quelli mediterranei. Illustrati bene in **Passione cooking...** (Raetia). L'autrice, altoatesina doc, a casa parla tedesco, ma pubblica le sue ricette in italiano sul suo blog "**PassioneCooking**". Un'ottima occasione di lettura, utile per cimentarsi ai fornelli e pensare a qualche **gustoso piatto** per le prossime festività.



Alla scoperta dell'Impero austro-ungarico

Per gli appassionati di storia, da non perdere **L'Impero asburgico. Una nuova storia**, di Pieter Judson(Keller). Un'avvincente narrazione di **"Il nostro Impero"**, come veniva chiamato dalle genti di diverse lingue e religioni che lo abitavano, dall'Alto Adige alla Moravia, dalla Galizia alla Transilvania. Pieter Judson ne racconta la **storia dal Settecento fino alla sua dissoluzione**, al termine della Prima guerra mondiale. Oltre alla **vicenda politica**, tiene sempre conto della **vita quotidiana** di chi viveva nelle periferie del regno. Un **libro ricco e interessante**, per conoscere l'**Impero austro-ungarico** in un modo nuovo e originale.

testo di Paola Babich

INFORMAZIONI:

<https://www.meranerland.org/it/valli-di-merano/merano-e-dintorni/>

ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/alberghi-location/snow-wellness-inverno-allo-josef-mountain-resort/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/benessere-alle-terme-merano-in-alto-adige/>