

IT



RIVIERA DI ABBAZIA-OPATIJA

OUTDOOR ATTIVITÀ



Editore: Enti turistici della Riviera di Abbazia (Opatija)

Testo e traduzione: Neven Ivanić, Adverbum

Grafica: Molekula · **Stampa:** Kerschoffset, 2019

Fotografie: Archivio dell'ufficio turistico di Abbazia (Opatija), Petar Trinajstić, Siniša Gulić, Marko Vrdoljak, Renco Kosinožić, Željko Jerneić, Ivan Vranjić, Sandro Rubinić, Marko Matešić





Grazie alla sua diversità paesaggistica e il contatto diretto con il mare e le montagne, la Riviera di Abbazia (Opatija) è una destinazione che offre eccellenze opportunità per varie attività all'aria aperta, sia sul mare che sulla terraferma ovvero nell'entroterra montano.

Gli sportivi professionisti e non, troveranno qui servizi e infrastrutture di qualità nonché competizioni ed eventi che spesso uniscono attività sportive e l'opportunità di conoscere la storia e le tradizioni culinarie di questa regione. E quando una giornata attiva viene completata con delle prelibatezze gastronomiche in una delle trattorie tradizionali o in uno degli eccellenti ristoranti e a tutto ciò si aggiunge del relax in uno dei centri benessere dell'area, allora è ovvio che questa riviera è il luogo ideale per una vacanza attiva indimenticabile.





montagna

Andare in bicicletta lungo i sentieri boschivi ammirando la vista sull'azzurro del mare è un'esperienza indimenticabile. I sentieri e le passeggiate nell'entroterra della riviera offrono numerose opportunità per escursioni e trekking nonché per conoscere la storia e le tradizioni locali tramite i pannelli informativi allestiti lungo il percorso, mentre per gli appassionati dell'arrampicata ci sono percorsi molto attraenti.

Oggiorno il **mountain biking** è uno sport molto popolare e la Riviera di Abbazia offre condizioni eccellenti per quest'attività lungo le strade forestali e i sentieri nell'entroterra. Ci sono otto percorsi nel Parco Naturale del Monte Maggiore (Učka) mentre altri sentieri ciclistici si trovano nell'entroterra di Mattuglie (Matulji) e nei boschi di Loza e Lužina di Castua (Kastav), dove in primavera e in autunno vengono organizzate biciclettate per tutta la famiglia.

Le biciclettate nel territorio di Mattuglie combinano lo sport e le tradizioni culinarie e carnevalesche locali. Gli eventi ciclistici più impegnativi includono il **Giro di Marunada** a Laurana (Lovran), la gara notturna enduro **MRAK BIKE**, la **salita in MTB sul Monte Maggiore (Učka)** da Draga di Moschiena (Mošćenička Draga) e la gara ciclistica su strada **King of Učka** che si svolge da Ičići ovvero dal livello del mare fino alla cima più alta del Monte Maggiore (Učka) lungo il percorso verde-azzurro conosciuto come il percorso finale del tappone di una gara ciclistica internazionale.



montagna

Anche l'escursionismo ha una lunga tradizione in questo territorio. Lungo l'entroterra della riviera si estende il **Percorso escursionistico di Abbazia** (abbr. OPO) con una lunghezza di 45 km.

Gli appassionati di **arrampicata sportiva** verranno premiati con panorami meravigliosi dalle attraenti torri calcaree a Vela draga nel Parco Naturale del Monte Maggiore (Učka) e dalle vie d'arrampicata dell'entroterra di Draga di Mochiena (Mošćenička Draga) e Medea (Medveja).

bosco

Oltre ai percorsi in riva al mare, la Riviera di Abbazia (Opatija) offre numerose opportunità per passeggiare nei boschi ma pure per attività ricreative più impegnative come il trekking, la camminata nordica e l'equitazione.



bosco



La Riviera di Abbazia è conosciutissima per la **passeggiata Lungomare** che si estende da Volosca (Volosko) a Laurana (Lovran) e rappresenta uno dei luoghi d'interesse più importanti di questo territorio. Tuttavia, anche gli ospiti desiderosi di una vacanza attiva in mezzo alla natura troveranno ciò che fa per loro: dal mare verso l'entroterra si snodano **percorsi e sentieri montani** che offrono un ambiente completamente diverso da quello marino e rappresentano un'ottima alternativa specialmente durante le calde giornate estive ma sono anche luoghi eccezionali per praticare **trekking, camminata nordica o equitazione**.

Nel Parco naturale del Monte Maggiore (Učka) ci sono numerosi percorsi didattici e tematici che offrono agli ospiti una nuova esperienza intellettuale ed emotiva.

La camminata nordica è un'attività ricreativa molto popolare. Gli ospiti possono partecipare a escursioni guidate sia nella città di Abbazia che nell'entroterra.

Per gli sportivi a livello agonistico vengono organizzate competizioni come la gara ultra trail 100 MIGLIA DELL'ISTRIA o l'Učka Trail.

Nel bellissimo ambiente del Parco naturale del Monte Maggiore (Učka) e nei dintorni di Castua (Kastav) gli appassionati di equitazione possono praticare questo sport.





spiaggia e mare

Ciottoli bianchi, sabbia finissima sul fondo marino, spiaggia cittadina o baia nascosta – nella Riviera di Abbazia ciascuno troverà la spiaggia dei propri desideri per praticare lo sport preferito o semplicemente per rilassarsi.



Grazie alla vicinanza immediata del mare e delle montagne nell'entroterra, il territorio della Riviera di Abbazia si distingue per le sue **spiagge** che si sono formate nel passato dai torrenti che scorrevano lungo i pendii – come del resto succede anche oggi dopo forti precipitazioni – e portavano con sé i detriti che, nel corso del tempo, il mare ha rimodellato in ciottoli.

L'offerta di attività sportive sulle spiagge è varia e comprende i **centri d'immersione**, il noleggio di **pedalò, kayak e canoa**, oppure l'attraente **parasailing** che agli ospiti offre un'esclusiva vista dall'alto sulla riviera grazie a un paracadute trainato da un motoscafo. Per gli amanti di attività adrenaliniche c'è lo **sci d'acqua** e la possibilità di noleggiare un **acquascooter**. La spiaggia a Ičići è la preferita dagli appassionati di **beach volley**.



spiaggia e mare

Oltre alla lunga tradizione **velistica** e all'organizzazione di **regate in barca a vela**, la Riviera di Abbazia possiede condizioni eccellenti per praticare il windsurf nella baia di Preluka (Preluk) grazie alla tramontana. Siccome questo vento solitamente soffia molto presto al mattino i surfisti del luogo devono alzarsi molto presto per approfittare di queste condizioni. Tuttavia, la vista sulla riviera dal mare al sorgere del sole ne vale la pena!

Uno sport che ultimamente sta diventando sempre più popolare è il **SUP** ovvero il surf in piedi su una tavola. Il vantaggio di quest'attività è che può venir praticata da chiunque in cerca di nuove sfide e in qualsiasi periodo della giornata – ovviamente se il mare è calmo e non c'è un vento forte.



aria

Librarsi nel cielo e ammirare la vista del paesaggio a volo d'uccello è l'eterno sogno dell'uomo che può essere parzialmente realizzato grazie agli sport come il deltaplano e il parapendio.



La vista dalla rampa di lancio per **deltaplani** e **parapendii** a Vojak, la cima più alta del Monte Maggiore (Učka) a 1400 metri sul livello del mare, è davvero impressionante: ciò che a un osservatore inesperto può sembrare una caduta nell'abisso, a un deltaplanista o parapendista esperto rappresenta il punto di lancio per sfruttare le correnti ascensionali e volare sopra l'Istria e il Quarnero. Coloro che hanno provato questi sport dicono che è quasi impossibile paragonare la sensazione che si prova mentre si vola liberamente come un uccello a qualsiasi altra cosa. Noi che preferiamo rimanere sulla terraferma possiamo solamente osservarli con ammirazione...



OPATIJA RIVIERA



Ente per il turismo di Castua
51215 Kastav, Trg Matka Laginje 5
www.kastav-touristinfo.hr
E-mail: info@kastav-touristinfo.hr
Tel.: +385 51 691 425

Ente per il turismo di Mattuglie
51211 Matulji, Trg maršala Tita 3
www.tzmatulji.hr
E-mail: tzmatulji@tzmatulji.hr
Tel.: +385 51 276 789, Fax: 276 221

Ente per il turismo di Abbazia
51410 Opatija, Maršala Tita 128
www.visitOpatija.com
E-mail: tic@visitOpatija.com
Tel.: +385 51 271 310, Fax: 271 699

Ente per il turismo di Ičići
51414 Ičići, Liburnijska 7a
www.icici-tourism.com
E-mail: tz-icici@ri.t-com.hr
Tel.: +385 51 704 187

Ente per il turismo di Laurana
51415 Lovran, Trg slobode 1
www.tz-lovran.hr
E-mail: information@tz-lovran.hr
Tel.: +385 51 291 740

Ente per il turismo di Draga di Moschiena
51417 Mošćenička Draga, Aleja Slatina bb
www.tz-moscenicka.hr
E-mail: info@tz-moscenicka.hr
Tel.: +385 51 739 166, Fax: 737 533

www.opatija-riviera.info

