

BARBADOS DAY & NIGHT

BARBADOS, ALLA LUCE DEL SOLE!

Spiagge da sogno

Barbados è bagnata in parte dall'Oceano Atlantico e in parte dal Mar dei Caraibi. Le coste dell'isola comprendono spiagge sabbiose e pareti rocciose. Il lato occidentale di Barbados, che ospita molte delle strutture ricettive dell'isola, vanta alcune delle spiagge più note come Mullins Beach, Church Point e Paynes Bay, mentre le spiagge della costa est, tra cui Bathsheba e Cattlewash sono molto popolari tra i surfisti e windsurfisti esperti. A sud le spiagge di Carlisle Bay, Accra Beach, Sandy Beach, Casuarina Beach e Silver Sands sono popolari per il surf, mentre Needham e Dover Beach lo sono tra gli amanti dello snorkeling. Bathsheba, a est, ha chilometri di spiaggia sabbiosa e di pareti rocciose incontaminate mentre Crane Beach, grazie alle sue scogliere e dunem di sabbie rosa è stata nominata dal famoso programma TV statunitense *Lifestyles of the Rich and Famous* come una delle spiagge più belle del mondo.

Per shopping addicted

Broad Street è la via principale di Bridgetown che gli amanti dello shopping devono visitare: Cave Shepherd è il centro commerciale più grande dell'isola, merita una menzione anche Harrison.

Madison Duty-Free Inc. si trova a Ovest di Coast Mall, in Sunset Crest. Si tratta di una splendida boutique in cui si può trovare di tutto, dai vestiti casual di lino a quelli da sera, scarpe, borse, cappelli, gioielli e altri accessori di designer americani ed europei.

Per chi cerca gioielli fatti a mano e regali preziosi disegnati da maestri orafi dei Caraibi l'indirizzo da annotare è la boutique di Heather Harrington Jones ad Holetown, St. James.

Non si può tornare da una vacanza a Barbados senza almeno un pezzo di Earthworks Pottery o di Goldie Spieler's vivaci disegni blu e verde che riflettono una sensazione tropicale.

Visitate lo studio, situato tra le colline di St. Thomas.

Bellezze naturali

Una delle tante attrazioni per cui è nota Barbados è la famosa **Harrison's Cave**, un sistema di grotte sotterranee con stalattiti, stalagmiti, cascate e piscine naturali, nella zona di St. Thomas.

Ovunque a Barbados trovate magnifici fiori tropicali, ma i giardini botanici dell'isola - *Andromeda Gardens*, *Flower Forest* e *Orchid World* - sono veri spettacoli naturali, aperti ai visitatori dalle 9.00 alle 17.00.

Arbib Heritage e **Nature Trail** sono escursioni durante le quali è possibile ammirare le numerose bellezze naturali dell'isola, premiate anche con il titolo di *Islands magazine's 1999 Ecotourism Award*. Le escursioni devono essere prenotate con un certo anticipo.

Forse il più noto fra i parchi nazionali di Barbados, **Welchman Hall Gully** presenta una vegetazione incredibile e un percorso per gli amanti del birdwatching. Qui è possibile ammirare i cercopitechi verdi di Barbados.

Da **Cherry Tree Hill** si può godere una magnifica veduta di tutta la costa est dell'isola, mentre la vista migliore sulla parte meridionale si ha al termine della passeggiata che arriva sulla cima della torre di **Gun Hill Signal Station**.

Golf

L'isola di Barbados è rinomata per i suoi campi da golf: il più noto è senz'altro il **Barbados Golf Club**, inaugurato nel settembre 2000, su cui si è disputato anche il primo campionato pubblico dell'isola. Progettato da Ron Kirby, dispone di diciotto buche, due laghi e bunker di corallo che esaltano la bellezza del percorso.

La **Royal Westmoreland**, progettata da Robert Trent Jones Jr., dispone di un campo da golf 18 buche, annoverato tra i più belli dell'isola.

Il **Sandy Lane Luxury Golf and SPA resort** dispone di tre campi da golf. Situato a St. James, il resort ha due campi a 18 buche progettati da Tom Fazio, il famoso **The Green Monkey** e il **The Country Club**, e un percorso di nove buche, il **The Old Nine**.

Inoltre, anche l'Almond Beach Village e il Rockley Club, due resort all-inclusive, dispongono di campi a nove buche.

Seguire il filo della storia a Barbados

Barbados presenta interessanti siti storici: è possibile esplorarne il ricco patrimonio con una visita presso la **Sunbury Plantation House** e la **St. Nicholas Abbey**. Il **Barbados Wildlife Reserve** è il posto ideale per vedere la famosa scimmia verde di Barbados, la mangusta, il pavone, le tartarughe, le iguana e i porcospini. Un altro modo per esplorare l'isola è fare delle passeggiate a cavallo attraversando piantagioni e fattorie con *Outdoor Tour*. Un viaggio alla **Animal Flower Cave** situata nel punto più a nord di Barbados, è spettacolare. Questa grotta prende il nome dagli anemoni di mare, definiti *fiori animali*, di cui sono stati trovati numerosi esemplari nelle sue piscine naturali.

Per chi invece vuole ammirare **Barbados dall'alto**, *Flightseeing* e *Bajan Helicopters* propongono due tour diversi. *Discover Barbados* è un tour di 20 minuti durante il quale si sorvola la East Coast e le tranquille spiagge della West Coast, mentre *Island Tour* prevede un circuito completo di tutta la costa in 30 minuti. Tornando con i piedi per terra, da non dimenticare la visita alla sede del **Barbados National Trust**, la famosa **Wildey House** e ascoltare la storia delle piantagioni dell'isola raccontata da Paul Foster. Le visite si tengono ogni mercoledì pomeriggio dalle 14:30 alle 17:30, a partire da metà gennaio fino ai primi di aprile.

Sport d'acqua

Sono diversi gli alberghi di Barbados che offrono la possibilità di praticare **sport** come sci d'acqua, windsurf, snorkeling, vela, surf e parapendio. La costa ovest è ideale per lo snorkeling e lo sci d'acqua, l'est è il paradiso dei surfisti, mentre la costa sud è conosciuta come una delle migliori al mondo per il windsurf. Una **crociera in catamarano** a bordo di *Eccellenza* o della *Tiami*, con un pranzo bajan servito a bordo e lo **snorkeling con le tartarughe** è un'esperienza imperdibile.

Diving

Barbados è un'isola piatta di corallo con fianchi vulcanici scoscesi: per questo motivo offre un paesaggio unico per le immersioni subacquee. Molti operatori e centri **diving**, oltre ad essere attrezzati con strutture per la manutenzione di apparecchiature per immersioni e di una camera di decompressione offrono corsi introduttivi per principianti e immersioni giornaliere per i sub più esperti. I diver di tutto il mondo sono attratti dai bellissimi relitti allargò di Barbados: *Stavronikita*, *Berwyn* e *Friars Craig*.

Pesca sportiva

Gli appassionati di **pesca sportiva** possono trovare tutto l'occorrente per soddisfare la loro passione a bordo del *Blue Jay* e *Miele Bea III*, e anche andare in crociera in cerca di marlin, tonni, delfini e kingfish.

Atlantis Submarine

Questo sommergibile si immerge a 150 metri di profondità, permettendo di esplorare il fondale marino e la barriera corallina di Barbados. La spedizione Atlantis dura circa 90 minuti, consentendo ai passeggeri di vedere spettacolari pesci tropicali, tartarughe e vegetazione marina.

L'offerta gastronomica

Un soggiorno a Barbados è incompleto senza un assaggio di **pesce volante**, il piatto nazionale, che può essere degustato in quasi tutti i ristoranti di Barbados.

Altre prelibatezze sono il **Bajan-Cou Cou** (a base di mais e okra, una tipica verdura locale), il **pepperpot** (uno stufato di carne molto piccante), e il **Jug-Jug** (una miscela di mais guinea e piselli).

Barbados ha anche una grande varietà di ristoranti che offrono cucina continentale, e il pesce fresco è sempre delizioso. Sia che siate alla ricerca di un romantico ristorante a cinque stelle, o di un bar sulla spiaggia piuttosto che di un buffet Bajan, Barbados offre soluzioni per tutti i gusti e per tutti i budget.

Chi volesse saperne di più sulla produzione di **rum barbadiano** può prender parte alla visita nella distilleria e alla degustazione presso il **Malibu Visitor Centre**, sulla spiaggia di Brighton o la visita alle distillerie del leggendario **Mount Gay Rum**, sulla costa antistante St Michael

Da non perdere è il **Sand Dunes Bar & Restaurant** per la deliziosa cucina locale Bajan, a St. Andrew. Mentre è possibile fare un assaggio di **panini di pesce volante** al vapore al **Waterfront Café**, a ritmo di musica jazz dal vivo nelle serate in programma.

Infine, da annotare per i nostalgici del British style, un must è prendere un tè presso il **Fairmont Royal Pavilion**. L'hotel si trova sulla splendida baia di St. James, sulla costa ovest dell'isola.

LA NOTTE È GIOVANE, A BARBADOS

Al calar del sole, Barbados si anima: che si tratti di assaporare la **cucina Bajan** in uno dei tanti ristoranti, prender parte ai **party a bordo della Jolly Roger** o del **MVP Harbour Master** o di scoprire i locali di Baxter Road, a Bridgetown, conosciuta come *la strada che non dorme mai*.

Musica

Per chi vuole abbinare divertimento a buona cucina, il posto da tenere a mente è il **Fish Oistins Fry**: punto di ritrovo per i barbadiani il venerdì e sabato sera, è il posto ideale per assaggiare torte di pesce al vapore, tonno e frutti di mare freschi. Al **Lexi's** si può assistere a spettacoli di danze tipiche Bajan.

L'indirizzo per chi invece preferisce passare la notte in discoteca, con DJ e musica dal vivo, è **Harbour Lights** in St. Lawrence Gap. In zona si trovano diversi altri club e ristoranti fra cui **The Ship Inn**, **The Lounge Reggae**, **After Dark**, con serate dalle 18:00 fino a mezzanotte. Leggendari i *margaritas* del **Café Sol**: provare per credere!

Per una serata elegante i ritmi delle steel band e di String Quartets movimentano il cielo dei Caraibi presso la **Starlight Terrace** del Sandy Lane Luxury Golf & SPA resort, o presso il **Cobblers Cove**.

The Coach House, a St. James, ha la migliore reputazione fra i locali notturni sulla costa ovest. **Bubba's**, a Christ Church, è famoso fra gli appassionati di sport, visto che accoglie gli spettatori di tutti i principali eventi sportivi, trasmessi regolarmente via satellite. Sempre a Christ Church, **Bert's Bar** serve ottime bistecche, hamburger, birra e daiquiri.

Teatri

Bajan Roots & Rhythms, presso il **Plantation Garden Theater** di St. Lawrence, a Christ Church ha on stage spettacoli di cabaret il mercoledì e venerdì sera.

Fra i teatri di Barbados segnaliamo il **Daphne Joseph Hackett** e il moderno **Frank Collymore Hall** a Bridgetown, e il **Pit Cane**.

After Hours Bites

Gli amanti del fast-food apprezzeranno **Chefette**, la risposta di Barbados a Mc Donald's: aperto tutti i fine settimana non-stop dalle ore 10:00, il venerdì a mezzogiorno e la domenica.

Per ulteriori informazioni stampa:

AIGO - Ufficio stampa Barbados

Sara Cusmà – Martina D'Aguanno

Tel. 02 669927.241/229

Fax. 02 6692648

E-mail: s.cusma@aigo.it, m.daguanno@aigo.it

Website: www.visitbarbados.org