

# Amelia, fascino dell'Umbria

Circondata da mura pelasgiche, l'antica cittadina domina la Valle Teverina  
Un territorio ricco di testimonianze artistiche e anche di prodotti tipici

«Le mura di Amelia a me sembrano spettacolose, splendide. Le gente va a vedere le mura degli Incas e non conosce quelle di Amelia che a me sembrano un miracolo della tecnica. Sono conservatissime, ci sono dei tratti che definirei stupefacenti, come un'impressionante reliquia». Il vigore dell'apprezzamento che Federico Zeri riserva alle mura di questa cittadina umbra, alta su un colle che sovrasta la Valle Teverina, non solo è direttamente proporzionale all'antichità, all'integrità e alla poderosità della fortificazione pelasgica (V sec. a.C.) che cinge Amelia, ma soprattutto mette in luce adeguatamente la ricchezza storica e il pregio urbanistico di questa propaggine meridionale della provincia di Terni.

Un paesaggio prevalentemente collinare, segnato da un alternarsi di boschi e colture agricole, costituisce la cifra ambientale di questo territorio, dove antichi centri accompagnano le movenze di una natura che non ha mancato qui di essere generosa. Prima tra i centri abitati di questa zona è appunto Amelia, una delle più antiche città umbre, fondata addirittura nel XII secolo a.C. Citata da Plinio e Cicerone, ma ricordata anche da Virgilio nelle «Georgiche» per la sua vocazione alla coltivazione della vite, Amelia ha ricevuto un significativo impulso allo sviluppo in epoca romana, nonché nel Medio Evo e sotto la dominazione pontificia.

A documentare oggi gli illustri trascorsi di questa cittadina provvedono la cattedrale (originariamente del IX secolo, poi ricostruita nel 1640) con il suo poderoso campanile romanico dodecagono, la gotica chiesa di San Francesco, diversi palazzi nobiliari del Cinque-Seicento, e la suggestiva piazza Marconi, cuore della città medievale. Ma gli echi storici più remoti provengono appunto dalle antichissime mura che, con i loro blocchi squadrati del VI-V secolo a.C., circondano la città per oltre 700 metri, raggiungendo uno spessore anche di tre metri e mezzo, mentre il Museo archeologico conserva, oltre a un'ara neoattica con scene di danza dionisiaca rinvenuta nei dintorni, una pregevole statua di bronzo romana, alta oltre due metri, che riproduce Nerone Claudio Druso Germanico, nipote dell'imperatore Tiberio e grande condottiero militare.

Da Amelia vale la pena spostarsi anche nei vicini borghi di Lugnano in Teverina, che nel suo intatto centro medievale custodisce la collegiata di Santa Maria Assunta, vero gioiello di architettura romanica, e di Alviano, dominato dalla mole del suo Castello, proprietà del casato che ebbe tra i suoi figli più illustri Bartolomeo, famoso capitano di ventura e condottiero della Repubblica di Venezia. E se Penna in Teverina, Guardia e Giove danno meno nell'occhio architettonicamente parlando, nondimeno sanno regalare altri piaceri, come quello di una cucina dove a farla da padrone sono svariati tipi di paste alimentari, cacciagione, i tipici fichi Girotti essiccati e farciti con frutta secca, nonché un eccellente olio e il vino doc Colli Amerini.

Dicevamo che anche la natura è stata generosa



L'antica cittadina di Amelia, circondata da una poderosa cerchia di mura, domina la Valle Teverina

da queste parti. Primo protagonista, naturalmente, il Tevere, lungo il cui corso è stato qui creato, per circa 50 chilometri, un Parco fluviale che presenta valenze ambientali di particolare rilievo presso le Gole del Forello e il Rio Grande, anche se il pezzo forte è l'oasi di Alviano. Creatasi in seguito allo sbarramento del Tevere tramite la diga di Corbara, rappresenta con i suoi 900 ettari di estensione un ecosistema molto importante, con una ricca vegetazione acquatica che ne fa un luogo di sosta per molti uccelli, stanziali e migratori. Un ambiente ideale se non unico per gli appassionati di birdwatching.

Giovanni Ruggeri



Il castello di Alviano che si trova lungo il parco fluviale del Tevere

## Nella rocca dei Rossi storia e buona cucina

Il primo appuntamento è per la sera del 28 gennaio e sarà di scena la storia tra le antiche mura della Rocca dei Rossi a San Secondo Parmense. Nelle splendide sale affrescate del maniero, uno dei gioielli dell'Associazione Castelli del Ducato di Parma e Piacenza ([www.castellidelducato.it](http://www.castellidelducato.it)), andrà di scena «Arte e suggestioni in Rocca», con i personaggi che un tempo l'abitavano o vi furono ospiti: dal conte Pietro ari Rossi a Giovanni delle Bande Nere all'Aretino. E dopo lo spettacolo ci si potrà spostare nel vicino ristorante «La Volpe», proprio di fronte alla Rocca, per assaporare delizie gastronomiche del territorio parmense. La visita-spettacolo e la degustazione sono proposte a 20 euro, mentre per le scuole vengono proposte



Rievocazione storica nel castello dei Rossi

visite-spettacolo.

Per informazioni e prenotazioni: Corte dei Rossi, tel. 0521.873214; email: [cortedeirossi@supereva.it](mailto:cortedeirossi@supereva.it);

internet: [www.cortedeirossi.supereva.it](http://www.cortedeirossi.supereva.it); oppure Associazione Castelli del Ducato di Parma e Piacenza tel. 0521.829055.

## Non solo sci e tanti altri sport, ma anche relax e alternative «dolci», come escursioni sui sentieri e gite sulle slitte trainate dai cavalli Le tradizioni più genuine nella splendida quiete dei villaggi del Tirolo

Sì, tanto sci, ma non solo sci. Le vacanze in Tirolo offrono la possibilità di scegliere tra tanti sport della neve grazie a impianti e attrezzature d'avanguardia negli otto comprensori sciistici che fanno capo a Innsbruck, considerato il laboratorio degli sport invernali europei. Ma non c'è solo questo. Perché si può fare sport e movimento lontano dalle piste, mentre chi lo desidera può trovare tutto il relax e il divertimento che vuole.

Quiete e attività d'ogni genere vengono offerti da ognuno dei 25 paesi che circondano Innsbruck, nel raggio di 15 a 30 minuti di viaggio, massimo 45. Il grande vantaggio è

nel soggiornare in montagna, nel silenzio della neve e del sole, a poca strada da una delle poche capitali delle Alpi, centro di cultura, di storia e di arte.

E poi ci sono le alternative «dolci» allo sci. Come una piacevole gita su slitta trainata da cavalli attraverso un paesaggio invernale imbiancato, avvolti in calde coperte: questo propongono cinque villaggi attorno ad Innsbruck. Axams, Kühtai, Mutters, Rinn e Sellrain, a partire da 10 euro all'ora per persona. C'è pure la possibilità di compiere escursioni con o senza racchette da neve lungo oltre trenta sentieri ben curati e preparati per un totale di circa 180 chilometri praticabili, sui quali effettuere anche il nordic walking.



Il villaggio di Goetzens: uno dei venticinque centri attorno a Innsbruck che offrono sport invernali ma anche tanta quiete

Tra le varie proposte per divertirsi in compagnia: i campi da curling e

le piste da pattinaggio (ce ne sono ben venti); si può scegliere tra pattinare ai piedi del Patscherkofel o nel mezzo della più viva-

ce atmosfera cittadina nella Sparkassenplatz. Lo slittino offre invece un pizzico di avventura con ben 100 chilometri di pi-

ste su cui sbizzarrirsi. E per il soggiorno? Ecco alcuni esempi (i prezzi valgono dall'8 gennaio all'8 aprile): sette pernottamenti in pensione con

prima colazione, da 179 euro per persona; in un albergo a 3 stelle con mezza pensione da 306 euro (387 euro in albergo a 4 stelle). In appartamento per 4 persone (2 bambini e 2 adulti) il costo parte da 498 euro (520 euro per 4 adulti). Fare vacanza in quest'area del Tirolo con la famiglia non è solo divertente, conviene anche: i bambini fino a 6 anni che pernottano in camera con i genitori non pagano e per quelli dai 7 ai 15 anni è previsto uno sconto del 30 per cento.

Informazioni: Innsbruck Tourismus, tel. +43-512-59850; email: [office@innsbruck.info](mailto:office@innsbruck.info); sito internet: [www.innsbruck.info](http://www.innsbruck.info).

Pagina a cura di PINO CAPELLINI

## Terme Merano Oasi di salute e di benessere

Ritorno all'antico splendore. Così viene reclamizzata la riapertura del grande complesso termale di Merano dopo i grandi lavori di restauro e ripristino, ma merita di essere posto in evidenza il volto nuovo delle terme destinate a ridare slancio a tutta la nota città dell'Alto Adige. Il nuovo complesso, infatti, è tra i pochi al mondo ad avere due acque termali, una radioattiva certificata e una omeoterma in via di certificazione.

Le Terme di Merano coprono una superficie di 7.650 metri quadrati perfettamente integrate nel territorio, con una piazza di 4.000 metri quadrati, un parcheggio sotterraneo a cinque li-

velli con 560 posti auto e sette installazioni artistiche permanenti. A marzo verrà inaugurato un hotel quattro stelle superiore con 139 camere e 8 sale convegni che verrà inaugurato a marzo assieme ai cinque ettari di parco mediterraneo con laghetto di ninfee nel quale confluisce la piscina sportiva. Sono da aggiungere venticinque piscine coperte e scoperte, 1.250 metri quadrati di saune, ventisei sale per trattamenti di bellezza e terapeutici, un centro medico, uno spazio bimbi, bistro e caffè con 308 posti a sedere.

La tradizione termale di Merano risale al 1930, quando venne scoperta la presenza di radon nell'acqua del Monte San Vigilio e si decise di istituire un centro di cura intorno al quale nacquero nuove infrastrutture turistiche. Oggi il concetto d'origine della cura è trasformato dall'istituzione di una vera e propria oasi di salute e benessere, dove non mancano trattamenti a base di acqua termale. L'ospite può scegliere tra diverse tipologie di sauna: da quella finlandese con aria calda e secca alla biosauna, dal caldarium al bagno di fieno umido al bagno turco. Per compensare il passaggio di temperatura caldo/freddo, oltre che alle vasche d'acqua fredda c'è la straordinaria sala delle ne-

ve, che simula atmosfere glaciali con tanto di caduta di fiocchi di neve dal soffitto. Orari d'apertura e prezzi: ingresso 9-22 (da 8,50 euro per due ore a 11,50 per il giornaliero, riduzioni per bambini); Spa&Vital 9-19 (prezzi a seconda dei trattamenti); fitness 9-22 (prezzi a seconda dei corsi scelti); spazio bimbi (da lunedì a sabato 9-12 e 14,30-18, domenica chiuso). Informazioni: tel. 0473.252000; internet: [www.termemerano.it](http://www.termemerano.it); email: [info@termemerano.it](mailto:info@termemerano.it).

Completamente rinnovato il grande complesso, che ora dispone di 25 piscine, centro fitness e multi-sauna



Il campanile romanico a dodici lati nel centro di Amelia

Buona cucina, accogliente ospitalità, varie formule di alloggio: questo assicura Amelia con hotel (Scoglio dell'aquilone, tel. 0744.982445), agriturismo (Piana delle Selve, tel. 0744.970112), residenze d'epoca (Il Carlenini, tel. 0744.983925), ostelli (Giustiniani, tel. 0744.978673). Informazioni turistiche sono fornite dallo IAT (tel. 0744.981453). Per la visita all'oasi di Alviano è opportuno informarsi su apertura e orari al tel. 0744.903715; gli appassionati di paleontologia non dovranno trascurare una visita alla foresta fossile di Dunarobba (tel. 0744.940348).

## Rivive il carnevale di Sissi

A Madonna di Campiglio i costumi e le atmosfere della corte asburgica

Rivivere le atmosfere della corte asburgica? Niente di nostalgico, bensì un bel modo per trascorrere in modo diverso i festeggiamenti di carnevale nell'atmosfera di una rinomata località alpina Madonna di Campiglio. La «corte asburgica» non è un'invenzione. Alla fine dell'Ottocento la cittadina uscì dal suo lungo sonno tra le più belle montagne del Trentino quando incominciò ad essere frequentata da illustri rappresentanti dell'aristocrazia d'Europa. Tra questi la principessa Sissi e l'imperatore Francesco Giuseppe, personaggi che vengono fatti rivivere ogni anno nel periodo di carnevale, quando i fasti della corte imperiale asburgica vengono riproposti facendo comparire sulla scena teste coronate e nobili, naturalmente al suono dell'inconfondibile valzer viennese.



L'Hotel Bertelli a Madonna di Campiglio si trova proprio sulle piste da sci

Il carnevale asburgico, o di Sissi, offre una settimana di grande richiamo e suggestione dal 22 febbraio al 3 marzo quando a Madonna di Campiglio si rivivono le antiche carroz-

ze risalire la «Strada dell'Imperatore», con gli Ussari che accompagneranno le dame nelle passeggiate in troika, mentre la principessa

risalire la «Strada dell'Imperatore», con gli Ussari che accompagneranno le dame nelle passeggiate in troika, mentre la principessa

risalire la «Strada dell'Imperatore», con gli Ussari che accompagneranno le dame nelle passeggiate in troika, mentre la principessa

risalire la «Strada dell'Imperatore», con gli Ussari che accompagneranno le dame nelle passeggiate in troika, mentre la principessa

risalire la «Strada dell'Imperatore», con gli Ussari che accompagneranno le dame nelle passeggiate in troika, mentre la principessa

risalire la «Strada dell'Imperatore», con gli Ussari che accompagneranno le dame nelle passeggiate in troika, mentre la principessa

risalire la «Strada dell'Imperatore», con gli Ussari che accompagneranno le dame nelle passeggiate in troika, mentre la principessa