

Tornate al **PARADISO**

Guida per scoprire le Asturie

turismoasturias.it



Le Asturie
paradiso naturale

Torna al paradiso

PUBBLICATO DA: SOCIEDAD PÚBLICA DE GESTIÓN Y PROMOCIÓN TURÍSTICA Y CULTURAL DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS, SAU

Design: Arrontes y Barrera Estudio de Publicidad

Impaginazione: Paco Currás Diseñadores

Cartografía: Da Vinci Estudio Gráfico

Testi: Susana D. Machargo

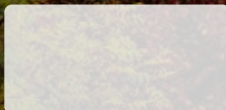
Traduzione: Ofilingua

Fotografía: Copertina: Amar Hernández, Interno: Amar Hernández, Armando Álvarez, Benedicto Santos, Casona del Viajante, Comarca de la Sidra, Hotel 3 Cabos, José Ángel Diego García, José M^a Díaz-Formentí, José Ramón Navarro Tudela, Juan de Tury, Juanjo Arrojo, Manuel S. Calvo, Marcos Vega García, María Martín Berciano, Miki López, Museo Bellas Artes, Noé Baranda, Paco Currás SL, Pelayo Lacazette, Pozo Sotón, Incuna, Xurde Margaride e archivo propio.

Tipografía: Sgraf Artes Gráficas SL - Nov. 22

D.L.: AS 04184-2017

© CONSEJERÍA DE CULTURA, POLÍTICA LINGÜÍSTICA Y TURISMO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



turismoasturias.it



Vega de Brañagallones (Caso)

I primi abitanti già raffiguravano i loro sogni, i loro timori e la loro sensibilità sulle pareti delle grotte nelle quali si rifugiavano dai pericoli. Da queste pitture rupestri, che oggi godono di un massimo riconoscimento e della protezione internazionale, all'architettura d'avanguardia del Centro Niemeyer di Avilés, sono passati ormai secoli di storia che hanno scolpito il paesaggio del Principato e la idiosincrasia degli asturiani. La cultura dei Castri, il guerriero Pelayo e il Regno delle Asturie, gli illuminati del XVII secolo, la rivoluzione industriale in una terra ricca di acqua e carbone, sono elementi che ancor oggi possiamo percepire e godere.

Per terra, mare ed aria. Non importa quale sia la porta d'ingresso. La fiera visione della ripida Cordigliera Cantabrica, del profilo ondulado delle sue verdi valli e quello scosceso della sua costa che cade nel Mar Cantabrico, un mare color blu inteso, cattura l'attenzione anche prima di mettere piede nelle Asturie. È solo la premessa di un'esperienza per la quale sono necessari i cinque sensi. Senza di essi non si può assaporare la sua gastronomia, sorprendersi dell'architettura, respirare la sua natura, ascoltare il battito del cuore urbano o godere dell'ospitalità.

Le Asturie sono un luogo onesto, autentico, vitale, rispettoso con il passato e con il presente, servizievole, coraggioso, accogliente, moderno e cosmopolita. Concentrano, come se si trattasse di una pozione magica, l'orgogliosa essenza di tutte le culture che hanno cercato di conquistarla, con successo alterno, e hanno lasciato un'impronta indelebile sotto forma di storia, leggenda, architettura o usanze.

Questa guida tratta di avvicinarsi in maniera concisa alle Asturie, che invita a sentirsi vivo e che comporta un ritorno a ciò che è naturale, lontano dallo stress della routine quotidiana. Sono solo appunti, a volte emotivi, altre con un senso più pratico, che mirano a risvegliare la curiosità e suggerire giusto un elenco di visite indispensabili per iniziare ad esplorare la superficie. È un sentiero fatto di briciole di pane che vi condurrà al vostro Paradiso Naturale.



Indice

- 
- 4. Esplora il paradiso*
8. Immergiti nella costa
12. Assorbi la cultura asturiana
16. Guardati attorno
20. Spremi le Asturie
24. Pensa con lo stomaco
28. Palpita con il cuore urbano
32. Respira le Asturie
36. Cammina nel passato
40. Informazioni pratiche



Il primo Parco Nazionale della Spagna

Il 22 luglio 1918, Alfonso XII istituì il primo Parco Nazionale della Spagna. Era allora il Parco Nazionale della Montagna di Covadonga, l'origine dell'attuale Parco dei Picos de Europa. La porta d'accesso da Cangues d'Onís/Cangas de Onís è un angolo cruciale per la storia della Spagna: Cuadonga/Covadonga, luogo in cui ebbe inizio la Riconquista, grazie a una mitica battaglia guidata da Pelayo. La grotta in cui la apparve la Madonna e la Basilica presiedono oggi questo angolo.



Riserva Naturale Integrale di Muniellos (Cangas del Narcea e Ibias)

Esplora il paradiso

#ParadisoNaturale

Se di qualcosa sono orgogliosi gli abitanti delle Asturie è della propria natura: i boschi misteriosi, il litorale protetto dal vortice immobiliare, i fiumi colmi di salmoni e le ripide montagne, ideali per gli amanti dell'arrampicata e del trekking. Questo orgoglio si traduce in una magnifica conservazione, che ha permesso di tutelare, grazie a diversi enti nazionali ed internazionali, più di un terzo del territorio e di esibire la costa meglio conservata della Spagna.

Tra riserve, parchi, paesaggi protetti e monumenti naturali, comprende 55 spazi che si distinguono per il loro paesaggio, la loro geologia o per la botanica.

È possibile capire quella passione per la natura solo se si sperimenta. Per addentrarci in essa è indispensabile mettere nella valigia l'abbigliamento e le calzature appropriati.

L'esplorazione inizia dalle 7 Riserve della Biosfera, istituite nel Principato dalla UNESCO. Quella dei Picos de Europa fu il primo Parco Nazionale di Spagna, protetto dal 1918. Nel suo cuore emerge il Picu Urriellu, un'autentica attrazione per gli scalatori, e da lì si aprono i Laghi di Covadonga. Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias è un Parco Naturale con una fauna emblematica, tra cui spiccano l'orso ed il gallo cedrone e dove è possibile conoscere la Riserva Naturale Integrale del Bosco di Muniellos e la Riserva Naturale Parziale di Cueto de Arbás. L'orso estende il suo habitat fino a Somiedo, che oltre ad essere Riserva della Biosfera divenne il primo Parco Naturale delle Asturie (1988). Il suo lago, El Valle, è il più grande della regione e le sue

Tuffati in un bosco magico

Solamente 20 persone al giorno possono godere dell'esperienza di percorrere il Bosco di Muniellos, il maggiore rovereto di Spagna ed uno dei meglio conservati d'Europa. È necessario prenotare con sufficiente anticipo. Il percorso è tracciato, è circolare ed ha una lunghezza di 20 chilometri. È gratuito ma esiste anche la possibilità di prenotare un servizio di guida turistica a pagamento. La sua durata è di circa sette ore e copre un dislivello di 600 metri. È necessario indossare indumenti da montagna adeguati e portare del cibo. Lungo il percorso non incontriamo nessun bar o negozio.



Cascata di Oneta (Villayón)



Parco Naturale di Somiedo

brañas (zone di pascolo in alta montagna) sono caratterizzate da *teitos* (capanne rurali con tetto fatto di piante). Il Parco Naturale Las Ubiñas-La Mesa comprende il secondo sistema montuoso più grande della regione, il massiccio di Peña Ubiña, ed è pieno di monumenti naturali, come la Cueva Huerta, rifugio di un'importante colonia di pipistrelli in ibernazione, o i passi di Marabio, con il loro peculiare complesso carsico. Il Parco Naturale di Redes è il rifugio di tutte le specie tipiche del nord, dall'orso al gallo cedrone o il lupo. La sua complessa orografia, a sua volta riconosciuta come Parco Naturale, unisce in una spettacolare bellezza montagne, valli e gole calcaree, che si possono scoprire lungo il percorso del Alba o presso Los Arrudos. Ponga è strutturato in gole, come quelle di Ponga o di Beyos e comprende la Riserva Naturale Parziale di Peloño. Oscos-Eo è la più grande Riserva della Biosfera della UNESCO. Marca questo territorio, dal principio alla fine, l'asse fluviale del fiume Eo, uno spazio privilegiato per svolgere attività come l'osservazione degli uccelli.

Oltre alle Riserve della Biosfera, le Asturie possiedono 6 riserve naturali parziali, 40 monumenti naturali ed altri 2 paesaggi protetti.

Altre importanti figure internazionali sono la Rete Natura 2000 dell'Unione Europea ed i Siti di Importanza Comunitaria (SIC). Seguendo la loro scia, si possono scoprire la catena montuosa del Sueve o quella del Cuera, le cascate

di Oneta, le foci del Esva, la grotta di Deboyo, il *Bufón* di Santiuste, l'estuario di Villaviciosa, il picco di Caldoeiro, il tasso di Pastur o Barayo.

Il trekking è probabilmente il miglior modo per ammirare questi angoli rigogliosi. Le Asturie possiedono itinerari alla portata di tutti e per tutti i gusti, anche per coloro che vogliano organizzare solamente una breve incursione. Non è neppure necessario parcheggiare l'auto. La complessa rete di strade regionali permette di combinare visite e programmare escursioni indimenticabili. Altre opzioni possibili possono essere quelle di pedalare lungo le *vías verdes* (piste naturalistiche che si snodano lungo il percorso di vecchi binari ferroviari abbandonati) indicate e ben conservate o di percorrere uno degli itinerari che seguivano i giganteschi dinosauri, usando come pista le loro impronte scolpite nella pietra.

Ci sono esperienze tematiche a seconda del gusto del viaggiatore e della stagione. Il turismo di avvistamento ha aperto una nuova porta alle esperienze: immergersi in un percorso ornitologico, seguire la traccia dell'orso, assaporare la natura mediante escursioni di raccolta di piante che si usano nei laboratori di cucina o seguire l'itinerario degli ovili dei pastori con gli occhi fissi al cielo per scorgere il volo degli avvoltoi reintrodotti nei Picos de Europa. Si può così sperimentare in prima persona la passione per la natura.



Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/ParadisoNaturale



Non perderti...

- Belvederi del Fitu (Parres), Pozo de la Oración (Cabrales), Cabo Busto ed Eremo de la Regalina (Valdés) e Passo del Connio (Cangas del Narcea).
- Laghi di Covadonga- Parco Nazionale dei Picos de Europa.
- Sulle tracce dell'orso, del cervo e del lupo: Montaña Central ed i Parchi Naturali di Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, Las Ubiñas-La Mesa, Somiedo e Redes.
- Nei boschi delle Asturie, querceti e faggeti: Muniel.los e Peloño
- Gli estuari dell'Eo e Villaviciosa.
- Itinerari per le Cascate di Oneta (Villayón), Seimeira (Santa Eulalia de Oscos), Cioyo (Castropol) e Xurbeo (Aller).

Segui le orme della fauna

In questo seducente scenario, sopravvivono alcuni animali unici, come l'orso bruno Cantábrico, una specie in via di recupero. Il Sentiero dell'Orso è una *vía verde* ideale per il trekking ed il cicloturismo. Dispone di biciclette a noleggio. In uno dei suoi margini si trova la riserva per orsi di Proaza, dove vivono le orse Paca e Molina.

La Casa del Lobo, a Balmonite/Belmonte, è un centro di interpretazione, che rende omaggio al naturalista e divulgatore Félix Rodríguez de La Fuente. Completa le installazioni una passeggiata guidata e accessibile di un chilometro e mezzo, lungo il fiume Pígüña e fino ad un recinto con tre esemplari iberici. Un'altra esperienza indimenticabile è quella di ascoltare l'emozionante bramoto dei cervi, nel periodo fra l'estate e l'autunno, nascosti in qualche valle che amplifica il richiamo. O partecipare, in piena Sierra del Sueve, alla festa del Asturcón, uno dei cavalli più vecchi e puri del mondo, di piccole dimensioni e robusta struttura. Il centro Las Montañas del Quebrantahuesos, presso Benia, è uno spazio che promuove lo studio e l'interesse per le scienze naturali, oltre a promuovere esperienze di conservazione e sviluppo sostenibile.



Orso bruno Cantabrico

Spiagge dalla natura selvaggia

Spiagge di sabbia bianca o dorata si nascondono lungo il litorale. Le singolari Gulpiyuri o El Cobijeru sono interne. Appartate dal lungomare, l'acqua filtra attraverso le porose scogliere e, durante l'alta marea, si trasformano in bacini d'acqua salata. Questa formazione porosa fa in modo che si aprano ad oriente i *bufones* (geyser marittimi), simili a bocche di camini perforati nella roccia, attraverso le quali si ascolta come filtra il ruggito del mare e persino compare la schiuma nei giorni di tempesta marittima. Come ci indica il suo nome, la Spiaggia del Silenzio possiede vari tipi di protezione, come accade per quelle di Vega, El Espartal, Penarronda, Frexulfe, Barayo, Rodiles e Bayas.



Immergiti nella costa

#AsturieCostiere

401. Questi sono i chilometri di litorale del Principato, il suo confine rispetto al mar Cantabrico. La costa meglio conservata di Spagna è terra di pescatori e armatori incalliti nella battaglia contro il mare, i quali hanno saputo costruire i loro paesi in verticale sui pontili, al sicuro dalle peggiori maree. Sono eredi dei cacciatori di balene che in pieno Medioevo lottavano con rudimentali attrezzi contro giganteschi cetacei. I fari che per secoli hanno guidato il loro cammino ancora oggi illuminano le scogliere, e gli estuari che hanno segnato il carattere dei pescatori di frutti di mare sono oggi riserve naturali. La loro idiosincrasia si cimenta su mestieri tradizionali, rituali marinareschi, un peculiare folklore e una cucina basata sulle proprie materie prime naturali.

Le Asturie possiedono 18 paesi marinari dalla cultura ancestrale e dalla bellezza pittoresca, con i loro porti, mercati, strade acciottolate e la tradizione della pesca.



Passo di Vega (Navia)

Ciascuno ha la sua unicità ed il suo carisma. Le spettacolari case di Cudillero e Llastres sono state costruite su terrazzamenti inverosimili che sfidano i pendii. Il colorito molo di Llanes è protetto da immense pietre di cemento della scogliera; sono la base di una delle opere più ambiziose dell'artista basco Agostino Ibarrola, *Los Cubos de la Memoria*. Il piccolo centro urbano di El Porto/Viavélez è una finestra sul Cantabrico e quello di As Figueras sull'estuario dell'Eo. I paesi segnano le frontiere, come accade con Bustio o Castropol, e sono testimoni privilegiati della foce degli abbondanti fiumi, come San Esteban e L'Arena, sulle due sponde del fiume Nalón. Lluarca/Lluarca è il paese bianco, caratterizzato da edifici in stile modernista ed *indiano* (costruiti da emigranti in America rimpatriati.)



Faro di Candás

Di faro in faro

Un itinerario per i fari delle Asturie crea un'armonia con il paesaggio, con il mare, con le scogliere e con gli uccelli marini. Iniziando da Capo Busto fino a Capo Lastres, con fermata a Peñes, il punto più settentrionale delle Asturie, e con uno spazio culturale abilitato nelle parti inferiori della torre. Sono eccezionali torri, i fari di Tapia, Ortigueira, Candás, Tazonés, Llastres, Ribadesella/Ribeseya, Llanes e Bustio.

Anche l'architettura dell'emigrazione è tipica di Ortigueira, un nucleo appeso a 20 metri sopra il livello del mare. A Tozones sbarcò Carlo V, proveniente dalle Fiandre. Sorveglia Tapia l'unico faro asturiano costruito su un'isola. Candás e Lluanco/Luanco erano già porti di riferimento nel Medioevo ed oggi organizzano eventi gastronomici basati sulle materie prime della loro cucina, come le sardine o il tonno. Uno degli insediamenti più antichi dell'Occidente è Puerto de Vega, dove convivono case di pescatori e case padronali. Palazzi, *Casonas* (ville delle Asturie) e muraglie tracciano l'urbanistica di Navia, uno dei paesi marinareschi meno sconosciuti e fra i più grandi, insieme a Ribadesella/Ribeseya, antico centro nevralgico del commercio marittimo nel XIX secolo.

Le spiagge sono ideali per l'estate, ma anche per passeggiare in pieno inverno. Chi preferisce la città ha a disposizione una vasta offerta, che comprende Gijón/Xixón, Ribadesella/Ribeseya o Salinas come punti di riferimento. Gli amanti della natura, invece, dispongono di altre offerte più nascoste e selvagge, come piccole insenature e grandi spiagge aperte. Due riserve naturali terminano in arenili di grande bellezza. Stiamo parlando di Villaviciosa, con Rodiles, e Barayo -tra Navia e Valdés-, un ecosistema che combina dune, scogliere e specie botaniche uniche. Questo itinerario è strutturato in segmenti

La Senda Costera (Sentiero Costiero) è un ottimo strumento per godere delle sfumature che costituiscono i 401 chilometri di costa.

di diverse lunghezze, difficoltà e fascino. I belvedere di Muros de Nalón offrono una visione diversa, al pari del segmento tra Frejulfe ed il Puerto de Vega, dove si scende da scogliere a sentieri che si trovano al livello del mare.



Non perderti...

- I *Bufones* di Pría.
- Cudillero.
- Spiaggia di Gulpiyuri.
- Peñes.
- La Costa dei Dinosauri e il Museo Giurassico delle Asturie.
- Riserva Naturale Parziale di Barayo.

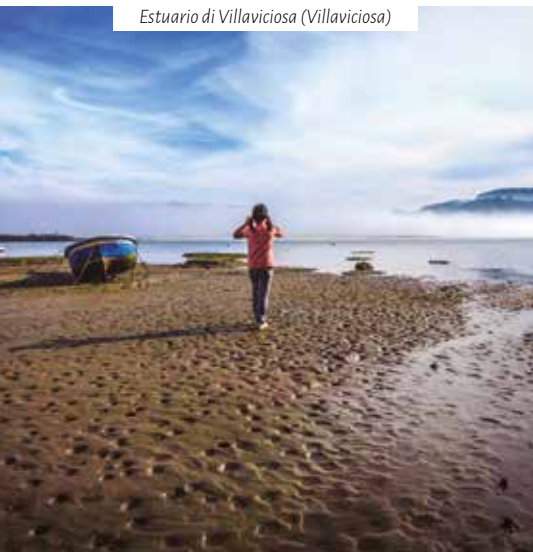


Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/AsturieCostiere

Capo Busto (Valdés)



Estuario di Villaviciosa (Villaviciosa)



Temporale presso Cuerres (Ribadesella)





Spiaggia di Gueirua (Cudillero)



Belvedere di Luarda (Valdés)

Tracce di un passato da balenieri

Un documento datato 1232 narra come gli agguerriti pescatori delle Asturie si lanciavano in mare in cerca di balene. Il punto culminante quest'arte della pesca si è prodotto nei secoli XV e XVI, per poi scomparire nel XVIII secolo. Puoi approfondire questo passato da balenieri visitando Llanes, Ribadesella/Ribeseya, Llastres Gijón/Xixón, Candás, Lluanco/Luanco, Cudillero, Porto di Vega, Ortigueira, El Porto/Viavélez, Tapia e As Figueiras. Sono visibili dal belvedere di La Riba, presso Puerto de Vega; nel quartiere di Los Balleneros, di Llastres; nel porto medievale di Cadavéu o nella zona di svago di La Mofosa, presso Lluanco/Luanco. Se osserviamo fissamente il mare dalla costa centrale, forse il nostro sguardo si imbatte con la coda di una balena che attraversa il Cantábrico.



Uno stile unico in Europa

Dodici templi e tre costruzioni civili, datati tra il IX e X secolo, formano il più completo e meglio conservato complesso d'architettura Altomedievale dell'occidente d'Europa, completato con pezzi di oreficeria di altissimo valore. La sua unicità artistica e storica è stata riconosciuta dall'Unesco nel 1985. Godono di questo titolo, San Julián de los Prados, San Miguel de Lillo, Santa Maria del Naranco, la Cámara Santa de Oviedo, la fonte della Foncalada, e Santa Cristina de Lena.

Santa María del Naranco (Oviedo)

Assorbi la cultura asturiana

#TurismoCulturale

La lunga e avventurosa storia delle Asturie è diventata il filo conduttore per comprendere la sua eterogenea cultura. 200 milioni di anni fa questa terra fu abitata da titanici dinosauri, i quali lasciarono le loro orme lungo il litorale. I primi abitanti si riparavano nelle grotte, dove le pitture rupestri sono la testimonianza del loro nascente interesse per l'arte, 22.000 anni prima della nostra Era. La società *castreña* emerge attraverso costruzioni circolari scavate e ancor oggi visibili nei villaggi fortificati dell'occidente: i *castros*. Si possono visitare quelli di San Chuis, in Allande, o Coaña.

Il Regno delle Asturie, nato in piena Riconquista, trasformò il Principato nel cuore di una nuova Europa, con una Monarchia interessata al talento e che sfociò in uno stile architettonico unico: l'Arte Preromanica delle Asturie. Questa si estende ad una moltitudine di comuni, da Oviedo a Villaviciosa, Lena, Pravia, Colunga, Santo Adriano... Chiese, palazzi e monasteri sono parte dell'eredità gotica e barocca, e la Cattedrale di Oviedo/Uviéu ne è il massimo esponente. La rivoluzione industriale modificò nuovamente quell'orizzonte e trasformò paesaggi che nel XXI secolo furono reinventati attraverso opere come il Centro Niemeyer, che si trova giusto accanto alla Ría di Avilés.

Una passeggiata per la cultura asturiana è un viaggio nel tempo attraverso i secoli.

Un eccellente modo di iniziare questo viaggio è mediante gli elementi riconosciuti come patrimonio dell'Umanità dalla UNESCO: le caverne di arte rupestre, l'Arte Preromanica delle Asturie e gli itinerari del nord del Cammino di Santiago. Le grotte e le spelonche, le cui pareti sono impreziosite dall'arte preistorica, costellano il Principato e cinque di esse godono della più prestigiosa figura di protezione mondiale. Sono quelle di Tito Bustillo (Ribadesella), Covaciella (Cabrales),

Viaggia nel tempo all'interno di una grotta

Tra 22.000 e 10.000 anni prima della nostra Era gli uomini vivevano nelle caverne del Massiccio di Ardines e raffiguravano sulle pareti tracce del loro stile di vita. La grotta di Tito Bustillo (Ribadesella) possiede alcune delle pitture di arte rupestre meglio conservate ed è aperta al pubblico da marzo a ottobre. Le visite sono organizzate in gruppi di 15 persone ed è necessario prenotare in anticipo. Nella galleria, lunga 700 metri, vi sono undici insiemi di pitture. Tra queste spiccano i cavalli e le renne. Con lo stesso biglietto d'ingresso si può percorrere il Centro di Arte Rupestre di Tito Bustillo, che arricchisce la visita ed offre un moderno ravvicinamento.



Grotta di Tito Bustillo (Ribadesella)

Llonín (Peñamellera Alta), El Pindal (Ribadedeva) e La Peña (Candamo). Lo stesso vale per l'arte preromanica, che è maestosamente esposta.

In particolare, gli edifici catalogati sono quelli situati ad Oviedo e Lena. I cammini del Nord di Santiago di Compostela, ovvero il Costiero e il Primitivo, sono stati gli ultimi ad entrare nel selezionato club della UNESCO, con le



Castro de Coaña

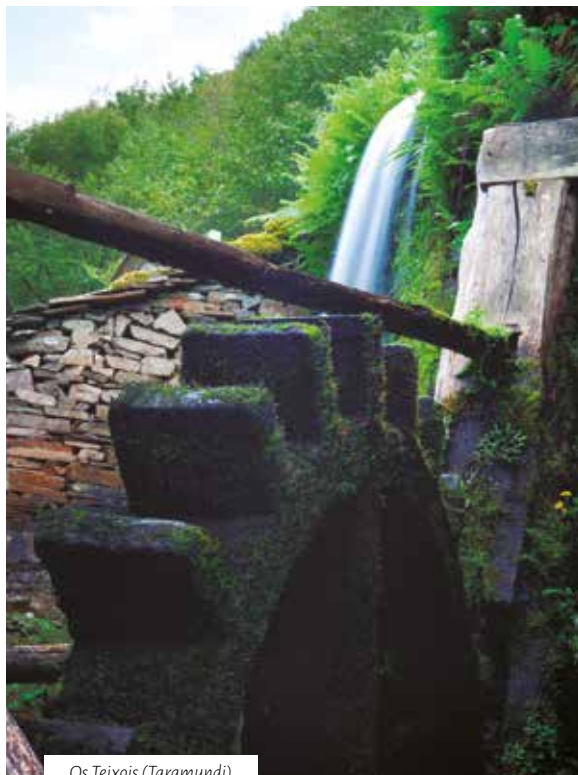
molteplici opzioni per il pellegrino, e nei cui estremi emergono gioielli occulti del patrimonio, come San Salvador de Priesca (Villaviciosa), Santa Maria de Soto di Luiña (Cudillero) ed il Monastero di San Salvador de Cornellana (Salas).

Seducono i viaggiatori con interessi religiosi: la Cattedrale Gotica di San Salvador di Oviedo/Uviéu, che conserva le reliquie della Sacra Sindone, la Cruz de la Victoria, e la Cruz de Los Angeles, con una magica leggenda di pellegrini orafi che crearono l'opera per Alfonso II; e la grotta e la Basilica di Covadonga, un luogo montagnoso di pittoresca bellezza in cui la Vergine apparve a Pelayo e gli trasmise il valore per iniziare la Riconquista.

L'elenco dei luoghi di fondamentale importanza è infinito, da imponenti monasteri come quelli di Corias, San Salvador de Cornellana o Santa Maria de Villanueva de Oscos, a teatri come il Riera de Villaviciosa, o Palazzi come la Quinta di Selgas presso El Pito, Cudillero, chiamato il piccolo Versailles asturiano.

È impossibile comprendere tutta l'essenza di questo tessuto culturale senza aver scavato prima nella sua etnografia.

I musei ed i complessi tematici evocano il passato musicale, educativo ed economico di una società che ha saputo adattarsi senza dimenticare le sue radici. Il Muséu del Pueblu d'Asturies, a Gijón/Xixón; il Museo etnografico di Grandas di Salime, il complesso etnografico di Os Teixois, a Taramundi; il Museo etnografico de Oriente de Asturias, a Porrúa-Llanes; il Museo Marittimo delle Asturie, a Gozón; il delizioso edificio "Quinta Guadalupe" che ospita la Fundación Archivo de Indianos- Museo dell'emigrazione, a Colombres; o quello della Scuola di Cabranes, sono solo alcuni esempi.



Os Teixois (Taramundi)



Real Sitio de Covadonga (Cangas de Onís)



Teatro Campoamor (Oviedo)



Museo del Jurássico de Asturias (Colunga)



Museo delle Belle Arti (Oviedo)

Un Museo “Ipnotico” delle Belle Arti

Più di 15.000 opere, dal XIV secolo fino ad oggi, compongono la maggiore collezione d'arte del Principato, che appartiene al Museo delle Belle Arti delle Asturie. Pitture, sculture, incisioni, fotografie. Da Dalí a Goya, El Greco, Murillo, Tàpies, Barceló, compongono questa raccolta aperta, che continua a crescere grazie ad acquisti, depositi e donazioni. Anche l'immobile di questo Museo possiede un grande valore. È formato da tre edifici, il Palazzo di Velarde (XVIII secolo), la Casa di Oviedo-Portal (XVII secolo) ed il premiato ampliamento, inaugurato nel 2015, da Patxi Mangado.

L'attività culturale che si svolge nel Principato è completa almeno quanto il suo patrimonio. La stagione dell'opera, da settembre fino all'inizio dell'anno successivo, è un punto di riferimento della programmazione annuale del Teatro Campoamor di Oviedo/Uviéu, con premiere e titoli di qualità. Qualcosa di molto simile avviene con il Teatro Palacio Valdés di Avilés, scenario di esordi nazionali ed un punto di riferimento per gli amanti del palcoscenico. La programmazione si completa nella città con il Centro Niemeyer. A Gijón/Xixón, oltre al Festival internazionale di Cinema, sono famose le programmazioni del Teatro Jovellanos e del Teatro Laboral, che comprende il teatro ed il Centro d'Arte e Creazione Industriale.

La rete di musei è vasta per il loro numero e per le sue molteplici tematiche. Nel cuore di Oviedo/Uviéu troverete le

Belle Arti, con un moderno e premiato ampliamento. Non molto distante, il Museo Archeologico ci ricorda la preistoria e la storia delle Asturie, e l'archivio storico, installato nell'ex carcere della città, ci apre gli occhi alla storia. Un'altra bandiera della cultura, in seguito alla sua ubicazione in una torretta di avvistamento della zona costiera e ai suoi fondi, è il MUJA, il Museo del Jurássico de Asturias (Museo del Giurassico delle Asturie), un edificio fatto a forma di orma degli affascinanti dinosauri. Il Centro di Ricezione del Preromanico, nelle ex scuole del Naranco, permette di prenotare visite guidate. Il Parco della preistoria di Teverga è un progetto originale in cui sono state raccolte le riproduzioni delle pitture rupestri.



Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/
 TurismoCulturale



Non perderti...

- Il Preromanico Asturiano: Santa Maria del Naranco, San Miguel de Lillo,...
- Arte Rupestre: Tito Bustillo e il suo Centro d'Arte Rupestre (Ribadesella), La Peña (Candamo) e il Parco della Preistoria di Teverga.
- Il Museo delle Belle Arti delle Asturie (Oviedo).
- Il Muséu del Pueblu d'Asturias (Gijón/Xixón).
- I Castros del Navia: cultura castreña.
- Premi “Princesa de Asturias”.

L'esperienza mineraria nella Valle del Nalón

Il bacino del fiume Nalón offre tre forme di avvicinarsi all'industria mineraria e alla sua importanza urbanistica, sociale ed economica. La prima è attraverso il Museo delle Miniere e dell'Industria di L'Entregu/El Entrego, percorrendo il suo completo spazio espositivo. La seconda è seguendo questa indicazione: "Vieni a conoscere una valle, un popolo ed una miniera". Così si presenta l'Ecomuseo di Samuño al viaggiatore. L'esperienza permette di percorrere due chilometri in un treno seguendo l'itinerario lungo il quale si trasportava il carbone estratto dalle miniere, visitare il complesso esterno dell'antico Pozo San Luis ed esplorare i dintorni della località La Nueva. La terza opzione, molto più intensa, è quella di addentrarsi direttamente nell'oscurità della miniera, dove si è forgiato il solidale carattere dei minatori. La compagnia Hunosa offre visite guidate a Pozo Sotón. Si scende fino a 556 metri con il tipico ascensore minerario e si ripercorrono i piani ottavo, nono e decimo.





Non perderti...

- Il Museo delle Miniere e dell'industria delle Asturie -MUMI- (L'Entregu/El Entregu-San Martín del Rey Aurelio)
- Ecomuseo Minerario Valle di Samuño (Ciañu-Langreo)
- Pozzo Sotón (San Martín del Rey Aurelio)
- Villaggio minerario di Bustiello (Mieres)
- Museo della Miniera di Arnao (Castrillón)
- Museo delle Ferrovie delle Asturie (Gijón/Xixón)

Guardati attorno

#TurismoIndustriale

Le sagome delle torri d'estrazione mineraria spiccano nell'orizzonte, le vie di metallo sulle quali transitavano le macchine a vapore, villaggi nati dal paternalismo industriale... tutto ciò è la testimonianza della ricchezza che scaturisce dal sottosuolo, dai fiumi e dal fondo dei mari, di come uomini e donne coraggiosi hanno cercato di domare la natura.

Poco ha a che vedere questa immagine con le Asturie rurali del XIX secolo, che vivevano dell'agricoltura e dell'allevamento e che disponevano di poche fabbriche di conserve e di armi, entrambe inaugurate nel XVIII secolo. I loro uomini e le loro donne conoscevano il carbone da almeno

due secoli, anche se non avevano mai dimostrato interesse nello sfruttamento dello stesso. Ma l'industrializzazione aveva bisogno di combustibile e i giacimenti delle Asturie erano troppo ambiti. L'estrazione del carbone portò tutto il resto. Con l'industria mineraria giunse la metallurgia-siderurgia e la produzione d'energia, alimentata anche dall'abbondanza d'acqua. Il trasporto ferroviario divenne il filo conduttore dell'industrializzazione. Il suo passaggio trasformò il paesaggio del Principato e lo condusse verso il futuro.

Il patrimonio industriale asturiano, protetto dalla Legge sul Patrimonio Culturale, comprende tre tipi di beni: elementi isolati,



Complesso minerario di Arnao (Castrillón)



Pozzo Sotón (SMRA)



Villaggio Minerario di Bustiello (Mieres)



Museo Ferroviario (Gijón)



Centrale idroelettrica di Grandas di Salime

come la Fabbrica di Tabacchi, situata in pieno centro di Gijón/Xixón; impianti industriali, come quello di Arnáu o la Fabbrica di Armi di Trubia; e i paesaggi complessi che collegano a colpo d'occhio diverse attività, come avviene nei bacini del Nalón o del Caudal e, più in particolare, con il paesaggio minerario di Turón.

Tali beni e strutture industriali punteggiano l'orizzonte asturiano. Intraprendere un viaggio per le strade del Principato significa vedere il profilo della Torre delle miniere da cui scendevano "le gabbie" ai pozzi, l'architettura singolare dei quartieri minerari, le fabbriche, gli antichi serbatoi di gas o i provocanti camini. Sorprende il ristrutturato Centro di imprese Valnalón, il villaggio minerario di Bustiello o la torre e le bocche delle miniere di Mosquitera, Candín o San Fernando. Il "Salto di Bidone" di Salime, il bacino idrico più grande delle Asturie, nasconde al suo interno dipinti murali e bassorilievi degli architetti e artisti, oltre che padre e figlio, Joaquín Vaquero Palacios e Joaquín Vaquero Turcios.



Vecchie gru nella foce del fiume Nalón
(San Esteban - Muros de Nalón)

Anche le strade costeggiano gli esempi di una fiorente industria agroalimentare o di altri sistemi tradizionali.

La fabbrica di sidro El Gaitero concilia la sua attività con visite guidate a una collezione permanente e alla cantina, con una degustazione finale. Lo fanno anche un gran numero di *lagares sidreros* (Cantine di Sidro). L'industria delle conserve giunse ad aprire quasi un centinaio di fabbriche, le quali rappresentavano una risorsa tradizionale di lavoro per le donne. L'Esposizione Permanente dell'Industria Conserviera di Candás si trova nell'antica cisterna della Fabbrica di Conserve e Sidro Bernardo Alfageme.

Esiste un'ampia gamma di attrezzature che aiuta a comprendere sia le attività industriali, sia le condizioni di lavoro dei suoi lavoratori ed anche le società che



Industria delle conserve



Mele di sidro

sono cresciute attorno a questi. Il Museo delle Miniere e dell'Industria (MUMI) di L'Entregu/El Entrego raccoglie la memoria storica dell'industria del carbone e riproduce un esempio di miniera. Il Museo della Siderurgia (MUSI) è sito in una torre di raffreddamento di una vecchia fabbrica di Duro Felguera, a Langreo. Il complesso minerario di Arnáu possiede una peculiarità che lo distingue dal resto: alcune delle sue gallerie passano sotto il mare. La vecchia Stazione del Nord, a Gijón/Xixón, è attualmente il Museo delle Ferrovie delle Asturie (MFA) e ne riassume la storia essenziale.



Per maggiori informazioni:

turismoasturias.it/TurismoIndustriale



Museo della Siderurgia delle Asturie - MUSCI - (Langreo)



Museo delle Miniere e dell'Industria - MUMI - (SMRA)

Le Asturie sono un punto di riferimento per gli amanti dello sport e delle attività all'aria aperta, che trovano in questa terra un autentico parco tematico naturale.

La loro peculiare orografia è diventata un richiamo per i viaggiatori che non si accontentano di conoscere una nuova destinazione, ma che vogliono anche spregarla al massimo.

Spremi le Asturie

#TurismoAttivo



Non perderti...

- Discese in canoa o kayak di uno dei nostri fiumi: Sella, Nalon e Navia.
- Itinerario del Cares.
- Scalata del Picu Urriellu.
- In bici per le nostre vías verdes: Percorso del Oso, Turón o quella del Eo.
- Surf a Frejulfe, Xagó, Penarronda,...
- Stazioni invernali: Valgrande-Pajares e Fuentes de Invierno.

Una discesa internazionale

La Discesa Internazionale del fiume Sella, si organizza il primo sabato del mese di agosto, se questo non cade il giorno 1 o 2, tra Arriendas/Les Arriendes e Ribadesella/Ribeseya; è una prova d'impatto mondiale, conosciuta come *Les Piragües*. Fu indetta da Dionisio de la Huerta dopo aver goduto di una gita tra le località di Coya e L'Infiestu nel 1929. Il suo programma comprende una parte ludica, con festa, discorso d'apertura e sfilata di carrozze, e con una parte sportiva con i migliori canoisti di lunghe distanze.

Il turismo attivo e sportivo è una modalità regolata ed ordinata, della quale godere in massima sicurezza. Oltre agli specifici spazi naturali, esiste una grande varietà d'impianti che arricchiscono l'offerta ed un catalogo di attività per tutti i gusti e le capacità fisiche.

Le risorse sono quasi sconfinite. Come la natura stessa delle Asturie. Una complessa rete di sentieri fatta di grandi e piccoli percorsi (GR e PR) solca le Riserve della Biosfera dell'UNESCO, il Parco Nazionale ed i parchi e monumenti naturali, oltre al litorale. I piccoli ma



Discesa Internazionale del Sella



Discesa di canyon



Valgrande-Pajares (Lena)

abbondanti fiumi sono molto versatili e dispongono di un'accurata gestione, che combina la preservazione dell'ecosistema con le attività sportive. Il ripido profilo dei Picos de Europa è un richiamo per gli scalatori e per gli amanti del trekking. Il dislivello delle strade di montagna attira l'attenzione degli audaci ciclisti, come le accurate *vías verdes* (piste naturalistiche che si snodano lungo il percorso di vecchi binari ferroviari abbandonati). Le cime, in inverno, attraggono gli sciatori. Le acque del Cantabrico sono il luogo ideale per gli amanti delle discipline nautiche.

Tutti questi scenari aprono un mondo di possibilità. Gli appassionati di trekking dispongono di percorsi con diversi livelli di difficoltà.

Dai tracciati dei Picos de Europa ai percorsi di Redes, gole come quella di Las Xanas, o vie d'accesso alle cascate. È possibile imitare i grandi scalatori del ciclismo nei leggendari scenari, come quelli di Angliru e Los Lagos, organizzare da soli partenze su due ruote o seguire percorsi tracciati, come l'anello ciclabile della Montaña Central. Non è necessario



Sentiero dell'Orso in bicicletta (Proaza)



Vista del Urriellu - Parco Nazionale Picos de Europa

La calamita degli scalatori

Pedro Pidal e Gregorio Pérez, *El Cainejo*, furono i primi ad arrivare alla cima del Picu Urriellu (Naranjo de Bulnes), la ipnotica montagna che a una certa ora del giorno, grazie alla luce del sole, emette riflessi arancioni. Era il 5 agosto 1904 e stavano scrivendo la storia. Aprirono una delle vie più difficili, con un materiale rudimentale e dimostrarono i buoni risultati che si possono ottenere unendo le conoscenze tecniche di un nobile e studioso - Pidal era giurista e marchese di Villaviciosa - e l'intuito di una guida del luogo, *El Cainejo*, il quale effettuò gran parte della scalata scalzo. Il Urriellu è diventato la calamita internazionale.

essere in perfetta forma fisica, bastano solo un po' di abilità e di buona volontà, per navigare in kayak fiumi come, ad esempio, il Navia, il Nalón, il Cares o il Sella. In questi alvei è possibile fare il bagno in una piscina naturale come quella di Olla de San Vicente o praticare il canyoning.

La pesca di salmoni è perfettamente suddivisa in zone libere e riserve, aggiudicate all'inizio della stagione mediante un sorteggio tra i praticanti federali.

Gli amanti delle onde dispongono di un proprio spazio. Si può praticare surf sulle spiagge più aperte del Cantábrico: Tapia, Salinas, Rodiles o Gijón/Xixón, sono solo alcuni esempi. Anche altre tavole, come quelle dello sci e lo snowboard, sono

benvenute. Godetevi le due stazioni pubbliche asturiane, Valgrande-Pajares e Fuentes de Invierno, che propongono una vasta gamma di risorse complementari, con itinerari con racchette da neve o per sci di fondo.

Esiste un'abbondante offerta di turismo attivo. Bisogna solo decidere tra un percorso a cavallo, lanciarsi in parapendio, diventare uno speleologo che percorre il paradiso sotterraneo, guidare un quad per strade rurali, volare in aereo ultraleggero...



Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/TurismoAttivo

Esperienze su misura



Itinerario di Cares

TREKKING:

Itinerario del Cares. Attraversa una spettacolare gola che serpeggia lungo il letto del fiume Cares e che comprende grotte, sentieri di pietra e ponti. Ha una lunghezza di 12 chilometri in linea retta, 24 chilometri di andata e ritorno.

Itinerario del Alba. È un percorso lineare, nel cuore del Parque de Redes, quasi senza dislivelli e di 14 chilometri di lunghezza, compresi l'andata e il ritorno.

Itinerario della Seimeira. È un tracciato lineare di 8,6 km, con partenza da Santalla, non troppo impegnativo, la cui ricompensa finale è una rinfrescante cascata di circa 20 metri.

SPORT ACQUATICI:

Lezioni di surf a Salinas, Gijón/Xixón o Rodiles... In queste spiagge esistono scuole in cui possiamo iscriverci a lezioni individuali o corsi completi.

Discesa in kayak dei fiumi Sella, Cares, Navia, Nalón, Puleggia,... Ciascun bacino ha caratteristiche proprie. Il Sella si apre a sinuosi meandri. Il Cares è un flusso di acque rapide. Il Navia parte dalla diga di Arbón.

Pratica paddle-surf in un estuario o traccia un itinerario in **kayak** di mare con fermate presso le migliori spiagge.



Discesa in canoa del Fiume Nalón

Per comprendere le Asturie, è necessario conoscere la loro gastronomia

I loro prodotti, le loro ricette, la perfetta combinazione delle loro bevande. Questo verde territorio, bagnato dal mar Cantabrico, è una dispensa naturale di frutti di mare, pesci freschi, carni, verdura e latticini.



Pensa con lo stomaco

#GastronomiaAsturiana

La flotta porta a terra i migliori pesci. I numerosi allevamenti sono la base necessaria per l'elaborazione di formaggi. La struttura di piccoli orti e fattorie è la fonte principale di frutta e verdura e della materia prima per il sidro o il vino. L'industria agroalimentare unisce innovazione e tradizione nei processi di lavorazione.

Un viaggio non sarà mai completo senza sedersi ad un tavolo ed assaporare una “fabada” (zuppa di fagioli), un “cachopo” (specie di grande cotoletta con formaggio), una “longaniza di Avilés” (salame tipico), una “merluza del pincho” (Nasello) o delle cipolle farcite.

Nemmeno se non degustiamo un *arroz con leche* (dessert con riso e latte), dei *frixuelos* (Crepes delle Asturie) o delle *marañuelas* (dolci tipici delle Asturie), quelle di Llanco/Luanco o quelle di Candás, le due località che si contendono l'originalità della ricetta.

La qualità delle materie prime è riconosciuta da moltissimi organismi. Sei prodotti del Principato possiedono il timbro di Denominazione di Origine Protetta (DOP): il sidro, il vino

Formaggio di Cabrales



Visita una grotta di Cabrales

Diversi produttori aprono le loro grotte per far conoscere in prima persona gli spazi in cui si stagiona il famoso formaggio di Cabrales. La Fondazione Cabrales, nel paese di Arenas, offre al viaggiatore una visita guidata di 40 minuti divisa in due parti. La prima si addentra nella grotta e passa tra i prodotti, mentre si spiega dettagliatamente tutto il processo d'elaborazione, dalla raccolta del latte al momento in cui si decide quando è pronto. La seconda consiste in un video che integra le informazioni.

e i formaggi Cabrales, Gamonéu, Casín e Afuega'l Pitu. Di Indicazione geografica protetta (IGP) sono anche il vitello asturiano, il Chosco de Tineo (Salume tipico), il formaggio di Los Beyos, la Faba Asturiana e il Miele delle Asturie. Esistono altri alimenti di altissima qualità con certificato di produzione biologica che comprendono una selezione di verdure, ortaggi, il *gochu* (maiale) Asturcelta, la *oveya xalda* (pecora autoctona) ed anche elaborati come gli yogurt, il pane o le marmellate.

Consapevole dell'importanza di tutti questi prodotti, il Principato ha sviluppato il marchio di garanzia chiamato Alimentos del Paraíso Natural, che può includere da prodotti

Laghi di Covadonga (Cangas de Onís)





"Sidrerías de Asturias" —Calidad Natural—

freschi, come carni, pesci, frutta o miele, fino ad altri elaborati, come i formaggi, le conserve o i piatti preparati. Il requisito indispensabile per ogni prodotto è la qualità della materia prima e del processo d'elaborazione, se dovesse essercene uno. Per ora hanno ottenuto questo timbro i mirtilli rossi, i kiwi, il miele, il formaggio di capra, il cavolo cappuccio ripieno ed i *carajitos* (dolce tipico).

Sono custodi della tradizione le Guisanderas, un club di cuoche e proprietarie di ristoranti che si prendono cura della cucina tradizionale asturiana. L'altra faccia dell'eccellenza è rappresentata da cuochi con la Stella Michelin, che hanno innovato partendo dalla base della cucina asturiana.

Con il braccio alzato verso il tetto, da una bottiglia verde scende il liquido sull'orlo di un grande bicchiere di vetro, mentre gli schizzi bagnano un catino. Il protagonista della discesa è un *escanciador* (mescitore) che sta servendo il sidro,

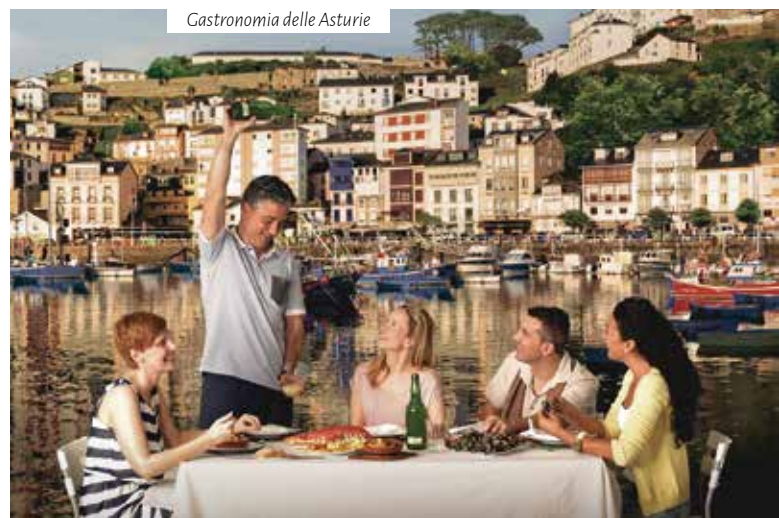
Il Principato, inoltre, ha creato marchi di qualità, grazie ai quali si può accedere ad un mare di sapori. "Mesas de Asturias" -Eccellenza gastronomica- è da molti anni nel settore. Più recente è "Sidrerías de Asturias" -Qualità naturale-, in fase di espansione.

la bevanda asturiana per eccellenza. Non si tratta di una rappresentazione etnografica. È un gesto che si ripete quotidianamente in ogni *sidrería* (bar del sidro). Il sidro è parte fondamentale della gastronomia e della cultura. Per comprenderlo, non solo dobbiamo assaggiarlo. È necessario vivere il processo completo, dalla selezione della mela nel frutteto fino al processo di fermentazione e la festa che si organizza per la prima degustazione, chiamata "*espicha*". Si organizzano sempre più esperienze singolari, che permettono di sentire perfino l'odore e l'ambiente della cantina. Verso la fine della primavera, è facile imbattersi in qualche concorso di produttori o di *escanciadores*. Tra i più prestigiosi possiamo trovare quelli di Nava, Villaviciosa e Gijón.

Per chi preferisce il vino, il sud-ovest è il luogo ideale, grazie al vino DOP Cangas. Il paesaggio è costellato da vigneti ancorati



Formaggi e sidro



Gastronomia delle Asturie

alle montagne. La fondazione del monastero di Corias, nel 1032, servì a promuovere la produzione vinicola. In questo momento, vive una nuova giovinezza grazie agli sforzi di un'associazione di produttori e trasformatori che hanno ottenuto il timbro DOP. Il Festival della Vendemmia, in autunno, è un buon momento per provarlo.

Sui taglieri di degustazione, in crema come accompagnamento alle carni o come dessert guarnito da un dolce artigianale: dicono delle Asturie che è la maggiore zona di produzione di formaggi d'Europa. Viene anche chiamata la terra dei più di 50 Formaggi artigianali, la grande maggioranza stagionati in grotte e capanne. Il più noto è il Cabrales, stagionato nelle grotte dei Picos de Europa e con la Denominazione D'Origine dal 1981. È facile trovarlo nei mercati di tutto il mondo, da New York a Parigi. Sarebbe quasi un reato rifiutare un assaggio di una qualsiasi delle sue varietà.



Vino DOP Cangas

Gli asturiani sono così fieri della loro gastronomia, delle loro ricette e dei loro alimenti, che organizzano feste durante tutto l'anno.

Il calendario di festival, competizioni, giornate, concorsi, fiere ed aste è quasi infinito. Le date aggiornate si possono consultare nell'agenda di eventi della web ufficiale del Turismo delle Asturie.



Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/GastronomiaAsturiana

Mescitura di sidro



Consigli per escanciar un "culete" (bicchiere di sidro)

Scegli una posizione comoda, con la schiena retta e le gambe aperte all'altezza delle spalle. Prendi la bottiglia con la mano destra, saldamente, dal fondo. Prendi il bicchiere con la mano sinistra, con l'indice e il pollice intorno al vetro e il dito medio sul fondo. Alza il braccio che afferra la bottiglia, retto, al di sopra della testa, con il collo davanti alla fronte. Posiziona il bicchiere proprio tra le gambe e, guardandolo fissamente, inizia ad inclinare la bottiglia poco a poco, controllando il peso, fino a quando il liquido cada sull'estremità del bicchiere. Guida il bicchiere verso il getto di sidro. Si serve una quantità sufficiente per bere in una sola volta, un "culete".



Non perderti...

- Museo del Sidro e visita con degustazione a un *llagar* (cantina).
- Museo del Vino e visita con degustazione a una cantina di vino DOP Cangas.
- Grotta-esposizione del formaggio Cabrales e visita con degustazione a un caseificio.
- Asta dal vivo in un mercato di pescatori.
- Dovete provare: *fabada* (zuppa di fagioli), cipolle farcite con tonno, *arroz con leche* (dessert tipico), *casadiellas* (dolce tipico), *cachopo* (cotoletta ripiena di formaggio), *nasello o pixín al sidro* (rana pescatrice al sidro), *pote asturiano* (bollito tipico), *riso con pitu caleya* (riso con pollo), *tenera o cabritu asado* (vitello o capretto arrosto).
- Assapora le nostre specialità presso: "Mesas de Asturias" -Eccellenza Gastronomica- e "Sidrerías de Asturias" -Qualità Naturale-.

Formano sulla mappa un triangolo quasi equilatero. Sono il cuore cosmopolita di una regione dai molteplici artisti che, nonostante il suo attaccamento alla tradizione e alla natura, non rinuncia al suo carattere moderno.

Avilés, Gijón/Xixón e Oviedo/Uviéu sono le tre città delle Asturie, con tre storie e tre caratteri. Le tre sono molto ben collegate, in appena mezz'ora, tanto che si possono combinare spostandoci in macchina, autobus o in treno.



Palpita con il cuore urbano

#AsturieCittà



Non perderti...

- ▶ Avilés e la sua strada con portici: Galiana.
- ▶ Centro Niemeyer ad Avilés.
- ▶ Il Quartiere dei pescatori di Gijón/Xixón: Cimavilla.
- ▶ La Laboral Ciudad de la Cultura a Gijón/Xixón.
- ▶ Camara Santa e la Catedral a Oviedo/Uviéu.
- ▶ Mercato El Fontán a Oviedo/Uviéu.

Sebbene esistano prove di insediamenti preistorici, Avilés è una città di origine medievale, latente nel suo pittoresco e ben conservato centro storico. Con un passato e un presente industriale di cui sono tutt'oggi testimoni i maestosi camini ed il porto, cerca di conciliare quell'eredità con l'innovazione urbanistica e la sua vocazione culturale.

*Nel mezzo dell'estuario si eleva
un'affascinante isola bianca, costellata da un
insieme di cinque opere architettoniche del
brasiliiano Oscar Niemeyer.*

La cultura di Avilés non si basa solamente su questo affascinante centro culturale. Nel corso dell'anno programma appuntamenti di punta, come una variegata programmazione di uscite teatrali. Camminare sui ciottoli di Galiana, passeggiare per Sabugo e riposare nel parco Ferrera sono alcuni dei piaceri riservati al viaggiatore.

Centro Niemeyer (Avilés)



Gijón/Xixón è diventata una città moderna e animata, in gran parte come risultato di una storia aperta al mare, con un porto di un'importante attività economica.

Le sue vestigia romane sono l'altra faccia del suo passato, al pari del suo fiero contributo all'illustrazione della mano di Gaspar Melchor de Jovellanos

Se la visita a Gijón/Xixón coincide con la seconda metà di novembre, sarà possibile godere del vasto programma del Festival Internazionale del Cinema. In luglio si celebra la Semana Negra, un concorso per romanzi gialli ormai consolidato grazie ai suoi tre decenni. In qualsiasi stagione dell'anno è obbligatorio perdersi nel quartiere bohémien dei pescatori di Cimavilla e per La Ruta, senza dimenticare le zone rurali, con i loro imprescindibili *lagares* (cantine).

Appena arrivati ad Oviedo/Uviéu scopriamo una città classica e tranquilla, lo scenario descritto da Leopoldo Alas Clarín in "La Regenta", un modello di città pedonale che hanno imitato molte altre. Il centro storico, da favola, presieduto dalla Cattedrale, con una Cámara Santa, nella quale si custodiscono i tesori dell'epoca di Alfonso II Il Casto, re delle Asturie.

Centro di Oviedo/Uviéu



Porto di Gijón

Questo regno è ora quello dei Premi Princesa de Asturias, sul cui tappeto rosso hanno sfilato i più prestigiosi statisti, scienziati e artisti del mondo.

Mary Beard, storica classica, ha pubblicato in The Times un articolo nel quale comparava la sua visita ad Oviedo/Uviéu per i riconoscimenti 2016 con "il nono cielo". La capitale del Principato è anche Sede Amministrativa e possiede inoltre un animato asse commerciale, da cui emergono singolari edifici di grande valore architettonico.

Le tre città sono inoltre sede abituale di congressi e del turismo d'affari, possiedono tre organismi che lavorano per il loro sviluppo e degli edifici singolari. Sull'orizzonte di Oviedo spiccano il Centro Esposizioni e Congressi della città di Oviedo, di Santiago Calatrava, e l'Auditorium Centro Congressi Principe Felipe. Gijón/Xixón possiede il maggior centro fieristico della regione, noto come Luis Adaro, e l'impressionante Laboral Ciudad de la Cultura, oltre ad altre strutture urbane. Avilés dispone del Niemeyer come fiore all'occhiello, oltre al centro fieristico di La Magdalena e la Casa della Cultura.



Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/AsturieCitta

Tre itinerari della durata di un giorno



Calle Galiana (Avilés)

Avilés: il gioiello meno conosciuto.

Il Centro Niemeyer è il miglior punto di partenza per una visita ad Avilés. Sorprenditi con l'originalità della sua progettazione e con la sua singolare ubicazione, tra le grandi industrie ed il porto, il tutto collegato con la città attraverso un colorato ponte. Da plaza de España sale Calle Galiana, costellata di archi, la quale conserva la pavimentazione originale, che separa la zona in cui camminava il bestiame da quella in cui camminavano i padroni. Respira il profondo odore di natura del Parco Ferrera, assaggia i vini e la *longaniza* (salame tipico) nel Carbayedo, vai verso El Muelle e avventurati in Sabugo, dove incontrerai eccellenti bar di sidro e una selezione di piccole attività commerciali locali.

Gijón/Xixón: moderna e cosmopolita.

Percorri la prima linea di una città dedita al mare. Dall'Acquario al porto sportivo, passando per il pittoresco quartiere di Cimavilla, l'affollata spiaggia di San Lorenzo, con il suo muro, e la passeggiata fino a El Rinconín, presieduto dalla spettacolare scultura "La madre del emigrante", che la cultura popolare ha rinominato la Lloca del Rinconín. Collegati dai mezzi di trasporto urbani, ci sono altri due luoghi imprescindibili: Laboral Ciudad de la Cultura e il Jardín Botánico Atlántico. Fai acquisti nei piccoli negozi del centro, nei pressi della Plaza del Ayuntamiento.



La Laboral, Città della Cultura (Gijón)



Mercato del Fontán (Oviedo)

Oviedo/Uviéu: una passeggiata signorile.

Viaggia attraverso la storia nel centro storico di Oviedo/Uviéu: dalla Cattedrale e Camara Santa fino ai musei di Belle Arti e Archeologico delle Asturie ed il mercato di El Fontán, con un'indimenticabile passeggiata in un ambiente pedonale. Attraversa l'asse commerciale di calle Uría e lasciati sedurre dal fascino della zona verde della città: il parco di San Francisco. Non molto lontano dal centro, sul Monte Naranco, potrai ammirare a Santa Maria e San Miguel de Lillo due punti di riferimento unici dell'arte preromanica. Non potete lasciare la città senza provare i suoi dolci tipici, come i deliziosi *carbayones* e le *moscovitas*, o senza scoprire l'affollato Itinerario dei vini e l'animato Boulevard de la Sidra a Gascona.

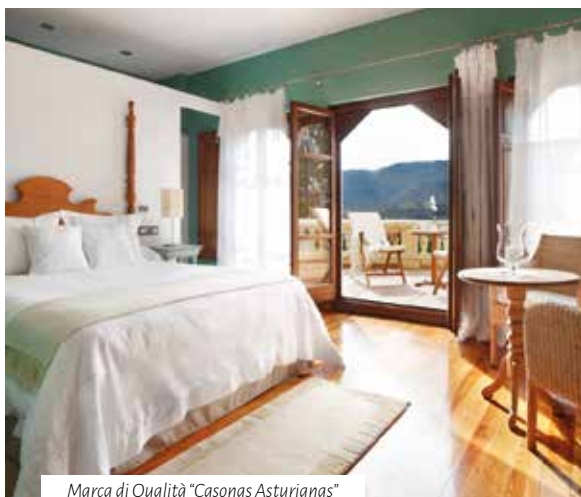
Riescono a conquistare le persone, i paesaggi affascinano e le arti tradizionali sorprendono. L'ospitalità cattura e la qualità ammalia. Le Asturie sono il germe del turismo rurale spagnolo, una forma di viaggiare che affonda le sue radici nell'autenticità dei popoli.

Il Paradiso Naturale, lo slogan che accompagna il Principato da più di tre decenni, non potrebbe intendersi senza preservare le abitudini, senza l'amore per l'ambiente ed il carattere generoso, molto socievole e nobile degli asturiani, le migliori guide turistiche della propria terra. Il viaggiatore scopre nuovi mondi e si trasforma in un altro militante di questo modo di comprendere la vita. Lo scenario è perfetto: un'ondulata orografia che rifugge bellezza, paesi unici in ogni angolo del cammino ed una natura ideale per fare sport e attività all'aria aperta.

Respira le Asturie

#TurismoRurale

Quel turismo rurale pioniere degli anni '80 si è generalizzato con il cambio del secolo. Dispone di un'ampia rete di alloggi, dagli ostelli, agli alberghi e alle case. Il Principato possiede due caratteristici marchi di qualità, "Casonas Asturianas", per gli alberghi con fascino e di architettura singolare, e "Aldeas" -Asturias Calidad Rural-, per le case nei paesini e gli appartamenti rurali, un punto di riferimento con soggiorni indimenticabili.



Marca di Qualità "Casonas Asturianas"



Hórreo a Cadavéu (Valdés)



Non perderti...

- Taramundi ed il suo Complesso Etnografico di Os Teixois.
- Museo etnografico di Grandas di Salime.
- Una passeggiata per Brañas di Somiedo, con i suoi emblematici "Teitos".
- Complesso di Hórreos di Güeñu/Bueño (Ribera de Arriba).
- Le *Majadas* (ovili) dei Picos de Europa.
- Alloggi rurali con fascino: Club de Calidad "Casonas Asturianas" e "Aldeas" - Asturias Calidad Rural-.



Complesso Etnografico di Mazonovo (Santa Eulalia de Oscos)

La lama d'acciaio di Taramundi e Los Oscos

I maestri fabbricanti di coltelli ancora oggi forgiavano i prestigiosi coltellini Taramundi e Los Oscos. Il Museo della Coltelleria costituisce un primo avvicinamento, come la visita a spazi singolari di etnografia e dispositivi idraulici unici in Spagna. Molti artigiani aprono le porte ai visitatori affinché conoscano in persona in cosa consiste il loro lavoro.

Un matrimonio senza invito

La Vaqueirada de Arístebano è una festa ed un grandissimo matrimonio tradizionale, che commemora la vita e le abitudini dei *vaqueiros*, un gruppo sociale dedicato alla transumanza. I fidanzati giungono in un corteo, vestiti con abiti tradizionali e preceduti da un carro del paese, sul quale si trasporta il corredo. Dopo la cerimonia, si celebra un pasto popolare.



Celebrazione di un matrimonio alla "vaqueira" (Valdés e Tineo)

Musei e centri etnografici si trasformano in un ambiente perfetto per cominciare a conoscere l'essenza delle Asturie, tutt'ora viva nei suoi popoli, nelle sue genti che si sforzano per mantenere quei mestieri tradizionali, per quanto riguarda l'attività d'allevamento del bestiame e agricola, senza la quale non si potrebbe capire fino in fondo l'economia del territorio. Di questa rete di collezioni spiccano: Muséu del Pueblu d'Asturies (Gijón), Museo Etnografico di Grandas di Salime, Museo Etnografico dell'Oriente delle Asturie (Llanes), Ecomuseo Etnografico di Somiedo (Somiedo), il Complesso Etnografico di Mazonovo (Santa Eulalia de Oscos), Museo Vaqueiro (MUVAS)



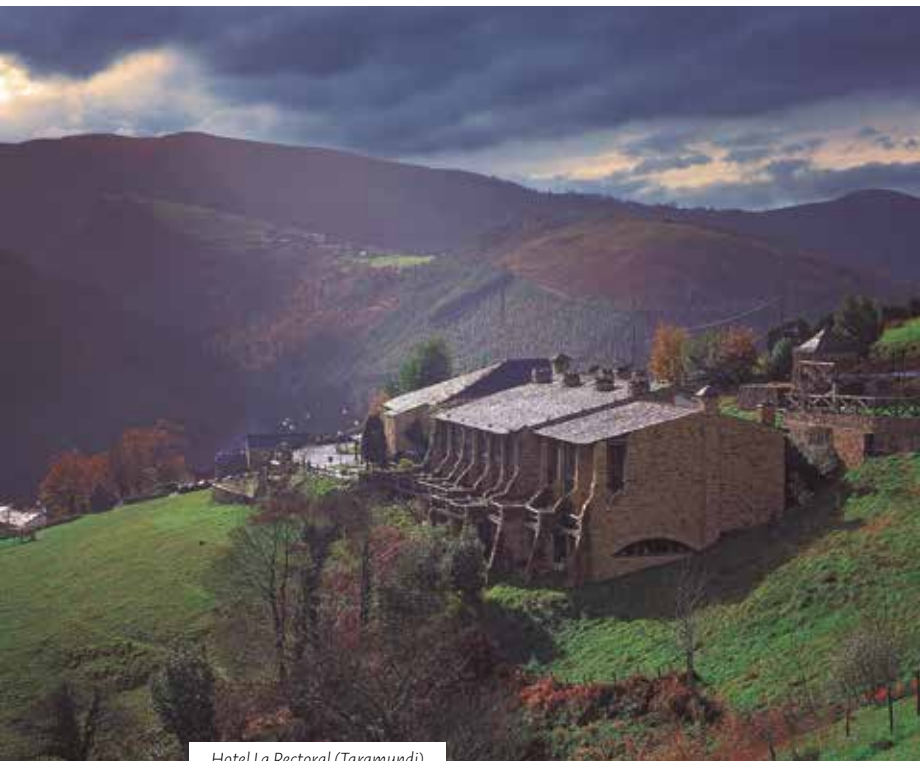
La Descarga (Cangas del Narcea)

Partecipa al pellegrinaggio

La parola Festa, in asturiano, si traduce come *folixa*. Nelle Asturie, radicati tanto quanto il termine, sono il divertimento e le tradizioni, con un'ampio elenco di Feste d'Interesse Turistico. Durante la "scarica" (fuochi artificiali) di Cangas del Narcea, che coincide con il Carmen nel mese di luglio, tonnellate di polvere da sparo fanno tremare la parte sud-occidentale. Los Güevos Pintos della Pola Siero si celebrano il martedì successivo alla Pasqua. Bambini e artisti locali decorano e mettono in vendita uova di tutte le dimensioni, con disegni più o meno tradizionali. La Festa del Pastore affonda le sue origini nella pastorizia. Ogni 25 luglio, gli sport tradizionali ed il pellegrinaggio riempiono l'intorno dei laghi. In agosto, Lluarca/Lluarca si scrive con T, la lettera di San Timoteo.

(Tineo), Museo Etnografico di Quirós e Comarca (Quirós), Museo della Scuola Rurale (Cabranes), il Museo del Legno e dell'Apicoltura (Caso) e il Museo Etnografico di Grado (Grado).

Una formula ancor più eccitante è quella di partecipare ad una delle feste d'interesse turistico che si svolgono durante l'anno. Possono essere gastronomiche, sportive, culturali, religiose, legate all'agricoltura e alcune che ricreano episodi storici. L'elenco completo, che ci permette di andare di festa in festa tutto l'anno, si trova nella pagina web ufficiale di Turismo delle Asturie.



Hotel La Rectoral (Taramundi)

La culla del turismo rurale

Taramundi viene definito come una “Fuenteovejuna del turismo”, ovvero un epicentro del turismo delle Asturie. In questo piccolo comune dell’occidente, culla degli artigiani della coltelleria, del pane di farro, dei telai e del cuoio, più di 30 anni fa nacque il turismo rurale spagnolo. I suoi abitanti, grazie all’aiuto di amministrazioni ed imprenditori, seppero trasformare un’economia di sussistenza e dei paesi vicini all’abbandono in un polo d’attrazione per il viaggiatore innamorato dell’autenticità. Il primo passo è stato la riabilitazione della vecchia Casa Rectoral (la Canonica) in un esclusivo alloggio. Attorno a questa si è sviluppata tutta un’economia di risorse, sono stati rilanciati mestieri ed è stata rivitalizzata una comunità fino ad allora con pochissimi aspettative, diventata un esempio in tutto il mondo. Si deve visitare Taramundi con la mente aperta, ricordando il suo passato e godendo del suo presente.

Due costruzioni riconoscibili a occhio nudo, parti indispensabili della campagna, sono “hórreos” e “paneras” (granai tipici).

Questi tradizionali granai elevati sui alti pilastri, chiamati pegoyos, non solo sono utili per gli asturiani ed attraenti per il viaggiatore. È possibile passeggiare tra loro a Espinaréu (Piloña), una località nella quale possiamo incontrare uno dei complessi di hórreos e paneras meglio conservati. Costellano il paesaggio da oriente a occidente, ma si può anche indagare sulle loro varietà e dimensioni e tracciare un percorso per cercare i più interessanti.

L’ecoturismo ed il turismo rurale sono due tendenze nell’esperienza rurale. Alloggi che combinano l’attività turistica con l’allevamento di bestiame o con l’elaborazione di prodotti tradizionali, stabilimenti sostenibili e rispettosi dell’ambiente sono opzioni innovatrici.

Vuoi osare?



Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/TurismoRurale



Lavori dei campi

Gli itinerari del nord del Cammino di Santiago, che confluiscono nel Principato e che hanno Oviedo/Uviéu come centro, sono stati dichiarati dalla UNESCO Patrimonio dell'Umanità. La regione, in realtà, ne possiede cinque diversi, ciascuno dei quali con una propria bellezza e singolarità. Tali *Rutas Jacobeanas* dispongono di una moderna rete di alberghi, in sintonia con i pellegrini del XXI secolo, ideale per il riposo delle gambe che hanno camminato per chilometri, dopo aver goduto della cordiale accoglienza degli asturiani, della pittoresca architettura e della deliziosa gastronomia.

La storia, la spiritualità ed il panorama sono garantiti indipendentemente dal percorso che si scelga.





Cammino Primitivo

Cammina nel passato

#CamminoDiSantiago

#Pellegrino

#CamminoDelNord

#CamminoPrimitivo

I due itinerari principali sono quello della Costa, che parte da Irún (Paese Basco) e va in parallelo al Cantabrico; ed il Primitivo, che, come narra la leggenda, è quello che seguì Alfonso II nel suo primo pellegrinaggio, nasce ad Oviedo/Uviéu e si addentra in Galizia passando per il sud-ovest delle Asturie.

Quello della Costa comprende 284,1 chilometri, divisi in undici tappe asturiane che a stento si allontanano dal mare. Attraversa ponti medievali, spiagge, città, vecchi ospedali di pellegrini. Così si può scoprire la chiesa di Santa Maria del Conceyu (Llanes), la chiesa di San Salvador ed il Monastero di Santa María la Real de Valdediós o i templi di San Salvador de

Priesca e San Giovanni di Amandi, tutti si trovano a Villaviciosa; il Parco Archeologico Naturale di Campa Torres e la necropoli di tumulazione del Monte Areo, tra Gijón y Carreño, il centro storico di Avilés, il castello di Gauzón, a Castrillón; la chiesa di Santa Maria de Soto di Luiña e la Quinta Selgas a Cudillero.

Il Primitivo suddivide in nove tratti i 148,6 chilometri di paesaggio rurale e montuoso. Si possono seguire varianti, o propendere per il percorso originale di Hospitales, tra Tineo e Allande, che, come indica il nome, possiede cinque vecchi ospedali di pellegrini e viene considerato il percorso originale.

Il primo pellegrino

Il Re Alfonso II delle Asturie, conosciuto come Il Casto, è considerato il primo pellegrino del Cammino di Santiago. Leggenda o storia? La tradizione narra che durante il suo regno è stata scoperta la tomba dell'apostolo e che il re in persona si è lanciato nel cammino per verificare se era vero. Il suo percorso è oggi l'itinerario conosciuto come il cammino Primitivo. Vi è un detto popolare che cerca di riaffermare questa versione. Si dice che "chi va a Santiago e non a San Salvador - la Cattedrale di Oviedo/Uviéu-, visita al servo ma non al Signore".

Niente di meglio che iniziare dalla Cattedrale di San Salvador di Oviedo/Uviéu e approfittare per addentrarsi nell'arte preromanica asturiana visitando Santa Maria del Naranco e San Miguel de Lillo.

Contemplare i ponti de Gallegos, presso Las Regueras, o di Peñaflo, presso Grado. In questo piccolo paese si trova la cappella De Los Dolores. Scopri la collegiata di Santa Maria la Mayor di Salas ed il Monastero di Santa María la Real di Obona, situato a Tineo. Presso Allande troviamo il palazzo dei Cienfuegos di Peñalba e la chiesa parrocchiale di Santa Maria di Berducedo. Attraversare l'esigente porto di El Palo o ascoltare la leggenda del diavolo che battezzò i paesi Salime o Subalime, oggi sepolti sotto le acque della gigantesca diga con "Salto di Bidone" di Grandas di Salime, sono due incentivi in più.



Cattedrale del Santo Salvatore (Oviedo)



Santa Maria la Real de Obona (Tineo)

Qualcosa di più che una semplice attraversata

Il Cammino di Santiago è molto più che un itinerario. È quel pellegrino con il quale si condivide ogni tappa o il momento in cui un vicino ci offre un rigenerante bicchiere d'acqua quando ne abbiamo più bisogno. Ma vi sono anche autentici gioielli d'architettura nascosti nei paesi che, probabilmente, non scoprirai se non indossi le scarpe ed uno zaino sulla schiena. Il monastero di Valdediós, o quello di Santa Maria in Obona, sono solo due esempi. Attraversare il fiume del Eo in barca, da As Figueras o Castropol, come si faceva in altri secoli, quando i ponti scarseggiavano, costituisce un'esperienza addizionale.



Cammino di Santiago (Allande)

Il Cammino continua per terre galiziane fino a Santiago di Compostela.

Gli altri tre itinerari sono, in realtà, collegamenti tra il primitivo e il Cantabrico e tra il Primitivo e il Francese. Il collegamento con il Francese parte da León, entra nelle Asturie attraverso il Puerto de Pajares, passando per paesaggi mozzafiato della Cordigliera, con l'inevitabile visita alla chiesa d'arte preromanica di Santa Cristina de Lena, e si divide in tre tappe (63,7 km) prima di arrivare ad Oviedo/Uviéu. Quelli della Costa ed il Primitivo si uniscono in due forme diverse, entrambe con Oviedo/Uviéu come punto di riferimento. Da Villaviciosa si può girare verso l'interno attraverso Sariego, visitando la chiesa di Santiago; Siero e Noreña, in due tappe di 39 chilometri in totale.

Il Principato può essere parte di un percorso più ampio o un punto di partenza.

Se questa è l'origine del cammino, si deve compilare un documento per ottenere un'attestato che verrà timbrato di tappa in tappa e che permetterà di ottenere la Compostela, alla fine del percorso, una volta arrivati Santiago. L'organizzazione preliminare è importante. Oltre ad organizzare le tappe, esistono molteplici servizi molto utili da tenere in conto. La Comarca del Sidro offre il Pass del Pellegrino, che comprende un alloggio ad un prezzo modico, con un regalo di benvenuto e perfino il transfert se si trova a più di 500 metri dal cammino.

Pellegrini nel Nord, percorrere il Camino alloggiando in una selezione di hotel con servizi pensati appositamente per i pellegrini: Massaggi, servizio di lavanderia express, garage per biciclette e molto altro. Altri servizi interessanti sono una visita guidata culturale e teatralizzata, che spiega l'origine del primo Cammino di Santiago, o un salto tecnologico con un'applicazione gratuita per il telefono, che ti guida mediante GPS e che contiene informazioni delle varie tappe, la posizione degli alloggi, dei ristoranti e perfino di fisioterapisti e dei capisaldi architettonici e culturali. Anche le Poste offrono un servizio speciale, con tre modalità: il trasporto del bagaglio durante le tappe, l'invio a domicilio di abbigliamento o acquisti e uno speciale per le biciclette.



Per maggiori informazioni:

[turismoasturias.it/
CamminoDiSantiago](http://turismoasturias.it/CamminoDiSantiago)



Non perderti...

- Il Salvatore nella Cattedrale di Oviedo/Uviéu.
- Monastero di San Salvador de Cornellana (Salas).
- Collegiata di Salas.
- Monastero di Santa María la Real di Obona (Tineo).
- Palazzo di Cienfuegos di Peñalba (Allande).
- Castro del Chao Samartín (Grandas di Salime).

Cammino di Santiago (Villaviciosa)



Informazioni pratiche

Quando viaggiare nelle Asturie?

Il gradevole clima delle Asturie le rende una meta attraente per 365 giorni all'anno, senza temperature estreme in nessuna delle stagioni. È possibile godere delle sue spiagge in estate e della stagione di sci in pieno inverno, o godere della primavera e l'autunno per completare rotte di montagna e attività di turismo attivo come la discesa di fiumi in kayak. L'intensa agenda culturale, la vasta gamma di feste d'interesse turistico e la proliferazione di fiere gastronomiche legate alla cucina di stagione, riempiono tutte le settimane dell'anno.

Clima

Le Asturie si caratterizzano per il loro clima di tipo oceanico, con temperature miti, sia in inverno sia in estate e precipitazioni distribuite durante l'anno. La variegata orografia asturiana permette di individuare vari microclimi diversi a pochi chilometri di distanza. Si possono raggruppare in quattro principali: quello del litorale, influenzato dal mare; quella della zona sud-ovest, più continentale; quello

dell'area centrale, oceanico ma senza l'influenza marina; e quello della Cordigliera Cantabrica, clima di montagna con nevicate frequenti in inverno. Le temperature medie registrano la variazione stagionale tipica, con massime in estate, mentre per le precipitazioni avviene l'esatto contrario: sono minori in estate ed aumentano soprattutto in autunno.



La temperatura media è di 15 gradi, variando tra 10 e 20 gradi secondo il proseguire del giorno.



La media generale si colloca intorno a 20 gradi. Potendo arrivare in alcuni casi a 30 gradi.



È molto simile alla primavera. Le temperature diminuiscono fino a rimanere tra i 10-15 gradi.



Nei paesi di alta montagna possiamo trovare temperature sotto zero, ma nelle zone con quote più vicine al mare, le temperature si aggirano tra i 5-10 gradi.

Orari

Le Asturie sono situate nella zona oraria CET (Central European Time) o CEST (Central European Summer Time) durante lo spazio di ora legale, perciò possiedono orario GMT+1 in inverno e GMT+2 in estate (GMT: Greenwich Meridian Time). In questo modo, l'ultimo fine settimana di ottobre si spostano un'ora indietro le lancette dell'orologio (alle 03.00 sono le 02.00) e l'ultimo fine settimana di marzo si spostano un'ora avanti (alle 02.00 sono le 03.00).

L'orario dei pasti di solito avviene un po' più tardi rispetto al resto d'Europa: la prima colazione, molto simile a quella continentale, si fa tra le ore 08:00 e le 10:30 del mattino. Il pranzo nei ristoranti viene servito tra le ore 13:00 e le 15:30 e la cena dalle ore 20:30 alle 23:00.

Al di fuori di questi orari è sempre possibile poter mangiare *pinchos* o panini.

L'orario commerciale è dalle ore 10:00 alle 14:00 e dalle ore 17:00 alle 20:00.

I grandi magazzini e i centri commerciali hanno orario continuato dalle ore 10:00 alle 21:00/22:00. I negozi e i centri commerciali aprono il sabato mattina, anche se è sempre più frequente che nelle grandi città si trovino aperti il sabato pomeriggio e alcune domeniche e giorni festivi. Va sottolineato che i pub, i bar di cocktail e le discoteche tendono a rimanere aperti fino alle ore 03:00 o 04:00 del mattino durante i fine settimana.

Moneta

Nelle Asturie si utilizza l'**Euro (€)**, moneta della Comunità Economica Europea. Un euro si divide in 100 centesimi; esistono monete da 1, 2, 5, 10, 20 e 50 centesimi e monete 1 e 2 euro, nonché banconote da 5, 10, 20, 50, 100, 200 e 500 euro.

La maggior parte delle **banche** sono aperte dal **lunedì al venerdì dalle ore 08:30 alle 14:00-14:30**. In tutte le Asturie vi sono sportelli automatici con disponibilità 24 ore, appartenenti alle tre reti che operano in Spagna: Servired, 4B e Euro 6000, che assicurano un servizio internazionale a Visa e MasterCard.

In qualsiasi istituto bancario è possibile richiedere il **cambio di moneta**.

La maggior parte di alberghi, ristoranti e negozi delle Asturie accettano le principali **carte di credito** (American Express, VISA, MasterCard, 4B...), indicandolo con appositi cartelli all'entrata dello stabilimento.

Occorre sottolineare che in alcuni stabilimenti (ristoranti, negozi...) non è ammesso il pagamento con banconote da 100 e 200 €.



Numeri Utili

EMERGENZE: 112

Il numero d'emergenza 112 è un servizio pubblico e gratuito, che risponde costantemente alle chiamate telefoniche per **qualsiasi situazione d'urgenza ed emergenza** in materia sanitaria, estinzione di incendi e di salvataggio, sicurezza cittadina e protezione civile.

I numeri che iniziano con 900 ed alcuni telefoni di emergenza sono gratuiti.

Polizia nazionale	091
Polizia locale	092
Guardia civile	062
Emergenze sanitarie	061
Vigili del Fuoco	080
Informazione Direzione Generale del Traffico (DGT)- Soccorso Stradale	900 123 505

Come arrivare, trasporti



Strada

Le principali vie di comunicazione delle Asturie sono:

A-66: Autovía (superstrada) de la Plata. Accesso alle Asturie dall'altipiano attraverso un'autostrada a pagamento.

N-630: accesso alle Asturie dall'altipiano attraverso il Passo di Pajares.

A-8: superstrada del Cantabrico: Questa superstrada collega le Asturie da ovest a est.

N-634 e N-632: Strada nazionale, percorre le Asturie da ovest a est.

AS-I: conosciuta come "superstrada mineraria", unisce la località di Mieres del Camín con Gijón/Xixón, attraversando i bacini minerari.

AS-II: conosciuta come "superstrada industriale", unisce Oviedo/Uviéu e Gijón/Xixón.

A-63 e as-15: scorre da Oviedo/Uviéu a Ovest/ Sud-ovest delle Asturie.

Autostrada Y: il tratto che unisce le tre principali città delle Asturie: Oviedo/Uviéu, Gijón/ Xixón e Avilés.



Aereo

L'aeroporto è situato a 14 km da Avilés, 40 km da Gijón/Xixón e 47 km da Oviedo.

Informazioni AENA: +34 913 211 000



Autobus

Le Asturie possiedono un'importante rete di infrastrutture viarie che facilitano l'arrivo dei passeggeri usando questo mezzo di trasporto, così come con grandi e completi terminal nelle città e stazioni nei paesi per i servizi di prossimità.

Stazione degli autobus di Oviedo/Uviéu:

+34 985 969 696 / +34 985 969 678

Stazione degli autobus di Gijón/Xixón:

+34 985 342 713

Stazione degli autobus di Avilés: +34 985 561 277



Treno

RENFE, società di servizi di trasporti ferroviari di passeggeri e merci, collega le Asturie con il resto delle città spagnole ed europee. Permette anche di spostarsi comodamente nella regione, mediante le linee che collegano le diverse città.

Informazioni e prenotazioni RENFE - nazionale:

+34 912 320 320

Treni con fascino: Transcantábrico (treno turistico del Nord della Spagna con fermata nelle Asturie, [Http://www.renfe.com/trenesturisticos/](http://www.renfe.com/trenesturisticos/))



Nave

Le navi da crociera che arrivano alle Asturie si fermano al porto di El Musel, situato a sei chilometri dal centro urbano della città di Gijón/Xixón; o al porto di Avilés, situato nell'estuario che bagna la città.

Porto di Gijón: +34 985 179 600. **Porto di Avilés:** +34 985 541 111

Porti turistici nelle Asturie

Anche le imbarcazioni da diporto hanno a disposizione 20 porti che offrono vari servizi per gironzolare e godere delle Asturie e dei loro paesi marineschi.

Porto turistico di Gijón: +34 985 344 543.

Porto turistico di Avilés: +34 985 525 115



Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/PanificallTuoViaggio



Dormire

Le Asturie offrono un'ampia varietà di alloggi, in sintonia con la ricchezza della loro offerta turistica e con l'esigenza dei loro clienti. Da alberghi urbani di diverse categorie fino ad alberghi rurali, ostelli e pensioni, passando per case di villeggiatura, appartamenti turistici e campeggi, con piazzole e bungalow, ... Le possibilità si moltiplicano fino quasi all'infinito. Si può combinare il comfort di una camera d'albergo con la libertà che offre una casa rurale in affitto o il contatto con la natura di un camping. I marchi di qualità "Casonas Asturianas" e "Aldeas" -Asturias Calidad Rural- sono a loro volta un punto di riferimento.

Tutte le informazioni sugli stabilimenti per pernottare nelle Asturie sono disponibili presso il sito ufficiale del Turismo delle Asturie.

Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/DoveDormire
casonasasturianas.com
aldeasasturias.com

Giorni festivi regionali e nazionali

Festivi regionali

Giorno delle Asturie, 8 settembre

I giorni festivi nazionali

Capodanno 1 gennaio

Festa del Lavoro 1 maggio

Assunzione della Vergine 15 agosto

Festa nazionale della Spagna 12 ottobre

Festa di tutti i Santi 1 novembre

Giorno della Costituzione Spagnola 6 dicembre

l'Immacolata Concezione 8 dicembre

Natale 25 dicembre

Giovedì e venerdì santo di Pasqua si celebra ogni anno in date diverse, perché si basa sui cicli lunari.

Se un festivo cade di domenica, la Regione può decidere di passarlo al lunedì successivo.



Mangiare

Le *sidrerías* (bar di sidro) sono gli stabilimenti tipici per provare la bevanda tradizionale asturiana, il sidro, ma sono anche una buona alternativa per gustare la cucina locale. Il Principato ha istituito un marchio di qualità denominato "Sidrerías de Asturias" -Calidad Natural- per distinguere le migliori, ed un altro "Mesas de Asturias" -Excelencia Gastronómica- che comprende i ristoranti di prestigio. Il Club delle Guisanderas è composto dalle custodi della cucina tradizionale e le stelle Michelin sono la punta di diamante di una nuova generazione di chef che ha saputo reinventare le ricette della terra. Enotecche, osterie e bar completano la varietà dell'offerta.

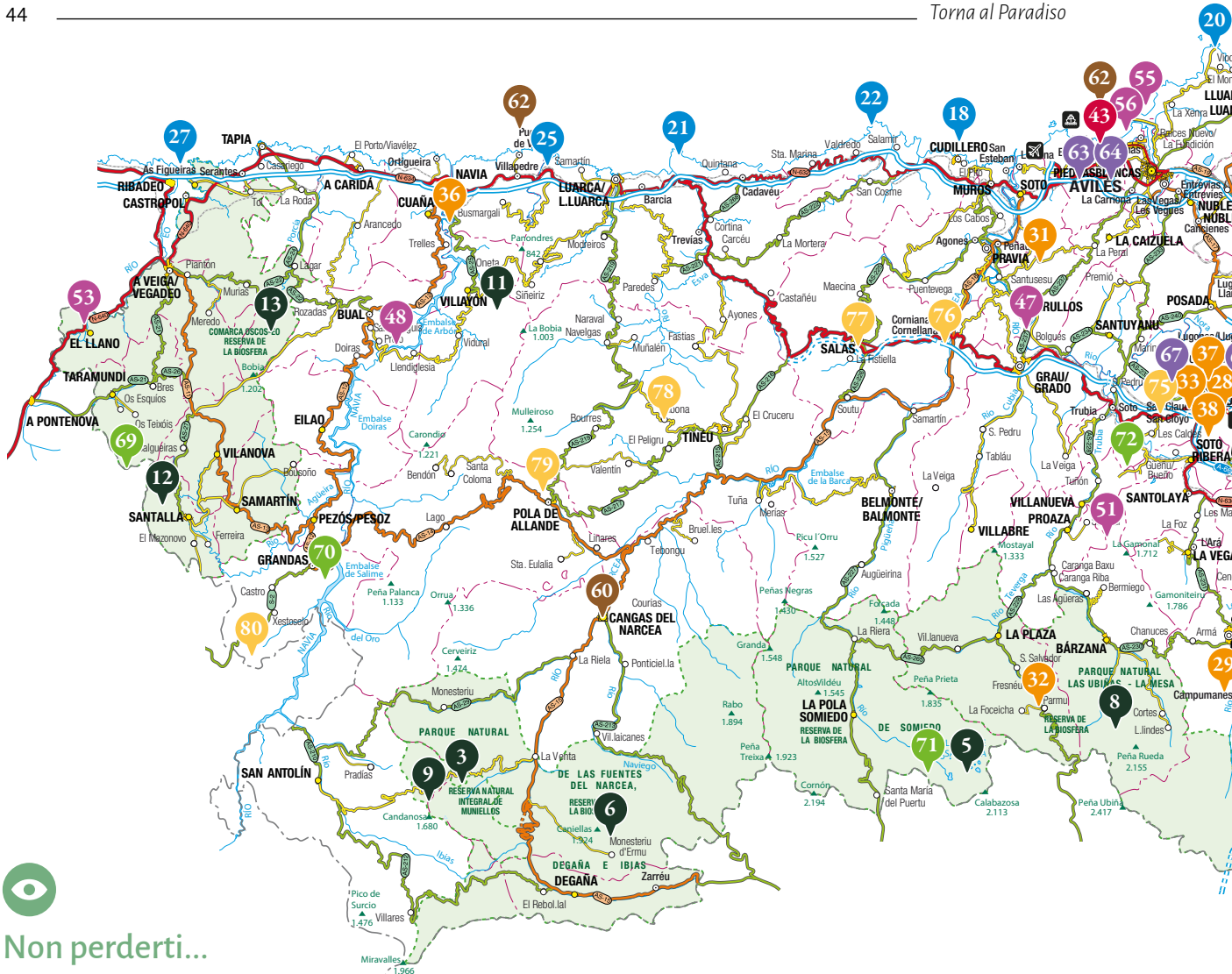
Per maggiori informazioni:
turismoasturias.it/DoveMangiare

Shopping

Le Asturie sono terre di artigiani e di mestieri tradizionali, che consentono ai viaggiatori di comprare un ampio ventaglio di souvenir che rappresentano queste terre. Si può riempire la valigia con sculture in legno, gioielli dalla simbologia particolare o realizzati in materiali come il giaietto (ambra nera), accessori in cuoio, indumenti tessuti in lana, piccoli elementi decorativi, pezzi di coltelleria... Il sito web di Artigianato delle Asturie offre molteplici piste - artesianiadeasturias.com

Si può anche optare per qualche prodotto o elemento che porti impresso il riconoscibile logotipo "Asturie, Paradiso Naturale".





Non perderti...

Esplora il paradiso

1. Belvedere di Fitu (Parres)
2. Belvedere di Pozo de la Oración (Cabres)
3. Belvedere del Passo del Conio (Cangas del Narcea)
4. Laghi di Covadonga - Parco Nazionale dei Picos de Europa
5. Laghi di Somiedo - Parco Naturale di Somiedo
6. Parco Naturale di Las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias
7. Parco Naturale di Redes
8. Parco Naturale di Las Ubiñas-La Mesa
9. Riserva Naturale Integrale di Muniellos (Cangas del Narcea e Ibias)
10. Parco Naturale di Ponga
11. Itinerario delle Cascate di Oneta (Villayón)
12. Itinerario di Semeira (Cascata) (Santa Eulalia de Oscos)
13. Itinerario della Cascata del Cioyo (Castropol)
14. Itinerario della Cascata Xurbeo (Aller)

Immergiti nella costa

15. Bufones di Pría (Llanes)
16. Bufones di Arenillas (Llanes)
17. Bufón de Santiuste (Llanes e Ribadedeva)
18. Porto di Cudillero
19. Spiaggia di Gulpiyuri (Llanes)
20. Peñes (Gozón)
21. Cabo Busto (Valdés)

22. Cabo Vido (Cudillero)
23. Cabo de Lastres (Colunga)
24. La costa dei dinosauri ed il Museo Giurassico delle Asturie (Colunga)
25. Riserva Naturale Parziale di Barayo (Valdés)
26. Riserva Naturale Parziale dell'Estuario di Villaviciosa
27. Paesaggio dell'estuario del Eo (Castropol e Vegadeo)

Assorbi la cultura asturiana

28. L'arte preromanica delle Asturie (Oviedo)
29. L'arte preromanica delle Asturie (Lena)
30. Arte Rupestre: Grotta e Centro d'Arte Tito Bustillo (Ribadesella)
31. Arte Rupestre: Grotta La Peña (Candamo)
32. Parco della Preistoria di Teverga
33. Museo delle Belle Arti delle Asturie (Oviedo)
34. Muséu del Pueblu d'Asturies (Museo del Popolo delle Asturie) (Gijón)
35. Real Sitio de Covadonga (Cangas de Onís)
36. Castros di Coaña e Navia: cultura castreña (tipo di cultura che sviluppa a partire dall'età del Bronzo fino agli inizi della nostra Era)
37. Museo Archeologico delle Asturie (Oviedo)
38. Premio "Princesa de Asturias" (Oviedo)*

Guardati attorno

39. Museo delle Miniere e dell'Industria -MUMI- (L'Entregu/El Entregu-San Martín del Rey Aurelio)
40. Ecomuseo Minerario Valle di Samuño (Ciaño-Langreo)
41. Pozo Sotón (San Martín del Rey Aurelio)



- 42. Villaggio Minerario di Bustiello (Mieres)
- 43. Museo della Miniera di Arnao (Castrillón)
- 44. Museo Ferroviario delle Asturie (Gijón)
- 45. Museo della Siderurgia delle Asturie - MUSI - (Langreo)

Spremi le Asturie

- 46. Discesa del fiume Sella in canoa o kayak
- 47. Discesa del fiume Nalon in canoa o kayak
- 48. Discesa del fiume Navia in canoa o kayak
- 49. Percorso "Ruta del Cares" (Cabrales)
- 50. Picu Urriellu (Cabrales)
- 51. Sentiero dell'Orso (Santo Adriano, Proaza, Teverga e Quirós)
- 52. Vía Verde Turón (Mieres)
- 53. Vía Verde del Eo (San Tirso di Abres)
- 54. Surf a Gijón
- 55. Surf a Xagó (Gozón)
- 56. Surf a Salinas (Castrillón)
- 57. Stagione Invernale: Valgrande-Pajares (Lena)
- 58. Stagione Invernale: Fuentes de Invierno (Aller)

Pensa con lo stomaco

- 59. Museo del Sidro (Nava)
- 60. Museo del Vino e botteghe del vino DOP Cangas (Cangas del Narcea)
- 61. Grotta esposizione del formaggio Cabrales e Caseifici (Cabrales)
- 62. Asta dal vivo in un mercato del pesce (Avilés, Llastres, Puerto de Vega)

Palpita con il cuore urbano

- 63. Avilés e la sua strada fiancheggiata da portici: Galiana
- 64. Centro Niemeyer ad Avilés
- 65. Quartiere di pescatori di Gijón/Xixón: Cimavilla
- 66. La Laboral, Città della Cultura, a Gijón
- 67. Camara Santa e la Cattedrale di Oviedo/Uviéu
- 68. Mercato El Fontán ad Oviedo/Uviéu

Respira le Asturie

- 69. Complesso Etnografico di Os Teixóis (Taramundi)
- 70. Museo etnografico di Grandas de Salime
- 71. Una passeggiata per Las Brañas de Somiedo con i suoi emblematici "Teitos"
- 72. Complesso di Hórreos di Güeñu/Bueño (Ribera de Arriba)
- 73. Le *Majadas* (Ovili) dei Picos de Europa
- 74. Scoprire la Vega de Brañagallones (Caso)

Cammina nel passato

- 75. El Salvador nella Cattedrale di Oviedo/Uviéu
- 76. Monastero di San Salvador di Cornellana (Salas)*
- 77. Collegiata di Santa María la Mayor Salas*
- 78. Monastero di Santa María la Real di Obona (Tineo)*
- 79. Palazzo di Cienfuegos di Peñalba (Allande)*
- 80. Castro del Chao Samartín (Grandas di Salime)

*Visita esterna

Le Asturie



Seguici su:



facebook.com/asturieparadisonaturale



@TurismoAsturias



@TurismoAsturias



@turismoasturias



youtube.com/asturias



Ora su ***turismoasturias.it***
cerca, scegli e prenota
il tuo pernottamento.

Tel: +34 985 185 860

#ParadisoNaturale

#TornatealParadiso



turismoasturias.it



LeAsturie
paradiso naturale



GOBIERNU DEL
PRINCIPÁU D'ASTURIAS