



SE DISFRUTA MEJOR SIN PRISAS

Letonia, la perla de los Estados Bálticos, es uno de los países miembros de la Unión Europea y está situado en el norte de Europa - a orillas del Mar Báltico.

Letonia puede ofrecer a los visitantes una gran variedad de experiencias que harán Que el tiempo que se pase en el país sea realmente inolvidable. Es una tierra verde con playas de arena junto al mar, extensos bosques y naturaleza virgen. Con antiguas tradiciones históricas y arquitectura variada y lugares de interés emocionantes. Con un ritmo de vida apacible en el campo y ciudades modernas, con gente discreta, pero hospitalaria, y con un ambiente seguro.

Definitivas observaciones y una recreación sin prisas le permitirán descubrir cosas que harán que su corazón lata más rápido de alegría.

¡Bienvenidos a Letonia!



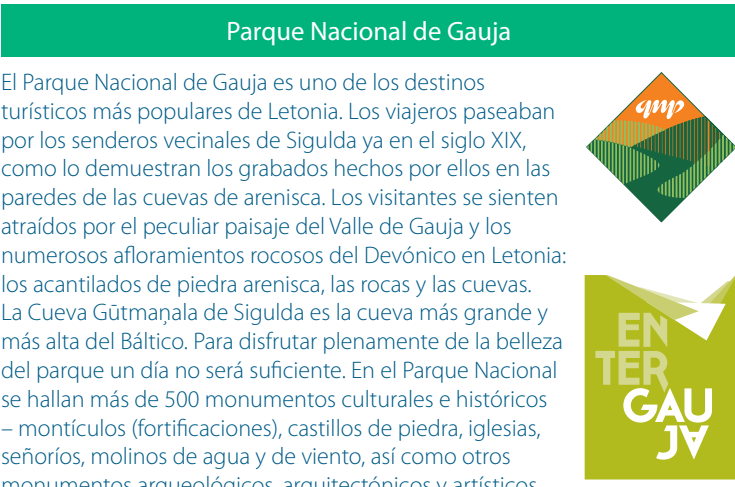
¿En qué otro lugar la playa se extiende a lo largo de 500 km y su arena es tan tentadoramente blanca? El litoral del Mar Báltico impresiona con la costa escarpada de 16 metros de altura en Jūrkalne, con los antiguos pueblos de los livos, el Cabo de Kolka (Kolkasrags), donde las olas del Golfo de Riga y del Mar Báltico chocan unas con otras, y con los singulares prados en la costa en las cercanías de Ainaži, donde se pueden observar aves. Además de Jūrmala, Saulkrasti, Liepāja y Ventspils, se encuentran extensas playas de arena en muchos otros rincones solitarios, donde a nadie se le impide relajarse y sentirse a gusto. En varias playas ondean banderas azules, garantía de comodidad, limpieza y seguridad. Los litorales rocosos de Kāltene, Tūja y Oviši, literalmente, piden ser fotografiados. Los más observadores, probablemente, encontrarán entre las algas marinas algún trocito de ámbar, el oro del Báltico, para llevárselo como recuerdo del viaje. En los pequeños pueblos pesqueros de la orilla del Golfo de Riga todavía se ahuma el pescado recién sacado del mar – su aroma se siente desde lejos – ofreciéndose a los viajeros. Impresionantes muestras de la historia militar se han conservado en Karosta de Liepāja, donde desde el siglo XIX se halla la base de la marina de guerra de la Rusia zarista; ahora los más interesados pueden vivir en su propia piel unas experiencias históricas en el museo y las fortalezas de la prisión. No pase de largo y súbase a alguno de los antiguos faros de Kurzeme, perciba la amplitud del mar y de los bosques litorales llenando los pulmones de aire fresco y deseos de nuevas impresiones.



¿Cree usted que antaño los lagos de Letonia volaron por los aires hasta que encontraron un sitio donde aterrizar? Así lo narran leyendas y cuentos letones – algo que hoy día no deja de parecer gracioso. Sin embargo, existe la Tierra de los Lagos Azules – un hermoso lugar, como sacado de un cuento, donde hay más lagos que en cualquier otro sitio. Las aguas de uno de ellos – Vēlnezers – son de un color turquesa inusualmente cristalino. Siéntese en una barca y sueñe con las hermosas bahías de Drīdzis – el lago más profundo de Letonia, o dé una vuelta pedaleando en bicicleta alrededor de Ežezers, el lago más rico en islas. Y si todavía le parece poco, cruce en una barca hasta cinco lagos conectados entre sí. En verano, las aguas se calientan, por lo que el baño es infinitamente agradable, y en otoño y primavera refrescan después de tomar una sauna auténticamente letona. Si tiene suficiente paciencia para sentarse en la orilla del lago con una caña de pescar, los hospitalarios latgalos le ayudarán a cocinar una deliciosa sopa de pescado. Sólo las tranquilas aguas del lago, el suave murmullo de las cañas y el canto de los pájaros pueden proporcionar tanta paz, relajación y bienestar.

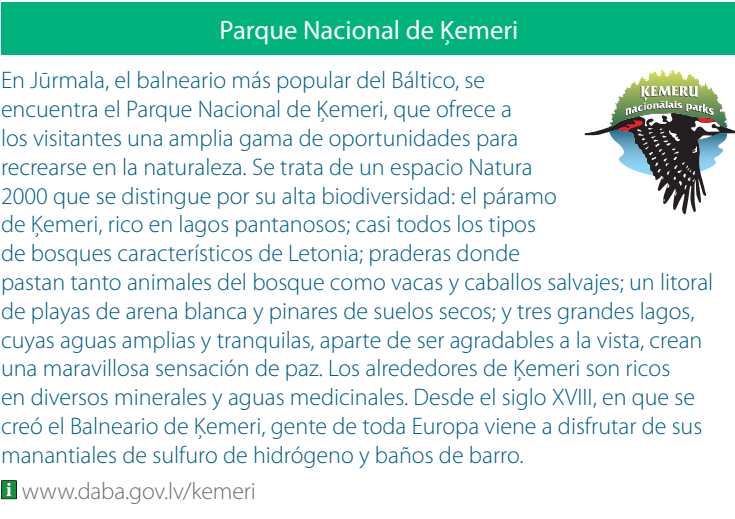


La cumbre más alta de Letonia alcanza sólo un poco más de 300 metros sobre el nivel del mar; sin embargo, los lugareños la llaman con orgullo Montaña de Gaiziņš (Gaiziņkalns). Un día soleado se pueden ver desde la cima tanto "montañas" cubiertas de bosques como torres del castillo e iglesias de los alrededores. En verano, las colinas de Vidzeme resultan apropiadas para el ocio activo con sus pistas de obstáculos; en invierno, es el momento perfecto para bajar cuestras montado en unos esquíes y disfrutar del paisaje nevado y del aire fresco. La ruta turística "Cimas Pintorescas de Letonia" invita a conocer el Parque Natural de Gaiziņkalns y las atracciones culturales de los alrededores. Por el camino hallará las casas natales de varios clásicos de la literatura letona; incluso, sin estar familiarizado con sus obras, entenderá dónde se han inspirado para crear excepcionales descripciones de la naturaleza. En la plantación de Kalsnava hay un jardín maravilloso, donde siempre hay alguna planta ya florecida, y la gente, sobre todo en primavera, parece marearse por el dulce olor. Y además, es aquí donde nace el sinuoso río Gauja – el más extenso y hermoso de Letonia, que da nombre al, ya apreciado por los turistas, Parque Nacional de Gauja.



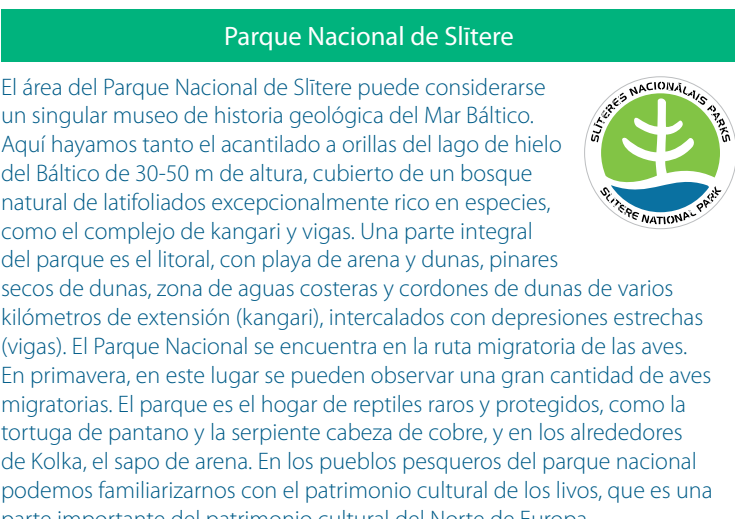
El Parque Nacional de Gauja es uno de los destinos turísticos más populares de Letonia. Los viajeros paseaban por los senderos vecinales de Sigulda ya en el siglo XIX, como lo demuestran los grabados hechos por ellos en las paredes de las cuevas de arenisca. Los visitantes se sienten atraídos por el peculiar paisaje del Valle de Gauja y los numerosos afloramientos rocosos del Devónico en Letonia: los acantilados de piedra arenisca, las rocas y las cuevas. La Cueva Gūtmanāla de Sigulda es la cueva más grande y más alta del Báltico. Para disfrutar plenamente de la belleza del parque un día no será suficiente. En el Parque Nacional se hallan más de 500 monumentos culturales e históricos – montículos (fortificaciones), castillos de piedra, iglesias, señorios, molinos de agua y de viento, así como otros monumentos arqueológicos, arquitectónicos y artísticos. Los principales destinos turísticos son Sigulda y el Castillo de Turaida; también, Ligātne y Cēsis, pero los viajeros auténticos no deberían dejar de ver muchas otras cosas.

1 www.gnp.lv, www.entergauja.com



En Jūrmala, el balneario más popular del Báltico, se encuentra el Parque Nacional de Ķemeri, que ofrece a los visitantes una amplia gama de oportunidades para recrearse en la naturaleza. Se trata de un espacio Natura 2000 que se distingue por su alta biodiversidad: el páramo de Ķemeri, rico en lagos pantanosos; casi todos los tipos de bosques característicos de Letonia; praderas donde pastan tanto animales del bosque como vacas y caballos salvajes; un litoral de playas de arena blanca y pinares de suelos secos; y tres grandes lagos, cuyas aguas amplias y tranquilas, aparte de ser agradables a la vista, crean una maravillosa sensación de paz. Los alrededores de Ķemeri son ricos en diversos minerales y aguas medicinales. Desde el siglo XVIII, en que se creó el Balneario de Ķemeri, gente de toda Europa viene a disfrutar de sus manantiales de sulfuro de hidrógeno y baños de barro.

1 www.daba.gov.lv/ķemeri



1 www.slitere.lv

El área del Parque Nacional de Slitere puede considerarse un singular museo de historia geológica del Mar Báltico. Aquí hayamos tanto el acantilado a orillas del lago de hielo del Báltico de 30-50 m de altura, cubierto de un bosque natural de latifoliados excepcionalmente rico en especies, como el complejo de kangari y vigas. Una parte integral del parque es el litoral, con playa de arena y dunas, pinares secos de dunas, zona de aguas costeras y cordones de dunas de varios kilómetros de extensión (kangari), intercalados con depresiones estrechas (vigas). El Parque Nacional se encuentra en la ruta migratoria de las aves. En primavera, en este lugar se pueden observar una gran cantidad de aves migratorias. El parque es el hogar de reptiles raros y protegidos, como la tortuga de pantano y la serpiente cabeza de cobre, y en los alrededores de Kolka, el sapo de arena. En los pueblos pesqueros del parque nacional podemos familiarizarnos con el patrimonio cultural de los livos, que es una parte importante del patrimonio cultural del Norte de Europa.

1 www.biosfera.gov.lv

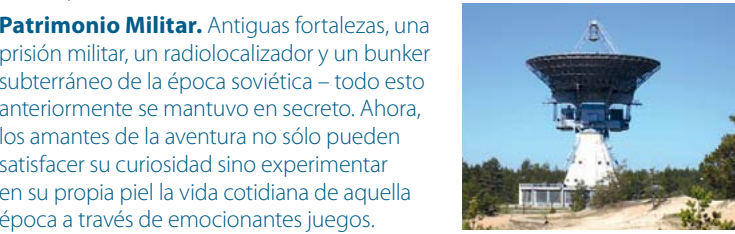
Si usted ve esta señal, se encuentra en un espacio natural protegido, ¡Sea cuidadoso con los valores naturales de Letonia! Información adicional [www.daba.gov.lv](http://www.daba.gov.lv)



**Costa de los Livos.** En 12 de los antiguos pueblos pesqueros de la costa del Mar Báltico siguen viviendo representantes de una de las nacionalidades de Letonia – los Livos, que aparte de hablar su propia lengua, preparan platos especiales y cada año celebran su fiesta cultural. Tranquilas playas de arena, barcas de pesca, densos bosques, las típicas casas de madera y el Cabo de Kolka (Kolkasrags) atraen a los amantes de la diversión sin prisas.

**Comarca Suiți.** Las mujeres Suiți, vestidas con sus exuberantes trajes típicos, son la tarjeta de visita de esta región católica; se han hecho famosas en el mundo entero con sus tensados cantos polifónicos. Las tradiciones de la gente de Alsunga son únicas en toda Letonia. ¡No deje de visitar la costa escarpada de Jūrkalne, donde los pinos caen al mar; y la pintoresca Alsunga!

**Baño negro.** En el campo se puede disfrutar de la sauna letona más antigua. Al no tener chimenea, el humo sale a través de las ventanas y las puertas. El hollín, que se acumula en la caseta, tiene distintas propiedades saludables. Al refrescarnos en agua fría después del baño, el cuerpo se templea y se purifica, y la piel adquiere elasticidad y un aspecto saludable.



Art Nouveau. Si tiene la impresión de que alguien está observando su paseo por Riga o Liepāja, ¡no se sorprenda! La "red de espionaje" de las caras de Art Nouveau de las fachadas de los edificios está presente a cada paso. Suculentas decoraciones, vidrieras y otros elementos artísticos, tanto en los exteriores como en los interiores de los edificios, nunca dejan de deleitar con su sofisticación.

**Obras maestras de F.B.Rastrelli.** En Letonia hubo épocas en las que el país estuvo gobernado por duques que deseaban tener los mismos lujos de la vecina corte zarista rusa. Por esa razón invitaron al famoso arquitecto italiano F.B.Rastrelli a construir el homólogo letón del deslumbrante Palacio de Invierno de San Petersburgo, en Jelgava, y el más excepcional palacio barroco y rococó de Letonia, en Rundāle.

**Patrimonio Militar.** Antiguas fortalezas, una prisión militar, un radiolocalizador y un bunker subterráneo de la época soviética – todo esto anteriormente se mantuvo en secreto. Ahora, los amantes de la aventura no sólo pueden satisfacer su curiosidad sino experimentar en su propia piel la vida cotidiana de aquella época a través de emocionantes juegos.



**Órgano mecánico.** La Iglesia de la Santísima Trinidad de Liepāja cuenta con el órgano mecánico más grande del mundo, cuya música se puede disfrutar en solemnes conciertos y en el Festival Internacional de Órgano. ¡Venga, aunque sea una vez, a oír cómo este singular instrumento musical llena las bóvedas de la Iglesia de sonidos celestiales!

**Cerámica negra.** La belleza de la cerámica negra radica en su sobriedad nórdica y en su sencilla elegancia. Los alfareros letones siguen cultivando esta centenaria técnica con el fin de crear tanto objetos decorativos como útiles de cocina.



**Música clásica.** El mundo conoce a muchos de los más destacados solistas de ópera de Letonia, directores de orquesta y músicos, que en los escenarios vernáculos deleitan al público con los conciertos más cálidos y sentidos. Disfrute de las actuaciones letonas de Elina Garanča, Aleksandrs Antonenko, Inese Galante, Gidons Krēmers, Vēstards Šimkus, Andris Nelsons y otras estrellas de la música.

**Festival de la Canción y la Danza.** Más de 30 mil participantes, cientos de miles de espectadores y una misma pasión: la canción letona. De esta manera, cada 5 años se celebra el mayor festival a gran escala de Letonia. Durante el festejo, en el desfile de los trajes típicos y en los conciertos se puede sentir la alegría y el poder de la tradición que une a todos los presentes.



**Platos y bebidas regionales.** ¿Qué son los sklandraušī, la mantequilla de cáñamo, los guisantes grises con tocino, la buksīnputra, las tortitas de patata y la savia de abedul? Si quiere conocer el sabor auténtico de Letonia, debería probar platos, tal vez un poco extraños pero tradicionales, estofados y bebidas, que a menudo sólo se encuentran en ciertas regiones.

**Mercado Central de Riga.** En los antiguos hangares de la fábrica de Zeppelin se ha instalado uno de los mayores mercados europeos, que es como una guía del mundo culinario letón. Además de productos cultivados por los agricultores locales, aquí se puede comprar pan fresco, queso, pescado ahumado, miel, flores y muchas otras cosas.

**Colina de Vino de Sabile.** Si usted ojeara algún libro Guinness un poco antiguo, encontraría constantemente que éste ha sido el viñedo más septentrional del mundo, donde las uvas se cultivan al aire libre. Hoy en día en Letonia siguen produciendo vino; no sólo a partir de uvas locales, sino también de manzanas, grosellas negras, rosas, savia de abedul y de otros ingredientes más inusuales. ¿Y por qué no, si sabe bien?

**Cascada Ventas Rumba.** ¿Sabía que la cascada más ancha de Europa se encuentra en Letonia? Junto con el viejo puente de ladrillo forman una visión tan idílica que los peces, en primavera y en otoño, saltan sobre la cascada para ver los tejados del casco antiguo de Kuldīga y el esplendor del valle de Venta. Aquí se han inspirado tanto pintores y camarógrafos como innumerables fotógrafos.

**Bosque de Pokaiņi.** Misteriosos ríos de piedra, pilotes, paredes y peculiares piedras sueltas: es el Stonehenge de Letonia, envuelto en raras y fantásticas conjeturas. Sin lugar a dudas, el Bosque de Pokaiņi es un lugar energéticamente fuerte. ¡Al salir a pasear por este sitio, use calzado cómodo y esté abierto a las percepciones!



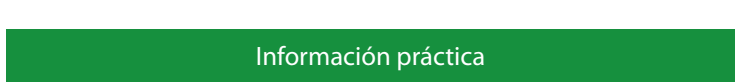
**Aerodium.** Millones de personas de todo el mundo vieron a la gente volar en los Juegos Olímpicos de Turín y en la Expo de Shanghai. El singular túnel de viento se inventó en Letonia. Todo el mundo tiene la oportunidad de disfrutar en su propia carne de las sensaciones de pura alegría y libertad absoluta en esta atracción instalada cerca de Sigulda. ¿Le gustaría volar?

**WiFi.** ¿Qué viajero hoy día no lleva un dispositivo móvil para comunicarse o entretenerse? Letonia dispone de una de las conexiones a Internet más rápidas del mundo y de más de 4000 puntos de acceso a Internet inalámbrico, y el número sigue creciendo.

¡Riga ya es la capital europea de Internet inalámbrico! Encuentre toda la información turística necesaria y comparta sus impresiones mientras viaja por Letonia.



Datos sobre Letonia	
Ubicación	noreste de Europa, costa este del Mar Báltico
Superficie	64.589 km² - 2 veces más grande que la de Bélgica
Países fronterizos	Estonia, Rusia, Bielorrusia, Lituania
Población	1 988 400 población - casi la misma cantidad que la de París
Densidad de población	31/km² - una de las más bajas de Europa
Capital	Riga – la mayor ciudad de los Estados Bálticos, cuyo Centro Histórico ha sido incluido en la Lista de Patrimonio Mundial de la UNESCO.
Clima	4 estaciones diferentes
Bosques	el 54% del territorio está cubierto de abundante flora
Protección de la naturaleza	633 áreas naturales protegidas, 336 de éstas incluidas en la Red Natura 2000
Costa	500 km de playas de arena blanca



**Hora local:** Letonia pertenece a la zona horaria GMT+2 (desde finales de marzo hasta finales de octubre en Letonia, como en Europa Occidental, se aplica el horario de verano: GMT+3).

**Moneda:** La moneda nacional letona es el euro (€). El cambio de divisas se lleva a cabo en bancos y en casas de cambio.

**Cajeros automáticos y tarjetas de crédito:** en Letonia hay muchos cajeros automáticos, especialmente en los centros urbanos y supermercados, así como en puertos, aeropuertos y estaciones de ferrocarril internacionales. En casi todos los establecimientos se puede pagar con las tarjetas de crédito más conocidas.

**Electricidad:** 220 voltios de corriente alterna, los enchufes son 50 Hz de dos clavijas de estándar europeo.

Teléfonos de interés				
<b>Prefijo telefónico</b>	<b>+</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>1</b>
<b>Dónde llamar en caso de emergencia (llamada gratuita)</b>				
Servicios de Rescate	1	1	2	
policía	1	1	0	
bomberos	1	1	2	
ambulancia	1	1	3	
fugas de gas	1	1	4	
accidentes de circulación	1	8	8	8
<b>Servicios de información de 24 horas</b>	1	1	8	8
	1	1	8	9
Teléfono único de emergencias de la Unión Europea para llamar a policía, bomberos y ambulancias.				
servicios de consulta, información sobre toda Letonia (pago por minuto)				

Operadores móviles en Letonia	
<b>LMT</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tel.: +371 29319911</li><li>• Página web: <a href="http://www.lmt.lv">www.lmt.lv</a></li></ul>	<b>Bite</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tel.: +371 25851601</li><li>• Página web: <a href="http://www.bite.lv">www.bite.lv</a></li></ul>
<b>Tele2</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tel.: +371 29500300</li><li>• Página web: <a href="http://ww.tele2.lv">ww.tele2.lv</a></li></ul>	

**Embajada de España en Riga**

- Dirección: Elizabetes iela 11, 3º
- Tel.: +371 67320281
- Correo electrónico: [emb.riga@maec.es](mailto:emb.riga@maec.es)
- Página web: [www.exteriores.gob.es/Embajadas/RIGA](http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/RIGA)

WiFi: Internet inalámbrico
WiFi – oportunidad de utilizar Internet inalámbrico en su ordenador, tableta o smartphone que soporte tecnología WiFi. Para comodidad de residentes y turistas, Lattelecom, compañía de telecomunicaciones, ha creado la mayor red WiFi pública de Letonia con más de 4000 puntos de acceso en cafeterías, tiendas, centros comerciales, estaciones de transporte público, parques y otros lugares. Información adicional <a href="http://www.wifi.lv">www.wifi.lv</a>

Es una manera sencilla y conveniente de encontrar información de viajes, así como información sobre alojamientos y restaurantes. Hay disponible información de interés de cada uno de los más de 500 sitios turísticos, pudiendo obtenerse descripciones, datos sobre horarios, servicios disponibles, y mucho más directamente en vuestros teléfonos. La aplicación permite orientarse rápidamente en el entorno. El mapa incluido facilita la búsqueda y dibuja la ruta más directa para llegar al lugar deseado, calculando los km a pie o en coche.

Videos turísticos de Letonia
 <a href="http://www.vimeo.com/channels/latviatravel">www.vimeo.com/channels/latviatravel</a>



[www.latvia.travel/mobile](http://www.latvia.travel/mobile)

 [www.latvia.travel](http://www.latvia.travel)



