

50

COSE DA FARE AL LAGO DI GARDA

La guida gratuita di Instagarda

Borghi / Sport / Enogastronomia / Cultura / Spiagge / Natura

50 esperienze selezionate

dal team di Instagarda

per scoprire il lago in ogni stagione

Edizione 2026

INSTAGARDA.NET

La guida digitale del Lago di Garda

Benvenuto al Lago di Garda

Il Lago di Garda e' il piu' grande lago d'Italia: 370 km2 di acque cristalline tra le Dolomiti del Trentino a nord e le dolci colline moreniche della Pianura Padana a sud. Un luogo di contrasti straordinari, dove il profumo del Mediterraneo - ulivi, limoni, palme - si fonde con l'aria fresca alpina delle cime oltre i 2.000 metri.

Questa guida e' un invito a esplorare il Garda lontano dai circuiti piu' battuti: borghi nascosti, sentieri dimenticati, cantine di famiglia, spiagge silenziose al mattino presto. Cinquanta esperienze selezionate dal team di Instagarda per farvi innamorare di questo lago unico al mondo.

Dal surf frenetico di Torbole alla quiete di un porticciolo di pescatori; dalle rovine romane di Sirmione ai vigneti di Bardolino; dalle terme sul lago alla Via Lattea sopra Tremosine. Il Garda non finisce mai di sorprendere.

Cosa trovi in questa guida:

	Borghi & Citta'	#1-9	9 esperienze selezionate
	Sport & Outdoor	#10-19	10 esperienze selezionate
	Enogastronomia	#20-27	8 esperienze selezionate
	Cultura & Arte	#28-34	7 esperienze selezionate
	Spiagge & Acque	#35-41	7 esperienze selezionate
	Esperienze & Natura	#42-50	9 esperienze selezionate

instagarda.net

Mappe interattive, itinerari GPS e guide aggiornate tutto l'anno

Guida distribuita gratuitamente - aggiornamento 2026

1

Passeggiata a Sirmione

Percorri la penisola medievale affacciata sull'acqua tra il castello scaligero e le terme romane.

Dove: Sirmione

2

Castello Scaligero di Malcesine

Dalla torre merlata del castello il panorama spazia su tutto il Garda: imperdibile al tramonto.

Dove: Malcesine

3

Centro storico di Gargnano

Uno dei borghi piu' autentici del lago: chiostro francescano, limonaie storiche e pace assoluta.

Dove: Gargnano

4

Porto antico di Desenzano

Aperitivo sul porto settecentesco con barche a vela e palazzi liberty: l'happy hour del Garda bresciano.

Dove: Desenzano del Garda

5

Vicolo dei Morti a Tremosine

Un borgo sospeso nel vuoto: la strada scavata nella roccia a picco sul lago e' tra le piu' scenografiche d'Europa.

Dove: Tremosine sul Garda

6

Lungolago di Salo'

Elegante passeggiata sul Garda bresciano con cattedrale rinascimentale, caffetterie storiche e vista aperta sul lago.

Dove: Salo'

7

Bardolino e le sue cantine

Stradine acciottolate, murales e degustazioni di Bardolino DOC a cielo aperto nel borgo del vino veronese.

Dove: Bardolino

8

Mura viscontee di Lazise

Uno dei borghi medievali meglio conservati d'Italia: le mura intatte scendono direttamente nell'acqua.

Dove: Lazise

9

Portese e il suo porticciolo

Case colorate affacciate direttamente sul lago e un piccolo porto di pescatori: il Garda autentico e nascosto.

Dove: San Felice del Benaco

10

Windsurf e kitesurf a Torbole

La mecca europea del windsurf: i venti Peler e Ora soffiano regolari tutto l'anno garantendo condizioni perfette.

Dove: Torbole

11

Arrampicata sportiva ad Arco

Oltre 2.000 vie su calcare per tutti i livelli: Arco e' capitale mondiale dell'arrampicata sportiva.

Dove: Arco (TN)

12

MTB sul Garda Bike Trail

Piu' di 1.000 km di sentieri enduro e trail tra boschi d'ulivi e vigneti con panorami mozzafiato sul lago.

Dove: Alto Garda

13

Trekking sul Monte Baldo

Il Giardino d'Europa per la sua flora alpina unica: sentieri fino a 2.218 m con vista su tutto il Garda.

Dove: Malcesine / Brenzone

14

Via Ferrata Susatti

Ferrata adrenalinica con vista verticale sul lago: dislivello e passaggi tecnici per chi cerca emozioni vere.

Dove: Nago-Torbole

15

Kayak al tramonto sul Garda

Noleggia un kayak a Gargnano e pagaia tra grotte, ulivi e acque color smeraldo mentre il sole tramonta.

Dove: Gargnano / Toscolano

16

Cascate di Varone

Una cascata alta 87 metri che precipita in una gola stretta: spettacolo naturale accessibile tutto l'anno.

Dove: Riva del Garda

17

Vela con skipper locale

Il Garda e' il lago piu' navigato d'Europa: lezioni e noleggio barche a vela con istruttori certificati.

Dove: Riva / Desenzano / Peschiera

18

E-Bike lungo la Ciclovía del Garda

Il grande progetto GardaBike che circumnaviga il lago: tratti gia' percorribili tra paesaggi straordinari.

Dove: Tutto il Garda

19

Parapendio biplace da Monte Baldo

Volo tandem dalla vetta del Monte Baldo: 20 minuti di planata sul lago con istruttore certificato FIVL.

Dove: Malcesine

20

Degustazione Bardolino DOC

Visita una cantina storica tra i vigneti collinari veronesi e scopri il carattere fruttato di questo rosso leggero.

Dove: Bardolino / Cavaion

21

Olio EVO Garda DOP dal frantoio

L'olio del Garda e' tra i piu' pregiati d'Italia: visita un frantoio e assaggia direttamente dal produttore.

Dove: Gargnano / Toscolano

22

Coregone in carpione al lago

Il pesce di lago per eccellenza preparato in carpione secondo la ricetta tradizionale: coregone, lavarello e trota.

Dove: Garda veronese e bresciano

23

Cantina Guerrieri Rizzardi

Degustazione in una delle cantine storiche piu' belle: museo del vino, giardino all'italiana e verticali di Amarone.

Dove: Bardolino

24

Lugana DOC: il grande bianco

Il Lugana e' l'elegante bianco del Garda meridionale: minerale, fresco, perfetto con il carpaccio di lavarello.

Dove: Sirmione / Desenzano / Peschiera

25

Aperitivo a Piazza delle Erbe

La piazza di Riva del Garda e' perfetta per un aperitivo con lo spritz e la brezza serale del Peler sul lago.

Dove: Riva del Garda

26

Limoncello e agrumi di Gargnano

Le limonaie storiche del Garda producono limoni pregiati: liquori, confetture e cosmetici artigianali da portare a casa.

Dove: Gargnano / Limone sul Garda

27

Mercato contadino del sabato

Prodotti locali, formaggi d'alpeggio, salumi, miele e conserve artigianali ogni sabato mattina sul lungolago.

Dove: Sirmione / Desenzano

28

Il Vittoriale degli Italiani

Il complesso monumentale di Gabriele d'Annunzio: villa, teatro all'aperto e nave da guerra arroccata sul colle.

Dove: Gardone Riviera

29

Grotte di Catullo a Sirmione

La piu' grande villa romana del Nord Italia: mosaici, ipocausti e un tramonto sulle rovine con il lago alle spalle.

Dove: Sirmione

30

Rocca di Riva del Garda

Il castello medievale sull'acqua ospita il museo piu' importante del Trentino con reperti preistorici del lago.

Dove: Riva del Garda

31

Giardino Botanico Andre' Heller

Un giardino-museo onirico con sculture di artisti internazionali immersi in piante esotiche e tropicali.

Dove: Gardone Riviera

32

Museo della Civiltà Contadina

Un viaggio nella vita rurale gardesana: attrezzi agricoli, vecchie cucine e costumi tradizionali dell'Ottocento.

Dove: Pozzolengo

33

Chiesa di San Zeno a Bardolino

Una delle chiese romaniche meglio conservate del Garda con affreschi dell'VIII secolo ancora perfettamente visibili.

Dove: Bardolino

34

Museo dell'Olio del Garda

Un percorso didattico gratuito tra antichi frantoi e torchi in legno: la storia millenaria della coltura olivicola gardesana.

Dove: Bardolino / Cisano

35

Punta San Vigilio

La spiaggia piu' bella del Garda: ghiaietto, cipressi, acqua trasparente e una villa veneziana del 500 come sfondo.

Dove: Garda (VR)

36

Marmitte dei Giganti di Nago

Piscine naturali scavate dal ghiacciaio nella roccia: acqua freschissima e trasparente nascosta nel bosco.

Dove: Nago-Torbole

37

Spiaggia sotto la Rocca di Manerba

Vista sulla Rocca di Manerba, uno dei panorami piu' fotografati del Garda bresciano: spiaggia libera e poco affollata.

Dove: Manerba del Garda

38

Baia delle Sirene

Spiaggia attrezzata con servizio bar, gelati e ombrelloni in legno: ideale per famiglie con bambini.

Dove: Garda (VR)

39

Snorkeling nella riserva del Garda

Acque limpidissime con visibilita' fino a 10 m: pesci persico, trote e fondali di pietra levigata.

Dove: Tremosine / Limone

40

Tramonto da Torri del Benaco

Il lungolago di Torri e' uno dei posti piu' romantici del Garda veronese: i colori del tramonto sull'acqua sono unici.

Dove: Torri del Benaco

41

Terme di Sirmione - Aquaria

Acque sulfuree in uno stabilimento panoramico: piscine esterne con vista sul castello e trattamenti spa di lusso.

Dove: Sirmione

42

Funivia Malcesine - Monte Baldo

Cabine rotanti con vista 360 gradi: in cima prati alpini, rifugi con polenta e fiori rari protetti.

Dove: Malcesine

43

Traghetto Toscolano - Torri

Il traghetto che taglia il lago nel punto piu' largo: 40 minuti di navigazione tra paesaggi che cambiano colore.

Dove: Toscolano - Torri del Benaco

44

Osservazione stelle a Tremosine

L'altopiano di Tremosine e' uno dei rari luoghi del Garda senza inquinamento luminoso: la Via Lattea e' visibile.

Dove: Tremosine sul Garda

45

Sagra delle Olive a Toscolano

In autunno i frantoi si aprono al pubblico: degustazioni, musica nelle piazze e la magia della spremitura.

Dove: Toscolano Maderno

46

Capodanno con fuochi sul lago

Il Garda sotto i fuochi di Capodanno: Desenzano e Riva del Garda offrono i due migliori spettacoli sul lago.

Dove: Desenzano / Riva del Garda

47

Parco Naturale Alto Garda Bresciano

Fauna selvatica, flora alpina e paesaggi incontaminati tra Tremosine, Valvestino e i comuni dell'alto lago.

Dove: Alto Garda Bresciano

48

Visita all'Isola del Garda

La piu' grande isola del lago: un palazzo neogotico veneziano visitabile in estate con battello dall'imbarcadere.

Dove: Isola del Garda (San Felice)

49

Birdwatching a Moniga del Garda

Zone umide e canneti ospitano ardeidi, tuffetti e martin pescatori: birdwatching con binocolo al mattino presto.

Dove: Moniga del Garda

50

La nebbia del Garda al mattino

In autunno e inverno il lago si risveglia nella nebbia bassa: uno spettacolo fotografico irripetibile al porto.

Dove: Tutto il Garda

Continua a esplorare il Lago di Garda

Su instagarda.net trovi mappe interattive, itinerari percorribili a piedi, in bici e in kayak, guide alle destinazioni e consigli aggiornati tutto l'anno.

www.instagarda.net

Seguici su Instagram: [@instagarda](https://www.instagram.com/instagarda)

Guida distribuita gratuitamente - Instagarda.net - 2026

Riproduzione consentita con citazione della fonte