

LE MARCHE ^{1/}

“..... Le Marche są dla mnie Wschodem, Orientem, słońcem o brzasku; blaskiem Urbina w lecie”
Mario Luzi (Poeta, 1914-2005)

Region Marche położony nad **morzem Adriatyckim, w Środkowych Włoszech** liczy niewiele ponad półtora miliona mieszkańców zamieszkujących pięć prowincji: **Ankony**, będącej również stolicą regionu, oraz **Pesaro Urbino, Macerata, Fermo i Ascoli Piceno**. Region Marche, są dla Włoch „Bramą na Wschód”, to także jedyny włoski region, którego nazwa występuje w liczbie mnogiej, bogaty w różnorodny krajobraz i środowisko.

„Le Marche” są regionem wartym poznania z racji mnogości krajobrazów środowiskowych, różnorodności bogactw natury i sztuki znajdujących się na obszarze nieco mniejszym niż 10.000 km². Region charakteryzuje obecność gór Apenińskich, które łagodnie zniżają się wzdłuż dolin równoległe dochodzących do morza. Region jest ziemią ojczystą wielu wybitnych osobistości, jej piękno było natchnieniem dla wielu postaci, do najwybitniejszych, którzy tutaj się urodzili należą: Giacomo Leopardi, Raffaello z Urbino, Giovanni Battista Pergolesi, Gioachino Rossini, Gaspare Spontini, O. Matteo Ricci czy Federyk II.

Podróż Pięciu Zmysłów

Aby poznać Region Marche należy wybrać się w wielozmysłową podróż: sprawi to **pięć zmysłów**, które Marche pobudzają, tak jak **pięć prowincji regionu**, tak różnych a jednak podobnych do siebie, zdolnych do wzniesienia nowych i zaskakujących emocji.

Wzrok zachwyca się różnorodnością krajobrazu: morze i mocno rozczłonkowane długie wybrzeże; rozległe zielone pagórki na których mądrze miesza się przyroda z działaniem ludzkich rąk co wyrażone jest istnieniem średniowiecznych grodów, opactw, sanktuariów, zamków; góry Apenińskie porośnięte lasami, doliny i szczyty warte poznania, gdzie do dziś dnia pobrzmiwa legenda o wieszczce Sybilli. Zatrzymawszy się w miasteczkach i osadach, można odkryć liczne muzea i kościoły, które zachowują, jak cenne szkatułki, nieliczoną ilość dzieł sztuki; a obok nich

¹ / „Le Marche” skr. Region Marche – region administracyjny “Marche”, w środkowych Włoszech, ciągnący się na pld. wsch. od San Marino, wzdłuż wybrzeża morza Adriatyckiego na długości 180 km. Graniczy z następującymi regionami: Emilia-Romania, Toskania, Umbria, Lacjum i Abruzja.

współistnieją świadectwa życia i sztuki ludowej, które opowiadają historię tak bogatego i różnorodnego terytorium.

Dotyk jest pobudzany przez dużą różnorodność wyrobów rzemieślniczych o bardzo wysokiej jakości, takich jak: papier z filigranem, koronkę klockową oraz produkcję majoliki i wyrobów ceramicznych, wszystko produkowane sposobem tradycyjnym. Nie zapominając o licznych znanych markach w sektorze odzieżowym i obuwiarskim. Tu powstały niektóre z najważniejszych marek o międzynarodowym zasięgu, które przyczyniły się do rozpowszechnienia prestiżu *made in Italy* na całym świecie.

Słuch delectuje się nieśmiertelną muzyką wybitnych kompozytorów: *Gioacchino Rossini*, *Giovani Battista Pergolesi* i *Gaspare Spontini*, którzy rozbrzmiewają na międzynarodowych przeglądach Festiwali ROF - *Rossini Opera Festival*, lub Festiwali *Pergolesi Spontini* oraz podczas licznych sezonów lirycznych organizowanych w teatrach i innych miejscach Regionu, przykładowo podczas sezonu lirycznego w *Sferisterio* w Maceracie. Bardziej kameralnie rozbrzmiewają wersety *Giacomo Leopardi*, bóstwa opiekuńczego współczesnych poetów.

Węch jest stymulowany tysiącami zapachów, każde z nich wywołuje uczucie przyjemności, dobrego samopoczucia i radości życia: począwszy od bryzy morskiej i zapachu świeżo złowionych ryb aż po rozległe pola lawendy i żarnowca na górze Conero, od zapachu win, które opowiadają historię wzgórz i gdzie uprawiane są różnorodne odmiany winorośli, po intensywność zapachu trufli z Acqualagna i obszaru gór Sybilińskich, aż po zapachy wspaniałych wędlin z Carpegna, Fabriano i Visso oraz typowych serów.

Smak jest zaspakajany bogactwem typowych produktów i renomowanych win; gastronomia regionu Marche proponuje potrawy kuchni wiejskiej oraz dania rybne i owoce morza, przygotowane według tradycyjnych przepisów często odświeżanych zgodnie z aktualną modą, ale bez zatracenia prawdziwie autentycznych walorów prostoty i szczególnej uwagi na ich jakość. W ten oto sposób smaki i przyjemność biesiady przy stole przenikają styl życia mieszkańców Marche charakteryzujący się prostotą i poszanowaniem tradycji.





Spis treści

- **Miasta sztuki i kultury** **str. 5**
Rozproszone Muzeum oferujące zobaczenie unikatowych arcydzieł

- **Turystyka wiejska i touring** **str. 9**
Historyczne miasteczka, nieznanne szlaki, prawdziwe tradycje

- **Morze** **str. 12**
Od długich i piaszczystych plaż po klify i urwiska nad morzem

- **Enogastronomia** **str. 15**
W poszukiwaniu prawdziwych smaków

- **Przyroda: nieskażony świat** **str. 18**
2 parki narodowe, 4 parki regionalne i 6 rezerwatów przyrody

- **Sport i czas wolny** **str. 20**
Aktywność fizyczna w plenerze i rozrywka

- **Uzdrowiska i centra benessere** **str. 23**
Dla odnowy duszy i ciała

- **Użyteczne informacje** **str. 25**

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel.+39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flickr: www.flickr.com/photos/turismomarche

Miasta sztuki i kultury

Rozproszone Muzeum oferujące zobaczenie unikatowych arcydzieł

Sceneria kulturalna i artystyczna Regionu Marche jest wyrazem pluralizmu twórczości kulturalnej nagromadzonej w ciągu wieków. Przez jego terytorium przewinęli się najznakomitsi malarze, rzeźbiarze i architekci, którzy pozostawili trwałe ślady w historii, wywierając znaczący wpływ na ich następców. **Region Marche jest jednym z najbogatszych w dobra kultury regionem Włoch: 500 placów, ponad 100 znaczących pomników, 37 twierdz, 106 zamków, 15 warowni i 170 wież oraz tysiące kościołów w tym 200 romańskich, 96 opactw, 183 sanktuaria, 72 teatry historyczne**, wszystkie odrestaurowane i działające. Region szczyli się też największą gęstością **muzeów i pinakotek**, a ponadto istnieniem **315 bibliotek** wśród których również ta należąca do l'Eremo di Fonte Avellana lub ta należąca do rodziny Leopardi, które zachowują egzemplarze o starej tradycji.

Region Marche jest prawdziwym **rozproszonym muzeum**, utworzonym z bogatej **sieci miast sztuki i historycznych miasteczek** wplecionych w zieleń i łagodne w górza, gdzie zachowane są arcydzieła sztuki, począwszy od **Piero della Francesca** do **Lorenzo Lotto**, od **Raffaello** do **Carlo Crivelli**, od **Rubens** do **Tiziano**, nie licząc licznie rozrzuconych **teatrów historycznych i starożytnych dróg rzymskich**, świadectw znakomitej przeszłości.

Region gdzie **kultura jest przede wszystkim sposobem bycia i czucia**, silnie uwewnętrzniona przez stosunek do życia i *modus operandi*. Region Marche jest terytorium o tysiącletniej tradycji i historii a zarazem bardzo nowoczesnym i innowacyjnym, regionem *open to change* ale przywiązany do własnych wartości i tradycji, regionem gdzie odczuwa się i oddycha jedynym w swym rodzaju połączeniem kultury, cywilizacji, sztuki i talentu, kreatywności i rzemiosłnictwa, które przyczyniły się do tego, że znak **Made in Marche** jest rozpoznawany na całym świecie.

Poza muzeami, bibliotekami, archiwami i teatrami, dorobek kulturalny zawiera liczne zabytki zarówno religijne, z **opactwami, klasztorami i kościołami** rozmieszczone na całym terytorium, jak i cywilne z **zamkami, zabudowaniami w cegle i twierdzami**, które sławią chlubną i wciąż żywą przeszłość. **Loreto**, dla przykładu, jest jednym z najbardziej znanych sanktuariów mariańskich w Europie i jednocześnie bogatym w dzieła sztuki. U jego stóp znajduje się **polski cmentarz wojenny**, na którym spoczywają żołnierze II Korpusu Polskiego polegli w walce o wyzwolenie regionu Marche i Polski. W **Recanati**, uroczym miasteczku, w którym urodził się wybitny poeta włoski *Giacomo Leopardi*, można spacerować po ulicach i miejscach z wersetów jego poezji: po placu z „*Soboty w Misteczku*” (*Il Sabato del Villaggio*), można zajrzeć do Wieży z „*Samotnego Wróbla*” (*Passero Solitario*) obok krużganka Kościoła Świętego Augustyna albo wspiąć się Wzgórze „*Nieskończoności*” (*L'infinito*) na Górę Tabor.

Ankona, stolica regionu Marche, wznosi się na przylądku, który schyla się do Adriatyku i jawi się w pełnej krasie: spektakl słońca, które wschodzi i zachodzi nad morzem. Nazwa Ankona pochodzi od greckiego słowa „łokieć” (*ankon*), od formy w jakiej położone jest miasto. Nie można nie wspomnieć o centrum historycznym bogatym w kościoły i muzea, wśród których wyróżnia się

Katedra Świętego Cyriaka (*Cattedrale di San Ciriaco*), świadectwo stylu romańskiego w Marche, Plac Plebiscytu (*Piazza del Plebiscito*) z kościołem Św. Dominika (*S. Domenico*), który zachowuje Ukrzyżowanie (*Crocifissione*) Tycjana, kościół Św. Franciszka (*S. Francesco alle Scale*) gdzie znajduje się obraz Wniebowzięcia (*Assunzione*) Lorenzo Lotto, Portyk Kupiecki (*Loggia dei Mercanti*), *Pinacoteca F. Podesti* słynna z dzieł ręki Carlo Crivelli, Lorenzo Lotto, Tycjana, Sebastiano del Piombo, Guercino, A. Lilli, Carlo Maratta, itd, Narodowe Muzeum Archeologiczne (*Museo Nazionale Archeologico*), Teatr Muz (*Teatro delle Muse*).

Ascoli Piceno odślania bogactwo cennych detali: pozostałości z okresu rzymskiego, świadectwa romańskie i gotyckie, które są niazatarte w miejscu określanym nazwą *miasta stu wież* (*città delle cento torri*). Centrum historyczne zawdzięcza swój harmonijny i spoisty wygląd lokalnemu trawertynowi, podstawowemu budulcowi wszystkich budowli. Plac Narodowy (*Piazza del Popolo*) jest salonem i miejscem spotkań „w mieście”, znanym również dzięki lokalizacji słynnej Caffè Meletti. Na wizytę zasługuje *Pinacoteca civica* bogata w dzieła Carlo Crivelli, Tycjana, Guido Reni, *Galleria Civica d'Arte Contemporanea* nosząca imię wielkiego mistrza okresu Novecento² Osvaldo Licini, Państwowe Muzeum Archeologiczne (*Museo Archeologico Statale*), Papiernia papieska (*Cartiera Papale*) i Teatr Rzymski (*Teatro Romano*).

Macerata wznosi się na rozległym wzgórzu, tak jak wiele innych najpiękniejszych miast regionu Marche. Jej szlachetny i surowy wygląd jest złagodzony przez ciepłe odcienie kamienia i cegły zabudowań w centrum historycznym - gdzie swoją siedzibę ma Uniwersytet historyczny - oraz pasa murów obronnych. To miasto rodzinne jezuita Matteo Ricci (Macerata, 1552 – Pekin 1610). Macerata jest otoczona wałami ochronnymi wniesionymi w XVI wieku i jest poprzecinana wieloma uliczkami, które odchodzą do znajdującego się w sercu zabudowy historycznej Placu Wolności (*Piazza della Libertà*), wokół którego znajdują się Loggia dei Mercanti, Urząd Miejski (*Palazzo del Comune*), Wieża Zegarowa (*la Torre dell'Orologio*), Urząd Prefektury (*Palazzo della Prefettura*), siedemnastowieczny teatr miejski im. Lauro Rossi (*Teatro Comunale Lauro Rossi*) oraz skonsakrowany kościół Św. Pawła (*l'ex-Chiesa di San Paolo*) z XVII wieku, przylegający od lewej strony do głównego wejścia Uniwersytetu. W pobliżu Placu Wolności znajduje się również Muzeum miejskie *Palazzo Buonaccorsi*, słynne ze swojej osiemnastowiecznej galerii, w którym podziwiać można płótna przedstawiające *Dzieje Eneidy* (*Storie dell'Eneide*). W Macerata organizowany jest corocznie słynny *Sferisterio Opera Festival*, który odbywa się w amfiteatarze o takiej samej nazwie *Sferisterio*, dzieło architekta Ireneo Aleandri.

Fermo, dzięki swojemu położeniu, ma do zaoferowania wyjątkową panoramę, która rozpościera się od morza aż po szczyty gór Sybilińskich. Miasto było zamieszkałe już w epoce żelaza (X-III wieku p.n.e.) gdy było kolonią rzymską (*Firmum Picenum*) od pierwszej połowy III wieku p.n.e. Z tego powodu, znajdują się tutaj znaleziska archeologiczne i pozostałości murów megalitowych, będące świadectwem początków kultury piczeńskiej (*Piceni*). Z okresu rzymskiego zachowały się olbrzymie podziemne cysterny używane do zbierania wody dla zaopatrzenia kolonii. Plac Narodowy (*Piazza del Popolo*), rzadka piękność i reżim architektoniczny jest jednym z najbardziej sugestywnych miejsc do zwiedzania, podobnie jak *Piazza del Girfalco*, gdzie wznosi się majestatyczne *Duomo*. Obowiązkowo należy zwiedzić *Polo Museale*, do którego należą także *Palazzo dei Priori*, *le Cisterne*, *Teatro dell'Aquila*, *Villa Vitali* i *Museo Diocesano*.

² / *Novecento* – nazwa włoskiego okresu artystycznego lat dwudziestych XX wieku.

Pesaro, miasto z czasów rzymskich, corocznie gości *Rossini Opera Festival* i jest siedzibą Fundacji Rossini (*Fondazione Rossini*), zadedykowane kompozytorowi Gioacchino Rossini, jednego z najwybitniejszych włoskich kompozytorów opery lirycznej dla teatrów. Warte zwiedzenia również *Palazzo ducale*, *Piazzale della Libertà*, przed którym unosi się lustro wody, *Sfera Grande*, odlew z brązu zrealizowany w 1988 r. przez rzeźbiarza Arnaldo Pomodoro, *Museo Diocesano* i *Casa Rossini* (dom kompozytora). Perłą miasta są muzea miejskie bogate w obrazy i dzieła wykonane z ceramiki, wśród których wybija się słynna *Sacra Conversazione* Giovanni'ego Bellini, arcydzieło malarstwa włoskiego XV wieku; biblioteka miejsca S. Giovanni (*biblioteca civica S. Giovanni*) otwarta dla publiczności oraz muzeum archeologiczne *Oliveriano* (*Museo archeologico Oliveriano*).

Urbino, stolica epoki Odrodzenia i miasto rodzinne Raffaello Sanzio. W 1998 r. zostało wpisane na listę światowego dorobku kultury UNESCO. Wznosi się pomiędzy dolinami rzek Metauro i Foglia, skąd rozpościera się szeroka i wspaniała panorama, która obejmuje pobliskie pagórki utrwalone w obrazach Piero della Francesca. Koniecznie trzeba zwiedzić *Palazzo Ducale*, arcydzieło Odrodzenia, bogate w dzieła sztuki a wśród nich słynne *Studiolo* należące do Federico da Montefeltro oraz, w siedzibie Galerii Narodowej – oddział w Marche, unikatowy zbiór wspaniałych dzieł, począwszy od XII w. do rzeźby gotyckiej, ręki Piero della Francesca, Raffaello, Tycjana i Federico Barocci. W Urbino można zwiedzić dom rodzinny Raffaello Sanzio, słynny zarówno jako dom wybitnego malarza ale też jako wymowny przykład domu mieszkalnego z piętnastego wieku; *Duomo*, Oratorium Św. Jana (*Oratorio di S. Giovanni*), w którym freski zostały wykonane przez braci Jacopo i Lorenzo Salimbeni w 1416.

Poza wyżej wymienionymi miastami o olbrzymiej wartości historycznej, architektonicznej i kulturalnej powszechnie znanej, inne jeszcze niespodzianki oferują miasteczka mniej znane, które są prawdziwą szkatułką z ukrytymi skarbami, rozsianym po całym terytorium regionu.

Nie przeoczyć

Od 2012 zwiedzanie **muzei i szlaków sztuki i archeologicznych regionu Marche** jest prostsze dzięki muzealnemu portalowi internetowemu zawierającemu wyczerpujące informacje o około 400 muzeach regionalnych, szlakach kulturalnych, dziesiątkom tematów dzięki którym można zapoznać się z kulturą regionu: www.musei.marche.it

Poznanie skarbów sztuki i kultury jest łatwiejsze dzięki **Carta Musei Marche**. „Carta” pozwala na zwiedzenie muzeów i miejsc archeologicznych, gwarantując wolny dostęp do każdego z nich, bez ograniczeń, w godzinach ich otwarcia. Z Carta Musei Marche nabywa się prawo do zniżek i ofert na wydarzenia kulturalne i wystawy oraz inne ulgi turystyczne i kulturalne. Więcej informacji: www.cartamusei.marche.it

Lorenzo Lotto (Wenecja 1480 – Loreto 1557). Istnieje ścisła więź pomiędzy weneckim malarzem a regionem Marche: w naszym regionie zachowały się liczne dzieła, które pozwalają na dokonanie pogłębionej genezy, znaczenia i rozwoju artystycznego malarza. www.lorenzolotto.info, po włosku i angielsku w pakietach turystycznych.

Szlaki franciszkańskie. Związane z osobą Św. Franciszka z Asyżu, tak przez wzgląd na bliskość geograficzną jak i na powinowactwo z wyboru, region Marche opowiada o jednym ze wspaniałych okresów opartych o historię, miejsca i trasy kultury franciszkańskiej. Kościoły, muzea, sanktuaria tworzą ciekawe trasy rozrzucone po prowincjach regionu i są zasygnalizowane na portalu: www.francescanesimomarche.it

Na szlaku opactw. Marche należą do jednych z pierwszych obszarów, na których rozwinął się fenomen zakonnictwa, dzięki figurze Św. Benedykta z Norcia (*S. Benedetto da Norcia*). Region Marche jest usiany opactwami i zakonami o niezaprzeczalnych walorach architektonicznych. Wśród nich najbardziej znane to l'Eremo di Fonte Avellana oraz dwa opactwa cysterskie S. Maria w Castagnola (Chiaravalle, AN) i S. Maria di Chiaravalle z Fiastra (Tolentino, MC). Lista i godziny otwarcia na: www.turismo.marche.it

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel. +39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flickr: www.flickr.com/photos/turismomarche

Turystyka wiejska i touring

Historyczne miasteczka, nieznane szlaki, prawdziwe tradycje

Istnieje wiele **małych miasteczek** rozsianych po całym terytorium regionu, jak czarujące oazy, wpisane w historię i kulturę, gdzie czas jakby się zatrzymał, gdzie panuje spokój i powolne tempo życia przyjazne człowiekowi, skandowane jedynie mijaniem godzin i pór roku.

Istnieje niezliczona ilość propozycji i tras do przebycia dla odkrycia tych najbardziej ukrytych oraz najbardziej sugestywnych miasteczek regionu Marche, gdzie dotychczas żyje się w wyjątkowej atmosferze. Małe osady i miasteczka, jak ukryte perły wbite w krajobraz, do dziś dnia zachowują swoje oryginalne rysy, gdzie wykonywana jest praca tak jak za dawnych czasów a jego mieszkańcy są bardzo przyjaźni dla przybyszów. **Tradycja rzemieślnicza i tradycyjne smaki** do odkrycia bez pośpiechu, w sposób przyjazny dla człowieka: od Montefeltro po góry Sybillińskie, od wybrzeża w Gabbice aż po San Benedetto del Tronto, region Marche oferuje liczne możliwości do zagubienia się posród osad i miasteczek doskonale utrzymanych, gdzie dotychczas oddycha się atmosferą okresu średniowiecza i odrodzenia. Zatopione w czarującym krajobrazie górskim lub wzniesione na wgórzach pokrytych winnicami, każde z miasteczek odkrywa swoją piękność i zaskakującą wyjątkowość.

Samochodem, na motorze lub jakimkolwiek innym środkiem lokomocji, z dala od turystycznych tras i zwiedzając miasteczka mniej tłoczne i słynne, można odkryć prawdziwy *styl życia włoskiego*, pozwalając się prowadzić tylko przez własną ciekawość. W tych miejscach, faktycznie, są głęboko zakorzenione oryginalne korzenie chłopskie, miłość do ziemi i skromny styl życia.

Wiele z tych czarujących osad regionu Marche zostało wpisanych na listę **Napięknieszych miasteczek Włoch** (*I borghi più belli d'Italia*), klub powstały w 2001 r. w celu ochrony małych gmin lub pojedynczych dzielnic, o wyjątkowych walorach artystycznych i historycznych które, znalazłszy się poza główną metą turystyczną, ryzykują być zapomnianymi.

Wymieniając od północy, w provincji Pesaro Urbino, znajdują się: **Gradara**, imponujący zamek z przylegająca do niego doskonale zachowaną osadą, słynny z piątej pieśni historii miłosnej pomiędzy Paolo i FrANCESKĄ, uwiecznieni przez Dante Alighieri w drugim kręgu (zmysłowym) Piekle (*Boska Komedia*), miasteczko **Mondavio** i jej twierdza, *Rocca Roveresca*, dzieło średniowiecznego architekta Francesco di Giorgio Martini oraz osada **Montefabbri**, której średniowieczna zabudowa urbanistyczna nadaje sugestywne wrażenie. Kontynuując podróż znajduje się osada **Corinaldo**, dzieło sztuki kolektywnej, które szczyty się pasem murów długich niemal na kilometr, doskonale zachowanym; niedaleko, wspina się miasteczko **Offagna**, którego czarujące centrum historyczne jest zamknięte wewnątrz starożytnych murów - *Mura Castellane*, pochodzących z XII wieku.

W provincji Macerata, obwarowanej zielenią i łagodnymi wzgórzami, wznoszą się: **Matelica**, gdzie dzisiaj tradycja i historia miesza się z innowacyjnością i rozwojem, oraz

Montecosaro, ze swoim zamkiem na szczycie wzgórze sprawia wrażenie, że wspina się ku niebu. Wewnątrz regionu znajdują się: miasteczko **Esanatoglia**, znane również pod nazwą „miasto gwintowane” (*città filetta*), które ze swoimi siedmioma dzwonami i murami dominuje nad doliną rzeki Esino; **Cingoli**, znane jako „balkon regionu Marche”, którego centrum historyczne położone jest na wysokości 631 n.p.m. i które zachowuje arcydzieło pędzla Lorenzo Lotto „Matkę Boską różancową” (*Madonna del Rosario*); **Treia**, w którego XII- wieczne mury wtopiona jest zabudowa z okresu neoklasycystycznego i które sprawia, że miasto ma niezwykle elegancki aspekt. Posuwając się dalej znajdujemy zakotwiczone na wzgórzu **Montecassiano** i **Montelupone**, jedne z mniejszych ośrodków, które doskonale zachowały świadectwa własnej historii, z murami kasztelańskimi (*mura castellane*) i czterema bramami wjazdowymi. Nieco na południe od prowincji Macerata, na wzniesionym obszarze, blisko Sassotetto, wznosi się gród **Sarnano**, słynny ze swoich źródeł uzdrowiskowych. Niedaleko znajduje się **San Ginesio**, murowane miasteczko z przepięknym placem, który wznosi się na tle błękitu gór Sybillińskich, wśród których znajduje się także gród **Visso**, położony na wysokości ponad 600 m. n.p.m., z siedzibą Narodowego Parku Gór Sybillińskich.

W prowincji Fermo, niewielki gród **Moresco**, o typowej strukturze warownej, nad którym dominują dwie wieże: jedna, starsza, o kształcie siedmiokąta foremnego, stanowi część zburzonego zamku (XII wiek), druga, kwadratowa Wieża Zegarowa (*Torre dell'Orologio*), zrealizowana przez Vincenzo Pagani.

W prowincji Ascoli Piceno, natykamy się na **Montefiore dell'Aso**, wzniesiony na przeciwnym zboczu doliny rzeki Aso. W Montefiore zachowane są niektóre baszty i niektóre bramy z pasa murów z okresu XV i XVI wieku, a ponadto polo muzealne św. Franciszka (*polo museale di S. Francesco*), które zachowuje cudowny Tryptyk pędzla Carlo Crivelli (*Trittico di Carlo Crivelli*). Przemierzając się nad wybrzeże, znajdziemy **Grottamare**, gród wspinający się na wziesieniu nad morzem a jeszcze dalej **Offida**, zamknięta przez krąg murów kasztelańskich.

Nad terytorium regionu Marche powiewa **17 Pomarańczowych Flag**, znak jakości turystyczno-środowiskowej przyznawany przez *Touring Club Italiano* małym gminom położonym wewnątrz półwyspu, które wyróżniają się wyjątkową ofertą i wysokiej jakości gościnnością. Wśród nich: *na wzgórzach*, poza wyżej wspomnianymi: **Corinaldo**, **Gradara**, **Mondavio**, **Montecassiano**, **Montelupone** i **San Ginesio** zaliczymy tu także: **Acquaviva Picena**, o bezdyskusyjnym średniowiecznym uroku oraz **Camerino**, siedziba Uniwersytetu, który zajmuje cały Pałac książęcy (*Palazzo Ducale*) z okresu średniowiecza i muzea bogate w dzieła malarskie i rzeźbiarskie z XIV i XV wieku oraz wspaniałe płótno ręki G. B. Tiepolo znajdujące się w kościele Św. Filipa (*chiesa di S. Filippo*), przedstawiające „Objawienie Matki Boskiej Świątemu Filipowi” (*l'Apparizione della Madonna a S. Filippo*); **Monerubbiano**, o starożytnym pochodzeniu gdzie zobaczymy znaleziska z okresu paleolitu i neolitu; **Ostra** i pas murów obronnych przerywany imponującymi bramami oraz **Ripatransone**, słynne ze swojego panoramicznego położenia i winnic, które rozpościerają się po horyzont aż znikają z pola widzenia; **Staffolo** i **Urbisaglia**, gdzie wznosi się fortyfikacja pochodząca z XIV wieku, o bezdyskusyjnym uroku, będąca siedzibą Państwowego Parku Archeologicznego miasta rzymskiego Urbs Salvia (*Parco archeologico statale della città romana di Urbs Salvia*). W górach można zwiedzić **Genga**, o starożytnym pochodzeniu, za słynną Jaskinię Frasassi (*Grotte di Frasassi*), **Mercatello sul Metauro**, bardzo interesujące przez wzgląd na starożytne konstrukcje pieczołowicie zachowane, w tym widowiskowe święte

budowle; **Pievevigliana**, bogata w znaleziska archeologiczne pochodzące z IV wieku p.n.e. oraz **Sarnano**.

W całym regionie znajdują się **agroturystyka** i **rezydencje wiejskie**, lub *country house*, z których większość jest otwarta w okresie od kwietnia do października, i w których można zatrzymać się na krótkie i długie pobyty, nabyć **produkty biologiczne** i zasmakować typowe dania przyrządzone według **tradycyjnych przepisów regionu Marche**. Gospodarstwa rolne ze starymi domami wiejskimi, namacalny dowód istnienia w przeszłości umów najmu agrarnych „połownictwa” (*mezzadria*), przedsiębiorstwa rolne w pełnej aktywności, prawdziwe młyny, autentyczne domy chłopskie (*case coloniche*³) niekiedy luksusowo odrestaurowane, lub też eleganckie klasztory i zamki, zanurzone w czarującym krajobrazie, otoczone lasami, łąkami, winnicami, gajami oliwnymi, które tworzą doskonałe otoczenie i idealne miejsce na spędzenie wakacji pod znakiem przyrody i relaksu. Terytorium oferuje liczne propozycje, począwszy od prostych i zdrowych szlaków do odbycia na piechotę aż do trasy bardziej rozwinięte, idealne dla miłośników trekking’u, mountain-bike i wakacji w siodle, które można odbyć spacerując po pobliskich **wzgórzach** i wsiach, wśród jezior, rzek, **gór** i innych cudów natury.

A kto pragnie odnowić duszę i ciało, region Marche ma do dyspozycji uzdrowiska, gdzie można poddać się masażom i zażyć zdrowej kąpieli w wodzie termalnej.

W rozrzuconych po regionie miasteczkach organizowane są licznie wydarzenia i **rekonstrukcje historyczne, widowiskowe obchody** związane ze **świętem religijnym i kiermasze**. Co roku, faktycznie, Marche żyją magią przeszłości, organizowane są wyścigi konne, parady w kostiumach, wymowne rekonstrukcje wydarzeń historycznych, które odbywają się w starej części miast (np. słynna *Quintana* w Ascoli Piceno lub *Feste medievali* w Offagnia), widowiskowe obchody w dniach świąt religijnych lub podczas Karnawału (np. w Fano, Ascoli Piceno i Offida). Niezmienione w czasie i urokliwe są niektóre obchody świąt religijnych. Dla przykładu sugestywne **żywe szopki** (*Presepi viventi*), wśród których wyróżnia się ta z Genga, przygotowana w Gola di Frasassi tak jak interesujące są trzy główne Muzea poświęcone szopkom, położone w niedalekiej odległości od siebie, w Morrovalle, Macerata i Tolentino.

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel.+39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flickr: www.flickr.com/photos/turismomarche

³ / *Case coloniche* – charakterystyczna zabudowa wiejska dla Regionu Marche. Dom, położony na terenie roli uprawnej nie większym niż 6-7 hektarów był zamieszkały przez rodzinę chłopską. Na parterze znajdował się spichlerz, spiżarnia oraz zamieszkiwały zwierzęta gospodarskie (trzoda, bydło, drób), na drugim piętrze mieszkała rodzina chłopska. Dom i ziemia uprawna była własnością bogacza, chłop prowadził rolę oddając właścicielowi połowę zbioru. W latach 70-ych ubiegłego wieku, w wyniku uprzemysłowienia kraju, chłopcy masowo wyjeżdżali ze wsi, w konsekwencji wiele z tych domów pozostało niezamieszkałych. Aktualnie, *case coloniche* są wymownym świadectwem przeszłości, stanowią istotny dorobek architektoniczny regionu. Wiele z tych domów zostało luksusowo odrestaurowanych i są bardzo cenione.

Morze

Od długich i piaszczystych plaż po klify i urwiska nad morzem

Marche oferują aż **180 km wybrzeża** wzdłuż morza Adriatyckiego, charakteryzującego się istnieniem przepięknych plaż, **26 nadmorskich miasteczek**, malowniczych zatok i **9 portów turystycznych**. Wzdłuż wybrzeża powiewa 16 **błękitnych flag**⁴, które świadczą o jakości wody i usług w kąpieliskach. Różnorodność krajobrazu pozwala na wybór, dla tych którzy zdecydują się na spędzenie urlopu nad morzem, nie tylko różnego rodzaju plaż ale również daje możliwość zwiedzenia bogatego dorobku historyczno- kulturalnego wgłąb regionu, który oferuje wiele szlaków w *miastach wysoko położonych (Paesi Alti)* i w centrach urbanistycznych. Ośrodki nadmorskie oferują usługi, które zaspokoją wymogi tak rodzin jak i młodzieży. Kąpieliska zbudowane w poszanowaniu z terenem, w harmonii z nim, są idealną metą na spędzenie wakacji pod hasłem „relaks”.

Nadmorski krajobraz Marche, tak różnorodny w swojej formie i kolorystyce, oferuje podróż pełną emocji, od długich plaż z drobnutkim piaskiem i małych skalnych zatoczek, skał podwodnych i palm, aż po białe urwiska stromo wbijające się w błękit Adriatyku, który zlewa się z intensywną zielenią pobliskich pól i ochrą długiej strefy przybrzeżnej.

Północna część wybrzeża, tzw. **Wzgórzyste wybrzeże (Riviera delle colline)**, charakteryzuje się istnieniem licznych cypli, zatoczek, grot i urwisk, które potęgują wrażenie wizualne. Plaże są miękkie i białe, w szczególności długa plaża w **Gabbice Mare**. Odtąd odchodzi sugestywna droga, w sercu *Regionalnego Parku Góry Św. Bartolo (Parco Regionale del Monte San Bartolo)*, o długości około 20 km., z licznymi zaułkami i panoramą zapierającą dech w piersiach, która dochodzi do czarujących mierzei, takich jak **Pesaro** i malowniczych osad rybackich, takich jak **Casteldimezzo, Fiorenzuola di Focara i Santa Marina Alta**.

Kontynuując podróż w kierunku południowym, dochodzi się do wybrzeża ankonetańskiego, gdzie znajduje się **Senigallia**, miasto o starożytnym pochodzeniu, słynne ze swojej welurowej plaży (*spiaggia di velluto*): 12 km śnieżnobiałego i drobnego piasku, doskonała meta dla turystyki kąpielowej, posiada dobrze rozbudowaną infrastrukturę hotelową, sieć infrastruktury kąpieliskowej i renomowane restauracje. Posuwając się dalej docieramy do **Ankony**, miasta o silnych tradycjach morskich, położonej na jednym z najpiękniejszych odcinków wybrzeża Adriatyku, **Riviera del Conero**, na którym znajduje się Park regionalny o takiej samej nazwie (*Parco regionale del Monte Conero*), wraz z naprzemian występującymi zatokami, urwistymi

⁴ / Miasta, którym przyznano Błękitną Flagę w sezonie letnim 2012, to: Gabbice Mare, Pesaro, Fano, Mondolfo-Marotta, Senigallia, Portonovo, Sirolo, Numana, Porto Recanati, Porto Potenza Picena, Civitanova Marche, Porto Sant'Elpidio, Porto San Giorgio, Cupra Marittima, Grottammare, San Benedetto del Tronto.

ścianami skał i plażami znajdującymi się na uboczu głównych szlaków. Absolutnie nie można pominąć plaży Dwóch Sióstr (*spiaggia delle Due Sorelle*), tak nazwanej od dwóch olbrzymich skał wynurzających się z morza. Szczególne położenie geograficzne terenu tworzy jedyny i niepowtarzalny spektakl: można zachwycać się oglądaniem świtu i zachodu słońca w morzu. Zielony grzbiet Monte Conero, które odbija się w morzu oferuje spektakl wyjątkowo sugestywny: przerywa regularną linię wybrzeża oferując na przemian plaże o drobnym żwirku, skały i urywiste ścian skalne, które zapadają się w morzu.

I dalej, przechodzimy na odcinek wybrzeża należący do prowincji Macerata wraz z **Porto Recanati**, lepiej znane jako *salon wybrzeża (salotto della riviera)*, nowoczesny kurort nadmorski gdzie współistnieją w harmonii, z jednej strony prężna i nowoczesna infrastruktura hotelowa i, z drugiej strony, urocze zakamarki w malowniczej osadzie rybackiej powstałej wokół *Zamku Svevo (Castello Svevo)* z XIV wieku, z pasmem piasku i żwiru o długości 8 km. Zaraz potem dojeżdżamy do **Civitanova Marche**, z długą piaszczystą plażą w części północnej oraz tej żwirkowej w części południowej, rozdzielonej portem rybackim oraz przystanią turystyczną. Część nadbrzeżna oferuje możliwość wykonywania różnych sportów, uczeszczać do modnych lokali albo zapomnieć na zakupach w licznych outlet'ach, które oferują prestiżowe marki *made in Italy*.

Czarujące Porto Sant'Elpidio, starożytna osada nadmorska, aktualnie dobrze wyposażone kąpielisko, gdzie swój początek bierze tzw. *Zielone Wybrzeże Piczeńskie (Verde Riviera Picena)*, stworzona z piaszczystych i żwirkowych plaż głaskanych przez przejrzyste morze, otoczone zielonymi pagórkami. Na tym wybrzeżu napotkniemy się na autentyczne osady rybackie i kąpieliska takie jak: **Porto San Giorgio** i **Lido di Fermo**, aż po **Pedaso**.

Posuwając się dalej w kierunku południowym docieramy do ostaniej części wybrzeża regionu Marche, słynnej Riwieri Palmowej (*Riviera delle Palme*), która rozciąga się pomiędzy **Cupra Marittima**, **Grottamare** i **San Benedetto del Tronto**. Znana ze swoich szerokich plaż, zieleni palm (około 7.000) i średniowiecznych osad dotąd zamieszkałych, prawdziwych naturalnych tarasów z widokiem na morze, jest ulubioną metą dla turystyki rodzinnej, dzięki piękności zagajników sosnowych (*pineta*), miękkiego piasku, spokojnego środowiska. Odtąd rozciąga się krajobraz typowo śródziemnomorski: wiecznie zielone krzaki, palmy, bouganvillea i oleandry, wyraz bujnej roślinności, bogatej w egzotyczne esencje i nadmorskie zapachy. Ścieżka rowerowa prowadzi od San Benedetto del Tronto po **Grottamare**, *Perły*, znanej jako *miasto pomarańczy (paese degli aranci)* ze swoimi 5 km plaży drobnopiaszczystej, aż po **Cupra Marittima**.

Bardzo długa plaża należy również do atrakcji **San Benedetto del Tronto**, renomowanego nadmorskiego kąpieliska, otoczonego relaksującą zielenią licznych palm. Królowa morza, której historia jest doskonale przedstawiona w licznych muzeach, w tym w Muzeum Kultury Morskiej (*Museo della Civiltà Marinara*). Szerokie piaszczyste pasma charakteryzują również **Porto d'Ascoli**, ostatni przystanek regionu od strony południowej.

W ośrodkach kąpieliskowych regionu możliwe jest uprawianie **różnych sportów**: windsurf, narciarstwo wodne, żeglarstwo, nurkowanie, kitesurf, pływanie oraz siatkówka plażowa. Ponadto morze zamieszkałe przez bogatą i różnorodną faunę rybną jest idealnym miejscem aby zanurzyć się w fantastycznym podwodnym świecie, korzystając ze wsparcia wykwalifikowanych szkół specjalizujących się w zawodowym nurkowaniu oraz liczne diving

obecne na całym wybrzeżu, posiadające dobrze zaopatrzone stacje, będące w stanie dostarczyć materiały dobrej jakości i asystę na jakimkolwiek poziomie zanurzenia.

Nad regionem Marche powiewa **16 błękitnych flag**, symbol zdrowej turystyki, rezultat uważnej polityki środowiskowej. Istnieją nowoczesne urządzenia do uzdatniania wody, wprowadzona została segregacja odpadów miejskich, organizowane są różne inicjatywy środowiskowe takie jak np. ograniczenia ruchu, szerokie deptaki, ścieżki rowerowe, kursy edukacji środowiskowej dla młodzieży, dbałość o estetykę miast.

Wzdłuż 180 km wybrzeża regionu Marche można się natknąć na **9 portów turystycznych** rozproszonych po całej linii wybrzeża. W prowincji Pesaro – Urbino są to: Gabicce Mare, Pesaro i Fano, w prowincji Ankony: Ankona, Senigallia i Numana, w prowincji Macerata: Civitanova Marche, w prowincji Fermo: **Porto San Giorgio, najlepiej urządony port turystyczny na całym Adriatyku włoskim**, odnotowujący ponad 900 miejsc do cumowania, oraz w prowincji Ascoli Piceno: San Benedetto del Tronto. Kompleksowa załadowność wynosi około 5.000 miejsc dla statków.

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel.+39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flick: www.flickr.com/photos/turismomarche

Enogastronomia

W poszukiwaniu prawdziwych smaków

Region Marche, na polu eno-gastronomicznym, jest syntezą włoskich przysmaków skoncentrowanych na jednym terytorium, *Włochy w jednym regionie*. Istnienie tak różnorodnego i rozczłonkowanego terytorium, zdominowanego przez góry i skierowanego w kierunku morza w różny sposób oddziałuje na tradycje kulinarne, szczęśliwy rezultat związku pomiędzy naturą, tradycją i kulturą. Region Marche szczyli się tradycją gastronomiczną bazującą na prostych i zdrowych składnikach, o wyjątkowym smaku, gdzie potrawy o silnym i zdecydowanym smaku, przeważnie mięsne, alternują się z potrawami ze skorupiaków, ryb i owoców morza.

Trufle. Region Marche jest jednym z niewielu włoskich regionów, które mogą poszczycić się produkcją wszystkich podstawowych rodzajów trufli. **Trufle białe**, najcenniejszą odmianę, można znaleźć zwłaszcza w Sant'Angelo in Vado i Acqualagna, w prowincji Pesaro Urbino. **Trufle czarne** występują zwłaszcza w Acqualagna, Cagli, Acquasanta Terme, Roccafluvione, Comunanza, Montefortino, Camerino i Visso. W górach bardzo popularne jest grzybobranie. Istnieje duża liczba **grzybów jadalnych**: borowiki (*porcini*), gęśnice wiosenne (*funghi di San Giorgio*), muchomory cesarskie (*gli ovuli buoni*), smardzy (*le spugnole*), pieczarki (*i prataioli*), kurki (*i galletti*), gąski (*le morette*), kanie (*le mazze di tamburo*) i lejkówki mgliste znane też jako gąski (*i nebbioli*).

Wędliny. Historia wędlin jest ściśle związana z korzeniami gospodarki połowicznej (*mezzadria*) społeczeństwa, które aby się wyżywić, używało niemal wszystkie części świni, nic nie marnując. Tak powstały najbardziej tradycyjne wędliny terytorium, choćby **salami z Fabriano**, tak ukochane przez Giuseppe Garibaldi, produkowane z najlepszych części mięsa: łopatki i udźca, które są ćwiartkowane i solone a następnie naszpikowane słoniną i ususzone w jelitach świni, oraz **ciauscolo**, rozpowszechniony zwłaszcza w prowincji Macerata, produkt oznaczony znakiem IGP (*Identificazione Geografica Protetta*)⁵, słonina zostaje zmielona i wymieszana z mięsem, w połączeniu uzyskując jednolitą formę, którą można rozsmarować na pieczywie.

Inne produkty to **salceson** (*coppa di testa*), **wątrobianka** (*mazzafegato*), **wątróbki wieprzowe** (*fegatelli*) oraz **odmiany kielbas w tym „szalona kielbasa”** (*salsiccia matta*). Smakowitość mięsa wieprzowego wyhodowanego w regionie Marche wynika bez wątpienia ze sposobu karmienia i uboju. Szlachetne wędliny to: **lonza** (krzyżówka wieprzowa) i **lonzino**, **capocollo**, **pancetta arrotolata** oraz **porchetta**. Szynka (**prosciutto**), jedna z najbardziej szlachetnych części świni, jest produkowana na całym terytorium regionu. **Prosciutto di**

⁵/ IGP - Oznaczenie pochodzenia geograficznego produktów rolnych w Unii Europejskiej – system ochrony regionalnych produktów rolnych w Ue mający na celu ochronę nazw tych produktów i zapewnienie ich autentyczności. Dotyczy wyrobów wytwarzanych na określonym obszarze w sposób tradycyjny. Ustawodawstwo unijne w tym względzie wzoruje się na francuskim systemie *appellation d'origine contrôlée* oraz włoskim *denominazione di origine controllata* i stosowane jest od 1992 r.

Carpegna należy do jednych z najbardziej znanych i pożądanых wędlin, tak we Włoszech jak i za granicą, dzięki przyznanemu jej w 1996 r., certyfikatowi europejskiemu DOP⁶.

Oliwa. Dzięki 7.200 hektarom gajów oliwnych region Marche ma wyjątkowo korzystne warunki do produkcji oliwek o dużych właściwościach organoleptycznych. Cechują się owocownią średniej wielkości, smakiem zrównoważonym z nutą gorzką i pikatną. Wśród rodzimych odmian należy wymienić Coroncina, Piantone di Falerone, Piantone di Mogliano, Sargano di Fermo, Orbetana, Mignola, Carboncella, Raggia, Raggiola i **oliwę z Cartoceto**, której nadano znak DOP. Jakość oliwy jest nierozłącznie związana z drzewem oliwnym: szczególnie cenna jest oliwka delikatna ascolana, uznana za najlepszą stołową oliwkę zieloną, smaczna również w wersji zasolonej, nadziewanej i smażonej „à la ascolana”.

Sery. To ziemia bogata w pastwiska gdzie bydło żywi się w warunkach naturalnych, produkując mleko bogate w składniki odżywcze i zdrowe. Istnieje zatem duża różnorodność serów na bazie mleka krowiego, owczego, koziego i mieszane, produkowane w różnych częściach terytorium regionu, takie jak: **Casècc, Caprino, Slattato, Ravigliolo, Quark, Ricottine** i **Cacio** w kształcie cytryny. Szczególny smak mają sery owcze (**pecorini**) charakterystyczne dla strefy górskiej, których serwatka jest przyprawiana majerankiem, macierzanką, pękami jержyny, goździkami, gałką muszkatałową, pieprzem, oliwą, żółtkami i utartym serem owczym. W północnej części regionu znajdziemy ser owczy przechowywany w beczkach dębowych, gdzie leżakuje przez trzy miesiące zawinięty w liście orzecha lub też pozostawiony pod warstwą przypraw aromatyzowanych lub wytłoczynami z winogron. Bardzo znana jest także **casciotta z Urbino**, uwielbiana przez Michelangelo, którego pochodzenie sięga 1500 r. Produkowany z mleka owczego i krowiego, z dodatkami drożdży i serwatki. Włożony do formy zanurzonej w solance i pozostawione przez okres około jednego miesiąca w specjalnych pomieszczeniach dla konserwacji, w temperaturze i o wilgotności pod ścisłą kontrolą. To jedyny ser produkowany w regionie Marche, który szczyci się przyznaniem mu znaku oznaczenia geograficznego (DOP).

Wina i napoje wysokoprocentowe. Wzgórza regionu Marche są idealnym terenem dla uprawy winorośli i produkcji winogron słodkich i pachnących, idealnych do otrzymania win o doskonałej jakości. Istnieje duża różnorodność win produkowanych w regionie: **15 win doc** (*Bianchello del Metauro, Colli Maceratesi, Colli Pesaresi, Esino, Falerio, I Terreni di San Severino, Lacrima di Morro d'Alba, Pergola, Rosso Conero, Rosso Piceno, Serrapetrona, Terre di Offida, Verdicchio dei Castelli di Jesi oraz Verdicchio di Matelica*), **5 vini docg** (*Conero, Castelli di Jesi Verdicchio Riserva, Offida, Verdicchio di Matelica Riserva, Vernaccia di Serrapetrona*) i **1 Marche IGT**. Wino jest często celebrowane podczas licznych lokalnych świąt i kiermaszy tak jak szlaki turystyczne, które zgłębiają terytorium aby zakosztować sztukę, tradycję i kulturę. Nie wolno przegapić wycieczki do Enoteki Regionu Marche w Jesi i Offida.

Produkcja napoju wysokoprocentowych ma swoje pradawne korzenie dzięki mnichom, którzy począwszy od xv wieku, z pasją i talentem poświęcali się produkcji napojów regenerujących. **Likiery z anyżku** należą do najbardziej znanych: **Mistrà** i **Anisetta** powstały dzięki zwyczajowi aromatyzowania alkoholu ekstraktem z moszczu z winogron i jego esencją. W

⁶/ **DOP - Denominazione di origine protetta**, prawnie chroniony znak oznaczenia geograficznego (pl.-“ChOG”) przyznawany w UE tym produktom spożywczym, których specyfika jakościowa zależy wyłącznie od określonego obszaru geograficznego, na którym są produkowane (Rozporządzenie WE/510/2006).

Fano, **Moretta Fanese** ma niezwykłą historię: początkowo była koktajlem z brandy, anyżku i rumu wymyślonym w jednym z barów w porcie, aby "skorygowac" kawę marynarzy przed wypłynięciem w morze lub po ich powrocie z połowu ryb, zatem musiała być silna i regenerująca. Z tradycji kuchni wiejskiej, w głąb terytorium, wywodzi się **vin cotto, sapa, vin santo i visner** znane jako wiśniówka.

Słodyczne. Tradycyjny charakter kuchni regionalnej znajduje swoje szczęśliwe odbicie również w słodyczach wyprodukowanych z użyciem podstawowych surowców terytorium i charakteryzujące się prostotą w ich przygotowaniu. Na ogół zawierają niewiele cukru, dlatego że w dawnych czasach cukier był towarem luksusowym używanym oszczędnie, wówczas miód miał za zadanie osłodzić składniki. Prawie wszystkie słodyczne o wiejskiej tradycji były wypiekane w okresie karnawału, świąt religijnych i okoliczności związanych z porą roku. *Castagnole, Biscotti al vino, Marocchini, Sciughetti lub polenta di mosto, Bostrengo, Salame di fichi, Frustingo, Ciambellone, Pizza sbattuta, Cicerchiata, Ravioli di marroni, Funghetti di Offida, Calcioni o Piconi, Frappe, croccante con le mandorle lub croccante con le noci, cavallucci di Cingoli, Cicerchiata, itp...*

Ryba. Najbardziej znaną potrawą rybną jest słynne **brodetto**, którego przepis ulega modyfikacjom w zależności od takiej czy innej miejscowości: brodetto ankonetańskie (*all'Anconetana*), brodetto fanese, brodetto z San Benedettese albo z Porto Recanati. Inne słynne dania to: żabnica (*code di rospo*) *in potacchio*, czyli z oliwą, czosnkiem i rozmarynem, mątwy z groszkiem, sztokfisz po ankonetańsku, bakłażany z sardelami, sardele marynowane, sardele smażone, makrela w pomidorach.

W Marche znane są także: miód, warzywa i owoce oraz produkty biologiczne.

Szlaki turystyczne:

Szlakiem win. Smak win, piękno wzgórz i skarbów terytorium, na szlakach najbardziej renomowanych win: szlak Rosso Conero (la *Via del Rosso Conero*), szlak Verdicchio di Matelica (la *Via del Verdicchio di Matelica*), szlak Rosso Piceno (la *Via del Rosso Piceno*); www.turismo.marche.it)

Miasta oliwy. Kultura, historia drzewa oliwnego i oliwy z oliwek dobrej jakości (www.cittadellolio.it)

Miasta miodu. Stara tradycja o wysokiej jakości aby odkryć 30 różnych typologii miodu (www.cittadelmiele.it)

Miasta win. Historia, kultura, krajobraz, produkty typowe i rzemieślnicze podstawowych miejsc związanych z winem (www.terredelvino.net)

Regionalne Enoteki. Obowiązkowa trasa aby poznać dziedzictwo enologiczne.

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel.+39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flickr: www.flickr.com/photos/turismomarche

Przyroda: nieskażony świat

2 parki narodowe, 4 parki regionalne i 6 rezerwatów naturalnych

Marche rozciągają się początkowo na nizinie, stopniowo teren podnosi się i łagodnie przechodzi w teren falisty aż ku stóp **Góry Conero** (*Monte Conero*), z klifami i urwiskiem nadmorskim, wijąc się pomiędzy winoroślami, zielonymi wzgórzami, górami pokrytymi gęstym lasem i płaskowyżem skalnym. Wielbicielom wody i słońca oferuje długie i piaszczyste plaże, ale także romantyczne skaliste ścieżki. W głębi terytorium można znaleźć wspaniały krajobraz, stworzony z zielonych i złocistych w górach, pokryty lasami i łąkami na przemian z harmonijnie uporządkowanymi polami uprawnymi, na których rośnie zboże i gaje oliwne. Od zachodu czuwają góry Apenińskie a od południa szczyty wysokich gór Sybilińskich, które przekraczają wysokość 2000m.n.p.m. Te ostanie przyprawiają o mocne bicie serca pasjonatów botaniki, wielbicieli wycieczek i trekkingu.

W Marche istnieje niezwykle podziemny kompleks naturalnych grot o rozmiarach tak dużych i wywołujących tak silne wrażenie, iż sam w sobie stanowi istotny powód do odbycia podróży. Chodzi o **Jaskinię Frasassi** (*Grotte di Frasassi*), w pobliżu Genga, jeden z najbardziej rozległych i interesujących pomników przyrody Włoch, utworzony z następujących po sobie jaskiń i grot podziemnych typu krasowego, które zostały odkryte przez grupę speleologiczną Włoskiego Klubu Alpejskiego (*Club Alpino Italiano, CAI*), filia w Ankonie.

Marche są znane z dużej rozległości obszarów chronionych, o powierzchni niemal 90.000 hektarów. Region szczeni się wyjątkową liczbą parków narodowych i regionalnych oraz rezerwatów naturalnych utworzonych w latach 80-ych i 90-ych XX wieku. Wśród nich **2 parki narodowe** (*Monti Sibillini i Gran Sasso oraz Monti della Laga*), **4 parki regionalne** (*Sasso Simone e Simoncello, Gola della Rossa i di Frasassi, Monte San Bartolo oraz Monte Conero*), **6 rezerwatów naturalnych** (*Abbadia di Fiastra, Montagna del Torrichio, Gola del Furlo, Ripa Bianca, Sentina, Monte San Vicino oraz Monte Canfai*). Obszary chronione są dobrze zarządzane i doskonale utrzymane, tak lasy jak i szlaki, istnieje wiele struktur gościnnych oraz punktów informacji. Na wiosnę Parki pokrywają się bogatą florą apenińską, choćby lilią złotogłową (*il giglio martagone*), gwiazdą alpejską (*la stella alpina*), orchideami (le orchidee), mącznicą lekarską (*l'uva orsina*), wierzbą karłowatą (*il salice nano*) uważaną za najmniejsze drzewo na świecie. Lasy zamieszkują różne gatunki zwierząt, takie jak wilk (*il lupo*), żbik (*il gatto selvatico*), jeżozwierz (*l'istrice*), jeleni (*il cervo*), kozica alpejska (*il camoscio appenninico*), orzeł przedni (*l'aquila reale*), krogulec zwyczajny (*lo sparviero*), puchacz zwyczajny (*il gufo reale*), sokół wędrowny (*il falco pelegrino*), pomurnik (*il picchio muraiolo*) oraz na niektórych terenach niedźwiedz (*l'orso*). Obszary chronione posiadają swoiste cechy tak różnorodne, iż nawet na ich obszarze występuje specyficzny mikroklimat dla rozwoju różnorodnej flory i fauny. To ulubione miejsca dla wielbicieli *bird watching* ze względu na liczną obecność różnych gatunków ptaków.

Marche oferują turystyce możliwość rozkoszowania się majestatem przyrody, a oprócz tego są idealnym miejscem dla praktykowania licznych sportów. Góry Apenińskie oferują fascynatom śniegu idealne trasy zjazdowe do uprawy **narciarstwa alpejskiego** (tzw. narciarstwa zjazdowego) i **biegów narciarskich**, na trasach o różnym stopniu trudności. W górach Sybilińskich istnieją warunki do uprawy narciarstwa technicznego, takiego jak: **narciarska turystyka górską** albo **ski-alpinizm**. W pozostałych sezonach te wspaniałe miejscowości górskie ulegają przemianie i można urządzać wycieczki piesze, w siodle lub na **rowerach górskich**, uczęszczając trasy przygotowane przez liczne ośrodki przyrodnicze; albo można wybrać inne zajęcia sportowe, takie jak lotnia, albo sporty wodne ekstremalne, takie jak rafting, spływ kajakowy, kanoe, wspinaczka i canyoning.

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel. +39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flickr: www.flickr.com/photos/turismomarche

Sport i czas wolny

Aktywność fizyczna w plenerze i rozrywka

Region Marche jest idealnym miejscem dla wielbicieli sportu oraz dla tych, którzy lubią odpoczywać w plenerze aby utrzymać formę, odnaleźć dobre samopoczucie lub po prostu dobrze się bawić. Szczególne ukształtowanie terenu, bardzo pofałdowane i różnorodne, pozwala na przemieszczenie się, w ciągu zaledwie kilku godzin, znad samego morza, przez wgórza aż po szczyty gór, oferując liczne możliwości uprawiania ulubionej dyscypliny. W trakcie jednego dnia można uprawiać naprzemian **wycieczki podwodne**, odbywać sugestywne **przejażdżki w siodle** lub **rowerem górskim**, brać udział w turniejach **piłki siatkowej** aby następnie wypróbować sił z **free climbing** wspinając się na białe klify nad urwiskiem morskim. A ponadto można rozszerzyć ofertę od **kanoe** po **grę w kule (bocce)**, od **łyżwiarstwa** po **loty**, od **kręgli** po **golf**, od **speleologii** po **strzelanie z łuku**. Z pewnością w Marche nie brak jest okazji aby zanurzyć się w naturze i spędzić czas aktywnie, poznając inne osoby i poprawić własną formę fizyczną.

Związek pomiędzy Marche a sportem jest bardzo ścisły: w niektórych dyscyplinach sportowych, takich jak: **wyścigi motocyklowe**, **szermierka**, **pływanie**, **gimnastyka rytmiczna**, **siatkówka**, **tenis stołowy**, Marche wyróżniają się na szczeblu międzynarodowym mając **mistrzów olimpijskich, którzy zdobyli złoto**, dowód zaangażowania sportowego i agonistycznego jej mieszkańców przyzwyczajonych do zawierzenia własnym siłom. Chociażby Valentina Vezzali, włoska lekkoatletka, która zdobyła największą ilość złotych medali olimpijskich na świecie. Valentino Rossi, centaur, pierwszy Włoch, który zdobył Mistrzostwo Świata w trzech różnych kategoriach. Roberto Mancini i Massimo Ambrosini, mistrzowie piłki nożnej i Filippo Magnini w pływaniu. To zasługa drużyn słynnych regionalnych takich jak *Lube* w piłce siatkowej czy *Sutor Premiata Montegranaro* w koszykówce, które utrzymują wysokie miejsce Regionu Marche w klasyfikacji we Włoszech i na świecie.

Ale w Marche sport reprezentuje przede wszystkim doskonałą okazję rozwoju i wspaniałe narzędzie wiedzy i solidarności dlatego że wszyscy, również osoby **niepełnosprawne** ruchowo, mogą praktykować jakąkolwiek dyscyplinę sportową.

Sporty zimowe. Zaśnieżone szczyty grzbietu apenińskiego oferują pasjonatom śniegu trasy zjazdowe, które spełniają marzenia każdego narciarza i gdzie można się zabawić praktykując sporty zimowe. Większość z dziesięciu miejscowości narciarskich regionu położonych jest na obszarze prowincji Macerata i Ascoli Piceno, niektóre w prowincji Pesaro – Urbino, wszystkie oferują obiekty i trasy zjazdowe na wysokim poziomie. W czasie sezonu zimowego można uprawiać zarówno **narciarstwo alpejskie** (lub nordyckie) jak i **biegi narciarskie**, wzdłuż malowniczych tras o różnej długości i stopniu trudności. W górach sybilińskich znajdujemy środowisko bardziej dzikie i góry nadające się do uprawy dyscyplin bardziej technicznych, takich

jak **narciarstwo wycieczkowe** (lo sci-escursionstico) lub **narciarstwo- alpejstwo** (lo sci-alpinismo).

Trekking. Góry i wzgórza regionu Marche oferują niezapomniane przeżycia, jedyne w swoim rodzaju, gdy zanurzeni w przyrodzie poznajemy zapachy, dźwięk i kolory, obcując z dziedzictwem bogatym w historię, tradycję, sztukę i kulturę. Podczas spaceru, albo też między jednym i drugim zejściem, nie można stracić okazji do zwiedzenia czarujących miasteczek rozsianych na całym terytorium regionu aby odkryć ich wyjątkową piekność i aby poznać wielką wartość historyczno-artystyczną, kosztując typowe dania przyrządzone według lokalnej receptury, nieziennej od lat i przyrządzonej z naturalnych składników. Gdy sezon zimowy zbliża się ku końcowi wielbicielom wycieczek otwiera się możliwość wybrania w nieprzebraną ilość tras: istnieją liczne **szlaki piesze**, do **przejażdżki konnej** lub na **rowerze górskim**, dla odkrycia wspaniałego terytorium, które szczyty się posiadaniem dwóch parków narodowych, czterech parków regionalnych i trzech rezerw przyrody. Wielbiele **trekkingu** nie mogą nie skorzystać z okazji aby nie przejść, choćby na niewielkim odcinku, *Wielką Trasę Apenińską (Grande Escursione Appenninica)*, która przebiega wzdłuż grzbietu półwyspu wytyczając sugestywną trasę na obszarze Marche.

Wszystkie trasy są oznaczone z podziałem na różne stopnie trudności, aby móc zaspokoić oczekiwania tak największych ekspertów jak i początkujących amatorów. Można je przebyć w towarzystwie profesjonalistów i znawców terenu albo całkowicie samemu, co jest możliwe również dzięki istnieniu rozbudowanej sieci schronisk alpejskich, dobrze wyposażonych i zachowujących przyrodniczy charakter, które alpinistom oferują schronienie oraz pokrzepienie podczas ich wypraw.

Sporty ekstremalne. Kto zamierza zaspokoić własne potrzeby ruchu i pragnienie przygody praktykując aktywność o wysokim stopniu adrenaliny ma do dyspozycji sporty bardziej absorbujące, tak wzdłuż wybrzeża jak i w głąb regionu, do których należą: **loty szybowcowe** (*volo libero*), **loty na lotni** (*il volo in deltaplano*) oraz **paralotniarstwo** (*le discese in parapendio*). Wśród sportów wodnych, najodważniejsi wypróbują sporty na rzekach, które oferują różne niespodzianki: dla przykładu wody rzeki Metauro są idealne dla miłośników **kanoe** i **kajaków**, jej spadzistość i duży pęd wody przygotowują o dreszcze, a dzieje się to w otoczeniu przyrodniczym zapierającym dech w piersiach. W szczególności, odcinek pomiędzy Gola Frassasi i Gola della Rossa w pobliżu Genga jest jedną z tras najbardziej sugestywnych i czarujących z punktu widzenia krajobrazowego.

Rower. Jednym z przyjemniejszych sposobów zwiedzania regionu jest rower, który oferuje możliwość jednoczesnego podziwiania cudów przyrody i historyczno-artystycznych oraz zakosztowania typowych specjalności enogastronomicznych podczas praktykowania swojej ulubionej aktywności. Sport nie aż tak absorbujący z technicznego punktu widzenia, Marche oferują rowerzystom i cyklistom wspaniałe widoki, gdzie zieleń łąk miesza się z tysiącem kolorów upraw na polach, z błękitem nieba i morza na horyzoncie, aby zagubić się w cieniu gór, które wznoszą się w oddali. Bardziej absorbujące są trasy *mountain bike* zwłaszcza te w okolicach *Acqualagna*, w wysoko położonej dolinie rzeki *Esino* i na *Górze Conero*.

Golf. Przykładowa meta dla wielbicieli golfa, którzy znajdą zadbane dywan z trawy z licznymi małymi lustrami wód, perfekcyjną zieleń, na której można ćwiczyć. Nie przypadkiem, niedawno powstało w Marche wiele nowych pól golfowych, których wysoka jakość jest

zagwarantowana i okresowo kontrolowana przez właściwe Komisje sportowe. Również pejzaż emanuje spokojem i pogodnością, stymulując koncentrację, podstawowy element w praktykowaniu tego sportu.

Jeździectwo. Zielone i gęste lasy, którymi pokryte są wzgórza są ulubioną scenerią dla tych, którzy pragną odczuć emocje odkrywania terytorium w siodle na koniu, najlepszy sposób by wejść w kontakt z przyrodą, odkrywając jej sekrety z pełną swobodą. Istnieje wiele możliwości zorganizowania ciekawych wycieczek, samodzielnych lub w towarzystwie przewodnika: od małych ujeżdzalni, które znajdują się przy agroturyzmach, po szkoły jeździeckie – rozsiane po całym terytorium regionu, w Pesaro, Fano, Senigallia lub Ankonie – które pozwalają na uczestnictwo w kwalifikowanych kursach. Marche znane są ze swojej tradycji jeździeckiej, o czym świadczy istnienie trzech hipodromów na jej obszarze (*San Marone* w Civitanova Marche, *Martini* w Corridonia i *San Paolo* w Montegiorgio) jak również Muzeum Karocy w Macerata oraz Historyczne Muzeum Kłusu (*Museo Storico del Trotto*) w Civitanova Marche, które powstało w pobliżu stajni hipodromu i zawiera w swoich zbiorach cenne przedmioty, dokumenty i trofea hippiczne.

Sporty morskie. 180 km wybrzeża, na którym powiewają liczne błękitne flagi świadczące o dobrej jakości wód i kąpielisk, daje możliwość praktykowania wszystkich sportów wodnych. Skaliste brzegi u stóp Góry Conero, przykładowo, są uważane za najlepsze dla pasjonatów **podwodnego nurkowania**, w licznych portach usianych wzdłuż wybrzeża można wynająć **łódź żaglową** (*barche a vela*) lub **motorową** (*barche a motore*) wraz z wyposażeniem (tzn. prąd elektryczny, toalety i prysznice). Można skorzystać z kursów **surfingu, nurkowania, nart wodnych i windsurfingu**.

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel.+39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flickr: www.flickr.com/photos/turismomarche

Uzdrowiska i dobre samopoczucie

Dla odnowy duszy i ciała

Obszar regionu Marche z racji swojego naturalnego ukształtowania emanuje spokojem i radosnym nastrojem. To idealne miejsce aby odnaleźć równowagę fizyczną i wewnętrzną. Nowe granice *wellness*, na bazie błota i wód o uznanych właściwościach leczniczych, znajdują w Marche swoje naturalne odzwierciedlenie. *Beauty farm*, uzdrowiska, centra wysokiej jakości wyposażone w solaria, siłownie, hydromasaże, baseny, sauny jak i ośrodki specjalizujące się w dietologii lub zajmujące się problematyką nietolerancji żywnościowej zaspakajają potrzeby każdego rodzaju i pozwalają odnaleźć w Marche zdrowe samopoczucie, cenny rezultat osiągnięcia stanu pełnej harmonii psychicznej i fizycznej.

Wybór jest duży: istnieje wiele **miejsowości uzdrowskich** rozmieszczonych na całym terytorium. Woda czysta i przeźroczysta, lub błotnista, gorąca, bogata w cenne składniki mineralne, jest protagonistą każdego zabiegu.

Właściwość wód leczniczych Uzdrowiska w Acquasanta (**Terme di Acquasanta**), zasiedlonego w czasach pre-romańskich wzdłuż drogi Salaria, w niedalekiej odległości od Ascoli Piceno, była już znana starożytnym Rzymianom. Dobroczynne działanie wód siarkowych, solankowych, jodowo-bromowych, które zaopatrują basen znajdujący się w naturalnej grocie, tworząc sugestywne środowisko co sprawia, że chwile tam spędzone są wyjątkowym i bardzo regenerującym doświadczeniem. Można skorzystać z urządzeń i zabiegów awangardowych korzystając z kąpieli błotnych i parowych lub leczyć różne schorzenia.

Na obszarze Parku Regionalnego Conero znajduje się Uzdrowisko Aspigo (**Terme dell'Aspigo**), na bazie wód zimnych solankowych i jodowo-bromowych, zasilanych przez cztery różne źródła: *la Forte*, *la Nuovo*, *la Santa Maria* i *la Regina*. Istota właściwości terapeutycznych tych wód wynika z istnienia różnych soli mineralnych i ich charakterystyk.

W prowincji Ankony znajduje się Uzdrowisko w San Vittore delle Chiuse (**Terme di San Vittore delle Chiuse**) położone u stóp sugestywnej *Gola di Frasassi*, przez którą przepływa rzeka Sentino, znajdujące się w niedalekiej odległości od Grot o tej samej nazwie oraz *Opactwa S.Vittore* wybudowanym w stylu romańskim. W uzdrowisku można poddać się różnym zabiegom: błotnym i wodnym, *humages*, masażom i zabiegom estetycznym.

W Fano, w prowincji Pesaro Urbino, wznoszą się **Terme di Carignano** w prześlicznym parku naturalnym ze stuletnimi drzewami wydzielającymi żywicę co sprawia, że powietrze jest balsamiczne i zdrowe, pośród wybujałych wzgórz pomiędzy Pesaro i Fano. Pozostając nadal w prowincji Pesaro Urbino znajdziemy również **Pitinum Thermae**, a w Macerata Feltria, nowoczesny ośrodek uzdrowski idealny tak dla celów prewencyjnych jak i terapeutycznych i rehabilitacyjnych. Do wypróbowania masaże drenujące, odstresowujące lub wschodnie wykonywane przez wykwalifikowany personel posiadający duże doświadczenie. Aby zakończyć ścieżkę zdrowotną, można skorzystać z pomocy wyspecjalizowanych lekarzy, którzy wskażą jak w krótkim tempie osiągnąć kompleksową odnowę zagubionej formy fizycznej.

Uzdrowisko w Montegrimano (**Terme di Montegrimano**), pochodzi z czasów starożytnych, o czym świadczy obecność wann zbierających wodę deszczową i inne konstrukcje budowlane z epoki rzymskiej znajdujące się w pobliżu terenu uzdrowiska. Wśród różnych zabiegów wykonuje się również winoterapię, która obejmuje szeroki wachlarz zabiegów z użyciem produktów na bazie winorośli, tj. winogron, liści i wina.

W Petranio, wody siarkowe, solankowe, sodowo-alkaliczno-ziemiste w **Terme di Raffaello**, jedyne na świecie przez wzgląd na wysoką koncentrację minerałów, są cudotwórcze i skuteczne; obecność basenów z gorącego źródła, o różnej temperaturze, hydromosażów i fontann uzupełniają ścieżkę zdrowotną gwarantując relaks i dobre samopoczucie.

W prowincji Macerata znajduje się Uzdrowisko w Sarnano (**Terme di Sarnano**), znane z jakości i zastosowania wód, wśród nich woda sodowo-wapniowa oligomineralna *San Giacomo*, woda siarkowa *Salsa di Terro* i sodowo-wapniowa *Tre Santi*; Uzdrowisko - **Terme Santa Lucia**, w odległości 3 km od Tolentino, zanurzone w krajobrazie zapierającym dech w piersiach, na wzgórzu, osłonięte gęstym stuletnim lasem, w dużym parku, w którym znajduje się także teren wyposażony na potrzeby dzieci. W Fermo znajdziemy **Terme di Torre di Palme**, znane z wód średnomineralizowanych sodowo-alkalicznych, łatwostrawne dzięki swojej lekkości.

Sukces dziesięciu uzdrowisk termalnych regionu Marche, poza potwierdzoną właściwością i jakością wód oraz bogatemu wyborowi zabiegów i kuracji, zawdzięcza także zdolności przybliżenia kuracjuszy do przyrody, propagując zdrowy styl życia.

Podróż po Marche jest zatem *podróżą w benessere*, które oznacza *czuć się dobrze, żyć dobrze* i przywiązywać wagę do jakości życia. Nie przypadkiem terytorium oferuje liczne centra i ambulatoria rehabilitacji, terapię fizyczną i medycynę sportową, poza szeroką gamą aktywności sportowej i kulturalnej oraz terenów wyposażonych i zarezerwowanych dla dzieci.

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9 60125 Ancona

Tel.+39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flick: www.flickr.com/photos/turismomarche

Użyteczne informacje

Marche są regionem administracyjnym Włoch znajdującym się w części środkowej, ze stolicą w Ankonie. Graniczy z regionami: Emilia-Romagna, Toskania, Umbria, Abruzja, Lazio oraz Republiką San Marino i morzem Adriatyckim.

Powierzchnia 9.366 km²

Liczba ludności 1.559.542

Mieszkańcy według ilości zamieszkania w prowincji:

Ancona	478,319
Pesaro Urbino	365,788
Macerata	324,369
Fermo	177,480
Ascoli Piceno	213,586

Stolice prowincji:

Ancona
Pesaro Urbino
Macerata
Fermo
Ascoli Piceno

Obiekty turystyczne (dane na maj 2012)

Hotele	847
Gospodarstwa agroturystyczne	713
Obiekty w turystyce wiejskiej	273
B&B	1182
Hostele	33
Miasteczka turystyczne	14
Kempingi	93
Rezydencje turystyczno-hotelowe	46
Schroniska	13
Pokoje do wynajęcia	223
Domy i apartamenty na okres wakacji	172
Centra nadmorskie	830
Postoje kamperowe (z czego 17 znakomitych)	71
Inne obiekty turystyczne	110
Kempingi wiejskie	11
Apartamenty prywatne	85

Klimat

Przez cały rok panuje łagodny klimat. Temperatury wachają się w zależności od terenu, bardziej ostre w głąb pagórkowatego i górskiego terytorium oraz łagodniejsze na wybrzeżu. Częste opady deszczu w okresie wiosennym i jesiennym.



ODKRYJ MARCHE KORZYSTAJĄC Z SYSTEMÓW INNOWACYJNYCH

RUCHOME APLIKACJE

Marche Mobile

Marche można poznać zarówno na oficjalnej witrynie regionu www.turismo.marche.it jak i przy użyciu nowych technologii oraz portalu społecznościowego. Aplikacja telefoniczna "*Marche Mobile*", jest użytecznym i praktycznym przewodnikiem turystycznym, pomocnym w poznaniu terytorium, tradycji, kultury i wszystkich znakomitości regionalnych będąc wartościowym przewodnikiem informatycznym.



Ściągnij l'App z **Apple Store** szukając Region Marche lub wejdź na web app na adres: <http://m.turismo.marche.it> lub użyj "qrcode".

W aplikacjach znajdziesz wiele informacji łatwodostępnych w języku włoskim i angielskim.

Zwykle kliknięcie pozwoli na konsultacje miejsc, które budzą nasze zainteresowanie wraz z wyszukiwarką tekstową i łatwo dostępnymi szczegółami: obiekty hotelowe, w których można zatrzymać się na noc znajdujące się w pobliżu, liczne szlaki oferujące ciekawe propozycje zwiedzenia atrakcji artystycznych, historycznych i kulturalnych Regionu Marche, kalendarz imprez poszczególnych miast, multimedia, prognoza pogody z wyprzedzeniem do trzech dni, użyteczne informacje (centra Informacji -IAT, numery pogotowia, wi-fi, punkty internetowe, porty, taxi, transport publiczny, ...).

ŚLEDŹ MARCHE NA PORTALU SPOŁECZNOŚCIOWYM (SOCIAL NETWORK)

Kanały do konfrontacji umożliwiają bezpośredni dialog z operatorami i turystami.

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flick: www.flickr.com/photos/turismomarche

Turismo Marche

Via Gentile da Fabriano, 9

60125 Ancona

Tel.+39 071 8062316- 8062410 Fax +39 0718062318

e-mail: comunicazione.turismo@regione.marche.it

Web: www.turismo.marche.it

Facebook: www.facebook.com/marche.tourism

Twitter: @MarcheTourism

Issu: <http://issuu.com/turismomarche>

Flick: www.flickr.com/photos/turismomarche