

## Merano e dintorni

### Il fascino della vita alpina in Alto Adige

A Merano e nelle valli circostanti convivono a stretto contatto la cultura dell'Alto Adige e una natura singolare, risultato di un raro e riuscito connubio tra mondo alpino e mediterraneo. La vegetazione rigogliosa e il clima particolarmente mite fanno di Merano il centro più mediterraneo di questa regione tipicamente alpina.

Città di cura dalla storia millenaria, Merano offre un ricco panorama culturale e propone una gastronomia di alto livello, in grado di combinare sapori di origine molto diversa. Pur non rinunciando alle sue radicate tradizioni, è una città cosmopolita: dalla convivenza tra la popolazione italiana e quella tedesca, in perfetto equilibrio anche numerico, deriva infatti uno stile di vita del tutto particolare che si riflette in ogni aspetto della quotidianità. Partendo da Merano si possono raggiungere in pochi minuti valli e montagne silenziose, dove le usanze alpine tradizionali sono ancora vive, l'ospitalità è sincera e la natura intatta. Il Parco Naturale del Gruppo di Tessa, l'Alta Via di Merano e ben cinque comprensori sciistici ed escursionistici permettono di praticare ogni genere di attività in montagna, a quote progressive e con vari gradi di difficoltà.

### Merano mediterranea: aperta alle culture del mondo

Merano gode di una posizione singolare, adagiata in una valle riparata a nord dalle cime più alte del Gruppo di Tessa, che raggiungono i 3.337 metri di quota, e aperta a sud in direzione di Bolzano. Grazie a questa situazione geografica protetta, beneficia di un clima particolarmente mite per tutto l'anno. Il contrasto tra la vegetazione tipicamente mediterranea, che abbellisce i parchi e i giardini, e le cime ricoperte di neve sullo sfondo è parte integrante del fascino della città. La biodiversità vegetale della conca meranese raggiunge l'apoteosi nei Giardini di Castel Trauttmansdorff, premiati nel 2013 con il prestigioso riconoscimento "International Garden of the Year" che viene assegnato ai giardini botanici più belli del mondo.

Il particolare microclima e la posizione strategica tra le montagne del Nord Italia hanno consolidato nel tempo la fama di Merano come città di cura. Sulla scia dei celebri soggiorni dell'Imperatrice d'Austria Sissi a Castel Trauttmansdorff, la città divenne già nel XIX secolo una delle mete di villeggiatura predilette dall'aristocrazia europea, aprendo la strada alla fama internazionale dell'Alto Adige come regione di vacanze. Oggi a Merano il fascino della storia convive perfettamente con l'animazione della città contemporanea. Lo sfarzoso Kurhaus con le sue decorazioni Jugendstil dialoga sul piano architettonico con le moderne Terme Merano disegnate negli interni dall'archistar Matteo Thun; mentre le magnifiche passeggiate del centro cittadino, realizzate oltre un secolo fa, permettono di scoprire una grande varietà di fiori e piante. Il panorama cittadino è completato dalle numerose occasioni di shopping per tutti i gusti e gli stili – dagli abiti tradizionali altoatesini alla moda Made in Italy – e dalla ricca offerta di specialità gastronomiche delle piccole trattorie del centro.

Il ruolo di Merano di epicentro culturale della regione è indiscutibile. Tanto gli ospiti quanto gli abitanti della città possono contare tutto l'anno su una straordinaria offerta culturale: dalle Settimane Musicali Meranesi, una rassegna internazionale a cui partecipano orchestre di musica classica di fama mondiale, alle serate di alto livello dedicate alla World Music nei Giardini dei Castel Trauttmansdorff, dall'Alto Adige Jazz Festival al Merano Wine Festival fino alle competizioni ippiche su una delle piste più prestigiose d'Italia.

### Gli immediati dintorni: paesi e valli dalla natura intatta e dalle tradizioni vive

Fanno corona a Merano i paesi di Scena, Tirolo sede del famoso Castel Tirolo, Avelengo conosciuto per i cavalli di razza avelignese, Nalles, Tesimo dove si trova la vite più grande e probabilmente più antica del mondo, Lana che costituisce il comune d'Europa con la più ampia superficie coltivata a

meleti, Marleno, Parcines patria dell'inventore della macchina per scrivere, Lagundo e Naturno che custodisce gli affreschi più antichi dell'intera area culturale germanica.

Appena a nord della città ha inizio la Val Passiria, una delle tre valli alpine di Merano e dintorni. Al termine della valle, al centro del Parco Naturale del Gruppo di Tessa, si trovano i passi di Monte Giovo e del Rombo, da cui si raggiunge l'Austria. La Val Passiria è anche la patria dell'eroe popolare tirolese Andreas Hofer, le cui gesta di resistenza all'invasione napoleonica sono narrate in modo avvincente nel Museo Passiria di San Leonardo. Le piccole fabbriche di birra artigianale, la produzione del formaggio d'alpe biologico e dello speck e l'allevamento delle capre sono tra i segni dell'inconfondibile identità di questa valle. Grazie ai suoi impianti di eccellenza la Val Passiria ospita regolarmente squadre importanti di varie discipline sportive per la preparazione atletica: nel 2014, per esempio, si è allenata qui la nazionale di calcio tedesca in vista dei Campionati del mondo. Gli spettacolari paesaggi di alta montagna della Val Senales, divenuta celebre nel 1991 grazie al ritrovamento sul suo ghiacciaio della mummia di Ötzi, ne fanno una delle valli più affascinanti dell'Alto Adige. Lungo i suoi pendii si snodano molti chilometri di sentieri escursionistici ben segnalati di ogni difficoltà che si spingono fino alla Palla Bianca, la vetta più alta di Merano e dintorni con i suoi 3.738 metri. Ogni anno il ghiacciaio della Val Senales ospita alcuni degli sciatori agonistici più importanti a livello mondiale, che trovano qui le condizioni ideali per allenarsi. La transumanza, la tradizionale migrazione delle pecore in alta quota, dall'Ötztal austriaca agli alpeggi dell'Alto Adige, fa parte del Patrimonio immateriale dell'umanità tutelato dall'UNESCO e ogni anno con i suoi 3.000 capi costituisce un vero spettacolo per tutta la valle.

Poco più a sud di Merano si estende in direzione sudovest la lunga Val d'Ultimo che si biforca dando origine all'Alta Val di Non. Si tratta di una delle zone montane più intatte dell'Alto Adige, i cui abitanti praticano in gran parte ancora oggi l'agricoltura di montagna o l'artigianato. Solo qui è possibile osservare i tipici masi accoppiati della Val d'Ultimo con i caratteristici tetti a scandole e i larici millenari, considerati le conifere più antiche d'Europa. La valle è conosciuta soprattutto per i lavori di falegnameria di alta qualità, per il suo panificio biologico e per la pregiata lavorazione della lana.

### Attività, relax e delizie per il palato

Merano e i suoi dintorni offrono tutto l'anno le condizioni ideali per quanti desiderino una vacanza all'insegna sia del relax che dell'attività fisica. L'ampia varietà di paesaggi permette di praticare l'escursionismo così come le ascensioni o le arrampicate. Inoltre gli ospiti possono contare su un'ampia rete di piste ciclabili e di percorsi adatti alle bici da corsa e alle mountain bike. Gli antichi Waalwege, i sentieri che fiancheggiano i canali di irrigazione, l'Alta Via di Merano, uno degli itinerari più affascinanti delle Alpi che in quasi cento chilometri compie il periplo del Parco Naturale del Gruppo di Tessa, e il Sentiero Europeo E5 sono percorsi ben organizzati in grado di soddisfare sia i principianti che gli escursionisti più ambiziosi.

La regione intorno a Merano comprende ben cinque comprensori per gli sport invernali: Merano 2000, nelle immediate vicinanze della città, l'ancora intatta Schwemmalm in Val d'Ultimo, il piccolo e romantico Monte San Vigilio sopra Lana, l'idilliaco Plan in Val Passiria e, meta irrinunciabile per chi ama mettere alla prova le proprie abilità sportive, il Ghiacciaio della Val Senales. Si può esplorare la natura incontaminata della regione in modo più dolce con i tour sugli sci da discesa, le racchette da neve o gli sci da fondo; chi invece ama l'adrenalina può scegliere tra le arrampicate sul ghiaccio, il rafting e il parapendio.

Al termine di una giornata di attività intensa non mancano le occasioni di relax nei centri wellness presenti in numerosi alberghi, che propongono ogni genere di trattamenti con i prodotti naturali tipici della regione, dal bagno nel fieno o nel latte ai massaggi rigeneranti con l'uva e ai peeling alla mela. Il punto di riferimento per il benessere sono le Terme Merano con un parco di cinque ettari, saune e piscine, impianti per inalazioni termali e una spa con trattamenti a base di prodotti naturali, a cui si aggiunge un apprezzato centro per la prevenzione medica e le terapie termali.

Dopo aver speso tante energie all'aria aperta viene il momento di soddisfare il palato. A Merano l'arte della tavola tirolese e mitteleuropea incontra i sapori mediterranei con risultati sorprendenti. Sia nelle occasioni speciali che nella quotidianità i meranesi apprezzano la compresenza tra i piatti più tipici della cucina mediterranea e le rinomate pietanze della tradizione altoatesina, dai canederli in tutte le possibili varianti ai dolci da forno come gli strudel alle mele o il celebre Kaiserschmarren: la tavola diventa così luogo di incontro tra culture gastronomiche differenti, rielaborate con maestria in variazioni gustose e sempre nuove. L'offerta dei ristoranti è molto varia e spazia dai classici della tradizione altoatesina alle creazioni dei cuochi stellati di alto livello. Non vanno dimenticate le trattorie nelle malghe, dove è possibile assaporare piatti fatti in casa con ingredienti di produzione propria provenienti dai masi di montagna.

Stagionalità, utilizzo di prodotti regionali e sostenibilità sono i tre pilastri su cui poggia la cucina altoatesina: il tutto accompagnato da un buon vino scelto tra le venticinque varietà fornite dalle numerose cantine e aziende vinicole dell'Alto Adige, alcune delle quali di fama mondiale.

[www.merano-suedtirol.it](http://www.merano-suedtirol.it)