

21 maggio 2026

## **Estate lenta e fresca in Danimarca: natura, cultura e benessere nordico**

*Con il suo clima piacevole, le lunghe giornate di luce e oltre 7.400 chilometri di costa, la Danimarca è una delle destinazioni ideali per un'estate rigenerante nel Nord Europa. Tra spiagge, isole, città vivaci e itinerari nella natura, il Paese invita a vivere una vacanza all'aria aperta, lontano dal caldo estremo e dal turismo di massa. Facilmente raggiungibile dall'Italia grazie ai numerosi collegamenti diretti, la Danimarca offre esperienze adatte a ogni tipo di viaggiatore: dal mare ai festival, dalla bicicletta ai viaggi in camper, fino alla gastronomia nordica e al vino danese. Un invito a scoprire un'estate autentica, sostenibile e profondamente legata al concetto di hygge.*



Cykelslangen, Ph: Daniel Rasmussen, © VisitCopenhagen Media Center

## Coolcation e benessere nordico

### *Come raggiungere la Danimarca dall'Italia*

Raggiungere la Danimarca dall'Italia è oggi ancora più semplice grazie ai numerosi **collegamenti diretti attivi** tutto l'anno e potenziati durante la stagione estiva. In poche ore di volo, i viaggiatori italiani possono immergersi in un'atmosfera fresca e rilassata, ideale per una pausa estiva al fresco.

**Copenaghen**, principale porta d'ingresso del Paese, è collegata quotidianamente ai maggiori aeroporti italiani. Anche **Aarhus**, seconda città della Danimarca e importante centro culturale affacciato sul mare, è facilmente raggiungibile tramite voli su Copenaghen o Billund e successivi collegamenti ferroviari o domestici.

**Billund**, celebre per il parco divertimenti LEGOLAND® e punto di partenza ideale per esplorare lo Jutland, è oggi ancora più accessibile grazie ai nuovi collegamenti diretti Norwegian da Milano, Bergamo, Roma e Napoli.

Anche il **nord della Danimarca** si avvicina ulteriormente al mercato italiano: dalla primavera sono infatti operative nuove rotte dirette verso Aalborg da Napoli e Verona, ampliando le opportunità di scoperta della Danimarca settentrionale.

### *Clima e hygge*

Mentre le estati italiane diventano sempre più calde, la **Danimarca** si afferma come una delle destinazioni europee più interessanti per chi desidera una **pausa rigenerante all'insegna di natura, cultura e qualità della vita**. Con **temperature** generalmente comprese tra i 20 e i 25 gradi, giornate lunghissime illuminate fino a tarda sera e oltre 7.400 chilometri di costa, il Paese nordico offre il contesto ideale per vivere un'estate all'aria aperta, lontano dal caldo estremo e dal turismo di massa.

Per chi desidera scoprire la Danimarca in un'atmosfera più autentica e rilassata, **giugno e il periodo tra fine agosto e settembre** rappresentano i **momenti ideali** per visitarla, grazie a una **minore affluenza turistica e a ritmi più tranquilli**. **Luglio e agosto** coincidono invece con l'**alta stagione estiva**, in particolare luglio, mese in cui tradizionalmente anche i danesi vanno in vacanza, animando spiagge, isole, festival e località balneari in tutto il Paese.

Da maggio a inizio settembre, la Danimarca invita a rallentare i ritmi e a riscoprire il piacere delle esperienze autentiche. L'estate danese è profondamente legata al concetto di **hygge**, lo stile di vita che celebra convivialità, semplicità e benessere quotidiano. Cene all'aperto, tramonti sul mare, momenti condivisi nella natura e atmosfere rilassate diventano parte integrante dell'esperienza di viaggio.

### *Spiagge danesi*

Con **oltre 400 isole, migliaia di chilometri di costa e distanze contenute**, la Danimarca offre infinite possibilità di scoperta tra natura, mare e vita urbana.

Le [spiagge danesi](#), tra i segreti meglio custoditi d'Europa, si distinguono per dune spettacolari, baie tranquille e acque tra le più pulite del continente, grazie a oltre 200 spiagge Bandiera Blu. Inoltre, **in Danimarca non si è mai a più di 50 chilometri dal mare, rendendo la costa facilmente accessibile da qualsiasi parte del Paese.**

Tra le località più celebri:

- [Amager Strand](#), ampia spiaggia urbana a pochi minuti dal centro della capitale danese;
- [Grenaa Beach](#), sulla costa orientale dello Jutland, è una lunga spiaggia di sabbia bianca affacciata sul Mar Baltico, ideale per famiglie, relax e attività outdoor;
- [Tisvildeleje Beach](#), sulla Riviera Danesa, unisce spiagge di sabbia bianca, natura incontaminata e atmosfera rilassata, rendendola una delle mete estive più iconiche della Selandia del Nord;
- [Palmestranden](#), nel nord dello Jutland, caratterizzata da palme, attività sportive e aree family-friendly;
- [Kerteminde Nordstrand](#), sull'isola di Fionia, apprezzata per la sua lunga spiaggia sabbiosa e l'atmosfera rilassata.

Accanto al relax balneare, la Danimarca offre numerose attività outdoor come kayak, pesca, kitesurf e windsurf. Tra le località simbolo spicca [Klitmøller](#), conosciuta come "Cold Hawaii", meta di riferimento per gli sport acquatici nel Nord Europa.

L'estate danese è inoltre **sinonimo di vita all'aria aperta e soggiorni immersi nella natura**. I tradizionali cottage danesi, spesso situati vicino al mare o ai laghi, rappresentano una delle esperienze più autentiche del Paese. Sono circa 40.000 le case vacanza disponibili in affitto.

## *Esperienze sull'acqua*

A **Copenaghen**, l'acqua è **protagonista** anche della scena gastronomica e lifestyle cittadina, con bar, caffè e spazi galleggianti come [Kayak Bar](#) e [Green Island](#), perfetti per rilassarsi al tramonto con vista sul porto. La capitale danese offre numerose [esperienze legate all'acqua](#).

Per chi desidera un'esperienza più attiva, Copenaghen, così come le altre città principali, offrono la possibilità di esplorare i canali in kayak, paddleboard o a bordo delle iconiche [GoBoat](#) elettriche, all'insegna della mobilità sostenibile e del turismo slow. Progetti come [GreenKayak](#) uniscono inoltre sport e attenzione ambientale, permettendo ai visitatori di contribuire alla pulizia dei canali durante la navigazione.

# Outdoor e slow travel: esperienze da non perdere

## *La Danimarca in bicicletta*

La [bicicletta](#) rappresenta uno degli elementi più iconici della [cultura danese](#).

Con oltre 16.000 chilometri di percorsi segnalati, il Paese offre itinerari adatti a ogni livello, dalle piste urbane di Copenaghen ai percorsi costieri e rurali. Un **approccio** che oggi viene raccontato anche attraverso il concetto di **Danish Wheelness™** — dall'unione tra “wheel” (ruota) e “wellness” (benessere) — dove **movimento, salute e qualità della vita si incontrano grazie alla bicicletta**.

In altri termini, **la bicicletta è più che un semplice mezzo di trasporto pratico**: svolge un ruolo chiave nella qualità della vita, nella salute e nelle relazioni sociali.

Pedalare in Danimarca significa vivere il territorio a ritmo lento, attraversando villaggi, campagne, isole e coste in modo sostenibile e autentico.

Alcuni dei [percorsi ciclabili](#):

- [The Harbour Circle – Copenaghen](#) è un percorso di circa 13 chilometri lungo il porto di Copenaghen, ideale da esplorare a piedi o in bicicletta. L'itinerario attraversa quartieri vivaci e zone più tranquille come Christianshavn e Sydhavn, tra architetture contemporanee, houseboat e spazi verdi affacciati sull'acqua. Un modo piacevole per scoprire la città seguendo il suo waterfront.
- [Il percorso dei castelli](#): pedala tra bancarelle agricole lungo la strada, grandi castelli e affascinanti manieri sull'isola di Fionia, con deviazioni ricche di cultura e sapori locali freschi lungo il percorso.
- [La Panoramic Route 421](#) sull'isola di Møn attraversa i paesaggi della biosfera dell'UNESCO e conduce alle suggestive scogliere bianche di Møn.
- [La Castle Route 48](#) collega il castello di Kronborg e il castello di Frederiksborg, attraversando il paesaggio di caccia Par Force della Selandia settentrionale, patrimonio dell'UNESCO.
- [Læsø – itinerario ciclabile sull'isola](#) con una superficie di 118 km<sup>2</sup>, piccole strade tranquille, numerose piste ciclabili e un paesaggio naturale privo di grandi dislivelli, Læsø è il punto di partenza ideale per una gita in bicicletta.
- [Ørnbjerggruten – Parco Nazionale Mols Bjerge](#) è un percorso ciclabile di 34 km nel Djursland che attraversa alcuni dei paesaggi più suggestivi del Parco Nazionale Mols Bjerge. L'itinerario conduce tra colline modellate dall'era glaciale, boschi e ambienti naturali intatti, passando per luoghi come il lago Stubbe e lo storico mulino di Ørnbjerg.

## *La Danimarca da un'altra prospettiva: viaggiare in camper*

Viaggiare in [Danimarca in camper](#) significa vivere una vacanza all'insegna della libertà, della natura e del turismo slow. Grazie alle brevi distanze, alle strade panoramiche e all'ottima rete di campeggi, il Paese è una delle destinazioni europee più apprezzate dagli amanti dell'on the road. Dalle coste sabbiose dello Jutland alle isole danesi, passando per villaggi, fari e città a misura d'uomo, ogni itinerario permette di alternare relax, attività outdoor e scoperta del territorio.

La Danimarca offre **campeggi moderni e immersi nella natura**, spesso situati vicino al mare, ai laghi o alle piste ciclabili, con servizi di alta qualità pensati anche per camperisti e famiglie. Molte strutture propongono inoltre **soluzioni sostenibili e attività all'aria aperta, perfette per vivere l'estate danese in modo autentico**.

Particolarmente apprezzata è anche la **possibilità di combinare il viaggio in camper con esperienze outdoor** come ciclismo, trekking, sport acquatici e island hopping, grazie ai numerosi traghetti che collegano facilmente le isole del Paese. In Danimarca il viaggio diventa così parte integrante della vacanza, tra paesaggi rilassanti, cieli aperti e il tipico stile di vita hygge.

## *Un tuffo nelle acque del porto: harbour baths*

La Danimarca ha trasformato i suoi **porti urbani in veri e propri luoghi di svago e balneazione**, grazie alle celebri "[harbour baths](#)", piscine pubbliche gratuite costruite direttamente nelle acque di porti e fiordi, spesso sorvegliate durante l'estate.

Queste strutture rappresentano uno dei **simboli dello stile di vita danese**, dove natura, sostenibilità e vita urbana convivono perfettamente. Le piscine nei porti sono diffuse in diverse città del Paese e offrono aree dedicate a nuoto libero, tuffi, relax e attività per famiglie.

Tra le più famose ci sono: [Islands Brygge](#) a Copenaghen, una delle piscine urbane più iconiche della capitale; [Kastrup Sea Bath](#), soprannominata "la lumaca" per la sua particolare architettura circolare; [Fisketorvet](#) e [Coral](#), sempre a Copenaghen; le [piscine portuali di Aarhus](#), progettate dal Bjarke Ingels Group; le strutture di [Odense](#), [Sønderborg](#) e [Aalborg](#).

## *Island hopping nell'arcipelago della Fionia*

L'**arcipelago della Fionia** conta oltre 50 isole, tutte diverse e affascinanti. [L'island hopping](#) qui è un'esperienza tranquilla e immersiva, ideale per scoprire isole come [Ærø](#), con i suoi porticcioli pittoreschi e le case color pastello, oppure Lyø e Skarø, perfette per chi cerca silenzio e natura.

Si può pernottare in accoglienti cottages sulla spiaggia, spesso a pochi passi dall'acqua, o pedalare lungo stradine di campagna tra campi, mulini e casette con tetti in paglia.

Grazie ai traghetti locali e alle brevi distanze, è facile esplorare più isole anche in pochi giorni, sempre a ritmo lento e sostenibile.

## *Gudenå: il fiume più lungo della Danimarca*

Il [Gudenå](#) è il fiume più lungo della Danimarca e attraversa alcuni dei paesaggi naturali più suggestivi dello Jutland, tra laghi, foreste e villaggi pittoreschi. Ideale per attività outdoor come canoa, kayak, escursionismo e ciclismo, rappresenta una delle destinazioni più amate per **vivere la natura danese in modo autentico e sostenibile**.

## Esperienze uniche nella terra della hygge

La **Danimarca** propone durante l'estate un'ampia varietà di esperienze culturali tra cultura, natura e lifestyle scandinavo.

Tra le esperienze più affascinanti ci sono i [Dark Sky Park](#), ad esempio, sono luoghi ideali per riscoprire il fascino del cielo stellato. Grazie al bassissimo inquinamento luminoso, località come Møn & Nyord, Mandø, Bulbjerg e la recente Anholt permettono di vivere esperienze uniche di *stargazing* immersi nella natura scandinava. Nelle notti più limpide è possibile osservare la Via Lattea a occhio nudo, partecipare a passeggiate sotto le stelle e vivere un contatto autentico con il paesaggio naturale danese, all'insegna del turismo slow e sostenibile.

A soli 50 minuti da Copenaghen, nel sud della Selandia, si trova il punto più alto dell'isola: il [Forest Tower - Camp Adventure](#). Dall'iconica torre circolare di 45 metri, è possibile scorgere il ponte Øresund, il suggestivo Turning Torso di Malmö e parte dello skyline di Copenaghen.

Per chi cerca esperienze più adrenaliniche, la Danimarca propone anche attività davvero insolite come il [Bridgewalking](#), l'unica esperienza in Europa che permette di camminare sopra un ponte sospeso. Dalla cima del Lillebæltsbroen, il panorama sul mare e sulla terraferma è completamente aperto e spettacolare. Quest'anno, inoltre, l'attrazione celebra un doppio anniversario: i 90 anni del ponte e i 10 anni del percorso panoramico.

All'estremo nord del Paese, a [Skagen](#), si può assistere a uno dei fenomeni naturali più suggestivi della Danimarca: l'incontro tra il Mare del Nord e il Mar Baltico. A [Grenen](#), le due masse d'acqua si toccano senza mescolarsi completamente, creando un confine visibile tra i due mari. Qui tutto è dominato dalla luce: quella stessa luce che ha ispirato per generazioni artisti e pittori, rendendo Skagen uno dei luoghi più iconici del Paese.

Non lontano da qui si trova anche [Råbjerg Mile](#), la più grande duna migratoria del Nord Europa. Questo paesaggio quasi desertico, in continuo movimento grazie al vento, offre panorami sorprendenti tra sabbia, brughiere e Mare del Nord.

Anche le città danesi cambiano volto durante l'estate. [Copenaghen](#), [Aarhus](#) e [Aalborg](#) si riempiono di festival, concerti open-air, rooftop, mercatini e bagni nei porti urbani, creando un'atmosfera vivace ma mai caotica, perfetta per vivere il lato più autentico dell'estate nordica.

[Per saperne di più](#)

## Estate culturale in Danimarca

### *Festival*

L'estate danese è scandita da un ricco calendario di festival musicali, eventi culturali e appuntamenti gastronomici.

Tra gli eventi più attesi:

- [NorthSide Festival ad Aarhus](#) (dal 4 al 6 giugno - Aarhus);
- [Heartland Festival](#) (dal 18 al 20 giugno – castello di Egeskov);
- [Stella Polaris](#) (15 agosto - Aarhus);
- [Tinderbox Music Festival](#) (dal 25 al 27 giugno - Odense);
- [Aarhus Jazz Festival](#) (dal 26 giugno al 5 luglio - Aarhus);
- [Roskilde Festival](#) (dal 27 giugno al 4 luglio - Roskilde);
- [Skagen Festival](#) (dal 02 al 4 luglio - Skagen);
- [Copenhagen Jazz Festival](#) (dal 3 al 12 luglio - Copenaghen);
- [Samsø Festival](#) (dal 13 al 19 luglio - Samsø);
- [Copenhagen Summer Festival](#) (dal 19 al 30 luglio - Copenaghen);
- [O/Day Fest](#) (dal 30 luglio al 1° agosto – Refshaleøen, Copenaghen);
- [Smuk Fest Festival](#) (dal 2 al 9 agosto - Skanderborg Dyrehave);
- [Copenhagen Pride](#) (dall'8 al 16 agosto - Copenaghen);
- [Hans Christian Andersen Festival](#) (dal 13 al 22 agosto - Odense);
- [Copenhagen Cooking & Food Festival](#) (dal 21 al 30 agosto - Copenaghen)
- [Aarhus Festival](#) (dal 28 agosto al 6 settembre - Aarhus)
- [Aarhus Food Festival](#) (dal 04 al 06 settembre - Aarhus)

Concerti open-air, festival gastronomici e manifestazioni culturali animano città e località costiere per tutta la stagione estiva.

[Per saperne di più](#)

### *Gastronomia*

La Danimarca è oggi una delle mete gastronomiche più interessanti d'Europa. Accanto ai ristoranti stellati e alla celebre New Nordic Cuisine, il Paese offre una **scena culinaria dinamica** fatta di prodotti locali, cucina stagionale e grande attenzione alla sostenibilità.

Il pesce fresco, i crostacei, le verdure biologiche e i prodotti affumicati sono protagonisti delle tavole estive, spesso accompagnati dai tradizionali [smørrebrød](#), le iconiche tartine danesi reinventate in chiave contemporanea.

[Per saperne di più](#)

**Negli ultimi anni sta crescendo anche la produzione vinicola locale.** Grazie al cambiamento climatico e a tecniche innovative, diverse cantine danesi producono oggi vini bianchi, spumanti e rosati di qualità, particolarmente apprezzati per freschezza e mineralità. Molti wine bar e ristoranti di Copenhagen propongono degustazioni di vini nordici accanto a etichette internazionali, offrendo ai visitatori un'esperienza enogastronomica originale e inaspettata.

[Per saperne di più](#)

**Immagini:**

<https://platform.crowdriff.com/m/visitdenmark>

**Comunicati stampa**

<https://www.visitdenmark.it/stampa/press-room/comunicati-stampa>