

Dobrodošli: benvenuti

La mia Istria in una foto	4
Alla scoperta della regione	6
Cartoline dall'Istria	8
Passato, presente e futuro	12
Pernottamento	14
Mangiare e bere	16
Informazioni utili dalla A alla Z	18

In giro per l'Istria e il Quarnero

Istria e il Quarnero: i 15 highlight direct

La costa occidentale e l'entroterra 30



Novigrad 30	Buzet 32	
Motovun 37	Pazin 41	
Poreč 42	Rovinj 49	
Brijuni 55	Fažana 55	Pula 56

- direct 1 | Il Medioevo vive ancora: l'architettura istriana a Grožnjan** 33
Scoprite logge e chiese antiche, ma anche eleganti gallerie d'arte.
- direct 2 | Degustazioni a Motovun: tartufo, vino e olio d'oliva** 38
Alla ricerca dei raffinati ingredienti della cucina istriana.
- direct 3 | I meravigliosi mosaici della Basilica Eufrasiana a Poreč** 46
Un Patrimonio dell'umanità che risplende d'oro.
- direct 4 | Arte e nuove tendenze: tra shopping e gallerie a Rovinj** 52
In uno scenario pittoresco fioriscono l'arte e l'artigianato.
- direct 5 | Una metropoli di provincia dell'antichità: la Pula romana** 58
La splendida arena non è l'unica eredità dei Romani.
- direct 6 | Kamenjak, in bici attraverso il selvaggio sud dell'Istria** 61
La penisola è un'area protetta con ben trenta specie di orchidee e una costa magnifica dove vorrete sicuramente fare il bagno.

La costa orientale, Cres e Lošinj 63



Labin 63
Isola di Cres 65
Isola di Lošinj 70

direct 7 | A Beli i grifoni vivono in libertà: la tutela dell'ambiente

 66

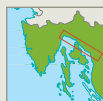
Tra i volontari dell' Ecocentro Caput Insulae sull'isola di Cres si respira un'aria internazionale.

direct 8 | La navigazione di ieri e di oggi, Veli e Mali Lošinj

 71

Le dimore dei capitani a Veli Lošinj raccontano il passato; i nuovi cantieri di Mali Lošinj guardano al futuro.

Il Golfo del Quarnero e i laghi di Plitvice 75



Lovran 75	Opatija 76
Rijeka 82	
Crikvenica 84	
Plitvice 88	

direct 9 | Soggiorni da re: le ville asburgiche tra Volosko e Lovran

 78

A cavallo tra il XIX e il XX secolo questo tratto di costa era un centro mondano; oggi sono hotel nostalgici a rievocarne lo splendore.

direct 10 | Addio noia: la vita notturna di Rijeka ha cambiato faccia

 85

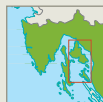
La scena notturna della città fa impallidire l'intero Quarnero.

direct 11 | Tra cascate e specchi d'acqua nel Parco nazionale dei laghi di Plitvice

 89

Un tour tra laghi blu turchese e rocce calcaree ricoperte di muschio.

Krk e Rab 93



Isola di Krk 93	Krk 93	
Punat e Košljun 99		
Baška e Stara Baška 102		
Isola di Rab 106	Rab 106	Lopar 111

direct 12 | Sulle tracce dei Frangipane tra le vie di Krk

 94

Tra il XII e il XVI secolo la famiglia nobile dei Frangipane ha segnato la storia del capoluogo di Krk.

direct 13 | Di cantina in cantina: il vino dorato di Vrbnik

 100

Crescono uve nobili nei dintorni della località costiera.

direct 14 | La lapide di Baška, reperto di una scrittura dimenticata

 103

Caratteri in croato antico adornano la famosa tavola di pietra, il più antico documento mai trovato in lingua croata.

direct 15 | Di chiesa in chiesa lungo Gornja ulica a Rab

 108

Quattro chiese in posizione panoramica e la storia della cittadina.

Vocabolario	112
Lessico gastronomico	114
Indice analitico	116
Autrice, referenze iconografiche, crediti	120