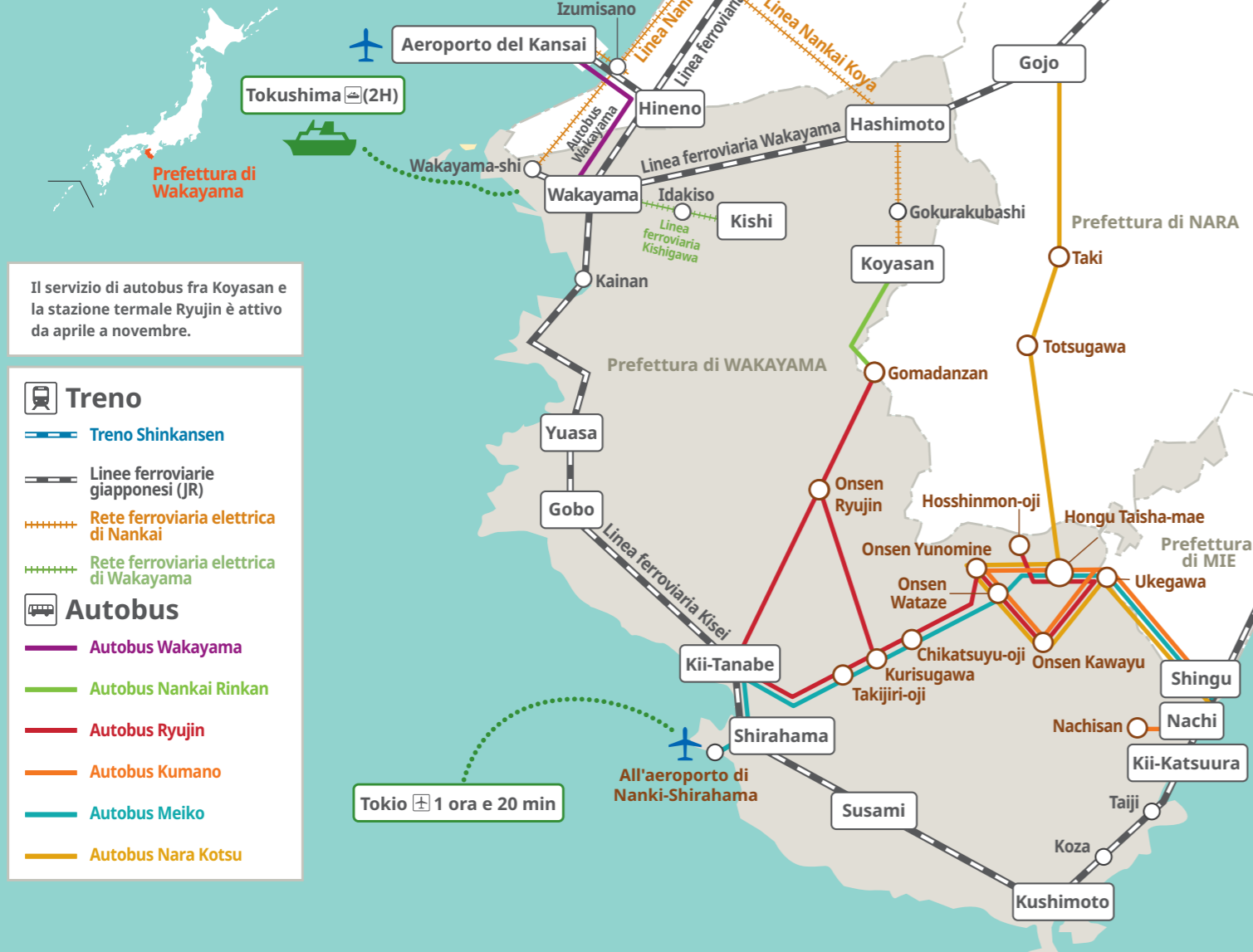


GUIDA DI ACCESSO A WAKAYAMA



Il servizio di autobus fra Koyasan e la stazione termale Ryujin è attivo da aprile a novembre.

- Treno**
- Treno Shinkansen
 - Linee ferroviarie giapponesi (JR)
 - Rete ferroviaria elettrica di Nankai
 - Rete ferroviaria elettrica di Wakayama
- Autobus**
- Autobus Wakayama
 - Autobus Nankai Rinkan
 - Autobus Ryujin
 - Autobus Kumano
 - Autobus Meiko
 - Autobus Nara Kotsu

VIAGGIARE IN TRENO			
Biglietto per l'area Kansai "WIDE"	Validità di 5 giorni	https://www.westjr.co.jp/global/en/ticket/pass/kansai_wide/	
Biglietto per l'area Ise-Kumano	Validità di 5 giorni	http://touristpass.jp/en/ise_kumano/	
Biglietto per l'area Kansai "Thru"	Validità di 2 giorni	http://www.surutto.com/tickets/kansai_thru_english.html	
Biglietto per l'area Kansai "One"	Biglietto da viaggio ricaricabile	https://kansai-onepass.com/en/	
VIAGGIARE IN AEREO			
Dall'aeroporto di Haneda (Tokyo) all'aeroporto internazionale del Kansai	1 ora e 15 minuti	http://www.haneda-airport.jp/inter/en/	
Dall'aeroporto di Haneda (Tokyo) all'aeroporto di Nanki-Shirahama	1 ora e 20 minuti	https://visitwakayama.jp/plan-your-trip/shirahama-airport/	
Biglietto JAL Explorer (Questo biglietto della compagnia aerea giapponese offre tariffe convenienti per i viaggi nazionali)		http://www.it.jal.co.jp/world/it/japan_explorer_pass/it/	
VIAGGIARE IN AUTOBUS			
Dall'aeroporto internazionale del Kansai a Wakayama	Autobus Limousine	50 minuti	https://www.kansai-airport.or.jp/en/touristinfo/wakayama.html
Da Kyoto a Shirahama	Autobus express	4 ore	https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/
Da Osaka a Shirahama	Autobus express	3 ore e 30 minuti	https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-osaka-kyoto/
Da Tokyo a Shirahama	Autobus express	12 ore	https://visitwakayama.jp/itineraries/meiko-bus-tokyo/
Da Koyasan a Kumano (Tutti i giorni dal 1 aprile al 30 novembre)	Autobus di Koyasan e Kumano	4 ore e 30 minuti	https://visitwakayama.jp/good-to-know/koyasan-kumano-bus/
VIAGGIARE IN AUTO			
Times Car Rental	https://www.timescar-rental.com/	Nissan Rent a Car	https://nissan-rentacar.com/english/
Toyota Rent a Car	https://rent.toyota.co.jp/eng/	ORIX Rent-A-Car	https://car.orix.co.jp/eng/
Nippon Rent-a-car	https://www.nrgroup-global.com/en/		

La guida turistica ufficiale di Wakayama

Visitwakayama.jp

Tourism Division, Wakayama Prefectural Government
 1-1 Komatsubara-dori, Wakayama C 640-8585, JAPAN TEL. +81-73-441-2788 URL <https://visitwakayama.jp> E-mail e1005001@pref.wakayama.la.jp

Visitare Wakayama

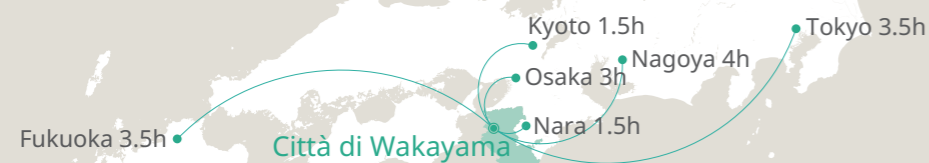
Il cuore spirituale del Giappone



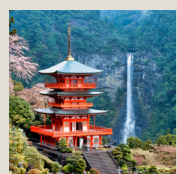
DOVE SI TROVA WAKAYAMA?

La prefettura di Wakayama si affaccia sull'oceano Pacifico e occupa un'ampia parte della penisola di Kii. La prefettura fa parte della regione di Kansai, che comprende Osaka, Nara e Kyoto. La capitale della prefettura è la città di Wakayama, che dista solo un'ora di treno da Osaka e 45 minuti dall'aeroporto internazionale del Kansai. L'entroterra di Wakayama è dominato dai monti Kii, sede di antichi sentieri di pellegrinaggio (dichiarati patrimonio dell'umanità), di santuari sacri e di templi, costruiti in cima alle montagne. Lungo i 600 km della costa si trovano spiagge conosciute in tutto il mondo, resort con sorgenti termali e fantastiche viste sull'oceano.

Temperatura a Wakayama	
Primavera	9°C - 19°C
Estate	22°C - 30°C
Autunno	13°C - 24°C
Inverno	5°C - 10°C



INDICE



P.01-02
KUMANO KODO
 Gli antichi sentieri di pellegrinaggio conducono a luoghi di grande rilevanza spirituale



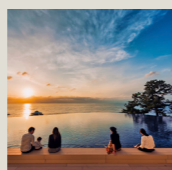
P.03-04
KOYASAN
 Questo complesso di templi sorge in cima ai monti sacri Kii



P.05-06
NATURA
 I paesaggi naturali di Wakayama includono diverse formazioni rocciose dalla forma peculiare



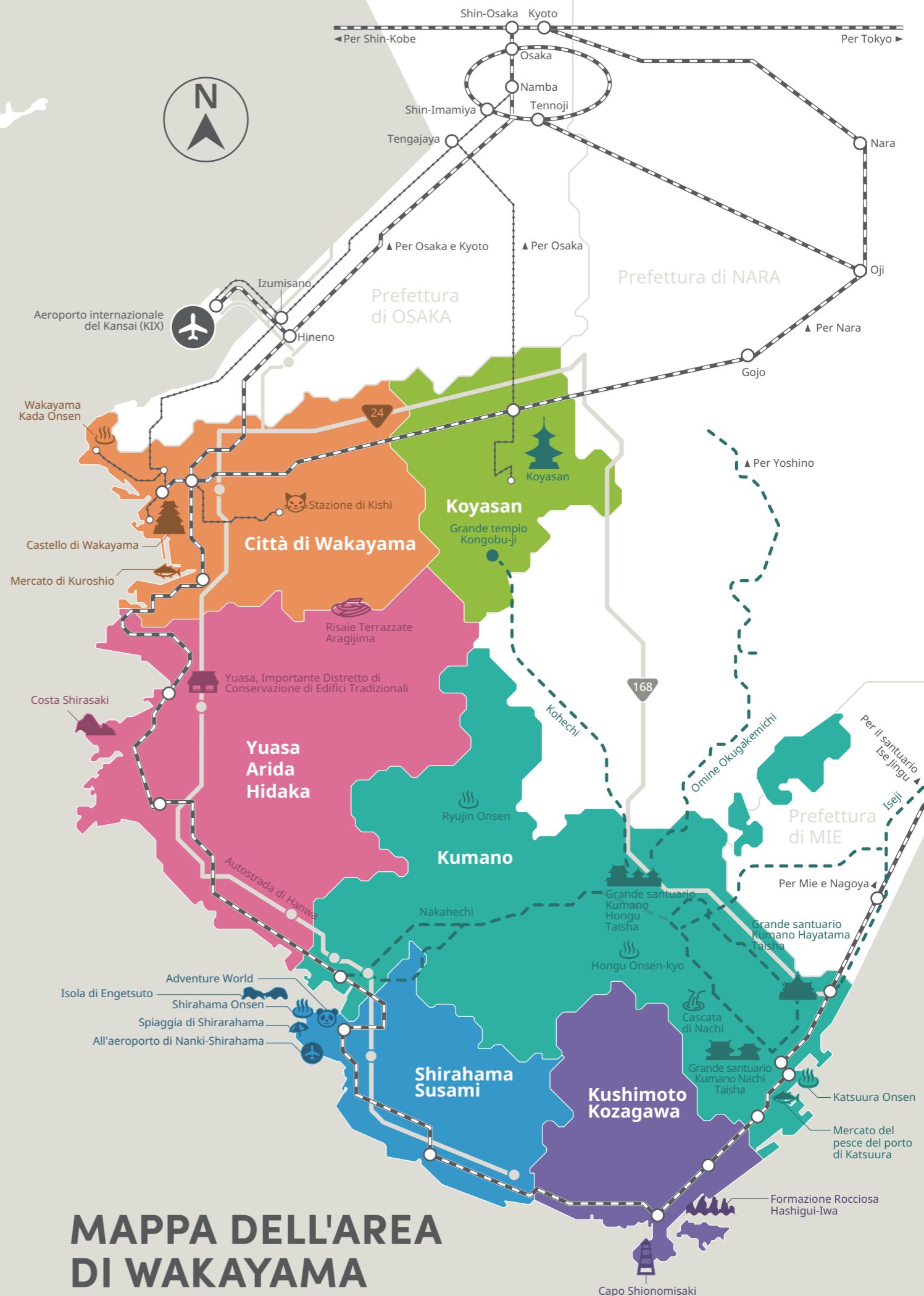
P.07-08
LUOGHI DA VISITARE
 Alcuni dei principali luoghi da visitare nella prefettura



P.09-10
ONSEN
 I luoghi migliori in cui effettuare bagni terapeutici e alcuni consigli sulle usanze nei centri termali



P.11-12
CIBO E ATTIVITÀ
 Assaggiate i migliori piatti di Wakayama, sperimentate la tradizione e svolgete divertenti attività all'aperto



MAPPA DELL'AREA DI WAKAYAMA



KUMANO KODO

I sentieri di pellegrinaggio di Kumano Kodo, dichiarati patrimonio dell'umanità, si snodano attraverso la catena montuosa della penisola di Kii e conducono a imponenti santuari e magnifici templi.



Raggiungete il grande santuario Kumano Hayatama Taisha in battello



Percorrete a piedi i sentieri di pellegrinaggio di Kumano Kodo

Da oltre 1.000 anni i pellegrini percorrono la rete di sentieri che compongono gli itinerari di pellegrinaggio del Kumano Kodo. I pellegrini seguono i sentieri di montagna, risalgono scalinate acciottolate e prendono perfino il battello (per un tratto) per visitare il Kumano Sanzan, l'imponente complesso di santuari di Kumano. I sentieri sono diventati patrimonio dell'umanità dall'UNESCO nel 2004, come parte dei luoghi sacri e delle vie di pellegrinaggio della catena montuosa della penisola di Kii.

Esempio di itinerari (popolare)



3 notti, 4 giorni (viaggio in battello)

Prendete l'autobus a Hosshinmon-ji e seguite il percorso Nakahechi per Katsura. Soggiornate in uno degli onsen (stazioni termali) fra le montagne e prendete il battello per percorrere l'unico tratto dei sentieri che si snoda sull'acqua.



Esempio di itinerari (avanzato)



5 notti, 6 giorni

Percorrete per intero il sentiero Nakahechi, che sale e scende fra le montagne della penisola di Kii. Partite da Takijiri-oji e visitate tutto il Kumano Sanzan, insieme a molti altri siti di grande rilevanza spirituale. Adatto esclusivamente a escursionisti esperti.



Guida e informazioni

Tanabe City Kumano Tourism Bureau
<http://www.tb-kumano.jp/en/>
 Kumano Travel
<https://www.kumano-travel.com/en>



Il Kumano Kodo e il cammino di Santiago in Spagna sono entrambi sentieri di pellegrinaggio dichiarati patrimonio dell'umanità dall'UNESCO. Coloro che li percorrono entrambi ricevono il prestigioso certificato "Dual pilgrim".



Noleggiate i costumi tradizionali del periodo Heian (794-1185)



NATURA

Esplorate i fiumi cristallini, le risaie terrazzate e gli straordinari monumenti naturali



SHIRAHAMA/SUSAMI

1 ISOLA DI ENGETSUTO

Per secoli, le onde hanno scavato un passaggio a forma di arco nella roccia di questa piccola isola. I fotografi si riuniscono sulla costa subito prima del tramonto per vedere il sole calare in questo arco naturale.

SHIRAHAMA/SUSAMI

2 SCOGLIERA SANDANBEKI

Osservate dall'alto le onde che si abbattono su questa scogliera alta 50 metri, poi prendete l'ascensore per scendere nelle cave ed esplorate questo covo dei pirati del periodo Heian (794-1185).

SHIRAHAMA/SUSAMI

3 ALTOPIANO ROCCIOSO SENJOJIKI

Passeggiate in riva al mare su un tappeto di "mille tatami". L'altopiano roccioso Senjojiki viene così chiamato per via della sua forma piatta, simile a quella delle tradizionali stuoie intrecciate giapponesi.



YUASA/ARIDA/HIDAKA

4 COSTA SHIRASAKI

Un'aspra distesa di costa, straordinariamente bianca, formata nel corso di milioni di anni. Esplorate la zona in auto o in bici, o recatevi al parco oceanografico di Shirasaki per effettuare delle immersioni.

YUASA/ARIDA/HIDAKA

5 RISAIE TERRAZZATE ARAGIJIMA

Queste risaie a ventaglio sono le preferite dei fotografi, che giungono fin qui per immortalare i cambiamenti stagionali. Un'area di osservazione si trova vicino al fiume Aridagawa.

KUSHIMOTO/KOZAGAWA

6 MONOLITE ICHIMAI-IWA

Questa roccia mastodontica torreggia sulle acque cristalline del fiume Kozagawa. Forgiata dall'attività vulcanica, milioni di anni fa, l'area è un punto di ritrovo per praticare attività come il kayak.

KUSHIMOTO/KOZAGAWA

7 FORMAZIONE ROCCIOSA HASHIGUI-IWA

L'origine di questi pilastri rocciosi dalla forma particolare, che si stagliano in mare, è frutto della leggenda di Wakayama. Queste rocce spettacolari assumono un aspetto ancora più misterioso al crepuscolo.

KUSHIMOTO/KOZAGAWA

8 CAPO SHIONOMISAKI

Rilassatevi sugli ampi prati affacciati sull'oceano e visitate il faro: costruito più di 120 anni fa, esso offre una splendida vista di quest'area, che costituisce il punto più a sud di Honshu, la più grande isola giapponese.

KUMANO

9 HYAKKEN-GURA

Hyakken-gura è il punto panoramico migliore lungo il Cammino di Pellegrinaggio Kumano Kodo. Godetevi la vista panoramica sulla penisola spirituale di Kii.



LUOGHI DA VISITARE

Città tradizionali, porti retrò e spiagge incontaminate



SHIRAHAMA

1 SPIAGGIA DI SHIRARAHAMA

Questa spiaggia dalla sabbia bianca si estende a ventaglio intorno a una baia caratterizzata dalla splendida acqua limpida. È molto frequentata in estate. Shirarahama è rinomata a livello internazionale come spiaggia gemella di Waikiki, alle Hawaii.

SHIRAHAMA

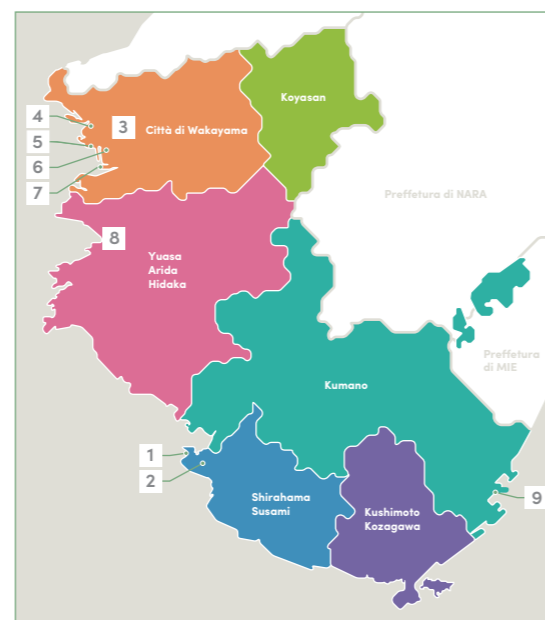
2 ADVENTURE WORLD

Esplorate l'ampio parco naturale, che include uno zoo, un acquario e un parco di divertimenti. Trascorrete un po' di tempo nelle zone in cui gli animali possono muoversi in libertà e non dimenticate il biglietto per visitare la attrazione del parco.

CITTÀ DI WAKAYAMA

3 STAZIONE DI KISHI (LINEA KISHIKAWA)

Prendete il treno per Kishi, la cui attrazione principale è proprio la stazione ferroviaria: qui potrete osservare l'edificio a forma di gatto e cercare Yontama, il capostagione felino.



CITTÀ DI WAKAYAMA

4 CASTELLO DI WAKAYAMA

L'imponente castello bianco, con il tipico tetto a falde, sorge in cima a una collina che si affaccia sulla città di Wakayama. Visitate il castello e percorrete i sentieri panoramici.

CITTÀ DI WAKAYAMA

5 BAIA DI WAKAURA

L'area che circonda la baia di Wakaura è da lungo tempo fonte d'ispirazione per scrittori e poeti. Il parco d'intrattenimento Wakayama Marina City si trova ai confini della baia.

CITTÀ DI WAKAYAMA

6 TEMPIO KIMII-DERA

Salite i 231 scalini per raggiungere questo antico tempio e il suo distretto. La posizione elevata offre una splendida vista sulla baia di Wakaura e la zona è rinomata per la presenza di centinaia di alberi di ciliegio dalla fioritura precoce.

CITTÀ DI WAKAYAMA

7 MERCATO DI KUROSHIO

Fate una passeggiata in questo vivace mercato e assaggiate i prodotti locali di Wakayama, fra cui del pesce freschissimo. Non perdetevi almeno uno dei tre spettacoli quotidiani di filettatura del tonno.

YUASA/ARIDA/HIDAKA

8 YUASA, IMPORTANTE DISTRETTO DI CONSERVAZIONE DI EDIFICI TRADIZIONALI

Visitate questa pittoresca cittadina dagli edifici in legno, risalenti al periodo Edo (1603-1867): alcuni edifici venivano utilizzati per la fermentazione della salsa di soia, il prodotto di esportazione più famoso della città.

KUMANO

9 MERCATO DEL PESCE DEL PORTO DI KATSUURA

Questo porto sulla parte inferiore della penisola è noto per il pesce fresco e per la pesca della maggior quantità di tonno fresco del Giappone. Svegliatevi presto per assistere alla vivace asta del pesce.



ONSEN

Molte delle sorgenti calde di Wakayama sono alimentate da getti costanti di acqua calda provenienti direttamente dalla fonte



SHIRAHAMA

1 SHIRAHAMA ONSEN

Shirahama è uno dei più antichi resort termali del Giappone. Potrete provare numerosi bagni terapeutici nelle sorgenti calde, tra cui l'Onsen Saki-no-Yu, in cui sperimenterete la sensazione degli spruzzi delle onde che si infrangono.

CITTÀ DI WAKAYAMA

2 WAKAYAMA KADA ONSEN

Il resort termale si affaccia sulla pittoresca baia di Kada. Potrete guardare il tramonto e individuare in lontananza le isole di Tomogashima, comodamente immersi in una delle sorgenti termali all'aperto.



KUMANO

3 HONGU ONSEN-KYO

Hongu Onsen-kyo è formata da tre villaggi termali: Kawayu, Wataze e Yunomine. Visitateli: potrete scegliere fra piccole vasche per due persone e vasche grandi abbastanza da ospitare centinaia di persone.

KUMANO

4 RYUJIN ONSEN

La popolarità di questo resort termale, situato sui monti Kii, deriva dalle proprietà delle sue acque: si ritiene, infatti, che le acque rendano la pelle morbida ed elastica. È considerato uno dei tre resort termali più belli del Giappone. Le vasche all'aperto offrono una splendida vista sulle montagne.

KUMANO

5 KATSUURA ONSEN

La stazione termale Katsuura vanta numerose sorgenti calde in un ambiente unico. Potrete rilassarvi in una sorgente rocciosa all'interno di una grotta o in una sorgente calda all'aperto con una spettacolare vista sull'oceano.

LE REGOLE

Vi sono alcune semplici regole da seguire per l'utilizzo delle vasche pubbliche, in modo da rendere l'esperienza piacevole per tutti i presenti. Lasciatevi andare e siate rispettosi: in questo modo vivrete un'esperienza gratificante.

TATUAGGI

Nella cultura giapponese i tatuaggi costituiscono un argomento particolarmente delicato. La maggior parte delle stazioni termali non consente l'accesso a chi ha tatuaggi. Ricordatevene se pensate di andarci.

GALATEO NEI CENTRI TERMALI

La maggior parte delle stazioni termali sono separate per genere e non è consentito l'utilizzo di costumi da bagno. Lavatevi accuratamente prima di entrare nelle vasche ed evitate di nuotare o di immergere la testa sott'acqua.

ESPERIENZE AGGIUNTIVE NEI CENTRI TERMALI

Dopo i bagni termali potrete dedicarvi alla tradizione locale di bere una bottiglia di latte gelato. Inoltre, andate alla ricerca di frutta, verdura e di opere artigianali, che talvolta vengono vendute all'ingresso.

SUGGERIMENTI PER ONSEN



CIBO E ATTIVITÀ

Tenetevi in forma, mangiate cibi freschi e scoprite le tradizioni giapponesi



1 FRUTTI DI MARE / SUSHI

Le acque tiepide della costa di Wakayama brulicano di forme di vita. Potrete assaporare molti tipi di pesci appena pescati in uno dei numerosi ristoranti del posto. Ordinate il tonno, la specialità locale.

2 RAMEN DI WAKAYAMA

Quando visitate la prefettura di Wakayama, ordinate una ciotola di ramen. Il sapore di questo piatto dipende dalla zuppa, che in questa zona viene generalmente preparata con brodo di maiale mescolato con salsa di soia.

3 MANZO KUMANO

Il pregiatissimo manzo Wagyu si caratterizza per il motivo marmorizzato tipico della carne di prima qualità. Andate in un ristorante yakiniku, ordinate questo manzo tenerissimo, e cucinatelo sul barbecue sotto forma di bistecche o di striscioline sottili.

4 VITA NOTTURNA

Chi desidera effettuare un giro dei bar, in vero stile giapponese, non può non visitare le stradine e i viali del quartiere gastronomico Ajikaji di Tanabe, la seconda città per grandezza della prefettura di Wakayama.

5 ASSAGGIARE L'UMESHU

Wakayama è celebre per le prugne ume. Queste prugne, dal tipico sapore aspro, danno il meglio quando sono addolcite e quando vengono fatte fermentare in un liquore. Provate a produrre l'umeshu o il succo di prugna con le vostre mani presso il Kishu Umeboshi Kan.

6 RACCOLTA DELLA FRUTTA

La regione di Wakayama è ricca di frutteti, in molti dei quali è possibile andare a raccogliere la frutta. Potrete gustare frutta fresca di stagione, come mandaranci mikan, pesche, uva, fragole e meloni.



7 URUWASHIKAN (CENTRO INDUSTRIALE DI LACCA TRADIZIONALE KISHU)

Frequentate un workshop per decorare un vassoio in legno o un porta-pranzo, laccandolo in stile Kishu. I tipici motivi decorativi vengono dipinti utilizzando polvere dorata o argentata.

8 COSTUMI DEL PERIODO HEIAN

Percorrete il sentiero Daimon-zaka indossando costumi del periodo Heian (794-1185). Potete noleggiarli presso la casa del tè, situata vicino all'ingresso del sentiero.

9 PISTE CICLABILI (WAKAYAMA 800)

Esplorate i paesaggi naturali di Wakayama su due ruote! 800 chilometri di piste ciclabili vi guideranno sui monti sacri della prefettura e lungo le sue coste immacolate.

10 KAYAK SUL KOZAGAWA

Noleggiate un kayak per attraversare le acque cristalline del fiume Kozagawa. Potrete osservare la fauna locale, incluse le scimmie che vivono nella foresta che costeggia il fiume.

11 LOG RAFTING TRADIZIONALE

Il log rafting iniziò a essere praticato nel villaggio di Kitayama per trasportare i tronchi lungo il fiume. Al giorno d'oggi i più avventurosi possono fare rafting sulle acque limpide del fiume Kitayama-gawa e stare in piedi sulle zattere affiancati da skipper esperti.

12 IMMERSIONI

Le acque calde al largo della costa di Wakayama sono l'ideale per le immersioni. Esplora le barriere coralline e osserva da vicino pesci tropicali colorati. Alcune scuole di sub a Kushimoto offrono una formazione professionale in inglese.