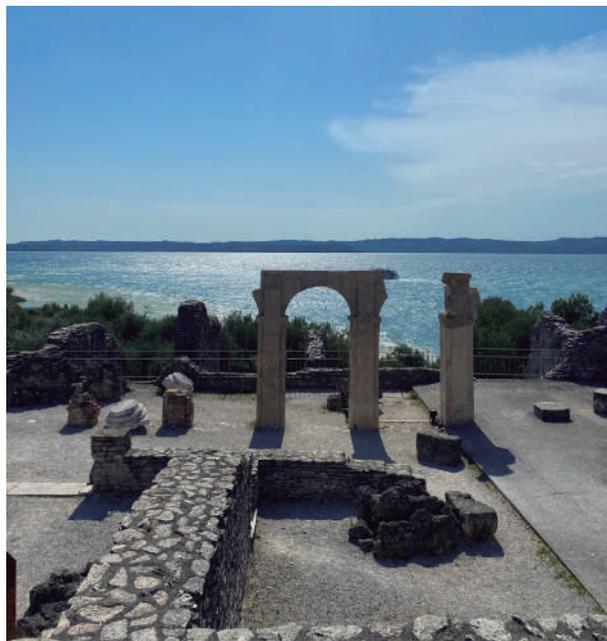


ÉDEN SOBRE AS ÁGUAS

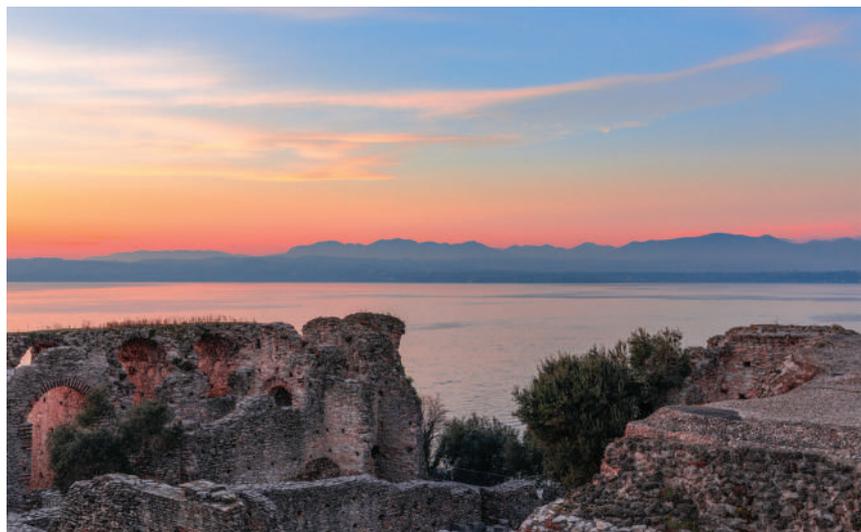
Termas, praias, alpes, castelos e ruínas se reúnem à beira do maior lago da Itália

POR MARÍLIA KODIC

O Lago di Garda, ao norte da Itália, estende-se por mais de 50 km



Acima, as ruas floridas e a charmosa beira do lago em Sirmione; à esquerda, as ruínas milenares das Cavernas de Catullo e o Rocca Scaligera, castelo do século 13 que é uma das atrações mais visitadas do Lago di Garda; abaixo, vista para a Praia Jamaica e o pôr-do-sol no vilarejo



Águas termais turquesas borbulham ao redor de um imponente e quase intacto castelo medieval. Oliveiras e limoeiros perfumam as ruas onde casais bem vestidos petiscam burratas e prosciutto. Músicas relaxantes são atravessadas nos bares pelo ocasional tilintar de taças de limoncello spritz. Os melhores clichês italianos têm concentração máxima em Sirmione, o vilarejo mais charmoso do Lago di Garda – o maior da Itália, com mais de 50 quilômetros de extensão.

Localizado na ponta de uma estreita península, o destino deixa boquiabertos os visitantes desde a chegada, uma vez que o acesso se dá pelo castelo medieval sob as águas que é cartão-postal da região. Construído no século 13 para proteção contra ataques, o Rocca Scaligera serviu como depósito de armas e alojamento para tropas e abrigou repartições municipais, correios, alojamento policial e um pequeno presídio. Hoje, o extraordinário (e relativamente raro) exemplo de fortaleza lacustre é aberto à visitação e permite ver calabouços, escadas e torres, além de apreciar uma das melhores vistas da cidade.

Do outro lado da ponte levadiça – da qual não se recomenda passar sem provar a fresquíssima limonada vendida por alguns euros logo na entrada, em uma pitoresca tenda cheia de limões à mostra –, está o centro histórico, com ruínas floridas e casarios coloridos cuja exploração pelo pedestre é favorecida pela restrição à circulação de carros. Na igreja de Santa Maria Maggiore, há belos afrescos do século 15 e uma coleção de arte sacra. Entre as opções gastronômicas do balneário, destaca-se o restaurante Rucola 2.0, dono de uma estrela Michelin. Lá, o chef Gionata Bignotti serve pratos inventivos, como risoni com lagostim e pitaya, vieiras com coco e abacate e camarões com pêssego e yuzu.

TEMPESTADE DE EUCALIPTO

Entre os programas imperdíveis da cidade termal, está, é claro, uma visita ao spa. O enorme Aquaria ocupa mais de 15 mil metros quadrados, dos quais 700 contêm a preciosa água sulfurosa que brota a 69 °C – caso da piscina de borda infinita com vista panorâmica para o lago. Há piscinas internas e externas, aquecidas ou não, com ou sem hidromassagem, incluindo uma dedicada exclusivamente a jatos no pescoço e outra que aplica às pernas e aos pés a técnica Kneipp, hidroterapia que promove tratamento cardiovascular.

As saunas são numerosas e variadas – turca, finlandesa, romana – e, às segundas-feiras,

pode-se desfrutar do “dia nórdico”, quando o acesso é permitido somente sem roupa de banho. Pacotes de terapia de argila e de esfoliação para serem usados dentro das saunas incluem o coquetel piña colada, que mistura açúcar, coco e abacaxi. Estão disponíveis também uma série de tratamentos individuais, como massagens e body wraps, além de aulas de ioga e pilates.

A entrada dá ainda livre acesso às áreas de relaxamento temáticas. A sala de sal, por exemplo, combina os benefícios da haloterapia e os da radiação infravermelha e tem um sistema de medição de temperatura que se autorregula duas vezes por segundo. Já a de música convida o visitante a se deitar nas espreguiçadeiras ao som de melodias instrumentais, com violinos e violoncelos, enquanto admira uma vista privilegiada do lago. A estrela do spa, no entanto, são as chamadas “duchas emocionais” – chuveiros sensoriais que misturam intensidades e efeitos aroma-cromáticos aliados aos poderes curativos da água termal. A tempestade fria de eucalipto e a brisa morna de lavanda já fazem valer a visita ao Aquaria.

MANSÃO MILENAR

Antes dos Gucci e dos Versace, era a nobreza do Império Romano que construía suntuosas mansões italianas à beira-mar. Em Sirmione resiste, em belas ruínas, a maior e mais luxuosa da Itália setentrional, construída entre o último século antes de Cristo e o primeiro depois de Cristo. As Cavernas de Catulo recebem esse nome porque na época de sua redescoberta, no século 15, estavam cobertas de vegetação e enterradas a ponto de parecerem grutas. No período, foram identificadas como sendo propriedade de Catulo, o célebre poeta que registrou em versos suas impressões do vilarejo, chamando-o de “a menina dos olhos de todas as ilhas e penínsulas” – mais tarde, porém, a posse da vila romana pelo poeta foi descartada por historiadores.

Distribuído por dois hectares, o parque arqueológico preserva arcos, colunas e paredes desmoronadas que permitem imaginar a grandiosidade do que ali existiu há dois mil anos. A arquitetura sobrevivente revela a existência de longos alpendres e terraços direcionados para o lago, além de uma grande piscina – os vestígios de tubulação ali encontrados mostram que a água curativa era conduzida para dentro da vila. O complexo é aberto para visitação e inclui ainda um jardim com 1.500 oliveiras seculares e um museu que expõe objetos encontrados durante as escavações.

SOL E NEVE

Comuns na Europa, as praias de lago são outro atrativo de Sirmione. A Lido delle Bionde (Praia das Louras) oferece boa infraestrutura, com serviço de praia, restaurante e vestiários, além de atividades como canoagem e stand up paddle. A Spiaggia Giamaica (Praia Jamaica) recebe o nome pela semelhança do tom da água com a do país caribenho – mas, em vez de areia fina, é emoldurada por uma formação rochosa branca e lisa. Ao cair do sol, é o lugar ideal para curtir o burburinho jovem e eleger sua versão preferida do spritz, o coquetel mais

querido do norte da Itália, ou tomar um bom gelato. A cidade ainda oferece um agradável passeio pelo Parque María Callas, construído em homenagem à famosa soprano greco-americana que viveu ali nos anos 1950 – o exterior de sua vila amarela pode ser visto do outro lado da rua.

Entre os mais de 50 vilarejos espalhados pelo Lago di Garda, ainda na região sul, entusiastas da enogastronomia podem apreciar Bardolino, margeado por inúmeros vinhedos, e viajantes de todas as idades podem se divertir no Gardaland, entre Peschiera e Lazise. A cada ano, quase 3 milhões de pessoas visitam o parque de diversões, que conta com mais de 50 atrações (entre elas, seis montanhas-russas), um aquário com 5 mil espécies e um complexo aquático com a chancela da Lego.

Na região norte, Riva del Garda é o local que aficionados por esportes visitam para praticar parapente, windsurfe e asa-delta, enquanto Limone

abriga uma ciclista com vistas deslumbrantes do lago, além de inúmeros produtos provenientes de seus limoeiros – os azeites aromatizados merecem um espaço na mala. Já Malcesine tem um vistoso castelo (ainda mais bonito à noite, quando é iluminado) e um teleférico que leva até a inesquecível vista do topo do Monte Baldo, que integra os Alpes italianos. Foi do degelo da cordilheira alpina, aliás, na última era do gelo, que se formou o Lago di Garda. Uma belíssima herança das geleiras paleolíticas, que vale a visita na sua próxima parada na Itália. 📍

BASE MILANESA

A apenas 130 quilômetros de distância e com voos diretos de diversos aeroportos brasileiros, Milão é a cidade-base ideal para quem deseja conhecer o Lago di Garda. Palco de eventos como a maior feira de design do mundo e a mais disputada das semanas de moda, a capital da Lombardia pode ser opressiva para alguns turistas, mas nada que algumas boas dicas não contornem. Para conforto máximo, hospede-se no Four Seasons: apesar dos inúmeros concorrentes, o hotel é considerado por muitos o melhor da cidade, tanto pela sua localização – no epicentro do distrito da moda e a uma curta caminhada do Duomo e da Galleria Vittorio Emanuele – como pelo alto padrão de qualidade pelo qual a rede é conhecida. Localizado em um antigo mosteiro do século 15, tem suítes espaçosas e silenciosas (raridade milanese), banheiros em mármore de Carrara, afrescos medievais no lobby, um belo jardim interno e um spa de 800 metros quadrados que demorou oito anos para ficar pronto – a piscina com teto

abobadado original é notável. Embora bastante turístico, o Duomo de Milão é um dos locais mais bonitos da cidade – escolha o passe que dá acesso ao terraço da catedral via elevador e não se arrependa. Para uma refeição italiana tradicional (e inesquecível), prove o macarrão à carbonara do Ristorante da Oscar – há restaurantes mais luxuosos, mas não mais saborosos. Chegue cedo e prefira dividir o prato, que é enorme. Para um lanche rápido, o sanduíche de parma, creme de trufas e rúcula do All'Antico Vinaio é imbatível, e os doces do Bar Luce, na Fondazione Prada, são tão gostosos quanto bonitos – mas é a atmosfera criada pelo cineasta Wes Anderson, que projetou o lugar, o que mais impressiona. Aproveite para contemplar a ótima coleção de arte da fundação. Confira também a programação do Teatro alla Scala, uma das mais famosas casas de ópera do mundo – vale usar o serviço de concierge mundialmente reconhecido do Four Seasons, que funciona também via aplicativo. As respostas vêm em minutos, não importa a hora ou o assunto.

