

2 settembre 2026

Boschi d'oro, mare freddo e città che rallentano: in autunno la Danimarca non va in letargo

Quando le giornate si accorciano, la Danimarca continua a vivere all'aperto e invita a scoprirla seguendo un ritmo diverso. Dai city break tra cultura e design agli spettacoli della natura, dal sea dipping alle saune affacciate sull'acqua, la stagione porta con sé esperienze che raccontano il particolare rapporto dei danesi con il territorio e con gli elementi. A tavola arrivano ostriche, funghi e raccolti, mentre treni, biciclette e itinerari fuori dalle rotte più frequentate diventano l'occasione per viaggiare con più calma e scoprire un volto diverso del Paese.



Teglværksskoven, Ph: Mitch Wiesinger

Il piacere di viaggiare fuori stagione

Le distanze contenute e la rete di trasporti rendono semplice combinare più tappe nello stesso viaggio. Da Copenaghen, il treno attraversa la Selandia, raggiunge la Fionia e prosegue verso lo Jutland; Billund e Aalborg possono invece diventare punti di partenza per esplorare rispettivamente il centro e il nord del Paese. Una volta arrivati, bicicletta e trasporto pubblico permettono di proseguire verso costa, campagna e centri vicini.

A questo approccio si lega anche [CopenPay](#), l'iniziativa di Wonderful Copenhagen che dal 22 giugno 2026 è diventata permanente e attiva tutto l'anno nella capitale. Il programma premia i visitatori che compiono azioni positive per la città – per esempio spostarsi in bicicletta o partecipare ad attività a beneficio dell'ambiente e della comunità – con esperienze e vantaggi dedicati.

Perché in Danimarca rallentare non significa fermarsi. E l'autunno, forse, è il momento migliore per scoprirlo.

City break d'autunno: città, cultura e nuovi ritmi

C'è un momento dell'anno in cui le città danesi cambiano passo. In autunno, la luce si fa più morbida, i parchi si tingono d'oro e di rame e le strade ritrovano un'atmosfera più tranquilla. È il momento ideale per un city break che alterna cultura e design, quartieri da esplorare a piedi o in bicicletta, bakery, waterfront e spazi verdi. Copenaghen è naturalmente il primo approdo, ma l'autunno invita anche a guardare verso Aarhus, Odense, Aalborg e le altre città del Paese.

A facilitare il viaggio sono anche i collegamenti diretti dall'Italia che proseguono in autunno. Accanto ai numerosi voli per Copenaghen, fino a fine ottobre Billund è collegata direttamente con Milano Bergamo, Roma e Napoli, mentre Aalborg è raggiungibile da Verona e Napoli. Billund offre un accesso diretto allo Jutland e a città come Vejle, Kolding e Aarhus; Aalborg porta invece già nel nord del Paese, sulle rive del Limfjord.

A Copenaghen, la bicicletta continua a essere uno dei modi più naturali per muoversi: dalle vie del centro ai quartieri residenziali, dai parchi ai canali, con una sosta in bakery per una *kanelsnegl*, un café o un mercato lungo il percorso. Basta poi seguire il porto per arrivare a [Nordhavn](#), l'ex area industriale oggi trasformata in uno dei quartieri più interessanti della capitale, dove architettura contemporanea, spazi pubblici, ristoranti e waterfront raccontano il rapporto quotidiano tra città e acqua. E se si cerca il verde, parchi, boschi e costa restano facilmente raggiungibili anche dal centro.

L'autunno è anche una stagione particolarmente vivace per musei, mostre, architettura e design, che possono entrare nel viaggio senza diventarne necessariamente l'unico filo conduttore. A Copenaghen, fino al 30 novembre 2026, le sale sotterranee delle Cisterne ospitano *Seven Deaths* di Marina Abramović, installazione cinematografica e operistica costruita intorno a sette iconiche morti femminili della storia dell'opera.

Ad **Aarhus**, ARoS ha inaugurato nel 2026 [*As Seen Below – The Dome, a Skyspace by James Turrell*](#), dedicato alla percezione della luce e del cielo. Ma la seconda città danese racconta bene anche un altro aspetto dell'autunno urbano: dal centro bastano pochi minuti in bicicletta per raggiungere [**Den Permanente**](#), la spiaggia cittadina ai piedi della foresta di [**Riis Skov**](#), dove sauna, mare e sentieri immersi nei colori della stagione convivono con musei, quartieri creativi e café. Più a sud, i boschi di Marselisborg proseguono questa continuità tra città e natura.

A **Tønder**, nel sud dello Jutland, il nuovo [**Museum Wegner**](#) racconta invece Hans J. Wegner proprio nella città in cui è nato.

Una stagione che invita a uscire

In Danimarca, l'arrivo dell'autunno non significa smettere di stare fuori. Parchi, faggete e grandi aree boschive diventano lo scenario per passeggiate e giornate all'aria aperta, mentre sulle coste vento, nuvole e luce mutevole ridisegnano il paesaggio. Lontano dall'essere soltanto un passaggio verso l'inverno, questi mesi permettono di osservare il territorio danese sotto una luce diversa e di assistere ad alcuni degli spettacoli naturali più caratteristici dell'anno.

La bicicletta continua a far parte dello stile di vita danese, secondo lo spirito del [**Danish Wheelness™**](#), fusione tra *wheel* e *wellness*: un modo di vivere il movimento come fonte quotidiana di benessere. In autunno significa percorrere strade di campagna e sentieri o lasciare la città per raggiungere in poco tempo boschi, laghi e mare.

E poi ci sono le **coste**, che in questa stagione acquistano un fascino completamente diverso. Dalle spiagge del Mare del Nord alle scogliere e alle isole, vento, nuvole e luce mutevole ridisegnano continuamente l'orizzonte. Camminare lungo la costa diventa meno una questione di chilometri e più un modo per osservare ciò che accade intorno: spiagge più silenziose, dune mosse dal vento e panorami che possono assumere volti diversi nel corso della stessa giornata.

Ma è soprattutto la fauna a regalare alcuni degli appuntamenti più spettacolari. Nel [**Wadden Sea**](#), Patrimonio Mondiale UNESCO lungo la costa occidentale dello Jutland meridionale, l'autunno coincide con le grandi migrazioni degli uccelli. Tra **settembre e ottobre** si può assistere al [**Sort Sol – il “Sole Nero”**](#): prima di posarsi per la notte, enormi stormi di storni disegnano nel cielo figure in continuo movimento, arrivando quasi a oscurare la luce della sera. Il fenomeno dipende dalle condizioni meteorologiche e dalla presenza degli uccelli e proprio per questo non è mai identico a sé stesso.

Anche vicino alle città è possibile incontrare i cervi. Alle porte di **Copenaghen**, [**Jægersborg Dyrehave**](#), antica riserva di caccia reale e parte del sito UNESCO dei paesaggi di caccia della Selandia settentrionale, ospita **oltre 2.000 daini** e in questo periodo dell'anno offre passeggiate tra boschi e prati nei colori autunnali. Ad **Aarhus**, invece, basta spostarsi a sud della città per raggiungere [**Marselisborg Deer Park**](#), immerso nelle foreste di Marselisborg: oltre **22 ettari** di bosco dove vivono daini e cervi sika, con sentieri che permettono di osservarli nel loro ambiente.

Dal mare al calore: il benessere alla danese

In Danimarca il rapporto con l'acqua non finisce insieme all'estate. Il *sea dipping*, il bagno nelle acque fredde praticato anche nei mesi più freddi, è parte della cultura locale e trova spazio tanto lungo le coste quanto nel cuore delle città, tra [harbour baths](#), moli e strutture affacciate sul mare.

A Copenaghen, [Islands Brygge Harbour Bath](#), nel porto della capitale, è uno dei luoghi più conosciuti per fare il bagno in città. Poco fuori dal centro, [Kastrup Sea Bath](#) si affaccia invece direttamente sull'Øresund: conosciuto come *Sneglen*, "la lumaca", per la sua caratteristica struttura circolare in legno, è aperto tutto l'anno e permette di immergersi nelle acque dello stretto.

Anche Aarhus e Odense hanno i loro *harbour baths*. L'[Aarhus Harbour Bath](#), nel quartiere di Aarhus Ø e progettato da Bjarke Ingels Group, comprende una piscina da 50 metri, una vasca per i tuffi e due saune. L'[Odense Harbour Bath](#), vicino al centro cittadino, è aperto tutto l'anno e dispone anch'esso di sauna, permettendo di alternare il bagno nell'acqua fredda al calore.

Dal bagno all'aperto il passaggio alle [spa](#) è breve. A Copenaghen, nel quartiere di Carlsberg Byen, [AIRE Ancient Baths](#) occupa un edificio storico dell'ex complesso Carlsberg risalente al 1881 e propone un percorso tra bagni a diverse temperature, bagno di vapore e trattamenti. A Sønderborg, [Alsik Nordic Spa & Wellness](#) si estende invece su oltre 4.500 m², con piscine, saune, bagni di vapore e rituali wellness.

Dopo il bagno o una giornata all'aperto arriva naturalmente il momento dell'*hygge*: una sauna, una bevanda calda o una cena condivisa. E verso novembre, con le prime luci e l'apertura dei [mercatini di Natale](#), le città iniziano lentamente a cambiare atmosfera.

Tra zucche, castelli e antiche leggende

Con l'avvicinarsi di [Halloween](#), anche la Danimarca mostra il suo lato più misterioso. A Copenaghen, da inizio ottobre ai primi di novembre, i [Giardini di Tivoli](#) (dal 2 ottobre al 1° novembre) si trasformano tra zucche, case stregate e atmosfere da brivido, mentre a [LEGOLAND Billund](#) (dal 2 ottobre al 1° novembre) il tradizionale "dolcetto o scherzetto" diventa *Brick or Trick* tra attività a tema, personaggi e creazioni LEGO®. Nella regione di Aarhus, anche [Djurs Sommerland](#) (dal 10 al 18 ottobre) cambia volto con *Magico Halloween* e oltre 40.000 zucche.

Oltre i parchi a tema, ghost tour, castelli e antiche leggende raccontano il lato più oscuro della storia danese. A Copenaghen, passeggiate guidate riportano alla luce i racconti più oscuri della capitale, mentre castelli secolari custodiscono leggende di presenze misteriose. Tra questi c'è [Kronborg](#), il castello di Amleto e Patrimonio UNESCO, dove storia e leggenda si incontrano tra corridoi e casematte; in Fionia, invece, il [Castello di Egeskov](#) (dal 10 al 18 ottobre), accoglie troll, streghe e zombie nei suoi giardini.

Sempre in Fionia, a Odense, il [Magic Days Fantasy Festival](#) (16 e 17 ottobre) porta nelle strade maghi, amuleti, letteratura fantasy e attività per tutta la famiglia.

I sapori dell'autunno

In Danimarca l'autunno si riconosce anche a tavola, tra prodotti del mare, raccolti, funghi, mele e ingredienti che seguono il calendario della cucina nordica.

Sulla costa occidentale dello Jutland, il **Wadden Sea** è il punto di partenza per le [oyster safari](#). Nei mesi più freddi, indicativamente **da ottobre ad aprile**, le escursioni guidate seguono le maree fino ai banchi di ostriche del Pacifico. Sull'isola di **Rømø**, il [Naturcenter Tønning](#) (Havnebyvej 30) organizza tour durante i quali si raccolgono le ostriche direttamente sui fondali emersi, unendo l'esperienza alla scoperta del Parco Nazionale e del sito UNESCO.

Nei boschi, invece, **funghi, bacche, erbe e frutti selvatici** riportano in primo piano il *foraging*, mentre nelle campagne è tempo di **mele e raccolti**. Radici, cavoli e zucche entrano nei menu insieme a pesce e prodotti del mare, seguendo uno dei principi alla base della cucina nordica: utilizzare ciò che il territorio offre nel momento in cui lo offre.

La cultura gastronomica passa anche dalle **bakery**. Ad **Aarhus**, nel Quartiere Latino, [La Cabra Bakery](#) (Borggade 4F) è uno degli indirizzi da segnare: pane a lievitazione naturale, croissant e pastry preparati sul posto, insieme allo specialty coffee del marchio nato proprio in città.

E poi c'è il **vino danese**. In **Fionia**, vicino a Nyborg, [Stokkeby Vineyard](#) (Kertemindevej 152) conta circa **17.000 viti** e produce i propri vini direttamente nella tenuta. Il vigneto può essere visitato con tour tra i filari, visita alla cantina e degustazione: un assaggio di una produzione ancora di nicchia, ma ormai parte del panorama gastronomico del Paese.

Infine, a raccontare il rapporto dei danesi con il cibo c'è il [fællesspisning](#), letteralmente "mangiare insieme": cene comunitarie organizzate in spazi culturali e luoghi d'incontro, dove persone che non necessariamente si conoscono condividono lo stesso tavolo e lo stesso pasto.

Immagini:

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

Comunicati stampa

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