

## **L'Isola di Rab – Perla della Croazia**

### **Indice**

1. Introduzione – Rab, l'isola del vento gentile
  2. La città vecchia – Torri, pietra e mare
  3. Le spiagge di sabbia – Un dono raro dell'Adriatico
  4. Le foreste di Kalifront – Il cuore verde di Rab
  5. Tradizioni, sapori e leggende dell'isola
-

## **1. Introduzione – Rab, l’isola del vento gentile**

Rab, situata nel nord della Croazia, è un’isola che sorprende fin dal primo sguardo: dolci colline verdi, baie tranquille, acque trasparenti e una storia che affonda nel tempo. Conosciuta per il suo clima mite e per la particolare energia che sembra sospesa nell’aria, Rab è una destinazione che accoglie con calore chiunque metta piede sul suo suolo. I venti leggeri che soffiano dall’Adriatico portano profumi di pino, rosmarino e sale, creando un’atmosfera unica e rilassante.

## **2. La città vecchia – Torri, pietra e mare**

Il cuore di Rab è la sua città vecchia, un piccolo gioiello medievale custodito sopra un promontorio che domina il mare. Le quattro torri campanarie, simbolo indiscusso dell'isola, si stagliano nel cielo come sentinelle del tempo. Le strade sono strette e sinuose, fatte di pietra liscia consumata dai secoli, e portano a piazze luminose dove si respira un'aria sospesa tra sacro e profano.

Il monastero di Sant'Andrea, la Cattedrale dell'Assunzione e il Palazzo Ducale raccontano storie di vescovi, sovrani, mercanti e marinai. Ogni edificio conserva una parte dell'anima di Rab, fatta di fede, lavoro e mare. Dalle mura antiche, lo sguardo spazia verso l'Adriatico, dove il blu del cielo si confonde con quello dell'acqua.

### **3. Le spiagge di sabbia – Un dono raro dell’Adriatico**

Rab è famosa in tutta la Croazia per una caratteristica quasi unica: le sue splendide spiagge di sabbia. La più celebre è Rajska Plaža, la “spiaggia paradiso”, un lungo arco dorato che scende dolcemente in un mare cristallino perfetto per famiglie e nuotatori.

Ma l’isola nasconde anche baie solitarie, piccole calette raggiungibili solo a piedi o in barca, dove la natura si mostra nella sua forma più autentica. Qui il mare è calmo, trasparente e ricco di vita. I gabbiani solcano il cielo mentre il vento racconta storie antiche tra gli scogli.

#### **4. Le foreste di Kalifront – Il cuore verde di Rab**

La penisola di Kalifront è una delle zone boschive più estese e suggestive dell'intero Adriatico. La foresta di querce mediterranee, alcune delle quali vecchie di secoli, crea un ambiente fresco e ombroso ideale per camminate, escursioni e momenti di pace assoluta.

Il sentiero che conduce alla baia di Dundovo è un'esperienza sensoriale: profumo di resina, fruscio di foglie, raggi di luce che filtrano tra i rami e il mare che appare all'improvviso come una gemma turchese. In quest'area vivono anche numerose specie animali: caprioli, uccelli marini e piccoli rettili, testimoni di un ecosistema prezioso e protetto.

## **5. Tradizioni, sapori e leggende dell'isola**

Rab non è soltanto mare e natura: è anche cultura viva. Gli abitanti dell'isola tramandano ancora oggi antichi mestieri come la pesca tradizionale, la lavorazione del legno e la produzione dell'olio d'oliva.

La cucina è un viaggio nei sapori dell'Adriatico: pesce fresco, calamari, scampi, erbe aromatiche e il celebre dolce "Rapska Torta", un capolavoro di mandorle e agrumi creato per la prima volta nel Medioevo.

Tra le leggende più amate c'è quella dei cavalieri di Rab, protagonisti della Festa Medievale che ogni estate riempie le strade di musica, giochi, duelli e costumi d'epoca. È una celebrazione che riporta l'isola indietro nel tempo, quando marinai e paladini difendevano le sue mura.

Rab è un luogo che conquista lentamente, pagina dopo pagina, onda dopo onda. È un invito a fermarsi, a respirare, a ritrovare il ritmo naturale della vita sulle rive dell'Adriatico.