



## Bulgaria Sofia

8,1

Con il cor

### Indice

Panoramica  
Attrattive  
Divertimenti  
Mangiare e bere  
Come Muoversi

**Cosa fare:** MUSEO ETNOGRAFICO, MUSEO DELL'UOMO E DELLA TERRA, MONASTERO BOYANA, CATTEDRALE ALEKSANDAR NEVSKI

**Dove alloggiare:** BED AND BREAKFAST, CAMPING

**Prezzo medio:** 52 €.

**Consigliata per**



Arte e cultura



Shopping



Verde e natura

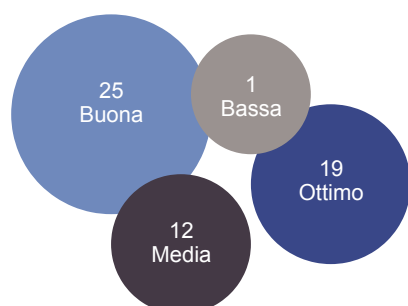


Enogastronomia

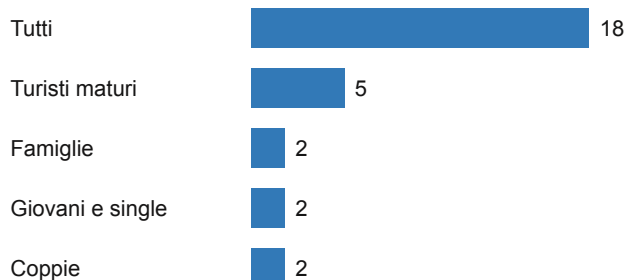


Montagna

### Valutazione generale



### Chi c'è stato



**Note redazionali:** per quanto la redazione di PaesiOnline lavori costantemente al controllo e all'aggiornamento delle informazioni turistiche, invitiamo i nostri lettori a verificare personalmente tutte le notizie di viaggio prima della partenza. Si declina ogni responsabilità per qualunque situazione spiacevole o dannosa derivante dall'uso delle

informazioni riportate sul sito

## Indicatori



Attrattive



Alloggio



Mangiare E Bere



Accoglienza



Accessibilità



Servizi Ai Turisti



Shopping



Attività



Intrattenimento



Trasporti



Sicurezza



Convenienza

## Introduzione



Oltre ad essere la capitale della Bulgaria, **Sofia** ne è il principale centro amministrativo, industriale e culturale.

Si trova nella parte ovest del paese, in un'area **alle pendici del Monte Vitosa** attraversata da piccoli fiumi come il Vladajska e il Perlovskia. Tra le capitali attuali d'Europa, Sofia è la **terza per nascita** dopo Atene e Roma.

Originariamente **era un insediamento dei Traci** conquistato poi dai Romani che ne fecero la capitale della Dacia. Distrutta dagli Unni (447), venne ricostruita divenendo una **delle città principali** dell'Impero Romano d'Oriente sotto Giustiniano I. Gli Ottomani la conquistarono nel 1382 e la loro dominazione terminò solo nel 1878 con i Russi che espugnarono Sofia **rendendola capitale della nuova Bulgaria indipendente**. Il legame con la Russia si ripeté poi durante la Seconda Guerra Mondiale con la liberazione dai nazisti.

La capitale bulgara può contare su **grandi imprese** operanti in particolare nell'**industria metallurgica**

**pesante**. L'intero comparto turistico è in crescita e cresce di conseguenza anche il settore dei servizi, il commercio e tutto ciò che ruota attorno all'accoglienza e alla ricettività.

La gastronomia tipica di Sofia richiama un po' i sapori della **cucina greca** e include piatti come il **tarator**, una zuppa fredda a base di yogurt, cetrioli e noci macinate, oppure come la **musaka**, con patate a carne macinata. Per quanto riguarda i dolci, da assaggiare assolutamente il **baklava**, con zucchero e frutta secca.

Sofia è sede di **eventi fieristici** a richiamo regionale come la **Balkan Packaging**.

L'influenza delle passate dominazioni e del culto ortodosso è riscontrabile in diversi monumenti ed edifici storici della città, **tra cattedrali e chiese paleocristiane**. Non manca anche un discreto numero di musei.

## Cosa vedere



Sofia è la capitale bulgara e principale centro amministrativo e culturale del paese. È una città caratterizzata dalla presenza di tante attrazioni interessanti dal punto di vista storico ed architettonico.

Il motivo principale per la quale visitarla è perché una città dalla antichissime tradizioni, una delle capitali più antiche d'Europa, con tanti edifici storici, specialmente chiese del culto ortodosso.

Il simbolo di Sofia è infatti la [Cattedrale di Aleksandar Nevski](#), dall'appariscente stile greco-bizantino e di costruzione relativamente recente.

La capitale bulgara presenta altri edifici di culto rilevanti come la **Chiesa paleocristiana di San Giorgio**, la più antica della città e oggi adibita a museo. La **Chiesa Russa** situata sulla **Tsar Osvoboditel Boulevard** invece è il riferimento per la comunità russa del paese, mentre la [Chiesa di Santa Sofia](#) rappresenta uno dei più apprezzati esempi dell'architettura paleocristiana.

Molto importante nella capitale bulgara anche la presenza di musei, incentrati in particolare sulla storia e la cultura. Il più grande è il [Museo Storico Nazionale](#) con reperti risalenti anche alla preistoria. Costumi popolari e sculture in legno invece caratterizzano il [Museo etnografico](#) mentre non può mancare una visita al Palazzo Nazionale della Cultura meglio noto come **NDK**, sede di conferenze e decisamente apprezzabile anche per la sue particolari forme.

Tra gli altri punti d'interesse della città

bulgara del tutto particolari sono i [Bagni Minerali](#), ossia degli antichissimi bagni pubblici situati in prossimità della stazione centrale. Fuori dal centro ma facilmente raggiungibile, merita una visita la [Chiesa di Boyana](#), Patrimonio dell'Umanità **UNESCO**.

La caduta del comunismo ha di certo favorito il **fiorire di centri commerciali** e boutique internazionali, affiancati ai tradizionali mercati e negozi della città vecchia. Lo **shopping di lusso** a Sofia avviene principalmente nelle zone presso **Vitosha Boulevard** e **Sveta Nedelya square**, mentre opere artigianali bulgare contrassegnano i mercati intorno la Cattedrale di Nevski.

La **cucina locale** contrassegna alcuni dei principali ristoranti della città **distribuiti lungo le via del centro**; non mancano comunque ristoranti dalla cucina internazionale e fast food.

La vita notturna di Sofia è concentrata principalmente lungo **Bulevard Vitosha** e **Ulitsa Rakovski**; l'entrata nelle discoteche è generalmente gratuita o comunque ha un costo limitato. Bassi anche i prezzi delle consumazioni.

**Sofia** è anche città dalle grandi tradizioni sportive, con diverse squadre di calcio e basket che giocano qui le loro gare. La struttura principale presente è lo **Stadio Nazionale Vasil Levski**, sede anche delle gare internazionali calcistiche della

nazionale bulgara.

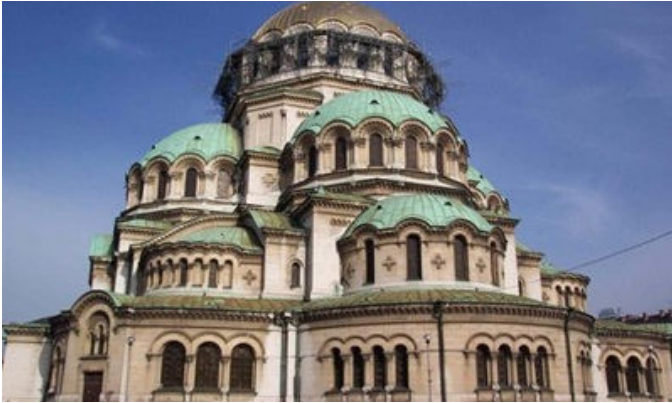
La città può essere anche visitata **a piedi in una giornata**, tuttavia è preferibile usufruire di mezzi come autobus, tram e **metropolitana**.





## ATTRATTIVE

## Cattedrale Aleksandar Nevski



MONUMENTI ED EDIFICI STORICI

La **Cattedrale ortodossa di Aleksandar Nevski**, edificata in stile neo-bizantino a partire dal 1882, rappresenta una delle principali attrazioni della capitale bulgara **Sofia**. Contando anche il campanile, che accoglie ben dodici campane, l'edificio religioso è alto più di 50 metri. L'interno, che **può accogliere 5 mila persone**, presenta notevoli decorazioni architettoniche e scultoree in alabastro e ospita un'interessante raccolta di icone.

Su progetto dell'architetto russo **Aleksandr Pomerancev**, coadiuvato da Aleksandr Smirnov e Aleksander Jakovlev, i lavori furono portati a termine nel 1924, quando la chiesa, **prima dedicata ai santi Cirillo e Metodio**, assunse la denominazione attuale.



Ploshtad "Sv.Aleksandar Nevski", Sofia

+359 2 988 1704

## Chiesa di Boyana



MONUMENTI ED EDIFICI STORICI

bellissima



St. Iac Boyansko 3, Sofia

+359 2 959 0939

## Monastero di Rila





NEI DINTORNI

Il **Monastero di Rila** si trova a circa 120 chilometri di distanza dalla capitale della **Bulgaria Sofia**, e merita una visita in quanto si tratta del maggiore monastero del Paese. Fondato nel X secolo, è tra i monumenti bulgari più importanti ed antichi, ed è noto anche per la sua straordinaria posizione panoramica; il monastero, infatti, si trova sulla cima del **Monte Rila** a quasi **1200**

**metri d'altezza**, circondato da un paesaggio di rara bellezza costituito da dolci vallate e corsi d'acqua che le attraversano.

Il Monastero di Rila ha un'importanza riconosciuta, al punto da essere stato inserito tra i Patrimoni dell'Umanità **UNESCO** nel 1983. Non è del resto difficile capirne il motivo, dal momento che il monastero ha alle spalle una lunga **storia** e ancora oggi impressiona con la sua straordinaria **architettura**.

Se visto dall'esterno somiglia quasi più ad una **fortezza**, circondato com'è da una cinta di mura merlata interrotta da feritoie, all'interno lascia a bocca aperta con pareti riccamente **affrescate** in un vero e proprio tripudio di colori. Il **colore** è un elemento dominante dell'intero monastero, che anche esternamente presenta forti contrasti cromatici.

 Kyustendil, Bulgaria  
 359 89 687 2010

## Museo dell'Uomo e della Terra





MUSEI E PINACOTECHE

Fondato nel 1986 il museo presenta gli oggetti suddivisi in sei sezioni tra le quali cristalli giganti, minerali della Terra, minerali industriali e gemme.

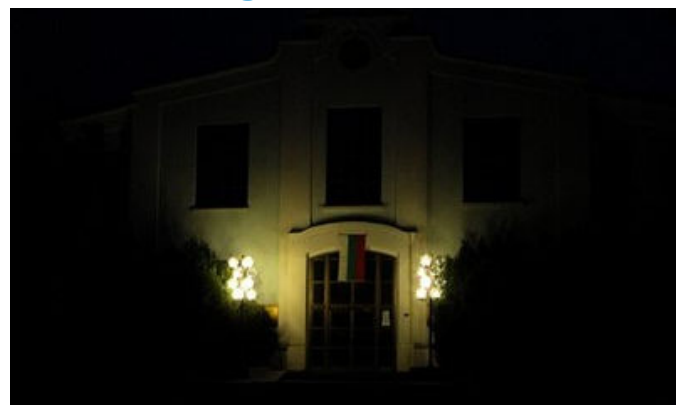
### Apertura

Tutti i giorni dalle 10:00 alle 18:00.

Chiuso la domenica ed il lunedì.

 CherniVrah 2, 1000 Sofia  
 +359 02 865 6639

## Museo Etnografico





MUSEI E PINACOTECHE

Il museo espone costumi popolari, stoffe, gioielli, sculture di legno e lavori in ferro battuto.

### Apertura

Dalle 10:30 alle 17:30.

Chiuso il lunedì e il martedì.


 Pl. Battenberg 1 BG - 1000 Sofija  
 +359 02 988 4191


## Museo di Storia Nazionale



#### MUSEI E PINACOTECHE

Il **Museo di Storia Nazionale di Sofia** copre l'intero periodo **dalla preistoria al giorno d'oggi**. Sono in mostra reperti dall'era antica fino al medio evo, compresi i tesori d'oro e d'argento (il tesoro di **Panagyurishte**), ceramiche e altri reperti archeologici, esemplari di arte sacra, del **rinascimento bulgaro** del XIX secolo, compresi costumi tradizionali, tappeti e arredi di quel periodo.

 16 Vitoshko lale, Sofia 1618

 +359 2 955 42 80


### La chiesa Santa Sofia



#### MONUMENTI ED EDIFICI STORICI

La **Chiesa di Santa Sofia** è la più vecchia chiesa bulgara. In questo luogo sorgevano luoghi di culto già in epoca tracia e poi **romana**. Quando nel VI secolo d.C. sotto l'imperatore bizantino Giustiniano I venne edificata la prima costruzione con pianta a croce, da cui la chiesa attuale deriva, quello era probabilmente già il **quinto edificio** lì **costruito**.

 ulitsa Paris 2, Sofia

 +359 2 987 0971


### St.Nedelya Cathedral



#### MONUMENTI ED EDIFICI STORICI

E' una bellissima **chiesa russa ortodossa** che si trova all'inizio di **Vitosha Boulevard** che è via pedonale oltre a rappresentare la più importante soluzione per lo shopping di classe. Per me è più bella della Cattedrale che pure bisogna visitare. Bellissime le icone contenute al suo interno.

 Sofia

 +359 2 987 5748

### Plovdiv





⊙⊙⊙⊙⊙

NEI DINTORNI

E' la seconda città della **Bulgaria**. Da **Sofia** ci sono i pulman che impiegano circa 2 ore, si può quindi visitare senza problemi in una giornata. Da visitare tutta la **Old Town** con il teatro romano ed i bellissimi edifici colorati. Da non perdere inoltre la casa a peristilio **"Eirene"** con mosaici conservati dell'antica Filippopoli, il vecchio nome di Plodiv (si paga l'ingresso - 10 Lev - circa 5 euro). La chiesa **"S.Marina"**, la **cattedrale cattolica** e l'antico stadio per completare la visita. Vi piacerà: è bellissima!

📍 Plovdiv, Bulgaria  
☎ +359 32 656 700

## Bagni Minerali



**DIVERTIMENTI**

⊙⊙⊙⊙⊙

MONUMENTI ED EDIFICI STORICI

I **Bagni minerali di Sofia** sono dei bagni pubblici di antichissima tradizione (si dice che la prima costruzione risalgia al Cinquecento): oggi sono una delle **attrazioni** più celebri della città, frequentate da bulgari e da turisti stranieri (soprattutto austriaci e tedeschi).

Danneggiati durante la **seconda guerra mondiale** sono poi stati ricostruiti e ristrutturati fino agli anni Ottanta.

**Come arrivare:** a 12 km c'è l'aeroporto internazionale di Sofia collegato con i bus al centro; il modo più facile per raggiungere i bagni è usare il treno (a meno di 2 km c'è la stazione centrale).

**Ristoranti e discoteche**



#### LOCALI E VITA NOTTURNA

**Tanti e tutti ottimi** ed economici. I club spesso sono ad ingresso **gratuito**, quindi si può far serata senza spendere molto, meglio chiedere a qualche giovane residente di darvi **qualche dritta** per i locali notturni!

#### Consigli Utili su Locali e Vita notturna



#### LOCALI E VITA NOTTURNA

Sofia è la principale città della Bulgaria, nonché la capitale. Attualmente è una città moderna e cosmopolita con oltre un milione di abitanti; in passato, invece, era soltanto un villaggio trace costruito dalla tribù dei Serdi da cui discese il suo primo nome

Serdica. Successivamente venne conquistata dai Romani che la trasformarono in un mercato.

Per opera di Giustiniano fu ricostruita in seguito al saccheggio degli Unni e divenne città bulgara definitivamente solo nel XII secolo. L'attuale nome "Sofia" gli fu dato soltanto nel XIV sec. che sta a ricordare la famosa basilica di **Santa Sofia**.

Durante la seconda guerra mondiale la Bulgaria, ma in particolare Sofia furono seguite attraverso un regime filo-tedesco. Il 1989, inoltre, segna la fine del regime comunista in Bulgaria.

Per quanto riguarda il clima, esso è caratterizzato dalla presenza dei monti Vitosha che le permette di avere un clima favorevole.

Sofia, oltre ad essere la capitale rappresenta il centro vitale per l'economia, la politica e la cultura. Nella città possiamo trovare la famosa **Università di Sofia**, la **Galleria Nazionale d'Arte**, la **Biblioteca Nazionale** e il **Teatro Nazionale**.

Le comunità religiose si distinguono in cristiani ortodossi per la maggioranza e in musulmani, per la minoranza. Inoltre è presente una diocesi cattolica. La lingua ufficiale è il bulgaro, mentre per quanto riguarda la moneta troviamo il lev.



## MANGIARE E BERE

### Consigli Utili su Cucina e vini



#### CUCINA E VINI

La città offre ristoranti di ottimo livello, ma per chi preferisce mangiare in posti più tradizionali sono consigliate le “Mehanas”, in stile taverna che sono accessibili a tutti e sono aperti fino a tardi.

Inoltre, a Sofia, sono presenti numerosi fast food americani, pizzerie e ristoranti italiani.

Tra i piatti principali della città la banista con spinaci, le **pagnottelle rotonde con formaggio**, i **fagioli bianchi**, le . I secondi



## COME MUOVERSI

### Metropolitana di Sofia

La **metropolitana di Sofia** è una linea molto recente (completata nel 1998) e attualmente copre un tracciato di poco più di dieci km all'interno della **capitale bulgara**.

Si tratta di una linea unica con **otto stazioni** e circa **500.000 passeggeri** trasportati ogni anno.

piatti invece, sono ricchi di carne suina, accompagnati da vari contorni tra cui le **melanzane ripiene** e i **peperoni farciti con uova e formaggio**. Per quanto riguarda i dolci, lo yogurt bulgaro è il più famoso. Viene prodotto in genere con il latte di vacca, pecora o bufalo. Anche la **banista al latte** ha assunto un posto di rilievo e poi seguono le **mele al forno con sciroppo di vaniglia**.

Per quanto riguarda i vini, sono ben posizionati sul mercato internazionale accanto ai vini francesi e spagnoli. La produzione di vino si distingue in uve rosse e bianche. I principali vini rossi sono il **Merlot**, **Sauvignon**; mentre **Chardonnay**, **Sauvignon blanc** e **Riesling** sono i vini bianchi. Tra i superalcolici ricordiamo la famosa **grappa Rakia**.

E' progettato un prolungamento fino all'**Aeroporto Internazionale di Sofia** (circa sette km di tracciato aggiuntivo con sei nuove stazioni).

### Aeroporto Sofia International

Situato a circa dieci chilometri dalla capitale bulgara, l'**aeroporto di Sofia** è stato recentemente rinnovato in tutta la sua struttura.

Accanto al vecchio **Terminal 1**, utilizzato esclusivamente da voli charter e compagnie a basso costo, è stato costruito il moderno **Terminal 2**.

**Come arrivare:** l'autobus della linea 84 collega il centro della città all'aeroporto.



Sofia Airport



+359 29372211/2