**A Grado, l’Isola del Sole e del Benessere**

**per fare il pieno di energia e salute**

**Vacanze indimenticabili nella perla delle località marine del Friuli Venezia Giulia**

L’**isola di Grado**, immersa nell’azzurro dell’**Alto Adriatico** in **Friuli Venezia Giulia**, da quasi 130 anni è sinonimo di spiaggia, sole, mare e benessere, ed ha il suo *genius loci* in una stupefacente natura sospesa tra mare e cielo, nella sua storia millenaria, nella sua gente che h gelosamente preservato tradizioni, lingua, gastronomia tipica. E in quell’**incantevole entroterra** dove lo sguardo spazia tra reperti archeologici sia romani che testimoni dell’origine del Cristianesimo (**Aquileia,** principale sito archeologico del Nord Italia, dichiarata dall’Unesco **Patrimonio dell’Umanità**), castelli (**Strassoldo, Gorizia, Miramare**…) e antichi borghi abbracciati da colline ricamate da pregiati vigneti (**Collio**). Sono proprio le sue caratteristiche geografiche, ambientali (una straordinaria laguna che si estende, con un centinaio di isolotti, per ben 16.000 ettari) e turistiche a renderla unica e sorprendente, capace di soddisfare **soggiorni pieni di salubre energia**, giornate a contatto con la natura (le **Riserve naturali sono a portata di bici**) o con le inestimabili testimonianze storiche di una regione di confine tutta da scoprire, in piena serenità e sicurezza, giorno per giorno.

**Vacanze di salute e benessere**

**Sicurezza, salute e benessere** sono da sempre una peculiarità di Grado, dichiarata dagli Asburgo fin dal 1892 **spiaggia imperiale** e **stazione termale riconosciuta a livello internazionale, su cui sventolano 32 Bandiere Blu** (per la gestione sostenibile delle spiagge e per la qualità delle acque), **11 Bandiere Verdi** (assegnate dai pediatri europei) e la **Bandiera Gialla della Fiabcon 5 *bike smile***, ottenuti solo da 6 Comuni in Italia. Grado accoglie i turisti con la sua interminabile spiaggia rivolta a sud e sempre assolata, l’aria ionizzata del mare, gli ampi spazi dove poter godere una vacanza serena e en plein air. Uno straordinario mix benefico servito con la giusta dose di ottima cucina marinara, prodotti a km zero, buon vino, riposo, divertimento e relax: l’elisir di lunga vita in un indimenticabile “luogo dell’anima”, come lo definì il grande regista e poeta Pier Paolo Pasolini, un autentico innamorato dell’Isola, che scelse la sua laguna per girarvi Medea, uno dei suoi capolavori.

**Spiaggia e non solo… tante attività tutti i giorni**

L’estate 2020 di Grado (nota per la sua eccellente cucina e i suoi ottimi ristoranti), sta entrando nel cuore della sua vivace proposta con una serie di interessanti manifestazioni, spettacoli e inconsueti servizi per i propri ospiti, da godere in completa tranquillità.

Fra gli **appuntamenti fissi** ogni settimana, tutti i lunedì è possibile imparare a conoscere la storia e la preparazione del più tipico dei piatti isolani, il ***boreto a la graisana***(tipica zuppa di pesce senza pomodoro)entrando nelle cucine di un noto ristorante mentre. Nel pomeriggio, **escursione naturalistica** in bici fino alla località di Belvedere, adatta a grandi e piccoli. Il martedì si parte con il **BusNatura** alla scoperta della Riserva naturale dell’Isola della Cona. Per gli amanti degli sport all’aria aperta, nel pomeriggio, **escursioni in bici** (con lezione di golf presso il Golf Club Grado) oppure **in canoa**, all’interno della Riserva naturale dell’Isola della Cona. A metà settimana, il mercoledì, si può utilizzare l’**ArcheoBus** per scoprire Aquileia, la “Seconda Roma” con le sue straordinarie vestigia Patrimonio Umanità dell’**Unesco** oppure, la sera, conoscere l’affascinante città vecchia di Grado accompagnati gratuitamente da una guida turistica. Il giovedì pomeriggio, la passeggiata è dedicata alla scoperta delle belle botteghe artigiane e delle gallerie degli artisti gradesi, mentre il Carso, la città di Trieste e il castello di Miramare sono le mete del bus del venerdì (Trieste è raggiungibile anche via mare, tutti i giorni eccetto il lunedì, grazie alla linea marittima Delfino Verde). In alternativa il venerdì mattina i turisti possono passeggiare tra le viuzze, le piazzette e le basiliche del centro storico di Grado accompagnati da una guida turistica messa a disposizione dal Comune. Nelle giornate di sabato e domenica ci si può divertire ancora con le escursioni in bici alla scoperta dell’isola oppure ci si può dedicare alla cura del corpo e dello spirito con lo yoga e l’Human Dance Technique.

Tutte le informazioni su modalità di prenotazione, prezzi e svolgimento delle esperienze che si possono vivere a Grado questa estate si trovano su: [www.grado.it/eventi](http://www.grado.it/eventi). Per gli eventi e gli spettacoli organizzati dal Comune di Grado il sito di riferimento è: [www.grado.info](http://www.grado.info).

**Ufficio Stampa**

• Studio Agorà - **Marina Tagliaferri** - agora@studio-agora.it - www.studio-agora.it

• Studio Giornalisti - **Adriano Del Fabro** - 338.3245229 - adelfabro@essegipress.it