

Spis treści

Od autorek	10
Jak korzystać z opisu regionów	14
 ■ Rozdział I. Zaproszenie do Włoch północnych	20
Trasy	20
Trasa 1. Śladami Michała Anioła, Rafaela i Berniniego w Rzymie	20
Trasa 2. Rzym w trzy dni	21
Trasa 3. Najpiękniejsze katedry Toskanii	22
Trasa 4. Najoryginalniejsze pałace i zamki w Lombardii	24
Trasa 5. Na szlaku natury i krajobrazu w północnych Włoszech	25
Trasa 6. Trzy miasta północnych Włoch w trzy dni	27
Trasa 7. Wenecja w jeden dzień	29
Najważniejsze wydarzenia kulturalne	29
 ■ Rozdział II. Przygotowania do podróży	31
Przed wyjazdem	31
Przewodniki i mapy	31
Słowniki i rozmówki	32
Formalności wizowo-paszportowe	32
Pieniądze	33
Ubezpieczenie	33
Zabezpieczenia medyczne	34
Wybór czasu podróży	34
Przejazd	36
Podróż samolotem	36
Podróż autobusem	36
Podróż pociągiem	36
Podróż samochodem	36
Noclegi	37
Wyżywienie	38
Informacje A–Z	39
 ■ Rozdział III. Informacje krajoznawcze	51
Charakterystyka geograficzna	51
Regionalizacja	54
Klimat	54
Przyroda	54
Fauna	55
Flora	57
Ochrona dziedzictwa przyrodniczego i kulturowego	58
Zagrożenia środowiska	59

Początki Italii	59
Cesarstwo Rzymskie	59
Średniowiecze	60
Chaos polityczny	60
Wojny włoskie	61
Wiek XVIII	62
Ku zjednoczeniu	62
Królestwo Włoskie	64
Lata 20. i 30. XX wieku	65
II wojna światowa	65
Lata powojenne	66
2. połowa XX wieku	67
Włochy współczesne	68
Polityka i gospodarka	68
Polityka	68
Gospodarka	69
Ludność	69
Mniejszości etniczne	69
Język	70
Stereotypy	71
Kultura	72
Tradycje, obrzędy i święta	72
Wierzenia i legendy	73
Rzemiosło	73
Architektura i sztuki plastyczne	74
Literatura	82
Muzyka i taniec	83
Kino	85
Teatr	90
Kuchnia	90
 ■ Rozdział IV. Zwiedzanie kraju	99
Stolica. Rzym (Roma)	101
Watykan	147
Region 1. Lacjum (Lazio)	155
Cassino	156
Castelli Romani	156
Sutri	159
Tarquinia	160
Tuscania	161
Viterbo	163
Vulci	165
Region 2. Dolina Aosty (Valle d'Aosta)	167

Aosta	168
Val di Gressoney	172
Region 3. Piemont (Piemonte)	175
Alba 176	
Asti	177
Cuneo	178
Ivrea	179
Novara	179
Saluzzo	181
Turin (Torino)	182
Region 4. Liguria	191
Genoa (Genova)	192
Park Narodowy Cinque Terre (Parco Nazionale delle Cinque Terre)	200
Portovenere	202
Region 5. Lombardia	205
Bergamo	206
Brescia	211
Como	213
Cremona	214
Lodi	217
Mantua (Mantova)	219
Mediolan (Milano)	223
Pavia (Pavia)	238
Sabbioneta	242
Vigevano	243
Region 6. Trydent-Górna Adyga (Trento-Alto Adige)	245
Bolzano (Bozen)	246
Bressanone (Brixen)	249
Trydent (Trento)	252
Region 7. Wenecja Euganejska (Veneto)	257
Chioggia	258
Cortina d'Ampezzo	259
Jezioro Garda	260
Padwa (Padova)	263
Wenecja (Venezia)	271
Werona (Verona)	289
Vicenza	293
Region 8. Friuli-Wenecja Julijska (Friuli-Venezia Giulia)	297
Akwileja (Aquilaia)	298
Alpy Julijskie	299
Cividale del Friuli	301
Gemona	302
Gorycja (Gorizia)	303
Grado	304

Karnia (Karnia)	306
Pordenone	309
Triest (Trieste)	310
Udine	317
Region 9. Emilia-Romania (Emilia-Romagna)	323
Bolonia (Bologna)	324
Cesena	333
Faenza	334
Ferrara	336
Fidenza	341
Forlì	342
Modena	343
Parma	347
Piacenza	351
Rawenna (Ravenna)	352
Reggio Emilia	358
Riccione	360
Rimini	361
Region 10. Toskania (Toscana)	365
Arezzo	366
Cortona	369
Florencja (Firenze)	371
Lukka (Lucca)	382
Pistóia	386
Piza (Pisa)	388
Prato	394
San Gimignano	396
Siena	400
Wyspa Elba (Isola Elba)	408
Region 11. Umbria	411
Asyż (Assisi)	412
Città di Castello	417
Foligno	419
Gubbio	420
Orvieto	423
Perugia	426
Spoletto	431
Terni	434
Todi	436
Region 12. Marche	439
Ankona (Ancona)	440
Camerino	445
Fano	447
Loreto	449

Macerata	450
Pésaro	452
Sassoferrato	454
Urbino	455
Visso i Gory Sybillińskie (Monti Sibillini)	460
■ Rozdział V. Trasy górskie	463
Mapy i przewodniki	463
Baza noclegowa	464
Bezpieczeństwo w górach	464
Oznakowanie, szlaki turystyczne	467
Dolomity	468
Charakterystyka masywu	468
Dojazd i komunikacja	470
Wybór czasu podróży	470
Ludność i język	470
Ważniejsze pasma górskie i doliny w Dolomitach	471
Sciliar i Alpe di Siusi	471
Val Gardena i Val Badia	471
Dolina rzeki Piave	471
Cortina d'Ampezzo i okolice	473
Val di Fassa	474
Val di Fiemme	475
Val di Cembra i piramidy	475
Val Pusteria	476
Masyw Brenta	476
Val di Sole	478
Trasa 1. Tre Cime di Lavaredo	478
Trasa 2. Wokół Croda da Lago	482
Trasa 3. Przedsmak <i>via ferraty</i>	484
Trasa 4. Popołudnie w Różanym Ogrodzie	486
Trasa 5. Iglice Vajolet	488
Alpy Retyckie	489
Dolina Aosty (Val d'Aosta)	491
Ważniejsze grupy górskie w otoczeniu Doliny Aosty	492
Alpy Walijskie	492
Trasa 6. Wędrówka po lodowcu z widokami na masyw Monte Rosa	494
Trasa 7. Wędrówka Alta Via	495
Masyw Mont Blanc	498
Trasa 8. Fragment Tour du Mont Blanc	500
Trasa 9. Samochodem pod alpejskie szczyty	501
Trasa 10. Spacer nad jeziorem Lago d'Arpy	504
Alpy Graickie	504
Trasa 11. Alta Via 2	506

Trasa 12. Gran Paradiso (4061 m n.p.m.)	510
Via Lattea i „Alpy Olimpijskie”	510
Alpy Nadmorskie	512
Trasa 13. Jeziora Fremamorta	513
Trasa 14. Przez tereny łowieckie króla Vittorio Emenuelle II	516
Słowniczek polsko-włoski	518
Minirozmówki (zestawienie tematyczne)	519
Minisłowniczek (zestawienie alfabetyczne)	524
Indeks wybranych nazw geograficznych	527