

ISTRIA CROATA

La guida completa per tutti

viaggi di



INDICE DELLA GUIDA ISTRIA CROATA

1) PREMESSA O INTRODUZIONE

- 1.1) Brevi cenni storici e culturali

2) COME ARRIVARE IN ISTRIA?

- 2.1) In Auto: libertà, flessibilità e percorsi intelligenti
- 2.2) In aereo: veloce e comodo
- 2.3) In traghetto: un ingresso panoramico
- 2.4) In autobus: economico
- 2.5) Esplora l'Istria con GetYourGuide: Le tue esperienze a portata di click

3) INFORMAZIONI UTILI E CURIOSITA' ISTRIANE, METE INSOLITE. TUTTI I SEGRETI DEL TUO VIAGGIO IN CROAZIA

- 3.1) Come spendere meno in vacanza in Istria dopo l'arrivo dell'euro
- 3.2) Spiagge istriane: consigli pratici per un bagno perfetto
- 3.3) Curiosità Istriane: sapori, tradizioni e tesori nascosti
- 3.4) L'Istria nascosta: avventure e borghi incantati lontano dalla folla
- 3.5) Scoprire l'Istria al di Fuori delle Rotte Consuete
- 3.6) Souvenir dall'Istria: tesori utili e golosi da portare a casa
- 3.7) Consigli per la spesa in Istria: i supermercati più convenienti
- 3.8) La Magia dei Mercatini di Natale in Istria: Dove Trovarli
- 3.9) Glossario essenziale croato-italiano per il tuo viaggio in Istria

4) I 10 MUST DA FARE IN ISTRIA:

- 4.1) La spiaggia Girandella di Rabac
- 4.2) Rovigno: La perla dell'Adriatico
- 4.3) Pola e la maestosità della sua arena
- 4.4) Premantura e la natura selvaggia di Capo Promontore

- [4.5\) Il tartufo di Montona: Un'esperienza per il palato](#)
- [4.6\) La pista pedonabile di Abbazia \(Opatija\)](#)
- [4.7\) Mangiare lo squalo istriano: un sapore unico](#)
- [4.8\) Le grotte dell'Istria: meraviglie carsiche \(Baredine e grotte di Marmore\)](#)
- [4.9\) Alla scoperta dei borghi iconici: Hum \(Colmo\), Bale \(Valle\), Grožnjan \(Grisignana\)](#)
- [4.10\) L'acquario di Pola: il centro di recupero delle tartarughe marine](#)

[5\) ISTRIA MARE COSTA OCCIDENTALE](#)

- [5.1\) Umago \(Umag\)](#)
- [5.2\) Cittanova \(Novigrad\)](#)
- [5.3\) Porec \(Parenzo\)](#)
- [5.4\) Orsera \(Vrsar\)](#)
- [5.5\) Rovigno \(Rovinj\)](#)
- [5.6\) Come risparmiare sulla costa occidentale istriana](#)
- [5.7\) Cosa fare di terapeutico e accessibile](#)

[6\) ISTRIA MARE COSTA MERIDIONALE](#)

- [6.1\) Le spiagge di Verudella \(Verudela\)](#)
- [6.2\) Le spiagge vicino alla città di Pola zona Stoja](#)
- [6.3\) La baia di Medulino \(Medulin\): spiagge e altre località balneari.](#)
- [6.4\) Il parco naturale di Capo Promontore \(Kamenjak\)](#)
- [6.5\) Le spiagge di Fazana vicino Pola e le isole Brioni](#)
- [6.6\) La città di Pola](#)
- [6.7\) Come risparmiare sulla costa meridionale istriana](#)
- [6.8\) Zone terapeutiche e accessibili](#)

[7\) ISTRIA MARE COSTA ORIENTALE](#)

- [7.1\) Abbazia \(Opatija\) e le sue spiagge](#)
- [7.2\) Le spiagge subito dopo Abbazia \(Opatija\): Medea \(Medevja\), Draga di Moschiena \(Moscenika Draga\), il monte maggiore \(Ucka\).](#)
- [7.3\) La spiaggia di Bersezio \(Brsec\)](#)

- [7.4\) Rabac \(Portalbona\) e la Girandella](#)
- [7.5\) Spiaggia di Santa Marina d'Albona \(Sveta Marina\)](#)
- [7.6\) Spiaggia di Ravni](#)
- [7.7\) Spiagge di Koromacno e il fiordo vicino](#)
- [7.8\) Come risparmiare sulla costa orientale istriana](#)
- [7.9\) Zone terapeutiche e accessibili](#)

[8\) ITINERARI IN ISTRIA PER LE TUE VACANZE](#)

- [8.1\) ITINERARIO ISTRIA CLASSICA: FASCINO COSTIERO E STORICO](#)
- [8.2\) ITINERARIO: ISTRIA ENOGASTRONOMICA A TAPPE DI GUSTO](#)
- [8.3\) ITINERARIO: ISTRIA AUTENTICA, NATURALE E SELVAGGIA](#)
- [8.4\) ISTRIA ROMANTICA LONTANO DALLA COSTA](#)
- [8.5\) ISTRIA SEGRETA: IMMERSIONI NELL'ENTROTERRA INSOLITO](#)
- [8.6\) ITINERARIO MARINO: TOUR DELLE SPIAGGE PIU' BELLE](#)
- [8.7\) PER UN ITINERARIO FAI DA TE! COSTRUISCI IL TUO ITINERARIO](#)
- [8.8\) MAPPA RIASSUNTIVA PER ORIENTARSI IN ISTRIA](#)

[9\) APPENDICE](#)

- [9.1\) CARTA COMPLETA DELLE ATTRAZIONI CULTURALI IN ISTRIA](#)

1) PREMESSA O INTRODUZIONE

Benvenuti nella vostra guida completa per scoprire l'incantevole Istria!

Se sognate un viaggio indimenticabile, ma preferite organizzarlo **autonomamente** e secondo i vostri ritmi, allora siete nel posto giusto. Questa guida è il vostro compagno ideale per esplorare la penisola istriana, un vero gioiello dell'Adriatico che unisce storia millenaria, natura selvaggia, mare cristallino e una gastronomia d'eccellenza.

Realizzata dal blog "**Viaggi di Passioni**", esperti in queste destinazioni marine, questa guida è stata pensata per fornirvi tutte le informazioni necessarie per un **viaggio "fai da te" in Istria**.

Che siate amanti del relax in spiaggia, esploratori di antichi borghi, appassionati di enogastronomia o avventurieri alla ricerca di bellezze naturali, qui troverete l'itinerario perfetto, non solo per l'estate ma anche per tutte le altre stagioni (inclusi i mercatini di Natale più autentici da vedere).

L'Istria è una penisola che è per la maggior parte sotto il territorio croato, ad eccezione di un piccolo lembo di costa a Nord confinante con Trieste che appartiene alla Slovenia.

Ne parleremo in un altro contenuto, in questa guida abbiamo preferito concentrarci sull'Istria croata.

Spesso quando si parla di Istria, le persone sono abituate a pensare che siano ancora territori dell'ex Jugoslavia e hanno per questo una diffidenza come se li percepissero strani e non conosciuti.

Ma l'Istria come tutta la Croazia è entrata a far parte dell'Europa da gennaio 2023.

La moneta corrente ora non è più la Kuna ma l'euro e i territori sono sicuri oltre ad essere vicinissimi all'Italia.

Questo però non è l'unico stereotipo legato a questa terra, molti cercano qui spiagge di sabbia bianche e soffici, paragonabili alla Sardegna o al Salento.

Abbandonate completamente questa aspettativa. Non troverete spiagge così, troverete maggiormente spiagge di ciottoli levigati, ghiaia, sassi o scogli. Le spiagge di sabbia presenti sono più simili alla nostra alta costa Adriatica. Ma, il mare ragazzi, è tutta un'altra cosa! I fondali e l'acqua sono in alcuni punti anche più belli della Sardegna. Fidatevi, noi abbiamo girato questi luoghi per molto tempo! Ottima per lo snorkeling, il relax e il panorama, l'Istria non vi deluderà!

Un altro punto dolente di cui ci siamo presi cura in questa guida è l'aspetto legato al portafoglio: da quando è arrivato l'euro i prezzi sono aumentati ma

l'Istria e anche la Croazia, rimangono ancora tra le mete europee più economiche e, quest'ultima è stata premiata come migliore destinazione europea del 2025!

Insomma, nonostante l'aumento dei prezzi il turismo in Croazia e in Istria non molla.

Quindi fidatevi, non troverete le spiagge sabbiose del Salento, ma troverete molto altro di cui vi innamorerete perdutamente: mare, cucina, natura, arte, storia, cultura!

Esploreremo insieme la costa occidentale, orientale e meridionale, vi spiegheremo come arrivare in Istria dall'Italia o come muovervi se arrivate in aereo all'aeroporto di Pola (Pula), in autobus o in traghetto. Vi daremo tutte le informazioni utili per vivere al meglio la vostra vacanza, non rinunciando al piacere senza spendere una fortuna. Vi forniremo anche un piccolo glossario per riuscire a comunicare in alcune situazioni frequenti in vacanza. Ma non spaventatevi, in Istria quasi tutti parlano italiano, i più giovani preferiscono l'inglese. Infine, vi accompagneremo mano nella mano suggerendovi diversi itinerari sia per trovare le spiagge più belle, le città più conosciute e tante altre mete insolite e segrete dell'entroterra.

In questa guida non vi citiamo strutture alberghiere specifiche ma vi consigliamo delle aree dove potete trovarle nei rispettivi motori di ricerca sul web. Abbiamo fatto delle eccezioni per le strutture maggiormente riconosciute oppure per qualche agriturismo che merita davvero. Ad ogni modo vi consigliamo di rivolgervi sempre agli uffici turistici in loco, vi sapranno orientare anche nella scelta delle strutture.

Per essere un vero “viaggio di passioni” non potevamo dimenticarci del gusto a tavola!

Vi abbiamo elencato moltissimi piatti tipici e specialità enogastronomiche imperdibili!

All'interno di queste pagine, non solo scoprirete i must assoluti e le esperienze imperdibili, ma avrete anche accesso a numerosi link diretti che vi aiuteranno a ottimizzare al meglio il vostro viaggio.

Importante: Vi informiamo che in questa guida sono presenti link di affiliazione per i servizi che trovate qui sotto (gli stessi che abbiamo selezionato sul nostro blog). Quando acquistate tramite questi link, supportate il nostro lavoro con una piccola commissione, senza alcun costo aggiuntivo per voi.

Grazie a questi link potrete:

- **Prenotare facilmente** escursioni e attività.
- **Noleggiare la vostra auto** in Istria alle migliori condizioni.
- Acquistare la vostra **assicurazione di viaggio aerea** con sconti esclusivi.

Sappiamo quanto sia importante viaggiare in modo intelligente: per questo, la guida include preziosi **consigli su come risparmiare** senza rinunciare alla qualità del viaggio. Inoltre, abbiamo dedicato attenzione ai **posti maggiormente accessibili**, fornendo informazioni utili per garantire una meta godibile per tutti.

Preparatevi a partire, l'Istria vi aspetta con le sue mille sfaccettature, pronte a essere scoperte con la libertà di un viaggio "fai da te"!

1.1) Brevi cenni storici e culturali

Due parole prima di partire per le tappe istriane: è importante ricordare che l'Istria è stata territorio italiano fino al 1947, per poi passare sotto l'amministrazione fiduciaria jugoslava dal 1955.

Questo portò all'esodo di molti italiani. Solo dopo il 1975 fu ripristinato il bilinguismo, e la comunità italiana rappresenta oggi una minoranza tutelata. È fondamentale recuperare la memoria dei fatti e ricordare la storia e la vita di tante persone, come noi, che si sono trovate da un giorno all'altro costrette ad emigrare.

Cosa rimane a colpo d'occhio dell'antica Italia tra la gente? Semplice, quando ti fermi nei tanti chioschetti a bordo strada per comprare frutta, verdura, vino, miele ed olio, ti accoglie un meraviglioso dialetto triestino pronunciato perfettamente da vecchi italiani ora croati, che ti riconoscono a prima vista.

Cos'è l'Istria? *L'Istria è come un amore perduto, che non è mai davvero perso, perché senza saperlo ha piantato radici invisibili nel nostro cuore e rimarrà sempre parte di noi.*

Tutta l'Istria è questo. Come in una favola la strega cattiva immobilizza la principessa pietrificandola, così in Istria l'Italia è lì, immobile nella memoria, nella storia. La ritrovi nell'architettura, nelle parole di italiano che ancora sopravvivono nella gente, nel buon cibo. Anche nelle abitudini istriane la nostra principessa Italia la troviamo, ferma, cristallizzata. La riconoscerai mentre bevi un buon bicchiere di vino bianco (Malvasia o Muskat) o rosso (Refošk) o assaggi un po' di olio d'oliva buono, i pomodori succosi e freschi o una buona pasta (fuzi istriani) con il tartufo!

Se anche per te il viaggio non è solo vacanza ma anche scoperta, emozione e cultura allora ti suggeriamo di leggere alcuni racconti su questa terra nella "Trilogia istriana" di Fulvio Tolmizza.

Tomizza è il cantore dell'Istria. È grazie alle sue opere che anche il grande pubblico internazionale ha conosciuto la tragedia di questa piccola penisola, radicata nel cuore dell'Europa, destinata nei secoli ad essere divisa/condivisa/contesa da tre popoli e nazioni.

Nucleo pulsante e doloroso dei suoi romanzi è lo sradicamento dello scrittore e di altre migliaia e migliaia di persone costrette nel secondo dopoguerra a lasciare la loro terra per cercare, lontano, il loro destino.

Una terra ricca di una storia fortemente legata all'Italia, una terra che un tempo era italiana, dove sullo sfondo urla una natura selvaggia, libera indomita. Preparati a varcare la soglia di un mondo dove l'azzurro vibrante dell'Adriatico si fonde con il verde lussureggiante di un entroterra ricco di storia, sapori autentici e segreti ben custoditi.

L'Istria non è solo una penisola, è un mosaico di esperienze, un invito irresistibile a scoprire un'Europa meno battuta, ma capace di emozionare profondamente.

Questo è il frutto del nostro amore e di anni di esplorazioni dedicate a questa terra magica.

Con la nostra guida, vogliamo offrirti non un semplice elenco di luoghi, ma una vera e propria chiave per un'avventura su misura, accessibile a tutti e pensata per rendere ogni scoperta indimenticabile, senza dover spendere una fortuna.

Che tu viaggi con passeggini, abbia esigenze specifiche o cerchi semplicemente un'esperienza autentica e consapevole, qui troverai la tua Istria.

Siamo pronti a svelarti i suoi angoli più affascinanti e a guidarti verso un viaggio che ti rimarrà nel cuore.

Il tuo percorso nell'Istria più vera inizia proprio qui.

Buon viaggio di passioni, cari amici appassionati!