

MADRID, TOLEDO, SEGOVIA, LA GRANJA E AVILA

Castiglia e León, paradores e un assaggio di natura: rilassati fra buon cibo e cultura



SPECIALE PERCHÈ

- Toledo, a detta di molti la città più bella della Spagna, e Madrid, unica con la sua proposta artistica e culturale
- Gli "imperdibili" delle nostre visite: l'acquedotto di Segovia e la Granja de San Ildefonso
- La Sierra de Guadarrama, per scoprire anche un po' di natura in mezzo a tanto splendore artistico

ESPERIENZE DEL VIAGGIO:

- L'osservazione delle stelle in uno dei posti al mondo con la migliore visibilità astronomica
- Il fascino di dormire in un parador in un piccolo paesino spagnolo
- Un viaggio nella storia della cucina spagnola da Mesón Cándido a Segovia
- Il giro in mongolfiera su La Granja, facoltativo ma...imperdibile!

AREA DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Il Parco Naturale della Sierra de Guadarrama



Iniziamo il nostro viaggio nel cuore pulsante di Madrid, tra le strade vivaci, i caffè all'aperto e i musei che custodiscono capolavori senza tempo. Da qui ci dirigiamo verso Segovia, dove il maestoso acquedotto romano si staglia sul cielo azzurro e l'Alcázar sembra uscito da una fiaba. Poco lontano, a La Granja, potremo passeggiare tra giardini curatissimi e fontane spettacolari che raccontano la grandezza della Spagna reale.

Proseguiamo poi tra i paesaggi naturali della Sierra de Guadarrama, respirando aria fresca e godendo di panorami mozzafiato. Le antiche mura di Ávila ci accoglieranno con il loro fascino medievale, tra chiese, vicoli e un'atmosfera sospesa nel tempo. Concluderemo l'itinerario a Toledo, città dalle mille sfumature, dove ogni angolo racconta storie di arte, cultura e tradizioni intrecciate.

Questo viaggio è un perfetto equilibrio tra città vivaci, tesori storici e paesaggi naturali, un'esperienza completa per chi desidera vivere la Spagna nella sua essenza più autentica.



Segovia



Visibilità astronomica unica



Avila



Madrid



Sierra de Guadarrama



Toledo

I PARADORES SPAGNOLI: COSA SONO

I **Paradores di Spagna** sono molto più di semplici hotel: sono **porte d'accesso privilegiate alla storia, all'arte e alla cultura spagnola**. 🇪🇸

Immagina di dormire tra le mura di un antico **castello medievale**, di fare colazione in un **monastero rinascimentale**, o di guardare il tramonto su un **palazzo moresco affacciato sul mare**. Ecco l'essenza dei Paradores: strutture di charme, spesso ospitate in edifici storici restaurati con cura, dove il fascino del passato incontra l'eleganza moderna.

Ogni Parador è un'esperienza unica:

🏰 **Paradores storici** – Castelli, conventi e fortezze che ti fanno sentire parte di un'altra epoca.

🌄 **Paradores naturali** – Immersi in paesaggi mozzafiato, tra montagne, foreste e scogliere.

🏙️ **Paradores urbani** – Situati nel cuore di città d'arte, ideali per esplorare la Spagna autentica con un tocco di lusso.

In ogni Parador si respira **la tradizione spagnola**, dalla cucina locale raffinata ai materiali artigianali, dal servizio impeccabile all'atmosfera intima e rilassata.

🌟 **Soggiornare in un Parador** significa vivere la Spagna con lentezza, gusto e meraviglia — un viaggio nel tempo, nella cultura e nella bellezza.

Il nostro parador: PARADOR LA GRANJA – SIERRA DE GUADARRAMA, LA GRANJA DE SAN ILDEFONSO

Moderno e storico, il Parador de La Granja si trova nella Casa de los Infantes, nella splendida cittadina di La Granja de San Ildefonso, a meno di un'ora da Madrid. Questo imponente edificio fu commissionato da Carlo III nel XVIII secolo per i suoi figli, i principi Gabriel e Antonio.

Il Parador de La Granja dispone di tre cortili interni su quattro livelli, visibili attraverso gallerie con archi a tutto sesto. Accanto alla Casa de los Infantes si trova l'ex Caserma della Guardia, che oggi ospita il moderno Centro Congressi e Congressi. Questa esclusiva sede dispone di 16 sale riunioni con una capienza di oltre 600 persone.

Se ancora non conoscete i motivi per cui i Re hanno scelto La Granja come meta di relax, visitate la nostra spa per scoprirlo. Un'atmosfera lussuosa e rilassante, con servizi moderni, vi permetterà di staccare la spina dallo stress della vita quotidiana. Vi consigliamo di abbinare il percorso spa a uno dei nostri trattamenti per sfruttare al meglio l'esperienza.

Per navigare sul sito del parador del nostro viaggio clicca [QUI](#) (sito ufficiale del Parador La Granja de San Ildefonso)

VOLARE IN MONGOLFIERA: MITI E LEGGENDE DI UNA COSA DA PROVARE UNA VOLTA NELLA VITA

Nel nostro viaggio, e precisamente la mattina del sesto giorno, abbiamo la possibilità **(facoltativa)** di effettuare un'attività mattutina fra le più affascinanti che avremo mai provato nella vita: un volo in mongolfiera! Siccome immaginiamo che molti di voi potrebbero avere delle paure in proposito, eccovi alcune informazioni che potranno convincervi a provare questa meravigliosa esperienza.

Un volo in **mongolfiera** è una delle esperienze più serene e magiche che si possano vivere — non un'avventura adrenalinica, ma **un viaggio dolce, silenzioso e sorprendentemente rassicurante**.

Dal momento in cui arrivi sul campo di decollo, l'atmosfera è calma e accogliente. L'equipaggio prepara con cura il pallone, spiegando ogni passaggio con professionalità e un sorriso: si percepisce subito la **competenza e la sicurezza** che rendono tutto naturale.

Quando la mongolfiera inizia a gonfiarsi, si sente solo un leggero fruscio d'aria calda, e piano piano la tela prende vita, come una creatura gentile che si risveglia al sole. Ti avvicini al cesto, solido e stabile, e appena ti sollevi da terra, quasi non te ne accorgi: **non c'è scossone, non c'è paura** — solo una sensazione di leggerezza assoluta.

In volo, il mondo si trasforma. Tutto diventa **silenzio e quiete**: nessun rumore di motori, solo il soffio intermittente del bruciatore e, sotto di te, campi, colline e fiumi che si svelano come un dipinto. Ti senti sospeso, ma protetto — cullato dall'aria, come in un sogno lucido.

Il pilota, esperto e rilassato, guida la mongolfiera con piccoli movimenti, seguendo le correnti più dolci. Ogni dettaglio — la direzione, l'altitudine, la durata — è controllato con cura. In realtà, volare in mongolfiera è **uno dei modi più sicuri e pacifici di esplorare il cielo**: tutto si svolge con lentezza, precisione e rispetto per le condizioni meteo.

Quando si atterra, lo si fa con calma, in un campo aperto o tra i vigneti, accolti da un brindisi di fine volo e dai sorrisi dell'equipaggio. Ti accorgi che, più che un viaggio, è stata **un'emozione sospesa**, una pausa dal tempo.

La società con la quale effettueremo questo sorvolo è di altissimo livello, e garantisce una serie di "sorprese" che non vogliamo svelare adesso. Prezzo dell'attività a persona: 205,00€.

Società di nostra fiducia per il volo: *Siempre en las Nubes*. Per vedere il loro sito clicca [QUI](#)

PS: chi non volesse effettuare il volo può svegliarsi con calma e fare il check-out senza fretta, e svolgere un programma alternativo a La Granja. Poi a metà mattina il gruppo si riunirà di nuovo per proseguire il viaggio.

ENOGASTRONOMIA SPAGNOLA: UN VIAGGIO NEL VIAGGIO ATTRAVERSO I SAPORI DELLA CASTIGLIA

La componente enogastronomica rappresenta un elemento importante nei nostri viaggi "tartaruga", nei quali cerchiamo di dedicare qualche attenzione in più alla ricerca di ristoranti particolari, pietanze tipiche e piatti che rappresentino una particolare connotazione del territorio che stiamo attraversando.

Ecco un piccolo riassunto sia del tipo di cucina che troveremo sia di alcuni ristoranti dove potremmo andare a mangiare.

La Castiglia racconta la sua storia attraverso piatti robusti e pieni di sapore, perfetti per chi ama la cucina autentica e genuina. 🍷 Tra i protagonisti:

Cochinillo asado: il maialino da latte arrosto di Segovia, con la pelle croccante e la carne tenera, simbolo della tradizione locale.

Sopa castellana 🍲: zuppa rustica di pane, aglio, paprika e uova, calda e confortante nelle giornate fredde.

Judiones de La Granja 🍲: grandi fagioli bianchi stufati con verdure e carne, piatto sostanzioso e nutriente.

Cordero a la segoviana: agnello cucinato con erbe aromatiche e vino, dal gusto intenso e avvolgente.

Migas 🍞: pane raffermo saltato con aglio, pancetta e uova, un piatto semplice ma ricco di carattere.

Queso manchego 🧀: formaggio di pecora stagionato, perfetto come antipasto o accompagnamento a salumi locali.

Torreznos 🍖: pancetta croccante speziata, tipica degli spuntini rustici castigliani.

Vino della regione 🍷: ogni piatto viene esaltato dai vini di Ribera del Duero o Rueda, eccellenze enologiche della zona.

La cucina castigliana è rustica, calorosa e sincera, un'esperienza che riscalda corpo e cuore. Ogni boccone è un piccolo viaggio tra tradizione, territori e stagioni, un invito a sedersi a tavola e assaporare la Spagna più autentica. 🇪🇸

Alcuni ristoranti che incontreremo durante il nostro viaggio:

- [Sofraga Palacio](#), Avila
- [Posada de los Embajadores](#), La Granja
- [La Golondrina Leña y Sarmientos](#), La Granja
- [Mesón de Cándido](#), Segovia
- [La Taurina](#), Segovia

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 24 al 31 maggio; dal 27 settembre al 4 ottobre 2026 (8 giorni / 7 notti)
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons e guide turistiche locali parlanti italiano a Madrid, Toledo, La Granja, Avila e Segovia (min. 5 max 14 partecipanti)
GUIDA	Manuela Grigoletto (Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche n° LO440) Manuel Zucchini (Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche n° LI217) <i>Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca QUI</i>
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà massima 🐢🐢 (vedi legenda qui sotto); visita alle principali città di Castilla/León (Segovia, La Granja, Toledo, Avila); trekking urbano a Madrid fra musei e imperdibili siti turistici; enogastronomia spagnola; il sorvolo in mongolfiera de La Granja (facoltativo); l'osservazione notturna delle stelle. Legenda della difficoltà delle camminate: 🐢: da 0 a 3 km; durata fino a 2 ore; dislivello fino a 50 metri 🐢🐢: da 4 a 6 km; durata da 2 a 3 ore; dislivello fino a 100 metri 🐢🐢🐢: da 7 a 8 km; durata da 3 a 4 ore; dislivello fino a 200 metri <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Tre località; Madrid: 2 notti: hotel Toledo: 2 notti hotel La Granja: 3 notti Parador
PASTI INCLUSI	Il trattamento è di pernottamento e prima colazione, proprio per sfruttare al massimo le tantissime possibilità che la cucina spagnola ci offre, anche seguendo i propri gusti individuali.
PASTI NON INCLUSI	Pranzi e cene, come segue: • Pranzi: saranno leggeri in quanto li mangeremo durante le escursioni o le visite di una città, a volte al sacco e a volte in ristoranti locali; circa 10,00/15,00€ a pasto. • Cene: circa 20,00/30,00€ a pasto, se vorremo fare una cena più sostanziosa e assaggiare i piatti della tradizione spagnola!
DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
COME SI RAGGIUNGE	Voli di linea o low-cost su Madrid (non inclusi).
DOCUMENTI	• Carta di Identità o Passaporto validi per tutta la durata del viaggio. • Tessera sanitaria • Stampa cartacea della ricevuta del biglietto di andata e ritorno
INIZIO E FINE VIAGGIO	Inizio viaggio 1° giorno: ore 17:00 direttamente in hotel Fine Viaggio 8° giorno: ore 11:00 in Aeroporto di Madrid-Barajas (calcolare partenza voli dalle ore 13:00)
TRASPORTI LOCALI	Mezzi pubblici a Madrid Pulmino e/o auto a noleggio dal 3° al 8° giorno.

Forfait trasporti: è previsto un forfait trasporti di € 50,00 a persona, da versare al momento della prenotazione, a copertura delle spese di trasporto (carburante, pedaggi, parcheggi).

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO **ITALIA/MADRID – Benvenuti nella città di Filippo II**

Arrivo all'aeroporto di Madrid e trasferimento libero in hotel situato nel centro cittadino. Nel tardo pomeriggio, incontro con la guida e il resto del gruppo.

Compatibilmente con gli orari di arrivo, prima passeggiata esplorativa in città; cena in un locale tipico madrileno e breve passeggiata notturna. Pernottamento in hotel a Madrid.

***NB** Per regolamento internazionale le camere sono disponibili a partire dal primo pomeriggio. È facoltà dell'hotel assegnarle prima nel caso in cui fossero già disponibili e preparate.*

2° GIORNO **MADRID – Sulle orme dei grandi architetti e pittori spagnoli, visita a piedi della città**

Dopo la prima colazione, inizieremo la nostra visita guidata a piedi di Madrid. Abbiamo pensato a un itinerario guidato per scoprire l'anima di Madrid attraverso le sue piazze storiche, i quartieri più autentici e le grandi scenografie urbane. Un percorso interamente a piedi, ideale per vivere la città in modo rilassato ma coinvolgente.

La giornata ha inizio a **Puerta del Sol**, cuore simbolico della capitale e punto zero delle strade di Spagna. Da qui si prosegue verso la monumentale **Plaza Mayor**, elegante e solenne, teatro nei secoli di mercati, feste popolari e grandi eventi della storia madrilenza.

Attraversando il centro storico si raggiunge il celebre **Mercado de San Miguel**, icona della tradizione gastronomica locale, per una breve sosta tra profumi e colori della cucina spagnola. Il percorso continua verso l'area reale con gli **esterni del Palazzo Reale**, il più grande d'Europa, e la scenografica **Plaza de Oriente**, da cui si ammira anche la **Cattedrale dell'Almudena**, simbolo del legame tra Madrid e la monarchia.

La passeggiata prosegue nel **Barrio de La Latina**, quartiere storico dal carattere popolare, fatto di vicoli medievali, piazze animate e tradizione tapas, dove si respira la Madrid più autentica. La mattinata si conclude lungo la **Gran Vía**, elegante e dinamica arteria cittadina, emblema della Madrid moderna, tra architettura monumentale, teatri e vita urbana.

Pranzo in un tipico locale madrilenno a base di tapas.

Il pomeriggio sarà poi dedicato alla scoperta di uno o più dei suoi famosi musei. Con la nostra guida andremo lungo il Paseo del Prado, la grande strada che costeggia tutti i principali musei della città. I grandi musei di Madrid sono tutti a poche centinaia di metri di distanza l'uno dall'altro, e questo consente di tarare individualmente le proprie preferenze.

Potremo scegliere individualmente (visita senza guida proprio perché ognuno sceglierà il museo che preferisce) fra il meraviglioso classicismo del *Prado*, oppure la modernità del sontuoso *Reina Sofia*, senza dimenticare la grande collezione del *Thyssen Bornemisza*.

Ci daremo poi appuntamento per la cena, prima di decidere come trascorrere il resto della nostra seconda serata spagnola.

3° GIORNO **MADRID/LA GRANJA – Dai barrios meno conosciuti fino ai parador de La Granja**

Dopo colazione continueremo la nostra visita a piedi di Madrid. Questa mattinata ci conduce alla scoperta di una Madrid più rilassata e scenografica, lontana dai percorsi monumentali del centro storico. Il tour inizia nel **Parque del Retiro**, grande polmone verde della città, dove si passeggia tra viali alberati, giardini storici e il celebre **Palacio de Cristal**, elegante struttura in ferro e vetro immersa nel verde.

Lasciato il parco, si raggiunge il quartiere di **Barrio de las Letras**, legato al Siglo de Oro spagnolo e alla vita di scrittori e poeti come Cervantes e Lope de Vega. Le sue strade raccontano la Madrid letteraria, tra citazioni incise sul selciato, piazze intime e caffè storici.

Il percorso prosegue verso **Plaza de Santa Ana**, una delle piazze più vivaci della città, punto di incontro tra storia, teatro e vita notturna, ideale per una breve sosta e per osservare la quotidianità madrilenia. A seguire, trasferimento verso **Malasaña**, quartiere simbolo della “Movida madrileña” degli anni ’80, oggi centro creativo e alternativo. Qui si scopre la Madrid più giovane e anticonformista, tra street art, locali storici e botteghe indipendenti.

La visita si conclude al **Templo de Debod**, antico tempio egizio donato alla Spagna, situato in posizione panoramica con una delle viste più suggestive sulla città.

Pranzo in un locale del centro di Madrid.

Nel primo pomeriggio trasferimento verso La Granja de San Ildefonso (98 km, 1h e 15’ circa).

Sistemazione nel nostro parador, una vera perla all’interno del nostro viaggio, un luogo da sogno da provare una volta nella vita. Tempo permettendo, faremo già una prima passeggiata nella città.

Cena in un tipico locale cittadino.

Dopo cena, attività di osservazione delle stelle. Il Parador si trova in una spettacolare enclave che vanta la certificazione “Starlight”, conferita dall’omonima fondazione, per i cieli limpidi e privi di inquinamento luminoso della Sierra de Guadarrama. Con l’aiuto di un esperto con qualifica di “guida Starlight” accreditata e di un telescopio all’avanguardia, vedremo il cielo come non avremmo mai immaginato prima.

4° GIORNO

SIERRA DE GUADARRAMA/LA GRANJA – Escursione facile nella natura e nella biodiversità, poi visita de La Granja

Dopo colazione, partenza per il trekking nella Sierra de Guadarrama.

La Sierra de Guadarrama è un tesoro naturale a due passi da Madrid, un rifugio di pace e bellezza selvaggia dove le montagne si fondono con la storia e la leggenda.

Questa catena montuosa, parte del sistema centrale della Spagna, si estende come una spina dorsale di granito e pini tra le province di Madrid e Segovia. È un luogo dove ogni sentiero racconta qualcosa di antico: dalle orme dei re che cacciavano nei boschi di Valsaín, alle battaglie che hanno segnato la storia del Paese.

Dislivello: +100m – **Lunghezza:** 6km – **Durata:** 3h pause incluse – **Difficoltà:** 🐼🐼

✨ Cosa rende magica la Sierra de Guadarrama!

🌲 Paesaggi spettacolari, con foreste di pini silvestri e faggete che in autunno si tingono d’oro.

🦅 Biodiversità straordinaria – Il Parco Nazionale protegge aquile reali, cervi, volpi e persino la lince iberica. È un paradiso per gli amanti del trekking, del birdwatching e della fotografia naturalistica.

La Sierra de Guadarrama è un luogo dove il tempo rallenta, dove perdersi tra abeti e rocce, ascoltare il silenzio del vento e ritrovare quel contatto puro con la natura che spesso dimentichiamo.

Nel pomeriggio, ritorno al nostro parador. Dopo un pranzo leggero, faremo nel pomeriggio la nostra visita guidata de La Granja, sia del centro cittadino che del Palazzo Reale con i famosi giardini della Granja de San Ildefonso.

La visita ha inizio nel **borgo di San Ildefonso**, nato nel XVIII secolo per ospitare la corte reale. Passeggiando tra le vie ordinate e le case storiche si introduce il progetto voluto da **Filippo V di Borbone**, che desiderava creare una residenza ispirata a Versailles, immersa nella natura della Sierra de Guadarrama.

Dal centro del paese si raggiungono gli **esterni del Palazzo Reale della Granja**, elegante residenza estiva circondata da montagne e boschi. Qui si raccontano la storia del palazzo, la vita di corte e il ruolo della Granja nella monarchia spagnola, soffermandosi sull'architettura e sul rapporto tra edificio e paesaggio.

Il percorso prosegue nei **Giardini Reali**, vero capolavoro del complesso. Si attraversano i viali geometrici e scenografici, progettati secondo il modello francese, con ampie prospettive e giochi d'acqua. La visita si concentra sulle **fontane monumentali**, tra cui la **Fuente de las Ranas**, la **Fuente de la Fama**, la **Fuente de Andrómeda** e la **Fuente de Neptuno**, illustrando il loro significato mitologico e il sofisticato sistema idraulico settecentesco, ancora oggi funzionante grazie alla sola forza della gravità.

Si raggiungono poi i **punti panoramici dei giardini**, da cui si gode di una splendida vista sulla valle e sulla Sierra de Guadarrama, sottolineando il legame tra il progetto reale e il paesaggio naturale circostante.

La visita si conclude con una passeggiata rilassata tra le aree più tranquille del parco e il rientro verso il borgo, con cenni alla **Real Fábrica de Cristales** (esterni) e alle tradizioni locali, lasciando tempo libero per una sosta o un approfondimento personale.

Cena in ristorante adiacente al nostro parador e pernottamento.

5° GIORNO

SEGOVIA – Trekking urbano di Segovia

Dopo colazione, giornata interamente dedicata alla scoperta di Segovia (10 km, 15' di trasferimento).



Mattina tra pietra e leggenda

Appena il sole sfiora la città, la prima luce illumina l'imponente **Acquedotto Romano**: una sinfonia di archi perfetti che da duemila anni attraversano Segovia come un ponte tra passato e presente. È impossibile non restare senza fiato davanti a questa meraviglia di ingegneria antica, costruita senza un solo granello di cemento.



Tarda mattinata tra re, dame e cavalieri

Da lì, una passeggiata tra le viuzze di pietra ci porta verso la **Cattedrale di Segovia**, la "Dama delle Cattedrali" per la sua eleganza gotica. Le sue guglie si stagliano contro il cielo castigliano, e salendo sulla torre ci accoglie una vista che toglie il fiato: un mare di tetti rossi e colline dorate fino alla Sierra de Guadarrama, lontana ma presente.

Poi la strada si stringe e curva fino all'**Alcázar**, un castello da fiaba che sembra uscito da un racconto di cavalieri — dicono abbia ispirato perfino Walt Disney per il suo castello incantato. Le sue torri azzurre e le sale dorate raccontano di regine, guerre e sogni di potere.



Pranzo: gusto e tradizione

È ora di fermarsi. In un ristorante tipico, tra travi di legno e tavoli di pietra, ci servono il celebre cochinillo asado, il maialino da latte arrostito, con la pelle croccante che si spezza sotto la forchetta.

Lo accompagniamo con un bicchiere di vino rosso di Ribera del Duero, mentre il cameriere sorride e ci racconta orgoglioso che, qui, la tradizione non è un ricordo — è una forma di vita.



Pomeriggio: il ritmo lento della città

Dopo pranzo, Segovia ci invita a perderci fra le sue vie. Ci muoviamo senza meta tra botteghe d'artigiani, piccole piazze e balconi fioriti. Ogni angolo è un quadro: un portale plateresco, una finestra moresca, una fontana che canta piano.

Saliamo poi verso il Mirador de la Pradera de San Marcos, da dove l'Alcázar si staglia maestoso contro il cielo del tardo pomeriggio e sembra sospeso su un mare di verde e silenzio.

Nel pomeriggio ritorno a La Granja, poi cena e pernottamento nel nostro parador.

6° GIORNO

LA GRANJA/AVILA/TOLEDO – Dalla mongolfiera al gioiello di Avila

Mattinata dedicata, per chi lo vorrà, al sorvolo facoltativo in mongolfiera della città di Segovia. Chi invece non parteciperà al sorvolo potrà dedicarsi alle attività facoltative nella cittadina de La Granja.

Attività facoltative a La Granja de San Ildefonso (città)



Visita alla *Real Fábrica de Cristales*

Una tappa imperdibile nel cuore del borgo è la **Real Fábrica de Cristales** (Paseo del Pocillo, 1), la storica fabbrica reale di vetro e cristallo. Qui potremo esplorare gli **spazi espositivi del Museo Tecnológico del Vetro**, vedere antichi macchinari e, se disponibile, goderti una **dimostrazione di soffiatura** o acquistare pezzi artigianali di alta qualità nella boutique interna.



Una sosta alla *Librería Farinelli*

Nel caratteristico Barrio de la Melancolía, a pochi passi dal Palazzo, si trova la **Librería Farinelli**, una piccola libreria-café con atmosfera tranquilla e musica classica. È il luogo ideale per fermarsi a leggere, prendere un **caffè o un bicchiere di vino** e scoprire un angolo letterario e suggestivo della Granja.



Degustazioni e cibi tipici nel centro storico

Passeggiando nel borgo troveremo diversi locali dove assaggiare la gastronomia locale:

- **Casa Zaca** – ristorante rinomato per i **judiones de La Granja**, il piatto tipico di fagioli grandi servito alla castigliana.
- Bar e tapas bar sparsi nel centro – perfetti per un aperitivo con vini regionali o piccole degustazioni locali mentre esplori le vie pittoresche.



Shopping nei negozi tipici e artigianali

Le vie del centro storico sono costellate di **botteghe di artigianato**, negozi di souvenir e piccole boutique dove potremo acquistare **ceramiche locali, prodotti gastronomici o oggetti di vetro** proprio come quelli della Real Fábrica, oltre ad articoli unici legati alla tradizione della Granja.

 Pasticcerie e dolci locali

Durante la passeggiata potremo dedicare una sosta in una delle pasticcerie o caffetterie locali per assaggiare dolci tipici (come specialità castigliane o cioccolato artigianale), perfetto per un break dolce prima di riprendere la visita.

Nel primo pomeriggio, trasferimento ad Avila (72km, 1 ora). Ci fermeremo ad Avila per una visita guidata della città di circa due ore.

Scopri la magia di **Ávila**, città medievale patrimonio UNESCO, con un percorso guidato di due ore tra storia, architettura e panorami mozzafiato. Il tour parte dalla vivace **Plaza del Mercado Grande**, cuore della vita cittadina, dove la guida ci racconterà le origini della città e l'incredibile conservazione delle sue **mura medievali**, simbolo eterno di Ávila.

Si prosegue con una passeggiata lungo un tratto delle **mura**, ammirando le torri e le porte principali come la **Puerta del Alcázar** e la **Puerta de San Vicente**, scoprendo curiosità e leggende del periodo medievale. La visita continua verso la **Cattedrale di Ávila**, un elegante capolavoro gotico che serviva anche da torre difensiva. Qui si osservano esterni e chiostro, approfondendo la storia e l'architettura di questo monumento unico.

Il tour prosegue tra le pittoresche piazze e vie del centro storico, passando dalla **Plaza del Mercado Chico** e lungo la **Calle de los Caballeros**, dove splendidi palazzi e case signorili raccontano storie di nobili famiglie e della vita cittadina del Medioevo. Una breve sosta al **Convento di Santa Teresa** permette di scoprire il legame profondo della città con la santa patrona e la sua eredità culturale e spirituale.

La passeggiata si conclude in un punto panoramico vicino alle mura, ideale per ammirare l'intera città e scattare foto memorabili, prima di terminare il tour immersi nella bellezza storica e unica di Ávila.

Terminata la nostra visita, proseguimento per Toledo (130km, 2 ore circa).

Check-in nel nostro hotel a Toledo, poi cena e pernottamento.

7° GIORNO

TOLEDO – Visita guidata della città

Giornata dedicata alla visita a piedi della magnifica Toledo. Pranzo in corso di visita.

Immergiamoci nella magia di **Toledo**, città millenaria sospesa tra storia, arte e culture diverse, con un percorso guidato pensato per esplorare i suoi luoghi più iconici e angoli nascosti, tutti rigorosamente a piedi.

Il tour inizia nella vivace **Plaza de Zocodover**, cuore pulsante della città, dove la guida racconta le origini di Toledo, dalla dominazione romana a quella visigota e araba, e spiega il ruolo strategico della città sulla collina del Tago. Tra le stradine che si dipanano dalla piazza si respirano subito l'atmosfera medievale e il fascino delle case antiche.

Si sale verso l'imponente **Alcázar**, simbolo militare e politico della città, situato nel punto più alto. Qui la guida illustra la storia della fortezza, la sua funzione difensiva e i principali eventi storici, mentre la piazza antistante offre uno scorcio spettacolare sulla città e sulle sue mura.

La visita prosegue alla **Cattedrale di Santa María**, uno dei capolavori del gotico spagnolo. Osservando le facciate esterne, il portale e il chiostro, parleremo dell'importanza religiosa e culturale della cattedrale e il ruolo di Toledo nella storia ecclesiastica della Spagna.

Si attraversa quindi il **quartiere ebraico**, con vicoli stretti e piazzette caratteristiche, dove la guida racconta la convivenza delle tre culture – cristiana, musulmana ed ebraica – e la ricca eredità culturale della comunità ebraica. La passeggiata comprende l'esterno della **Sinagoga de Santa María la Blanca**, con spiegazioni sulla sua architettura unica e il contesto storico.

Proseguendo, si raggiunge il **Monasterio de San Juan de los Reyes**, capolavoro dell'architettura isabelina, dove la nostra guida illustrerà la costruzione voluta dai Re Cattolici e i dettagli gotici e mudéjar del chiostro e della facciata.

Dopo la parte storica e architettonica, il tour si apre al panorama naturale con una passeggiata lungo il **fiume Tajo** fino al **Mirador del Valle**, da cui si ammira una vista spettacolare sull'intera città, le mura, i ponti e i tetti rossi di Toledo, perfetta per una pausa fotografica.

Rientro in hotel per un po' di relax o per attività personali, prima della nostra cena di saluto in un locale del centro della città.

8° GIORNO **TOLEDO/MADRID/ITALIA – Trasferimento e Madrid e ritorno in Italia**

Prima colazione in hotel e check out. Trasferimento all'aeroporto di Madrid e partenza per l'Italia. Saluti con la nostra guida e con il resto del gruppo e...arrivederci al prossimo viaggio!

NB Per regolamento internazionale le camere vanno liberate la mattina. È facoltà dell'hotel consentirne l'uso fino al pomeriggio previa disponibilità e con possibile supplemento "day use".

ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatori... Scarpe da trekking, pile o felpa, giacca a vento antipioggia (possibilmente in Gore-Tex) o mantellina, abbigliamento a strati, consono a temperature diurne più calde e serate fresche (secondo stagione), borraccia, zaino da 30/40 litri, occhiali da sole.
Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

... e consigliati Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite ai monumenti e alle cittadine. Coprizaino. Costume da bagno (se si vuole approfittare del bagno arabo in hotel a Zuheros e delle eventuali piscine), eventuali pantaloni da ciclista. **Bastoncini da trekking o da nordic-walking**: sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili. Se desiderate portarli con voi, ricordate che in aereo NON possono essere imbarcati in cabina con il bagaglio a mano ma devono essere inseriti nel bagaglio in stiva, altrimenti... rassegnatevi, rischiate di doverli lasciare in aeroporto alla partenza!

BAGAGLI Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando piccoli trolley o borsoni facilmente trasportabili. Evitare valige rigide e molto ingombranti: il bagagliaio degli automezzi noleggiati ha una capienza limitata.

SALVIAMO L'ORSO



ASSOCIAZIONE PER LA CONSERVAZIONE DELL'ORSO BRUNO MARSCANO

Devolviamo annualmente una parte dei ricavi all'Associazione "Salviamo l'Orso"

Biologi, naturalisti, dirigenti, studenti, operai, professionisti, insegnanti, veterinari, guardiaparco, impiegati...tutti, ma proprio tutti volontari appassionati di natura, che tengono fortemente al futuro dell'orso marsicano. e che hanno bisogno dell'aiuto di tutti per garantire un futuro a questo magnifico animale.

Viaggiando con FSNC contribuisce anche tu, ma se vuoi partecipare in modo più diretto e attivo, fai una donazione personale su www.salviamolorso.it

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione:

€ 1.720,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 480,00

Sistemazione in singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati, a Madrid e a Toledo; pernottamento nel tipico *parador* spagnolo a La Granja, in camere doppie con servizi privati; la prima colazione; noleggio di pulmino dal giorno 3 al giorno 8 condotto dalla nostra guida; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per tutta la durata del viaggio; la guida storica per le visite guidate a Madrid, Segovia, La Granja de San Ildefonso, Avila e Toledo; la guida trekking per l'escursione alla Sierra de Guadarrama; le tasse di soggiorno.

NB su alcune partenze la guida potrebbe partire da un aeroporto diverso da quello degli altri partecipanti, o essere già in loco all'arrivo.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica (vedi sotto); volo aereo su Madrid; il fondo cassa trasporti e ingressi (50,00€, vedi nota sotto); i pasti e le bevande; i trasferimenti da/per l'aeroporto; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

FONDO CASSA TRASPORTI E INGRESSO AI MONUMENTI E ALLE ATTRAZIONI:

verrà corrisposto in loco un fondo cassa per le spese di carburante, pedaggi e parcheggi di 50,00€, che verrà rendicontato dalla nostra guida. Eventuali eccedenze saranno restituite. Normalmente il fondo cassa è sufficiente, ma se dovessero esserci delle spese maggiori per l'utilizzo del minivan verranno opportunamente comunicate ai partecipanti.

Ingressi alle attrazioni, da pagare in loco:

Palazzo Reale della Granja de San Ildefonso: 9€

Cattedrale di Segovia: 4€

Alcázar di Segovia (palazzo, museo e torre): 10€

Alcázar di Toledo: 5€

Monasterio de San Juan de los Reyes: 4€

Rimangono facoltativi (e da decidere individualmente) gli ingressi ai musei di Madrid nel pomeriggio del secondo giorno e il sorvolo in mongolfiera di Segovia il sesto giorno.

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 30,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO₂ derivanti dalla partecipazione ai viaggi

NOTE: la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento).

Per coloro che viaggiando da soli, richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione. Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento.

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI. Facoltativa.

Non è inclusa nella quota, ma è possibile stipularla con un **costo del 5% del totale dell'importo assicurato**. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio.

Richiedici l'opuscolo informativo completo o clicca [qui](#)

PER VIAGGIARE IN TRANQUILLITA'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrai pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio.

Richiedi l'opuscolo informativo

POLIZZA ANNULLAMENTO "TRAVEL"

Se desideri sentirti al sicuro contro eventuali imprevisti che potrebbero impedire la tua partenza, scegli la nostra **POLIZZA TRAVEL**, con un costo del 5% del totale assicurato. La polizza include anche la copertura in caso di positività al Covid-19

Richiedi l'opuscolo informativo

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da pacchetto di viaggio

Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo" e ss. mm. e ii.

PER SAPERNE DI PIÙ

LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere i **cellulari spenti durante le escursioni** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.

Per questioni di sicurezza l'uso di ombrelli in caso di pioggia non è consentito durante le escursioni. In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca [QUI](#)

CLIMA

La Castiglia e León presenta un clima prevalentemente continentale, caratterizzato da forti escursioni termiche tra estate e inverno. Gli inverni sono generalmente freddi, con frequenti gelate e occasionali nevicate, soprattutto nelle zone montuose che circondano l'altopiano centrale. Le estati sono calde e secche, con temperature che possono superare i 30 °C nelle ore più calde della giornata. Le precipitazioni sono moderate e si concentrano principalmente in primavera e autunno, mentre i mesi estivi risultano spesso asciutti. Grazie all'altitudine media elevata della regione, le notti mantengono temperature gradevoli anche durante l'estate. Le aree montane, come la Sierra de Gredos e i Monti Cantabrici, presentano condizioni climatiche più fresche e umide rispetto alle pianure interne. In primavera e autunno il clima è generalmente mite e piacevole, rendendo questi periodi particolarmente adatti per visite culturali ed escursioni. Nel complesso, la regione offre condizioni meteorologiche variabili ma favorevoli per il turismo durante gran parte dell'anno.

FUSO ORARIO

ora solare (invernale): 0 ore rispetto all'Italia. Ora legale (estiva): 0 ore rispetto all'Italia.

LINGUA

Lingua ufficiale: spagnolo. Diffuso l'inglese e l'italiano.

MONETA e BANCHE

Euro

ELETTRICITÀ

Voltaggio di 230 V. Non occorrono adattatori, ma le prese sono dotate di due soli fori e non tre.



TELEFONO

Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +34. Prefisso per chiamare l'Italia +39.
Roaming UE alle stesse condizioni del proprio piano tariffario nazionale.

SANITÀ

I cittadini italiani, che si recano temporaneamente per turismo in uno Stato membro dell'Unione Europea, possono ricevere le cure mediche necessarie previste dall'assistenza sanitaria pubblica locale se dispongono della Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM), la cosiddetta Tessera Sanitaria. La TEAM sostituisce il precedente modello E111 ed è stata distribuita da parte del Ministero competente. Coloro che non l'avessero ancora ricevuta possono rivolgersi alla propria ASL e richiedere il "Certificato sostitutivo provvisorio".

NB nel pacchetto di viaggio è inclusa la "Polizza Medico-No Stop" a copertura delle spese mediche (con massimale; dettagli, coperture e limitazioni disponibili presso i ns. uffici o dalla guida).

CUCINA

La cucina della Castiglia e León è una delle più autentiche e tradizionali della Spagna, profondamente legata alla cultura rurale e ai prodotti del territorio. I piatti sono generalmente sostanziosi e ricchi di sapore, con un largo impiego di carne, legumi e cereali. Tra le specialità più celebri spicca il lechazo asado, agnello da latte arrosto cotto lentamente nei forni a legna, e il cochinillo asado, maialino da latte arrosto dalla pelle croccante. Molto diffusa è anche la morcilla de Burgos, un caratteristico sanguinaccio preparato con riso e spezie.

Tra i piatti tipici si distinguono inoltre la sopa castellana, zuppa rustica a base di pane, aglio, paprika e uovo, il cocido maragato, ricco stufato di carne, ceci e verdure originario della provincia di León, e i judiones de La Granja, grandi fagioli bianchi cucinati con salumi e verdure. Nelle zone montane sono apprezzate anche le carni di selvaggina e i funghi.

La regione è rinomata per i suoi formaggi artigianali e per i prestigiosi vini delle denominazioni Ribera del Duero, Rueda e Toro. Tra i dolci tradizionali meritano una menzione le Yemas de Santa Teresa di Ávila, preparate con tuorlo d'uovo e zucchero. La gastronomia castigliana rappresenta un perfetto equilibrio tra semplicità, genuinità e ricchezza di sapori, offrendo un'esperienza autentica della cultura locale.

INDIRIZZI E NUMERI UTILI

Numero unico d'emergenza: 112 (valido in tutti i 27 paesi membri della UE)

Consolato d'Italia a Madrid:

Calle Agustín de Betancourt, n. 3 - Tel: 0034-91-2106910 Fax: 0034-91-5546669.

Centralino automatizzato consolare (dalla Spagna): 902.050.141

Cellulare di reperibilità del funzionario di turno, attivo per i soli casi d'emergenza tutti i giorni dalle 19 alle 22 e durante i fine settimana (venerdì dalle 15 alle 21; sabato e domenica dalle 9 alle 21): +34.629842287.

PER SAPERNE DI PIÙ Guide:

ROUTARD: CASTIGLIA E LEÓN

Editore: TOURING CLUB ITALIANO

La più vasta regione della Spagna custodisce alcune delle più affascinanti città storiche della penisola iberica. Salamanca, Burgos, León, Segovia e Ávila offrono un patrimonio artistico e culturale straordinario, tra cattedrali gotiche, mura medievali, monasteri e castelli. Dalle pianure della Meseta alle montagne dei Picos de Europa e della Sierra de Gredos, la regione sorprende per la varietà dei suoi paesaggi e per l'autenticità delle sue tradizioni. Una guida completa per scoprire

città d'arte, borghi storici, parchi naturali, itinerari culturali e le eccellenze gastronomiche del territorio.

LONELY PLANET: SPAGNA DEL NORD – CASTIGLIA E LEÓN

Editore: EDT

Ricca di storia, arte e tradizioni, la Castiglia e León rappresenta il cuore della Spagna medievale. Le sue città monumentali, molte delle quali dichiarate Patrimonio dell'Umanità UNESCO, raccontano secoli di storia attraverso cattedrali, università, castelli e monasteri. La regione è attraversata dal Cammino di Santiago e offre spettacolari paesaggi naturali, dalle vaste pianure della Meseta alle montagne del nord. La guida propone approfondimenti sulla cultura locale, la gastronomia, gli itinerari più interessanti e numerosi suggerimenti pratici per organizzare il viaggio.

Internet:

Portale ufficiale del turismo spagnolo: <https://www.spain.info/it/>

Portale turistico della Castiglia e León: <https://www.turismocastillayleon.com>

Guida Lonely Planet sulla Castiglia e León: <https://www.lonelyplanetitalia.it>

Informazioni sulla sicurezza, scheda del Paese e notizie utili: www.viaggiareassicuri.it

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

“LAZARILLO DE TORMES”

Autore anonimo

Editore: Garzanti; pagine: 160 circa; prezzo: € 8,50

Considerato il capostipite del romanzo picaresco spagnolo, Lazarillo de Tormes racconta le avventure del giovane Lázaro, nato sulle rive del fiume Tormes, nei pressi di Salamanca. Attraverso una serie di incontri con personaggi appartenenti ai diversi strati della società del Cinquecento, il protagonista impara a sopravvivere grazie all'ingegno e all'astuzia. Il romanzo offre un vivace affresco della Spagna dell'epoca e permette di immergersi nell'atmosfera della Castiglia storica, tra villaggi, strade e città che ancora oggi conservano il fascino del loro passato. Una lettura coinvolgente che aiuta a comprendere le radici culturali della regione e ad apprezzarne il patrimonio storico e letterario.

LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITÀ: OGNI VOLTA CHE UNA LIBRERIA CHIUDE, DIVENTIAMO TUTTI UN PO' PIU' POVERI E PIU' SOLI.

Fai anche tu un piccolo passo: se ti è possibile, ordina e acquista i tuoi libri presso la tua libreria di fiducia evitando di acquistare on-line.

GLI ALIENI
SONO FRA NOI:
COMBATTIAMOLI
INSIEME!



Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto Life ASAP – Alien Species Awareness Program (programma di consapevolezza sulle specie aliene).

COSA SONO. Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva.

Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

PERCHÈ COMBATTERLE. Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la

salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA. I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

COSA POSSIAMO FARE A CASA.

1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.

2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO. Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.



VIAGGIA NATURALE



IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: **attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.**

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. **Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.**

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- **Proteggere l'ambiente** naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- **Cooperare con le comunità locali** assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- **Rispettare la natura** e le popolazioni dei luoghi visitati.
- **Conservare flora, fauna** e zone protette.
- **Rispettare l'integrità delle culture locali** e delle loro abitudini.
- **Seguire le leggi e le regole dei paesi** visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- **Dare sempre informazione**, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.



L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

**Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole.
Da sempre siamo impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla
passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.**

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- **Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:**

- » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
- » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
- » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
- » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente

- **Compensiamo la CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO₂”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contribuiti in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.



- Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi: www.aitr.org
- Siamo membri attivi della rete italiana **ACTIVE ITALY**, rete di imprese per un turismo attivo e sostenibile: www.activeitaly.eu
- Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
 - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
 - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
 - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
 - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.

FOUR
SEASONS
NATURA E
CULTURA
ADERISCE A:



THE CODE
Organizzazione mondiale
contro il turismo sessuale
e l'abuso sui minori



FIAVET, Associazione
Italiana Agenti di Viaggio,
aderendo al Fondo di
Garanzia delle Imprese
Turistiche



Four Seasons Natura
e Cultura è socia di
Interpret Europe



rete italiana di imprese per un turismo attivo e sostenibile

ANCHE IL
VIAGGIO PIÙ LUNGO
COMINCIA CON UN PASSO.
IL TUO.

CURIOSI DI NATURA
VIAGGIATORI PER CULTURA