

## **LAS MARCAS**

“.....Las Marcas son para mi el Este, Oriente, el sol que llega al alba; la luz de Urbino en verano.....”  
Mario Luzi (Poeta, 1914-2005)

Mirando al **mar Adriático en el centro de Italia**, con poco más de un millón y medio de habitantes distribuidos entre sus cinco provincias **Ancona**, capital, **Pesaro, Urbino, Macerata, Fermo y Ascoli Piceno**, las **Marcas**, desde siempre la “puerta de Oriente” de Italia, es la única región italiana en plural, donde conviven ambientes y paisajes muy distintos entre ellos.

Las Marcas son realmente una **tierra para descubrir** por la pluralidad de paisajes, por la variedad de bellezas naturales y artísticas que hay concentradas en poco menos de 10.000 km cuadrados. Se caracteriza por la presencia de los montes Apeninos, que suavemente van desapareciendo a la vista a lo largo de valles paralelos hasta el mar, la Región se distingue por la rara belleza que le ha convertido en tierra de grandes personalidades, de *Giacomo Leopardi* a *Raffaello da Urbino*, de *Giovan Battista Pergolesi* a *Gioachino Rossini*, de *Gaspere Spontini* a *Padre Matteo Ricci* a *Federico II* que nacieron aquí.

### **Un viaje a través de los cinco sentidos**

Descubrir las Marcas quiere decir emprender un viaje multisensorial: son **cinco los sentidos** con los que las Marcas nos deleita así como **cinco** son las **provincias de las Marcas**, muy diferentes entre sí y sin embargo con similitudes entre ellas, capaces de suscitar siempre emociones nuevas y sorprendentes.

La **vista** está secuestrada por la variedad de paisajes: el mar y la larga costa del perfil articulado; la extensión de las verdes colinas, en las que se mezclan sabiamente la naturaleza y la mano del hombre, imprimida en los bosques históricos, en los santuarios, en los castillos, en las abadías; las montañas del Apenino, con bosques, valles y cimas a descubrir, dónde evoca/recuerda todavía la leyenda de Sibilla. Parándose en los pueblos y en los Burgos, se pueden descubrir numerosos museos e iglesias que conservan, como cofres preciosos; una infinidad de obras de arte; a su lado conviven testimonios de arte y de vida popular, que contribuyen a contar la historia de un territorio tan rico y variado.

El **tacto** viene dado por una gran variedad de productos artesanales de grandísima calidad, como el papel y la filigrana, el encaje de bolillos y la producción de la cerámica y loza, realizados siguiendo los métodos tradicionales. Sin olvidar las numerosas marcas en el sector de la ropa y del calzado. Aquí han nacido, de hecho, algunos de las marcas internacionales más importantes que han contribuido a difundir el prestigio del *made in Italy* en todo el mundo.

El **oido** viene deleitado por la música inmortal de los conocidos compositores *Gioachino Rossini*, *Giovan Battista Pergolesi* y *Gaspere Spontini* que vuelven a tocar en las reseñas internacionales de los festivales *ROF*, *Rossini Opera Festival* o *Pergolesi Spontini* y en las numerosas temporadas líricas con puestas en escena en los teatros y lugares de la Región. Un ejemplo a destacar es la temporada del Sferisterio de Macerata. De modo más discreto vuelven a recitar también los versos de Giacomo Leopardi, deidad tutelar de los poetas modernos y contemporáneos.

El **olfato** viene estimulado por mil perfumes, cada uno de los cuales evoca sensaciones de placer, de bienestar y de alegría de vivir: de la brisa marina y del olor del pescado recién pescado a los extensos campos de lavanda o de ginestras de Conero, de los perfumes de los vinos que cuentan las

historias de las colinas, donde se cultivan los diferentes viñedos, a la intensidad de los tartufos de Acqualagna y de las zonas de los Montes Sibilinos hasta llegar a los perfumes deliciosos de los fiambres de Carpegna, de Fabriano, de Visso y los quesos típicos.

El **gusto** viene dado por una riquísima serie de productos típicos y de renombrados vinos; la gastronomía de las Marcas propone platos de tradición campesina o marinera a menudo revisitados siguiendo el gusto actual, pero sin perder de vista los valores auténticos de genuinidad, naturalidad y atención a la calidad. Es así como el gusto y los placeres de la mesa trascienden a los momentos pasados en familia e invade el entero estilo de vida de los habitantes de las Marcas, lleno de simplicidad y respeto por la tradición.



## Índice

- **Ciudad de arte y cultura**  
Un museo destinado al descubrimiento de obras maestras únicas
- **Turismo rural y touring**  
Antiguos burgos, itinerarios escondidos, tradiciones auténticas
- **El mar**  
De las largas y arenosas playas a los acantilados en pico al mar
- **Enogastronomía**  
Hacia el descubrimiento de gustos y sabores auténticos
- **La naturaleza: un mundo incontaminado**  
2 parques nacionales, 4 parques regionales y 6 reservas naturales
- **Deporte y tiempo libre**  
En forma entre naturaleza y diversión
- **Termas y bienestar**  
Para regenerar espíritu y cuerpo
- **Información útil**

### **Turismo Marche**

Via Gentile da Fabriano , 9

60125 Ancona

Tel.+39 071 8062710- 2431 Fax +39 0718062318- 2154

e-mail: [comunicazione.turismo@regione.marche.it](mailto:comunicazione.turismo@regione.marche.it)

[www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it)

## ***Ciudad de arte y cultura***

*Un museo difundido al descubrimiento de obras maestras únicas.*

El escenario cultural y artístico de las Marcas es la expresión de un pluralismo cultural acumulado a lo largo de los siglos. Territorio de paso de pintores, escultores y arquitectos, que han dejado una marca profunda en la historia, influenciando a sus sucesores. Las **Marcas son una de las regiones de Italia más ricas en bienes culturales: 500 plazas, más de 1000 monumentos significativos, 37 rocas, 106 castillos, 15 fortalezas y 170 torres, miles de iglesias de las que 200 son románicas, 96 abadías, 183 santuarios, 72 teatros históricos** todas restauradas y activas. La región cuenta también con la mayor densidad de **museos y pinacotecas**, además de un significativo número de **bibliotecas**, hasta **315**, entre las cuales destacan las de Eremo de Fonte Avellana y la de la familia Leopardi, que custodian volúmenes de tradición antigua.

Las Marcas son por lo tanto un verdadero **museo generalizado**, formado por una rica **red de ciudades de arte y burgos históricos** intercalados entre verdes y suaves **colinas**, dónde se han conservado obras maestras únicas, de **Piero della Francesca a Lorenzo Lotto, de Raffaello a Carlo Crivelli, de P.-P. Rubens a Tiziano**, sin contar los numerosos **teatros históricos y las antiguas calles romanas, testimonio de un pasado ilustre.**

Una región dónde la **cultura es ante todo un modo de ser y sentir, fuertemente** interiorizada en su acercamiento a la vida y en el *modus operandi*. Las Marcas son de hecho una tierra milenaria e histórica y al mismo tiempo de gran modernidad e innovación; una región **open to change** pero ligada a los propios valores y a sus tradiciones; **una región dónde se registra y respira una conexión única entre cultura, ciudadanía en el hacer, arte e ingenio, creatividad y artesanado, que han hecho de hecho el Made in Marche un sistema reconocible a nivel mundial.**

Además de museos, bibliotecas, archivos y teatros, el patrimonio cultural cuenta con numerosos bienes monumentales ya sean religiosos, **abadías, monasterios, iglesias**, distribuidas en todo el territorio, o civiles como **castillos, centros amurallados, fortalezas** que cuentan un pasado glorioso, vivaz. **Loreto**, por ejemplo, es la sede de uno de los santuarios marianos más célebres de Europa y al mismo tiempo cuenta con una rica cantidad de importantes obras de arte. **Recanati**, pueblo encantador, es la ciudad natal de *Giacomo Leopardi*, y entre sus calles se pueden recorrer los versos y poesías: la *Piazza del Sabato del Villaggio*, la *Torre del Passero Solitario* en el claustro al lado de la *Iglesia de San Agustín*; el *Colle de L'infinito* en el *Monte Tabor*.

**Ancona**, capital de las Marcas, surge en un promontorio suspendido hacia el Adriático y que reivindica su unicidad: el espectáculo que ofrece el sol que sale y se pone en el mar. Toma el nombre de la traducción griega de codo (*ankon*), precisamente por la forma que tiene. No hay que perderse el centro histórico rico de iglesias y museos, entre los que despunta la *Catedral de San Ciriaco*, una de los más insignes testimonios del Románico de las Marcas, *Piazza Plebiscito* con la *iglesia de S. Domenico* que conserva una *Crucifixión* de Tiziano, S. Francesco alle Scale donde destacan la *Asunción* de Lorenzo Lotto, la Loggia dei Mercanti, la Pinacoteca F. Podesti, conocida por las pinturas de Carlo Crivelli, Lorenzo Lotto, Tiziano del Piombo, Guercino, A. Lilli, Carlo Maratta, etc., el Museo Nacional Arqueológico de las Marcas, el *Teatro delle Muse*.

**Ascoli Piceno** se revela como un lugar riquísimo de preciosos detalles: los restos romanos, los testimonios del románico y del gótico son indelebles en la que se ha definido la *ciudad de las cien torres*. El centro histórico debe su aspecto tan armónico y compacto al travertino local, material

principia en todas las construcciones. *Piazza del Popolo* es el salón y lugar de encuentro de la ciudad, conocido también por albergar el *Caffè Meletti*; merecen una visita la Pinacoteca, rica en obras de Carlo Crivelli, Tiziano, Guido Reni, la *Galleria Civica d'Arte Contemporanea* llamada el gran maestro del siglo XX Osvaldo Licini, el Museo Arqueológico Nacional, la *Cartiera Papale* y el *Teatro Romano*.

**Macerata** surge en una amplia colina, como muchas de las más bellas ciudades de las Marcas. Su aspecto noble y severo se ve endulzado por los colores cálidos de la piedra y de los ladrillos de los edificios del centro histórico, donde tiene su sede la histórica Universidad, y por su recinto amurallado. La ciudad, que vió nacer al jesuita Matteo Ricci ( 1552, Pekín, 1610) rodeada por los bastiones del siglo XXVI, la recorren muchas calles que suben hasta la *Piazza della Libertà*, corazón del núcleo histórico al que se asoman la *Loggia dei Mercanti*, el *Palazzo del Comune*, la *Torre dell'Orologio*, el *Palazzo della Prefettura*, el *Teatro Comunale Lauro Rossi* del siglo XXVIII y la *ex-Chiesa di San Paolo* que se remonta al siglo XVII, adyacente por el lado derecho a la entrada del *Palazzo dell'Università*. En las cercanías de la *Piazza della Libertà* se encuentran los Museos de palazzo Buonaccorsi, conocido por la galería del sXVIII con telas que representan las *Historias de las Eneidas*. Alberga el célebre *Sferisterio Opera Festival*, en la homónima arena al abierto, obra del arquitecto Ireneo Aleandri,

**Fermo**, gracias a su situación, ofrece un panorama espectacular que se abre espacio desde el mar hasta las cimas de los Montes Sibilinos. Estuvo habitada desde la Edad del Hierro (X- III s. A.C.) y fue luego colonia romana (*Firmum Picenum*) desde la primera mitad del s. III a. C. Por este motivo allí hay repartos arqueológicos y restos de muros megalíticos que atestiguan el origen piceno de Fermo; de la época romana se conservan las grandiosas cisternas subterráneas, utilizadas para la recogida de las aguas para el aprovisionamiento de la colonia. La *Piazza del Popolo*, de rara belleza y rigor arquitectónico, es uno de los lugares más sugerentes para visitar; como también lo es la *Piazza del Girfalco*, donde surge majestuoso el *Duomo*. No hay que perderse el *Polo Museale* del que forman parte el *Palazzo dei Priori*, las *Cisternas*, el *Teatro dell'Aquila*, la *Villa Vitali* y el *Museo Diocesano*.

**Pesaro**, ya era ciudad romana, alberga el anual *Rossini Opera Festival* y es la sede de la *Fondazione Rossini*, dedicada al compositor Gioachino Rossini, uno entre los más grandes compositores italianos de obras líricas para teatro. Hay que ver el *Palazzo ducale*, la *Piazzale della Libertà*, ante la que flota en un espejo de agua, la *Sfera Grande*, fusión de bronce realizada en 1998 por el escultor Arnaldo Pomodoro, el *Museo Diocesano* y *Casa Rossini*. La joya de la ciudad son: los museos, ricos de pinturas y obras de cerámica, entre las que destaca la célebre *Sacra Conversazione* de Giovanni Bellini, obra maestra de la pintura italiana del sXV; la biblioteca S. Giovanni, una verdadera biblioteca pública y el arqueológico Oliveriano.

**Urbino**, capital del Renacimiento y ciudad natal de Raffaello Sanzio, fue declarada en 1998 *Patrimonio Mundial de la humanidad UNESCO*. Surge entre los valles de los ríos Metauro y Foglia, desde los que se puede disfrutar un amplio y extraordinario panorama que abraza las colinas que lo circundan, inmortal desde que Piero della Francesca la plasmó en sus pinturas. No hay que perderse una visita al *Palazzo Ducale*, obra maestra del Renacimiento, rico de obras de arte entre los cuales esté el célebre *Studiolo* de Federico da Montefeltro y donde tiene sede la *Gallería Nacional de las Marcas*, secuencia única de obras extraordinarias que se han realizado a lo largo del s XIII, a la escultura gótica, de Piero della Francesca a Raffaello, de Tiziano a Fedetico Barocci. En Urbino hay que visitar también la *Casa Natal de Raffaello Sanzio*, conocida tanto por ser la casa del célebre pintor como por ser un elocuente ejemplo de demora del s.XV, el *Duomo*, el *Oratorio de S. Giovanni* con frescos de los hermanos Jacopo y Lorenzo Salimbeni en el 1416.

Más allá de las ciudades de gran valor histórico, arquitectónico y cultural ampliamente reconocido, las sorpresas más fuertes en ámbito artístico le regalan precisamente los propios ayuntamientos menos conocidos que representan un cofre de pequeños tesoros, diseminados por todo el territorio.

## **No hay que perderse...**

Desde 2012 la visita de los **museos y de los itinerarios del arte y de la arqueología de las Marcas** es más sencilla gracias al portal dedicado a los museos rico en la información de unos 400 museos de la región, los itinerarios correlacionados, las decenas de temáticas a través de las cuales es posible descubrir la cultura de la región. [www.musei.cultura.marche.it](http://www.musei.cultura.marche.it)

Descubrir los tesoros del arte y de la cultura es una ocasión única que usando la tarjeta **Carta Musei Marche** se vuelve también más fácil. La tarjeta permite visitar museos y sitios arqueológicos garantizando el acceso libre a cada uno de esos sin límites en el horario de apertura. Con la tarjeta Carta Musei Marche también se tiene derecho a descuentos y ofertas para eventos y muestras y otras facilidades en el campo turístico y cultural.

Para más información: [www.cartamusei.marche.it](http://www.cartamusei.marche.it)

**Lorenzo Lotto** (Venecia 1480 – Loreto 1557). El vínculo entre el pintor veneto y las Marcas es muy estrecho: en la región hoy se conservan numerosas obras que permiten recorrer profundamente la génesis, el significado y el desarrollo artístico del pintor. [www.lorenzolotto.info](http://www.lorenzolotto.info), en italiano e inglés con paquetes turísticos.

**Itinerarios franciscanos.** Vinculados a la figura de San Francisco de Asís ya sea por la cercanía geográfica o por afinidad de elección, las Marcas narran un extraordinario capítulo, hecho de historia, lugares e itinerarios de la cultura franciscana. Iglesias, museos, santuarios se marcan en el sitio web al lado y constituyen una rica serie de itinerarios difundidos en las provincias de la región [www.francescanesimomarche.it](http://www.francescanesimomarche.it)

**Itinerarios por las abadías.** Entre las primeras áreas por haber acogido el fenómeno monástico, gracias a la figura de S. Benedetto da Norcia, las Marcas están consteladas por abadías y monasterios de indiscutible valor arquitectónico. Las más conocidas son la ermita de Fointe Avellana y las dos abadías cistercienses de S.Maria di Chiaravalle (AN) y de S. Maria di Chiaravalle di Fiastra (Tolentino, MC), el listado y sus horarios están disponibles en: [www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it)

### **Turismo Marche**

Via Gentile da Fabriano , 9

60125 Ancona

Tel.+39 071 8062710- 2431 Fax +39 0718062318- 2154

e-mail: [comunicazione.turismo@regione.marche.it](mailto:comunicazione.turismo@regione.marche.it)

[www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it)

## **Turismo rural y touring**

Antiguos burgos, itinerarios escondidos, tradiciones auténticas

Son numerosos los **pequeños burgos** diseminados por toda la región, encantadores oasis, empapadas de historia y de cultura, donde el tiempo parece haberse parado, dejando espacio a un ritmo agradablemente lento, a la medida del hombre, cadenciado únicamente por el inexorable pasar de las horas y de las estaciones.

Son infinitos los tour y los itinerarios para recorrer en el descubrimiento de los más escondidos y a la vez más sugerentes pueblecitos de las Marcas, donde se puede todavía vivir una atmosfera de genuina autenticidad. Pequeños burgos, como perlas encastradas en paisajes atemporales, que conservan todavía los trazados originales, donde se desarrollan los trabajos de una vez y las personas reservan a los visitantes una acogida calurosa. **Tradiciones artesanales y sabores típicos** para descubrir sin prisa, en un contexto de dimensión humana: del Montefeltro a los Sibilinos, de la costa de Gabicce hasta San Benedetto del Tronto, las Marcas regalan numerosas ocasiones para perderse entre los burgos y pueblecitos perfectamente conservados, donde se respira todavía la atmósfera medieval y del renacimiento. Inmersos en un encantador paisaje de montaña o erigidos en colinas tapizadas de viñas, cada pueblo se revela como una belleza y singularidad inesperada.

En coche, en moto o con cualquier otro medio de transporte, fuera de las rutas más turísticas y visitando las ciudades menos pobladas y célebres, se puede recorrer el verdadero *modo de vivir a la italiana*, dejándose guiar únicamente por la propia curiosidad. En estos lugares, de hecho, están profundamente enraizados los orígenes campesinos, el amor por la tierra y un estilo de vida sobria y reservado.

Muchos de los encantadores pueblos de las Marcas forman parte de **los burgos más bellos de Italia**, club creado en 2001, con la intención de contribuir a salvaguardar los pequeños centros o fracciones individuales, de gran interés artístico e histórico que, al encontrarse fuera de los principales circuitos turísticos, se arriesgan a ser olvidados.

Viniendo desde el norte, en la provincia de Pesaro Urbino, se encuentran: **Gradara**, un imponente castillo con burgo anexo perfectamente conservado, conocido como esencia de la historia de amor entre Paolo y Francesca, inmortalizada por Dante en el Infierno; el burgo de **Mondavio**, con su fortaleza, la *Rocca Roveresca* de Francesco de Giorgio Martini y el de **Montefabbri**, cuya disposición urbanística medieval le proporciona una visión sugerente. Continuando nos encontramos con el burgo de **Corinaldo**, una obra de arte colectiva, que presume de tener una muralla que le rodea de casi 1 km, perfectamente conservada; en sus cercanías, surge el burgo de **Offagna**, cuyo encantador centro histórico está recluido en el interior de las antiguas Murallas del Castillo, que resale al sXII. En la provincia de Macerata, enrocados en las verdes y redondeadas colinas, surgen **Matelica**, donde hoy tradiciones e historia conviven con la innovación y el desarrollo, y **Montecosaro**, que con su castillo en la cima de la colina parece que tienda hacia el cielo. En el interior se encuentran: el burgo de **Esanatoglia**, conocida como la *città filetta*, que con sus siete campanarios y sus muros domina el valle del río Esino; **Cingoli**, conocida también como 'el balcón de las Marcas', cuyo centro histórico se encuentra a 631 mt de altitud y que acoge una obra de arte de Lorenzo Lotto, la Madonna del Rosario; **Treia**, cuyos muros del sXII junto a los palacios neoclásicos constituye un pueblo elegante. Continuando enrocándose en una colina aparecen **Montecassiano** y **Montelupone**, uno de los pequeños centros que mejor han conservado los testimonios de la propia historia, con el muro castellano y las cuatro puertas de ingreso. Aún más al sur en la provincia de Macerata, en un áreas más elevada, cerca de Sassotetto surge el burgo de **Sarnano**, famoso por sus fuentes termales. No muy lejos se encuentra **San Ginesio**, otro pueblecito amurallado con una plaza magnífica que se erige en un fondo azul de los Montes

Sibilinos donde tiene sede también el burgo de **Visso**, situado a más de 600 m de cuota, sede del Parque Nacional de los Montes Sibilinos. En la provincia de Ascoli Piceno, en cambio, encontramos: **Moresco y Montefiore dell'Aso**, erigidas en laderas contrapuestas del valle del río Aso. En Moresco se alza una particular torre heptagonal mientras que en Montefiore se conservan bien algunos torreones y algunas puertas de la cinta original que resale a los siglos XV y XVI, además del polo museal de S. Francesco que conserva un espléndido Tríptico de Carlo Crivelli Desplazándose hacia la costa están **Grottammare** con su burgo enrocado en una altura a pico sobre las aguas y, más hacia el interior, **Offida**, encerrado por un círculo de muros castellanos.

En Las Marcas además ondean hasta **17 Banderas Naranjas**, marca de calidad turística-medioambiental otorgado por el *Touring Club Italiano*, a los pequeños municipios del interior que se distinguen por un oferta de excelencia y por una acogida de calidad. Entre estos: *en collina*, además de los ya citados, **Corinaldo, Gradara, Mondavio, Montecassiano, Monte Lupone y San Ginesio** se colocan entre **Acquaviva Picena**, de indiscutible atractivo medieval, y **Camerino**, sede de la Universidad que ocupa el Palazzo Ducale de origen medieval, rica de obras de escultura y pintura del sXIV y sXV en sus museos y de una extraordinaria tela de G. B. Tiepolo en la iglesia de S.Filippo representando *la Aparición de la Virgen a S. Filippo*; **Monterubbiano**, de origen antiguo donde se han hallado muestras del paleolítico y neolítico; **Ostra**, con sus murallas intercaladas por puertas imponentes, y **Ripatransone**, famosa por su situación panorámica con sus viñedos que se extienden hasta que desaparecen de nuestra vista; **Staffolo y Urbisaglia**, donde surge una imponente roca que resale al s XIV, de indiscutible atracción así como la sede del Parco arqueológico estatal de la ciudad romana de Urbs Salvia. . *En montagna*, hay que visitar **Genga**, de origen antiquísimo, conocida por las Grutas de Frasassi, **Mercatello sul Metauro**, de gran interés por sus construcciones antiguas conservadas con cuidado, entre los que destacan los espectaculares edificios sagrados, **Pievebovigliana**, rica de muestras arqueológicas que resalen al sIV sec. a.C., y **Sarnano**.

Por toda la región, hay instalaciones de **agroturismo y residencias de campo**, o *country house*, la mayoría de las cuales abiertas de abril a octubre, donde se pueden pasar breves o largos periodos de tiempo, comprar **productos biológicos** y degustar **los platos de la tradición de las Marcas**. Poderes con antiguas casas patronales, signo tangible del pasado de aparcería, empresas agrícolas en plena actividad, molinos originales, auténticas casa coloniales, algunas lujosamente reestructuradas, o elegantes monasterios y castillos, inmersos en paisajes encantadores, rodeados por bosques, prados, viñedos, olivos, pueden ser el ángulo perfecto y la demora ideal para una vacación con ánimo de descubrir la naturaleza y el relax. El territorio, de hecho, ofrece numerosas soluciones, a partir de sencillos y saludables recorridos a pie hasta itinerarios más articulados, ideales para los amantes del *trekking*, de la *mountain-bike* y del caballo, que se desarrollan en las **colinas** y en los campos circundantes, entre lagos, ríos, **montañas** y otras bellezas naturales únicas.

Para quien en cambio desea regenerarse espiritual y corporalmente, las Marcas ponen a su disposición establecimientos termales, donde concederse masajes y baños en saludables aguas termales.

Numerosos son los eventos y **revocaciones históricas** que se desarrollan en los centros ciudadanos, las espectaculares **fiestas, ligadas a recurrencias religiosas o ferias**. Cada año, de hecho, las Marcas vuelen a vivir la magia del pasado, entre carreras a caballo y desfiles en trajes de época, proponiendo elocuentes recuerdos de hechos históricos, que se desarrollan en los centros de ciudades antiguas (entre las cuales la famosa *Quintana* en Ascoli Piceno) y las espectaculares fiestas ligadas a festividades religiosas o al Carnaval (como en Fano, Ascoli Piceno y Offida). Sentirse encerrado en el tiempo y de gran atractivo son algunas manifestaciones ligadas a festividades especiales. Sugerentes por ejemplo los **Pesebres vivientes**, entre los que destaca el de Genga, organizado en la escenográfica Garganta de Frasassi e interesantes también son los tres principales **museos** del Pesebre, situados a poca distancia uno de otro en Morrovalle, Macerata y Tolentino.



## **El mar**

De largas y arenosas playas a los acantilados a pico sobre el mar

Las Marcas ofrecen hasta **180 kilómetros de costa**, **26 localidades playeras** que asoman al mar Adriático y que se caracterizan por bellísimas playas, pintorescas bahías, **9 puertos turísticos** y **16 banderas azules** que certifican la calidad de sus aguas y de sus servicios. La variedad del paisaje permite a quien decide concederse una vacación en el mar no sólo escoger entre los diversos tipos de playa si no también visitar las bellezas naturales del interior que propone numerosos itinerarios en los *Pueblos Altos* o en los centros urbanos para descubrir el rico patrimonio histórico cultural. Los centros balnearios ofrecen servicios pensados para satisfacer las exigencias ya de las familias como de los jóvenes, conservando sin embargo una dimensión a medida del hombre. Construidos respetando el territorio, en armonía con éste, es la meta ideal para pasar unas vacaciones para quien va buscando el relax.

El paisaje costero de las Marcas, tan mutable en las formas y como en los colores, regala un viaje lleno de emociones, de largas playas de arena finísima y pequeñas bahías rocosas, con arrecifes y palmas, hasta los blancos acantilados que se precipitan en el azul del Adriático que parece enmarcado entre el verde intenso de los campos cercanos y el ocre de los larguísimos arenales.

La costa septentrional, la así llamada **Riviera de las colinas**, se caracteriza por promontorios, ensenadas y calas que dan vida a un paisaje de gran impacto visual. Las playas son suaves y blancas, en particular la larga playa de **Gabicce Mare**. De aquí parte una sugerente carretera rica de figuras y panoramas espectaculares en el corazón del **Parque Regional del Monte San Bartolo**, que va desenredándose a lo largo de 20 km hasta alcanzar otros encantadores recintos playeros, como **Pesaro** y acariciando pueblos pintorescos de pescadores como **Casteldimezzo**, **Fiorenzuola di Focara** y **Santa Marina Alta**.

Siguiendo hacia el sur, se llega a la costa de *Ancona*, donde se encuentra **Senigallia**, ciudad de origen antiguo y famosa por su *playa de terciopelo*: 12 km de arena cándida y fina, meta ideal para el turismo balneario también gracias a los numerosos albergues, a los establecimientos playeros preparados y a los conocidos restaurantes. Continuando se llega a **Ancona**, ciudad de fuertes tradiciones marineras situadas en uno de los tramos más bellos del litoral adriático, la **Riviera del Conero**, que tiene sede en el homónimo parque regional, con un alternarse de bahías, vertiginosas paredes rocosas y playas protegidas. No hay que perderse la playa de *Due Sorelle*, se llama así por dos grandiosos espolones rocosos que se erigen majestuosos de las aguas. La especial colocación geográfica del territorio permite además asistir a un espectáculo único e increíble: de hecho es posible disfrutar tanto al alba como al atardecer del mar. El verde promontorio de *Monte Conero*, que se refleja en el mar ofrece un espectáculo de rara sugestión, interrumpiendo el andamio uniforme del litoral con un agradable alternarse de playas de grava fina, escollos y vertiginosas paredes rocosas que se precipitan en el mar.

Continuamos y llegamos a la *costa de Macerata* con **Porto Recanati**, mejor conocida como *salón de la riviera*, una moderna estación balnearia donde coexisten en dulce armonía, por una parte, eficientes y modernas estructuras hoteleras y por otra lugares sugerentes y pintorescos del viejo burgo marinero, formado en torno al *Castello Svevo del sXV*, con un arenal y grava de 8 km de largo. Enseguida se encuentra **Civitanova Marche**, con una larga playa arenosa en el norte, pedregosa al sur, dividida por el puerto de pescadores y por el turístico. El centro costero ofrece la posibilidad de practicar diferentes deportes, visitar locales de moda y dedicarse a las compras en los numerosos outlet presentes en la zona de prestigiosas marcas del *made in Italy*.

Encantador **Porto Sant'Elpidio**, un antiguo pueblo marinero, convertido en una preparada localidad playera en donde empieza la llamada **Verde riviera picena**, con playas de arena y grava acariciadas por un mar transparente, rodeadas de verdes colinas. En esta riviera todavía es posible encontrar auténticos pueblos de pescadores y estructuras playeras como **Porto San Giorgio** y **Lido di Fermo** hasta llegar a **Pedaso**.

Siguiendo por el sur se llega a la última parte del litoral de las Marcas, en la conocida como **Riviera delle Palme**, entre **Cupra Marittima**, **Grottammare** y **San Benedetto del Tronto**. Conocida por la amplitud de sus playas, el verde de las palmas (unas 7.000) y los viejos pueblos medievales todavía habitados, verdaderas terrazas naturales en el mar, es la meta preferida por el turismo familiar, gracias a la belleza del pinar, a su suave arena, a la tranquilidad del ambiente. De aquí en adelante hay un paisaje típicamente mediterráneo: arbustos siempreverdes, palmas, *bouganvillas* y oleandros, expresión de una rigurosa vegetación, rica de esencias exóticas y perfumes de ultramar. Una pista ciclista lleva a **Grottammare**, la *Perla*, conocida como el *pueblo de los naranjos*, con 5 km de playa fina y arenosa.

La larguísima playa representa también uno de los atractivos de **San Benedetto del Tronto**, conocida estructura playera rodeada por el verde relajante de las innumerables palmas. Reina del mar, cuya historia está perfectamente contada en los numerosos museos de la ciudad entre los que destacan el Museo de la Cultura Marinera. Amplios arenales arenosos caracterizan también **Porto d'Ascoli**, extremo límite meridional de la región.

En los centros balnearios de la región se pueden practicar **distintos deportes**: windsurf, esquí náutico, vela, actividades submarinas, kitesurf, natación y beach volley. Además, el mar, habitado por una rica y variada fauna ictica, es un lugar ideal para efectuar magníficas exploraciones subacuáticas, con el apoyo de cualificadas escuelas y numerosos diving presentes en toda la costa y dotados de eficientes estaciones de recarga, capaces de garantizar materiales de calidad y asistencia para cualquier nivel de inmersión.

Las Marcas presumen de tener hasta **16 Banderas Azules**, símbolo de un turismo sano y sostenible, fruto de una política atenta al medioambiente. De hecho hay modernas instalaciones de depuración, de recogida diferenciada de residuos urbanos, la organización de iniciativas medioambientales como el tráfico limitado, amplias islas peatonales, pista ciclistas, cursos de educación medioambiental para los jóvenes, el cuidado del mobiliario urbano.

A lo largo de los 180 kilómetros de costa de las Marcas se puede atracar en **9 puertos turísticos**, distribuidos por todo el territorio regional. En la provincia de Pesaro Urbino se encuentran en Gabicce Mare, Pesaro y Fano, en la provincia de Ancona en Senigallia, Ancona y Numana, en la provincia de Macerata en Civitanova Marche, en la provincia de Fermo en **Porto San Giorgio**, el **puerto turístico más preparado del Adriático Italiano**, con hasta 900 amarraderos, e finalmente, en la provincia de Ascoli Piceno en San Benedetto del Tronto. La capacidad global es de unos 5.000 atraques.

#### **Turismo Marche**

Via Gentile da Fabriano , 9

60125 Ancona

Tel.+39 071 8062710- 2431 Fax +39 0718062318 - 2154

e-mail: [comunicazione.turismo@regione.marche.it](mailto:comunicazione.turismo@regione.marche.it)

[www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it)

## **Enogastronomía**

### Hacia el descubrimiento de gustos y sabores auténticos

Las Marcas, en campo enogastronómico, representa una realidad única y pueden ser considerada como la síntesis de las delicias italianas reagrupadas en una tierra única, *Italia en una región*. De hecho, precisamente en virtud de la conformación del territorio tan variado y articulado, dominado por los montes que y mira al mar, donde se pueden encontrar diversas tradiciones culinarias, resultado de la feliz unión entre naturaleza, tradiciones y cultura. Las Marcas goza de una tradición gastronómica a base de ingredientes sencillos y genuinos, de sabores únicos, donde a platos de sabores fuertes y decisivos, básicamente de carne, se alternan platos a base de crustáceos, pescado azul y marisco.

**Trufa.** Las Marcas son una de las pocas regiones italianas que presumen de una producción excelente de todas las principales especias de trufa. La **trufa blanca**, la más apreciada, se encuentra sobre todo en Sant'Angelo in Vado y Acqualagna, en las provincias de Pesaro y Urbino. La **trufa negra** en cambio está difundida sobre todo en Acqualagna, Cagli, Acquasanta Terme, Roccafluvione, Comunanza, Montefortino, Camerino y Visso. Muy difundida, en el monte, la recogida de **setas**. Las especies comestibles son numerosas: los porcini, las setas de San Jorge, los óvulos buenos, las esponjas, los champiñones, los anacates, las amanita vittadinii, los parasoles y los nebbioli.

**Embutidos.** La historia de los embutidos está íntimamente ligada a los orígenes de labranza de la población, que utilizaba casi todas las partes del cerdo para alimentarse, sin desaprovechar ninguna. De aquí tienen origen los dos tipos de embutido más típicos del territorio, el de **Fabriano**, tan amado por Garibaldi, encuentra su origen en las mejores carnes, el de la paletilla y el del pernil que se cortan y salan para luego ser rellenos y embutirlos en las tripas de cerdo; y el **ciauscolo**, difundido sobre todo en la provincia de Macerata, producto IGP (*Identificación Geográfica Protegida*), el relleno se macera y amalgama con la carne con la cual forma una pasta homogénea y que puede untarse en el pan.

Otros productos son la **coppa di testa**, el **mazzafegato**, **los higaditos** y **la "salsiccia matta"**. La bondad de las carnes de cerdo criado en las Marcas procede indudablemente de su alimentación y de cómo va sacrificado. Entre los productos más apreciados se mencionan la **lonza**, el **lonzino**, el **capocollo** la **pancetta arrotolata** y la **porchetta**. El **jamón**, uno de los elementos de mayor valor del cerdo, se produce en todo el territorio. El **jamón de Carpegna** es uno de los embutidos más conocidos más conocidos y solicitados tanto en Italia como en el extranjero, gracias también a su reconocimiento europeo DOP de 2006. **Aceite.** Gracias a las 7.200 hectáreas de olivos, Las Marcas son una región especialmente avocada a la producción de aceite por las grandes organolépticas. Se caracteriza por un frutado medio, de gusto equilibrado con notas de amargo y picante. Entre las variedades autóctonas hay que recordar la Coroncina, el Piantonoe di Falerone, el Piantone di Mogliano, el Sargano di Fermo, la Orbetana, la Mignola, la Carboncella, la Raggia, la Raggiola y **el aceite de Cartoceto**, que está reconocido como **DOP** (*Denominación de Origen Protegido*). La calidad del aceite está ligada indisolublemente a la aceituna: muy apreciada la ternera de Ascoli, considerada la mejor aceituna verde de mesa, conocida en su versión de salmuera, rellena y frita "all'ascolana".

**Quesos.** Es una tierra rica de pastos donde el ganado se alimenta de modo natural, y en la que se produce una leche rica y sana. Por tanto son numerosos los quesos de leche de vaca, oveja, cabra y mixtos, producidos en las distintas zonas del territorio de las Marcas, como el **casecc**, el **caprino**, el **slattato**, el **raviggiolo**, el **quark**, las **ricottine** y el **cacio** en forma de limón. Muy particulares son el **pecorino**, característico en todas las zonas de montaña, cuyo cuajo va aromatizado con mejorana, tomillo, brotes de rovo, clavo, nuez moscada, pimienta, aceite, yema y pecorino rallado. En el norte de

la región, además, se encuentra también el pecorino conservado en botes de roble, donde se deja reposar tres meses envuelto en hojas de nuez o en bandas junto a hierbas aromáticas u orujos de uva. Muy renombrada también la **casciotta de Urbino**, muy querida por Miguel Ángel, cuyos orígenes resalen al 1500. Se produce con leche de oveja y de vaca, añadiendo levaduras y cuajo. Las formas se introducen en salmuera y se dejan en un mes especialmente locales de conservación, a temperatura de humedad controlada. Es el único queso de las Marcas que presume de una denominación de origen protegida (DOP).

**Vinos y destilados.** Las colinas de Las Marcas son el territorio ideal para la cultivación de viñas y la producción de uvas azucaradas y perfumadas, ideales para obtener vinos de excelente calidad. Cuenta con una gran variedad de **vinos** producidos en la región: **15 vinos doc** (*Bianchetto del Metauro, Colli Maceratesi, Colli Pesaresi, Esino, Falerio, I Terreni di San Severino, Lacrima di Morro d'Alba, Terre di Offida, Pergola, Rosso Conero, Serrapetrona, Rosso Piceno, Verdicchio dei Castelli di Jesi y Verdicchio di Matelica*), **5 vinos docg** (*Conero, Offida, Vernaccia di Serrapetrona, Castelli di Jesi Verdicchio Riserva, Verdicchio di Matelica Riserva*) y **1 vino IGT** "Marche". Son numerosas las fiestas y ferias ligadas a la celebración del vino así como los itinerarios que se encuentran por el territorio para degustar juntos arte, tradición y cultura. No hay que perderse la visita a la Enoteca Regional de las Marcas de Jesi y Offida.

La destilación en Las Marcas tiene un origen antiquísimo gracias a los monjes que, a partir del sXV, se dedicaban con pasión y talento a la creación de bebidas regeneradoras. **Los licores al anís** son más conocidos: el **Mistrà** y el **Anisetta** tienen su origen en su uso para aromatizar el alcohol, extraído de los residuos de uva, con sus esencias. En Fano, la **Moretta Fanese** tiene una historia particular: originalmente se trataba de una fórmula de brandy, anís y ron inventada en un bar del puerto, para corregir el café de los marineros antes de salir al mar o tras la vuelta de pescar y por lo tanto tenía que ser fuerte y regenerador. De las tradiciones campesinas del interior, en cambio, derivan el **vin cotto**, la **sapa**, el **vin santo**, y el **visner o vino de visciole**.

**Dulces.** El carácter auténtico de la cocina de las Marcas encuentra una feliz expresión también en los **dulces**, que se distinguen por la utilización de materias primas del territorio y por su sencillez de preparación. Normalmente contienen poco azúcar, porque hace un tiempo se trataba de un bien valioso que había que usar con moderación y la miel tenía el deber de dulcificar los ingredientes. Son casi todos de matriz campesina venían realizados con ocasión del Carnaval, de una recurrencia religiosa o por eventos ligados a las distintas estaciones. *Castagnole, Biscotti al vino, Marocchini, Sciughetti o polenta de mosto, Bostrengo, Salame di fichi, Frustingo, Ciambellone, Pizza sbattuta, Cicerchiata, Ravioli de castañas, Funghetti di Offida, Calcioni o Piconi, Frappe, croccante con las almendras o con las nueces, cavallucci di Cingoli, la Cicerchiata etc...*

**Pescado.** El plato regional a base de pescado más famoso es el brodetto, cuya receta puede variar de una localidad a otra: ricetta: all'**Anconetana**, alla **Fanese**, alla **San Benedettese** y el de **Porto Recanati**. También son platos muy famosos: le code di rospo in potacchio (colas de sapo), o sea en aceite, ajo y romero; las sepias con guisantes; el pescado seco all'Anconitana; las berenjenas con las anchoas; las anchoas marinadas; la tortilla de anchoas; la caballa al tomate.

En las Marcas son además muy conocidas: la miel, los productos horto-frutícolas y los productos biológicos.

### **Itinerarios**

Las **Vías del vino**. Los sabores del vino, la fascinación de las colinas y de los tesoros del territorio, en las huellas de los vinos más representativos del territorio: la *Via del Rosso Conero*, la *Via del Verdicchio di Matelica*, la *Via del Rosso Piceno* ([www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it))

Las **Ciudades del aceite**. La cultura, la historia del olivo y del aceite de oliva de calidad  
([www.cittadellolio.it](http://www.cittadellolio.it))

Las **Ciudades de la miel**. Una antigua tradición de gran calidad para descubrir más de 30 tipos  
diferentes de miel ([www.cittadelmiele.it](http://www.cittadelmiele.it))

Las **Ciudades del vino**. Historia, cultura, paisaje, producciones típicas y artesanales de los principales  
lugares ligados al vino ([www.cittadelvino.it](http://www.cittadelvino.it))

Las **Enotecas regionales**. Etapa obligada para conocer el patrimonio enológico.

**Turismo Marche**

Via Gentile da Fabriano , 9

60125 Ancona

Tel.+39 071 8062710- 2431 Fax +39 0718062318- 2154

e-mail: [comunicazione.turismo@regione.marche.it](mailto:comunicazione.turismo@regione.marche.it)

[www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it)

## **La naturaleza: un mundo incontaminado**

2 parques nacionales, 4 parques regionales y 6 reservas naturales

La Región de las Marcas se extiende inicialmente por llanuras para luego irse ondulando dulcemente y acabar a los pies del Monte Conero, con precipicios al mar, abriéndose entre ordenados viñedos, colinas verdes, montes recubiertos de densos bosques y altiplanos rocosos. A los amantes del agua y del sol Las Marcas ofrece playas largas y arenosas pero también románticas calitas rocosas. En el interior, en cambio, se encuentra un paisaje extraordinario, hecho de colinas verdes y doradas, arropado por bosques y prados que se alternan en dulce armonía a ordenados campos de trigo y olivos. Al oeste velan seguros los Apeninos y al sur las cimas altivas de los Montes Sibillinos, que superan los dos mil metros. Estos últimos hacen que el corazón bata fuerte a los apasionados de botánica, a los amantes de las excursiones y del trekking.

En las Marcas existe un extraordinario complejo subterráneo de cavidades naturales de proporciones tan importantes y del impacto tan sugerente para constituir por sí solo motivo de viaje. Se trata de las **Grutas de Frasassi**, en las cercanías de Genga, uno de los más extensos e interesantes monumentos naturales de Italia, constituido por un continuarse de antros y cavidades subterráneas de tipo cársico, descubiertas por el grupo espeleológico CAI di Ancona,.

Las Marcas son además famosas por la extensión de las zonas tuteladas, que llegan casi a recubrir una superficie equivalente a 86.630 hectáreas. La Región, de hecho, presume de un número excepcional entre parques nacionales y regionales y reservas naturales, instituidos entre los años '80 y '90 del sXX. Presumen de bien **2 parques nacionales** (*Montes Sibillinos y Gran Sasso y Montes de la Laga*), **4 parques regionales** (*Sasso Simone y Simoncello, Gola della Rossa y de Frasassi, Monte San Bartolo y Monte Conero*) y **6 reservas naturales** (*Abadía de Fiastra, Montaña del Torrichio, Garganta del Furlo y Ripa Bianca, Sentina, Monte San Vicino y Monte Canfai*). Las áreas protegidas se distinguen por una buena gestión y un excelente mantenimiento ya sea de bosques y senderos como en lo que se refiere a las estructuras de acogida y de información. En primavera, los Parques se revisten de la rigurosa flora de los Apeninos, como el lirio martagón, la estrella alpina, las orquídeas, la uva ursina y el sauce enano, considerado el árbol más pequeño del mundo. Los bosques se pueblan de diversas especies animales, como el lobo, el gato salvaje, el erizo, el ciervo, la gamuza de los Apeninos, el águila real, el halcón, el buho real, el halcón peregrino, el pájaro trepador azul y en algunas zonas el oso. Las zonas protegidas, sin embargo, presentan características profundamente diversas y también en su interior conviven microclimas especies de flores y fauna bastante diferentes. La numerosa presencia de distintas especies de pájaros además hace de estos lugares que sean zonas predilectas por los amantes del *bird watching*.

Las Marcas ofrecen al visitante la posibilidad de disfrutar de extraordinarias bellezas naturales, además de ser la sede ideal para practicar numerosos deportes. Las montañas del Apenino de hecho, regalan a los apasionados de la nieve pistas ideales para practicar tanto el **esquí alpino** como el **esquí de fondo**, a lo largo de los recorridos de distintas longitudes y dificultades. En los montes Sibillinos hay también ambientes adaptados a disciplinas más técnicas como el **esquí-excursionístico** y el **esquí-alpinismo**. En las otras estaciones estas espléndidas localidades de montaña se transforman y se puede practicar el excursionismo a pie, a caballo o en **mountain-bike**, siguiendo los itinerarios organizados por los numerosos centros de educación medioambiental; o se puede escoger entre las otras actividades deportivas, como el vuelo libre, los deportes acuáticos más aventureros, como el rafting, la escalada y el torrentismo.

## **Deporte y tiempo libre**

En forma física entre naturaleza y diversión

La Región Marcas es el territorio ideal para los amantes del deporte o de quien sencillamente ama practicar actividades al aire libre. Para mantenerse en forma, para reencontrar el bienestar o sencillamente para divertirse. La conformación particular del territorio, muy articulado y variado, permite pasar en el arco de pocas horas del mar a la colina hasta alcanzar las pendientes de las montañas, ofreciendo por lo tanto numerosas oportunidades para practicar la disciplina deportiva preferida. En el curso de una jornada es posible alternar **excursiones subacuáticas**, sugerentes recorridos a **caballo** o en **mountain bike**, o participar en un torneo de **voley-playa** para luego enfrentarse con el **free climbing**, escalar los blancos precipicios sobre el mar. Y no sólo: la oferta varía todavía de la **canoa** a la **petanca**, del **patinaje** al **vuelo**, de los **bolos** al **golf**, de la **espeleología** al  **tiro con arco**. En resumen, seguramente en Las Marcas no faltan las ocasiones para hacer una inmersión en la naturaleza y emplear el propio tiempo libre de modo divertido, conociendo otras personas y mejorando la propia forma física.

La relación entre Las Marcas y el deporte es muy estrecha: en algunas disciplinas deportivas como el **motociclismo**, la **esgrima**, la **natación**, el **baloncesto**, la **gimnasia rítmica**, la **voleibol**, el **ping-pong**, Las Marcas destacan a nivel internacional con **campeones dignos del oro olímpico**, signo del empeño deportivo y de competición de una población tenaz acostumbrada a confiar en las propia capacidad. Pensemos en *Valentina Vezzali, la atleta italiana que ha ganado más medallas de oro en las Olimpiadas de todos los tiempos. Valentino Rossi, centauro primer italiano en ganar el Mundial en tres categorías distintas. Roberto Mancini y Massimo Ambrosini campeones en el ámbito del fútbol y Filippo Magnini por la natación. Y en mérito a los equipos regionales, excelencias como la Lube para el voley o la Sutor Premiata Montegranaro por el baloncesto mantienen alto el nombre de Las Marcas en Italia y en el mundo.*

Pero en Las Marcas el deporte representa sobre todo una ocasión de crecimiento y un formidable instrumento de conocimiento y de solidaridad, porque todos, aun cuando alguien es **diversamente hábil**, puede practicar cualquier tipo de disciplina deportiva.

**Deportes invernales.** Las cimas nevadas del lado de los Apeninos regalan a los apasionados de la nieve pistas de ensueño, donde divertirse practicando todos los deportes invernales. Muchas de las diez localidades de esquí de la región pertenecen a las provincias de Macerata y Ascoli Piceno pero las provincias de Pesaro y Urbino ofrecen instalaciones y pistas de gran nivel. Durante la temporada invernal es posible practicar tanto el **esquí alpino** (o nórdico) como el **esquí de fondo**, a lo largo de pintorescos recorridos de distinta longitud y dificultades. En los montes Sibilinos hay además ambientes más salvajes y montañosos adecuados para disciplinas más técnicas como el **esquí-de excursión** y el **esquí-alpinismo**.

**Trekking.** Las montañas y las colinas de las Marcas ofrecen la posibilidad de vivir experiencias únicas, hacer inmersiones en la naturaleza, salir al descubrimiento de nuevos olores, sonidos y colores auténticos, y también tener un estrecho contacto con un patrimonio rico de historia, tradiciones, arte y cultura. En el curso de un paseo, o entre un descenso y otro, no hay que perderse de ninguna manera la ocasión de visitar los encantadores pueblos diseminados por el territorio para descubrir la auténtica belleza y para conocer el gran valor histórico-artístico del interior, saboreando los platos típicos de una tradición local, consolidada y genuina. Cuando la temporada invernal llega a su fin, una densa red de senderos se abre a los apasionados del excursionismo: son numerosos los itinerarios para recorrer a **pie**, a **caballo** o en **mountain-bike**, al descubrimiento del maravilloso territorio que presume de dos parques nacionales, cuatro parques regionales y tres reservas naturales. Los amantes del **trekking** no

pueden en ningún modo perder la ocasión de recorrer, aunque sólo sea durante un breve tramo, la *Gran Excursión por los Apeninos* que sigue la espina dorsal de la península trazando un sugerente recorrido en las Marcas.

Todos los senderos están señalados, modulados según distintos grados de dificultad, para satisfacer las exigencias de los más expertos así como simples amantes. Se pueden recorrer acompañados por profesionales y profundos conocedores del territorio o en plena autonomía, gracias a la densa red de refugios alpinos, todos equipados y rigurosamente auténticos, que ofrecen cobijo y alimento a los escaladores durante sus excursiones.

**Deportes extremos.** Para quien desea satisfacer la propia necesidad de movimiento y la sed de aventura practicando actividades de una alta tasa de adrenalina hay deportes que requieren más esfuerzo a disposición, ya sea a lo largo de la costa como en el interior, como el **vuelo libre**, el **vuelo en delta-plano** y los **saltos en paracaídas**. En el ámbito de los deportes acuáticos para los más valientes y temerarios, en cambio, seguramente hay que probar los ríos que reservan divertidas sorpresas: las aguas del Metauro, por ejemplo, son ideales para los apasionados de la **canoas** y del **kayak**, para tirarse en descensos de vértigo, introducirse en una naturaleza que deja sin respiración. En particular, el tramo entre la *Garganta ei Frasassi* y la *Garganta de la Roja* en las cercanías de Genga representa uno de los recorridos más sugerentes y encantadores desde el punto de vista paisajístico.

**Bici.** Uno de los modos más agradables para visitar la región, es la bicicleta, porque ofrece la posibilidad de apreciar, al mismo tiempo, las bellezas naturales e histórico-artísticas y de saborear las especialidades enogastronómicas típicas, practicando la propia actividad preferida.

No excesivamente intenso desde el punto de vista técnico, Las Marcas regalan a los biker y ciclistas magníficas vistas, desde el verde de los prados se confunde con los mil colores de los cultivos de los campos, con el azul del cielo o del mar en el horizonte, para perderse luego en la sombra de las montañas que se erigen un poco más allá. Más complicados e intensos son los recorridos para *mountain bike* sobre todo los de los alrededores de *Acqualagna*, en el valle alto del *Esino* y en el *Conero*.

**Golf.** Meta ejemplar para los amantes del golf que encuentran en el cuidado manto herbáceo, rico de pequeños espejos de agua, el *green* perfecto en el que ejercitarse. No es casualidad que recientemente se hayan creado en Las Marcas diversos clubes de golf, cuya alta calidad está certificada y controlada periódicamente por las Comisiones deportivas. Además, el paisaje transmite su intrínseca tranquilidad y serenidad favoreciendo así la concentración, elemento fundamental en la práctica de este deporte.

**Equitación.** Los verdes y densos bosques que recubren las colinas son el escenario perfecto para quien desea probar la emoción de descubrir el territorio en silla a caballo, el mejor modo para entrar en contacto con la naturaleza, descubriendo los secretos en plena libertad. Hay numerosas posibilidades para organizar divertidas excursiones, solos o acompañados por un experto guía: de las pequeñas maniobras presentes en los agroturismos a disposición de los visitantes ocasionales, a las escuelas de equitación – presentes en toda la Región en Pesaro, Fano, Senigallia o Ancona – que permiten participar también en cursos cualificados. Las Marcas se distinguen por una gran tradición hípica de la que son testigos los tres hipódromos presentes en el territorio regional (*San Marone* en Civitanova Marche, *Martini* e *Corridonia* y *San Paolo* en Montegiorgio), el documentado *Museo de la Carroza* de Macerata y el *Museo Histórico del Trote* de Civitanova Marche, que, habiendo surgido al lado de las escuderías del hipódromo, alberga reliquias, documentos y trofeos hípicos.

**Deportes acuáticos marinos.** I 180 kilómetros de costa, donde ondean numerosas banderas azules de buena calidad del agua y de las playas, ofrecen también la oportunidad de practicar todos los deportes acuáticos. Las riveras rocosas a los pies del Monte Conero por ejemplo se consideran las mejores para los apasionados de **inmersiones subacuáticas**; en los numerosos puertos a lo largo de la costa se pueden alquilar **barcos de vela** y **de motor** así como servicios para su tripulación, o se agua, corriente eléctrica, baño y ducha. Se pueden realizar **cursos de surf** y **natación subacuática, esquí náutico** y **windsurf**.



## **Termas y bienestar**

Para regenerar espíritu y cuerpo

La tierra de las Marcas es por definición y su natural conformación una tierra auténtica que transmite quietud y serenidad. Es por tanto el lugar ideal para encontrarse y para encontrar el propio equilibrio físico y espiritual. Las nuevas fronteras del *wellness*, a base de hongos y de aguas de las reconocidas propiedades curativas, encuentran en Las Marcas su natural expresión. *Beauty farm*, termas, centros altamente cualificados con solarium, gimnasios, hidromasajes, piscinas, saunas así como puntos especializados en dietología y problemas en las intolerancias alimentarias permiten satisfacer cualquier tipo de petición y encontrar en Las Marcas ese sano bienestar, resultado valioso de un estado de perfecta armonía psíquica y física.

La selección es bastante amplia: de hecho hay numerosas **localidades termales** distribuidas a lo largo de todo el territorio. El agua pura y limpia, o fangosa, hirviendo, rica de preciosas sustancias minerales, es la protagonista indiscutible de cada tratamiento.

El poder de las aguas medicinales de las **Termas de Acquasanta**, asentamiento prerromano situado a lo largo de Salaria, a pocos kilómetros de Ascoli Piceno, era ya conocido para los antiguos romanos. Las benéficas aguas sulfuro-salzo-bromo-yódicas crean y alimentan una piscina situada en una gruta natural, creando una ambiente muy sugerente y transformando cada momento transcurrido en una experiencia única y regeneradora. Hay atrezzo y tratamientos a la vanguardia ya sea para baños de barro y vapor como para la curación de varias patologías.

En el interior del Parco Regionale del Cònero se encuentran en cambio las **Termas de Aspigo**, a base de aguas frías salzo-bromo-yódicas, alimentadas por bien cuatro diferentes fuentes: la Forte, la Nuovo, la Santa Maria y la Regina. La importancia y las virtudes terapéuticas de estas aguas derivan de la presencia de diversas sales minerales y del complejo de todas sus características.

Siempre en la provincia de Ancona se encuentran las **Termas de San Vittore delle Chiuse**, situadas a los pies de la sugerente *Garganta de Frasassi*, atravesada por el río Sentino y en las inmediatas cercanías de la homónimas *Grutas* y de la románica *Abdía de S. Vittore*. En el establecimiento se pueden efectuar múltiples curas de barro en los baños, de los *humages* a las nebulizaciones, hasta masajes y tratamientos estéticos.

En Fano, en la provincia de Pesaro Urbino, tienen su origen las **Termas de Carignano** en un maravilloso parque natural con árboles centenarios y resinosos que hacen que el aire se vuelva balsámico y saludable, entre las rigurosas colinas entre Pesaro y Fano. Siempre en la provincia de Pesaro Urbino también están las **Pitinum Thermae**, en Macerata Feltria, un moderno complejo de curas termales ideales ya sea con un fin preventivo o terapéutico o de rehabilitación. Hay que probar los masajes drenantes, antiestrés y orientales a obra de cualificados profesionales de hábiles y sabias manos. Para completar el recorrido del bienestar, además se pueden solicitar a médicos especializados específicos consultas y recorridos gímnicos para alcanzar en un breve periodo de tiempo una completa recuperación de la forma física perdida.

Las **Termas de Montegrimano**, resalen a tiempos muy antiguos, como testimonio la presencia de depósitos de recogida y de otras estructuras de construcción de la época romana, realizadas en las cercanías de la zona termal. Entre las muchas curas de este establecimiento cuenta también con la

vinoterapia que incluye una rica gama de tratamientos y cuidados que se basan en el empleo de los derivados de las viñas como la uva, las hojas y el vino.

En Petranio las aguas sulfuro-salzo-bicarbonato-alcálinas-terrosas de las **Termas de Raffaello**, únicas en el mundo por la elevada concentración de minerales, son milagrosas y eficaces; la existencia de piscinas termales, con temperaturas diferenciadas, de hidromasajes y de juegos de agua completan el recorrido, garantizando una pausa a la búsqueda del relax y del bienestar.

En la provincia de Macerata, se encuentran las **Termas de Sarnano**, muy conocidas por su calidad y las aplicaciones de las aguas, entre ellas la bicarbonato-calcica oligomineral de *San Giacomo*, la sulfurosa- salsa de Terro y la bicarbonato- calcica *Tre Santi*; las **Termas Santa Lucia**, a 3 km de **Tolentino**, inmersas en un paisaje que deja sin aliento, en una colina, al lado de un denso bosque centenario, en un amplio parque dotado también en un área equipada para los niños. En Fermo finalmente están las **Termas de Torre di Palme**, conocidas por el agua medimineral bicarbonato-alcálica, fácilmente digerible, gracias a su ligereza.

El éxito de diez establecimientos termales de las Marcas, además de sus propiedades certificadas y la calidad de sus aguas y a la rica selección de tratamientos y cuidados, se debe también a su capacidad de acercar las personas a la naturaleza, favoreciendo un modo de vivir sano, que de hecho hoy representa una exigencia cada vez más sentida y compartida.

Por lo tanto, un viaje por las Marcas es un **viaje en el bienestar**, que aquí significa *star bene*, vivir bien, y prestar atención a la calidad de la vida. No por casualidad son muy numerosos en el territorio los centros y ambulatorios de rehabilitación, de terapia física y de Medicina del Deporte, además de una vasta gama de actividades deportivas y culturales y espacios equipados para la ocasión y reservados a los niños.

## Informaciones útiles

Las Marcas es una región de Italia central cuya capital es Ancona. Limita con Emilia-Romagna, la República de San Marino, Toscana, Umbria, Abruzzo, Lazio y el Mar Adriático.

**Superficie** 9.366 km<sup>2</sup>

**Habitantes** 1.559.542

### Habitantes divididos por provincia:

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

### Capitales de provincia:

Ancona  
Pesaro Urbino  
Macerata  
Fermo  
Ascoli Piceno

### Estructuras receptoras

<b>Hotel</b>	847
<b>Agroturismos</b>	713
<b>Ejercicios receptores turismo rural</b>	273
<b>B&amp;B</b>	1182
<b>Hostales para jóvenes</b>	33
<b>Complejos turísticos</b>	14
<b>Campings</b>	93
<b>Residencias turísticas</b>	46
<b>Refugios</b>	13
<b>Alojamientos en alquiler para las vacaciones</b>	395
<b>Establecimientos balnearios</b>	830
<b>Otros centros receptores (agrocampings, otro)</b>	110
<b>Areas de estacionamiento</b>	71

### Clima

Clima suave durante todo el año. Las temperaturas varían según el territorio, siendo más rígidas en el interior, en la zona montañosa, y más suaves en la costa. Frecuentes lluvias en primavera y otoño.



## DESCUBRE LAS MARCAS CON LOS SISTEMAS INNOVADORES

### APLICACIÓN MÓVIL

#### *Marcas Móvil*

Se puede descubrir Las Marcas ya sea a través de su propio portal [www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it) como a través de las nuevas tecnologías y de los social network.



La aplicación para el teléfono "*Marche Mobile*", es un instrumento útil y práctico para guiar a los turistas en el descubrimiento del territorio, de las tradiciones, de la cultura, en resumidas cuentas de todas las excelencias de las Marcas, además de una válida guía informativa.

Descarga la **App de Apple Store** buscando Regione Marche o accede a la web app a través de la dirección <http://m.turismo.marche.it> o utiliza el qr code.

Numerosos son los contenidos que pueden usarse a través de la aplicación, disponibles tanto en italiano como en inglés.

Un simple click le permitirá consultar los puntos de interés más cercanos con la búsqueda de texto y detalles de referencia que se pueden usar fácilmente: los lugares dónde poder alojarse con indicación de las más cercanas a ti, numerosos itinerarios para descubrir las bellezas artísticas, históricas y culturales de la Región de Las Marcas, eventos en programa en los distintos municipios, multimedia, previsiones, meteorología para tres días, informaciones útiles (centros IAT, números de emergencia, wi-fi, puntos Internet, puertos, taxis, transporte público, ... ).

### SIGUE LA REGIÓN DE LAS MARCAS EN TWITTER



La Región además tiene una cuenta en Twitter: **@MarcheTourism**, un canal de encuentro y una ocasión de colaboración que permite comunicarse directamente con operadores y t turistas.

#### **Turismo Marche**

Via Gentile da Fabriano , 9  
60125 Ancona

Tel.+39 071 8062710- 2431Fax +39 0718062318- 2154

e-mail: [comunicazione.turismo@regione.marche.it](mailto:comunicazione.turismo@regione.marche.it)

[www.turismo.marche.it](http://www.turismo.marche.it)