



Tekst: Željka Kunštek  
Fotografije: Turistička zajednica Kvarnera

Neodoljiv spoj mora i gorja, pravi omjer odmora, opuštanja i zabave te idealna doza zdravlja, aktivnosti, kulturnih i enogastronomskih poslastica... i dobili ste recept za savršen odmor na Kvarneru.

# Neprocjenjivi doživljaji Kvarnera

**S**puno aduta raspolaže Kvarner, regija na sjeveroistoku Jadrana u kojoj je prije više od 170 godina započela hrvatska turistička priča. Regija je to u kojoj je priroda iskazala svu svoju raznolikost te skladno povezala more i gorje, gdje su povijest i tradicija ispisali najljepše priče, a domaćini sve upotpunili nizom doživljaja. Na Kvarneru će vas dočekati rivijere na kojima su se odmarali i carevi, otoci u čijim su se smaragdnom uvalama kupali kraljevi te veličanstveno gorje. Samo na Kvarneru ćete kušati najbolje škampe na svijetu, posvojiti dupina, diviti se letu bjeloglavih supova nad morem, skijati s pogledom na more...

**Za opuštanje i ubrzanje pulsa**  
Kada sunce zagrije more, pijesak, sitni šljunak i kamen na kvarnerskim plažama, nema bolje pozivnice za kupanje u moru svih nijansa plave boje. U njega je najljepše ući s neke od brojnih plaža, uronjenih u netaknutu prirodu, a kojih na Kvarneru ima koliko vam srce poželi. Pronadite onu po svojoj mjeri: >>

Tijekom posjeta Kvarneru posjetite i Opatiju, grad koji je oduvijek slovio kao elitno odredište. Uvjerite se zašto.

**Pogled na Opatiju, grad u kojem je krenuo razvoj hrvatskog turizma.**

© Pravi Hrvati  
77 Kvarnera



veliku ili malu, uređenu ili prirodnu, skrovitu i mirnu ili onu živahnu, s nizom sadržaja za sve generacije. Na nekim se plažama vijori plava zastava, simbol očuvanog okoliša te čistoće mora i plaže, ali baš sve ih zapljuskuje čisto, modro more. Neke od najatraktivnijih su plaža sv. Ivan u Lubenicama na otoku Cresu, Rajska plaža u Loparu na otoku Rabu, Vela plaža u Baški na otoku Krku...

Na Kvarneru će uživati i vaši četveronožni ljubimci za koje je uređen niz plaža, od kojih je plaža Podvorska u Crikvenici proglašena najboljom jadranskom plažom za pse. Zadržite se još malo uz plaže, jer se uz brojne niže šetnice i staze idealne za rekreaciju. Osim uz more, kvarnerske šetnice i tematske staze, različitih dužina i težine, vodit će vas i uz kulturne atrakcije i neodoljive panorame. I planinari će imati širok izbor staza, baš kao i biciklisti rekreativci, ali i ljubitelji brdske vožnje. Kvarnersko podmorje, s brojnim podmorskim špiljama i olupinama davno potopljenih brodova, prava je poslastica za ronioce. Wakeboarding, padobranstvo, paragliding i spuštanje zipline-om tek su još neke aktivnosti koje će vam ubrzati puls i kreirati trajne uspomene. Gorski dio Kvarnera očekuje vas s brzim planinskim rijekama koje pozivaju na rafting i kanuing, ali i s jezerima koja privlače ribolovce.

### U vrhu gourmet scene

Nakon rekreacije, zasigurno ćete ogladnjeti. Sjednite za stol neke od brojnih konoba ili restorana s oznakama Kvarner Gourmet i Kvarner Food koje jamče vrhunske gastronomske doživljaje u regiji koja je u samom vrhu hrvatske gourmet scene. Raznolikost krajolika, mora i gorja, odražava se i na tanjurima, a chefovi će vam pomno birane, svježije, lokalne i sezonske namirnice pripremiti na maštovite načine poštujući pritom tradiciju, ali i utjecaje koje su kroz prošlost ostavile talijanska, austrijska, mađarska i češka gastronomija. Glavna "zvijezda" kvarnerskih tanjura je škamp za kojim uzdišu i najveći gurmani, uz obrazloženje da je najukusniji na svijetu. U obalnom dijelu i na otocima kušajte i druga mediteranska jela od riba, rakova i školjaka, oplemenjena vrhunskim maslinovim uljima i mediteranskim biljem poput ružmarina, kadulje, lovora... Na otocima kušajte otočnu janjetinu, ovčje i kozje sireve, skutu i pršut, a gastronomsko putovanje zakružite čašom žlaltine, bijelog, laganog vina istoimene autohtone >>

Na Cresu pogledajte let bjeloglavih supova, a potom zategnite jedra i u lošinjskom arhipelagu svjedočite veseloj igri dobrih dupina.



2 © Sandra Tariba / TZ Kvarnera



3



4

2 Plaža Plave grote na otoku Cresu;  
 3 Ljuljanje s pogledom na plažu Kruščica na Cresu; 4 Lokvarsko jezero u Gorskom kotaru; 5 Trčanje u prirodi; 6 Kvarnerski škampi;  
 7 Slasni zalogaji uz pogled na lošinjski arhipelag.

Svoju iznimnu mekoću i slatkoću škampi postižu zbog života u plitkom moru, s puno izvora pitke vode.

6

© Frank Heuer / TZ Kvarnera

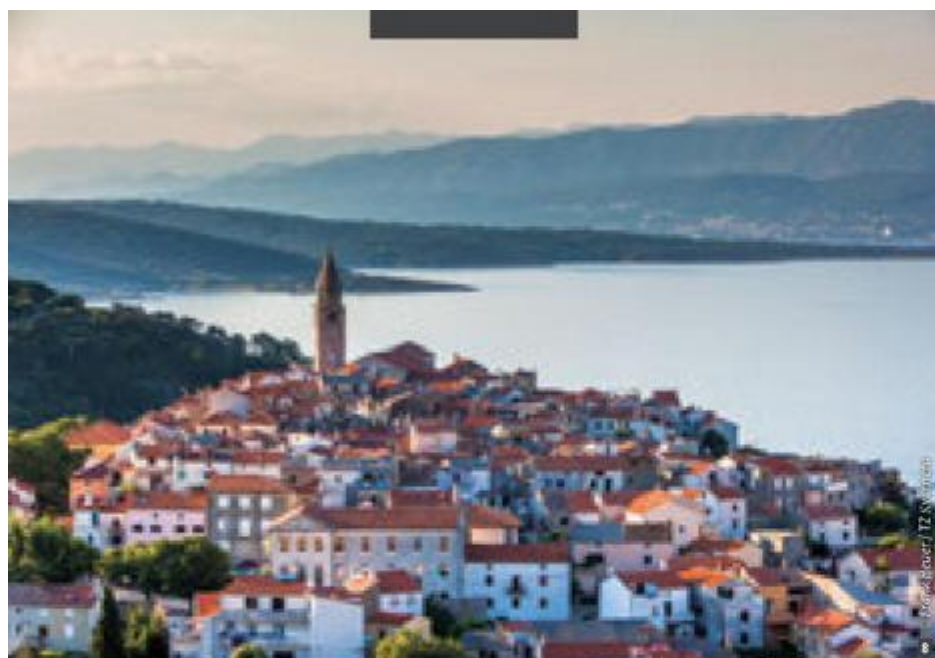


5



7

© Perica Lepić / TZ Kvarnera



1 Gradić Vrbinj na otoku Krku;  
 2 Frankopanski kaštel Grada Grobnika; 3 Mali Lošinj; 4 Otok Lošinj obiluje atraktivnim uvalama i plažama.

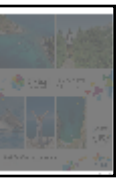


sorte grožđa koja najbolje rezultate daje na području gradića Vrbinja na otoku Krku te u vinodolskom kraju. S domaćinima nazdravite i Valometom, pjenušcem koji dozrijeva na dnu mora.

### Doza zdravlja i kulture

Zahvaljujući raznolikoj ponudi, na Kvarneru vam nikad neće biti dosadno. U koje god doba godine ga posjetite, vrijeme iskoristite i za poboljšanje zdravlja. Ipak ste u regiji u kojoj je još krajem 19. stoljeća započeo zdravstveni turizam, koju je zbog zdravlja posjećivala aristokratska i umjetnička europska elita, a u kojoj je danas niz lječilišta, klinika i poliklinika, wellness i spa centara, zajedno objedinjenih pod brendom Kvarner Health & Wellbeing. Na Kvarneru za početak - duboko dišite. Aromaterapija na otvorenom, pri čemu se morski zrak miješa s mirisima aromatičnog bilja, ali i sa svježim šumskim zrakom, vratit će vam energiju, osnažiti imunitet, smanjiti umor i osloboditi vas stresa. Za potpuno opuštanje posjetite neki od wellness i spa centara s nizom pomno kreiranih tretmana inspiriranih morem i mediteranskim biljem.

Kvarner je i ishodište hrvatske kulture, a za turiste prava kulturna poslastica. U Jurandvoru, kraj Baške na otoku Krku, otkrijte tajnu Bašćanske ploče, upoznajte glagoljicu, slavensko pismo, i krenite u potragu za tim neobičnim slovima razasutima po Bašćanskoj stazi glagoljice. Slijedite i stope krčkih knezova Frankopana te na kulturno-turističkoj ruti "Putovima Frankopana" obiđite njihove kaštele, uključujući i Trsatsku gradinu u Rijeci te kaštel na Grobniku. Na otoku Lošinju otkrijte tko je bio Apoksiomen, a na samom spoju otoka Cresa i Lošinja razgledajte Osor, grad-muzej. Na Cresu posjetite Lubenice, mještace smješteno na vrhu litice, 378 metara nad morem. Ulice tamo nemaju imena, a kuće imaju samo brojeve od 1 do 42. Otok Rab priča je za sebe, a kulturno blago otoka počnite otkrivati, uz pomoć mobilne aplikacije Rab Archaeological (T)races, na trima poučnim stazama. Duž cijelog Kvarnera razasute su crkvice, palače, akropolski gradići... No, raskošne secesijske vile, mondene hotele, egzotične parkove i Hrvatsku ulicu slavnih ima samo Opatija, turistička dama Kvarnera u kojoj je započela hrvatska turistička priča. Opatija je ikona stila, ljepote, šarma i glamura, elitno odredište u kojem su se odmarali carevi, kraljevi i prinčevi, hrvatski banovi, nobelovci, umjetnici... Stoga nema niti jednog razloga zašto se u njoj, i na raznolikom Kvarneru, ne biste odmarali i vi.



**KVARNER REGION TOURIST BOARD**  
**KVARNER**  
*Diversity is beautiful*

*Croatia's best kept secret*



**KVARNER REGION TOURIST BOARD**  
51410 OPATIJA, NIKOLE TESLE 2, T +385 (0)51 272 988, E KVARNER@KVARNER.HR  
"KVARNER INFO - THE ADRIATIC GATE" TOURIST INFORMATION CENTRE:  
T +385 (0)51 623 333, 628 888, E INFO@KVARNER.HR  
[WWW.KVARNER.HR](http://WWW.KVARNER.HR)

