

# Spiaggia e bici a Grado

Baciata dal sole per dodici mesi all'anno, Grado è la meta perfetta da esplorare in un week end lungo, pedalando sui percorsi cicloturistici alla scoperta del paesaggio lagunare e delle riserve naturali, per poi rilassarsi in spiaggia approfittando delle sue lunghe coste sabbiose o alle Terme Marine.

Impossibile resistere al fascino della Laguna di Grado, uno scenario naturale unico, incontaminato e ricco di biodiversità che può essere esplorato in bicicletta grazie agli itinerari che collegano la località alle due riserve naturali di Valle Cavanata e Foce dell'Isonzo – Isola della Cona, a cavallo o a bordo di una motonave con cui raggiungere l'Isola di Barbana che ospita il Santuario della Beata Vergine Maria, l'isola Mota Safon che incantò Pasolini al punto da spingerlo a girare qui alcune scene del film "Medea" con Maria Callas, l'isola Anfora a Porto Buso e Francamela dove assaporare le specialità del mare come il *boreto a la graisàna*, a base di pesce fresco e accompagnato da polenta di mais bianco, le *sepe sofegae*, ovvero seppie in umido, o le vongole del *peverasse al baso*. Alla Laguna di grado è anche dedicato il Museo della Pesca e della Civiltà lagunare.

Il territorio di Grado è un paradiso per gli appassionati della bici con itinerari adatti a tutti come l'Anello di Grado di 11 chilometri che parte dal Porto Mandracchio e si snoda tra il centro storico dove ammirare le pittoresche vie e le Basiliche come quella dedicata a Sant'Eufemia, le spiagge, o il Grado Punta Sdobba che, per 17,8 chilometri totalmente pianeggianti, porta dalla cittadina balneare al villaggio di pescatori di Punta Sdobba, sulla foce del fiume Isonzo, passando dal centro visite di Valle Cavanata e dal centro visite del Caneo, ottimi punti per l'osservazione degli uccelli acquatici e delle piante palustri. Grado è poi il punto di passaggio di numerose ciclovie come la Ciclovia Alpe

Adria che da Salisburgo in Austria giunge nell'Isola del sole dopo 400 chilometri, attraversando tra l'altro anche le vicine Palmanova e Udine, e la Ciclovia del Mar Adriatico che fa tappa a Grado.