

Ein Stück  
Schwäbische  
**Alb!**



**MYTHOS**  
**SCHWÄBISCHE**  
**ALB**

Landkreis  
Reutlingen



Giura Svevo Centrale  
**e tutti sono felici**



# Mythos Schwäbische Alb – Vacanze e tutti sono felici

Situata tra Stoccarda e il lago di Costanza la regione centrale Schwäbische Alb offre tutto per una vacanza individuale per tutta la famiglia: sentieri per escursioni eccellenti, gite in bicicletta per tutti i gradi di difficoltà, castelli e castelli in rovina, storia da vivere da vicino, architettura moderna, musei e manifestazioni culturali, specialità conformi agli usi del paese prodotti regionali e la scuderia d' allevamento di cavalli

ricca di tradizione di Marbach, che è originaria qui da più di 500 anni. Tutto questo si trova adagiato in un paesaggio di natura e cultura mozza fiato premiato dall'UNESCO con il voto parco geo e zona biosferica Schwäbische Alb.

Per questo da noi vale:  
**Vacanze e tutti sono felici!**



Cavalcare e andare  
a cavallo pagina 8



Apprendere  
il paesaggio pagina 4



Vivere  
la storia pagina 12



Gustare  
regionale pagina 16



Distinzioni  
UNESCO pagina 20



Trovare  
la città pagina 26



Apprendere il paesaggio

**Gite per tutta la famiglia –**  
Trovate di più sul sito  
[www.mythos-alb.de](http://www.mythos-alb.de)





Apprendere il paesaggio

## Camminare – gite e strade da cammino

**La Giura Svevo Centrale è resa accessibile da una rete di cammini folti e ben muniti di segnali.**

Vi aspettano i più belli cammini qualificati e premiati come il Albsteig (cammino lontano HW1 della società Schwäbischer Albverein) o i cinque cammini premium «Grafensteig» intorno a Bad Urach. Un altro cammino di qualità è il Gustav Ströhmfeld Weg che collega Metzingen con Neuffen. Gli uffici d'informazione turstici offrono cammini guidati nell semestre d'estate.

Anche nell'inverno i cammini puliti dalla neve e guidati offrono varie avventure.

Più di 240 proposte di cammini si trovano su internet al sito:  
[www.mythos-alb.de/karte](http://www.mythos-alb.de/karte) o nell nostro app Mythos Schwäbische Alb App.



La cascata Güterstein



Una vista nella valle Erms



Ferrovia Alb Bahn alla stazione di Münsingen



Brughiera di ginepro



Autobus di biosfera



Valle Lauter



Castello Lichtenstein

## Andare in bicicletta – Gite e cammini

**«Giura Svevo Centrale» è un eldorado per i ciclisti.**

Per le gite in bicicletta, per i ciclisti, e-Biker e mountain biker nel Schwäbische Alb centrale Si possono fare numerose escursioni da sogno con vari gradi di difficoltà ciclistici Al centro della regione si trova il Schwäbische Alb cammino di bicicletta.

Le strade percorribili in bicicletta collegano la regione con le zone circostanti. Una grande scelta di cammini ciclistici per bici o mountain bike si possono trovare su internet al sito:  
[www.mythos-alb.de/karte](http://www.mythos-alb.de/karte)



A large herd of horses is gathered in a dry, sandy field. The horses are of various colors, including white, grey, and brown. Some are standing, while others are lying down. The scene is captured in bright daylight, with shadows cast on the ground.

Cavalcare e andare a cavallo

**Quello che ci vuole** per  
un appassionato di cavalli



Cavalcare e andare a cavallo

# 500 anni scuderia principale e nazionale di Marbach

Cavalli a sangue freddo dall Württemberg o dalla foresta nera e puro sangue arabo sono di casa nella scuderia principale e nazionale di Marbach. Non solo potete visitare la scuderia principale e nazionale di Marbach ma potete partecipare a una cavalcata con muli o cavalli o esplorare il paesaggio in carrozza o anche cavalcare, fare skjöring o fare dello sport invernale.



Cavalcare o passeggiare a cavallo per la Schwäbische Alb.



Campione olimpionico Michael Jung con Halunke FBW del Marbacher concorso completo di equitazione.



Puledri sui prati verdi grassi della Schwäbische Alb



Gita in carrozza





Vivere la storia

**Passa dai castelli, alle rovine,  
ai musei** e arriva alla storica  
locomotiva a vapore



Vivere la storia

# Mythos Schwäbische Alb fa rivivere la storia

**Incontrare la storia ad ogni passo.** Rovine di castelli imponenti, il castello romantico di Lichtenstein, la cattedrale barocca di Zwiefalten oppure le pittoresche cittadine come Bad Urach, Münsingen, Hayingen o Trochtelfingen incantano ospiti e nativi, numerosi musei mostrano come vivevano, lavoravano e festeggiavano le persone in tempi passati.



Vista dal castello Hohenurach



La cattedrale di Zwiefalten

**In più di 25 anni** fu costruita la cattedrale di Zwiefalten, Nell 1765 fu consacrata.



**Nella chiesa del convento** di una volta si trova il museo della scuderia di cavalli di Marbach.



**Il museo di fattoria** a Hohenstein Ödenwaldstetten.



**Storica locomotiva a vapore** della Schwäbische Alb Bahn.

**Il museo d'automobile a Engstingen** con all'incirca 140 auto depoca.



Il museo d'automobile a Engstingen

**Il castello Hohenurach fu costruito nel 1050.** Il castello non fu rovinato dalla mano dei nemici ma per un colpo di fulmine nella torre di polvere da sparo. Il castello fu danneggiato e da lì in poi fu utilizzato come cava di pietra.



**Il «Goißabronna»** (pozzo di capra) a Hayingen.



Gustare la regione

**Le nostre specialità regionali**  
offrono un menù ricco e variegato

Tipo di grandi ravioli con  
un ripieno di carne macinata,  
con insalata di patate





## Specialità sveve «schwäbisch» prodotti regionali

Piacere alla «schwäbisch» questo vuol dire preparazione autentica di piatti tipici del Alb con prodotti regionali propri. Tutto quello che occorre si trova ai mercati settimanali regionali. O lasciatevi viziare dai nostri gastronomici e ospitanti di biosfera. Vengono offerte diverse specialità, dalla cucina regionale all'haute cuisine.



Bufalo del Alb

Il bufalo del Alb offre carne, formaggio «albzarella», saponi, articoli di pelle.



Prodotti regionali al mercato settimanale di Metzingen

La «mutschel» di Reutlingen e un tipo di pane a forma di stella fatto di pasta lievitata.



Lenticchie con würstel «saiten»



Tipo di pane fatto di pasta lievitata



Arrosto ai ferri con cipolla sciolta

Lenticchie con würstel «saiten» e arrosto ai ferri con cipolla svevo sono servite con le «spätzle» (tipo di pasta a base di farina e uova).



Premi UNESCO

## Natura e geologia eccellente – UNESCO al quadrato nel Alb centrale







Premi UNESCO

## Zona di biosfera Schwäbische Alb – Proteggere la natura e utilizzare la natura!



Centro biosfera



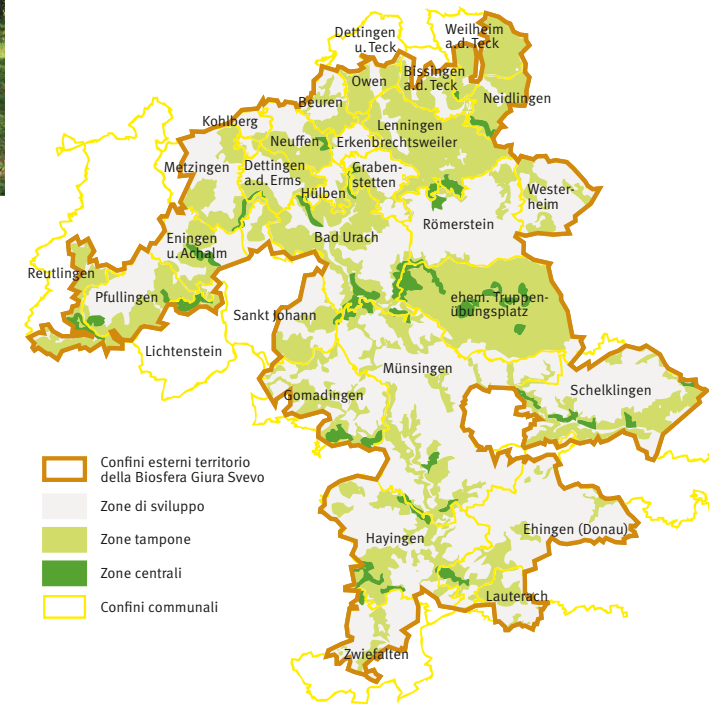
Junior Ranger



Racolta di ciliegie



Prato con frutta da spargere



L'UNESCO ha nobilitato pochi regioni scelte come riserva biosferica. Le persone possono e devono vivere la natura attivamente e coltivarla. Perché solo quello che si conosce e ama viene anche protetto.

Visitate animali e piante rare nei loro biotopi. Lasciatevi incantare da vari spazi di cultura come prati con frutta da spargere, boschi e prati di ginepro. Conoscete luoghi da visitare pieni di cultura storica e storie del paese e della gente.  
[www.biosphaerengebiet-alb.de](http://www.biosphaerengebiet-alb.de)  
[www.biosphaerenzentrum-alb.de](http://www.biosphaerenzentrum-alb.de)





# Geo parco Schwäbische Alb – Conoscete la storia della terra dal vivo

**Difficilmente incontrate un sauro vero sulla Alb però le tracce dei tempi passati si trovano dappertutto.** Il parco Geo Schwäbische Alb offre esistenze di fossile unici, fossili scogliere marine dal mare giurassico, crateri di vulcani e tracce di meteoriti, grotte e sorgenti carsiche forme caratteristiche del paesaggio e avvincenti racconti della storia di questa terra.



Scoperte archeologiche come la finora più vecchia opera d'arte sconosciuta e strumento di musica del età della pietra, o gioielli celtici, castelli e roccaforti di età più giovani sono testimoni di una lunga storia delle persone sulla Alb [www.geopark-alb.de](http://www.geopark-alb.de)



Sorgente Lauter a Offenhausen



Grotta di Wimsen



Wackerstein



Ammonit



Bärenhöhle (grotta dei orsi), Sonnenbühl



Trovare la città

# Shopping, wellness, cultura – Trovare quello che rende felice



Trovare la città

## Cultura, paradiso shopping e riposo – Concedetevi quello che preferite

La outletcity Metzingen, attrazioni culturali nella nuova hall della città di Reutlingen o forse un giorno di wellness nelle terme di Bad Urach? Nella città natale del marchio Hugo Boss con tanti altri prodotti top di marca nessun desiderio rimane insoddisfatto. La nuova hall della città di Reutlingen conquista l'ambiente culturale con musicals, concerti in gran gala, balletto classico e cabaret. Nelle Alb terme di Bad Urach vi aspettano culmini di wellness.



Giorni di musica nell'autunno a Bad Urach



Hall di città a Reutlingen



AlbThermen Bad Urach



Casetta al muro di cittadina di Reutlingen



Avventura shopping nel outlet

La outletcity di Metzingen è una delle destinazioni più importanti internazionali del mondo per lo shopping con più di 3 milioni di visitatori all'anno.



Vacanze e tutti sono felici

Progettate e individuate voi stessi –  
**I migliori consigli per il tempo  
 libero e molto di più ...**



Più informazioni [www.mythos-alb.de](http://www.mythos-alb.de),  
 vedi retro o con

#### **l'app Mythos Schwäbische Alb**

La nostra App gratuita offre più di 240 proposte per gite (andare in bicicletta, camminare, cavalcare, sci di fondo, gironzolare in città) parziale guidate dal GPS, proposte per il tempo libero, ristoranti e attrazioni regionali.

**Informazioni:** gratuite per Apple iOS e Android (anche in lingua inglese e francese) ottimati iPad.



#### **Colofone**

Curatore: Tourismusgemeinschaft Mythos Schwäbische Alb im Landkreis Reutlingen e.V.  
 Presidente: Elmar Rebmann, Sindaco Bad Urach  
 Amministratore: Wolfgang Schütz

Concezione, progetto, composizione e riproduzione:  
 4zig, Reutlingen

Stampa: Raisch, Reutlingen

Le illustrazioni e gli articoli sono stati messi a disposizione dal distretto rurale, le amministrazioni comunali e centri turistici.

Fotografia: Michael Berger, Biosphärengebiet Schwäbische Alb, Dietmar Bez, Andreas Böhm, Marbach Edition Boiselle (Haupt- und Landgestüt Marbach), Reiner Enkelmann, Andreas Fink, Geopark Schwäbische Alb, Thomas Kiehl, Ralph Koch, Stephan Kube, Jörg Launer, Ursel Maichle-Schmitt, Dieter Ruoff, Schwäbische Alb-Bahn, Katrin Ströhle, Dean Siebert, Jens Staudt 4zig,

Progetto carte geografiche «Viva Idea»

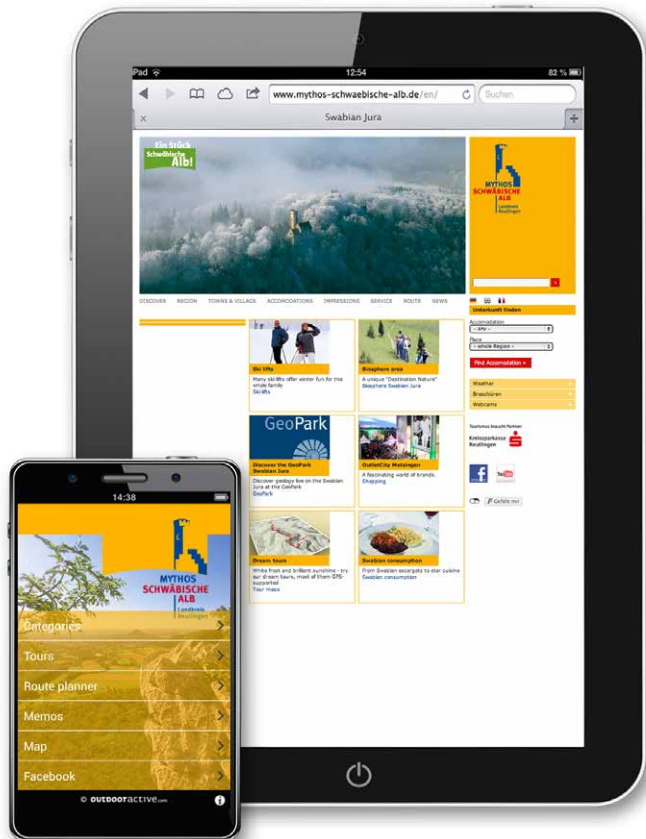
Data attuale delle  
 informazioni: Dicembre 2014.

Tutte le informazioni sono  
 senza garanzia.





# Troverete le informazioni più attuali sul sito [www.mythos-alb.de](http://www.mythos-alb.de)



[www.geopark-alb.de](http://www.geopark-alb.de)

Biosphärengebiet  
Schwäbische Alb



[www.biosphaerengebiet-alb.de](http://www.biosphaerengebiet-alb.de)

Tourismus braucht Partner:

Kreissparkasse  
Reutlingen



**Mythos Schwäbische Alb**  
Tourismusgemeinschaft  
Kaiserstraße 27, 72764 Reutlingen  
Telefon 07121 480-3033  
[info@mythos-alb.de](mailto:info@mythos-alb.de)  
[www.facebook.com/mythosalb](http://www.facebook.com/mythosalb)  
[www.mythos-alb.de](http://www.mythos-alb.de)

