



booking has never been so quick

La guida gratuita di Flashbooking per un week-end a

LONDRA



Londra, capoluogo dell'Inghilterra, originariamente occupava solo la riva sinistra del Tamigi: ora è la più grande capitale europea con 7 milioni di abitanti e 32 distretti. Si dice che i londinesi non esistano... forse potrebbe essere vero visto che i residenti a Londra vengono letteralmente dai 4 angoli del globo, parlano oltre 300 lingue e rappresentano tutte le religioni del mondo! Inoltre, l'età media va dai 16 ai 44 anni e questo rende Londra una città vivace e piena di energia!

**DESCRIZIONE - TRASPORTI - CLASSICI DA NON PERDERE - PASSEGGIANDO - ACQUISTI E MERCATINI -
MANGIARE E BERE - RISTORANTI - USCIRE LA SERA - NUMERI E INDIRIZZI UTILI - HOTEL E OSTELLI**

» LONDRA AL PRIMO SGUARDO...

Londra è una città con tanti cuori... tanti centri di interesse...al punto che possono disorientare chi la visita per la prima volta...ma al tempo stesso affascinare. La città è in continuo



cambiamento sia dal punto di vista architettonico che sociale; è una capitale complessa e ha un'intricata rete di palazzi, spazi e persone.

Londra è grande e richiederebbe mesi per essere esplorata in profondità! Mai paura! Con una lista di priorità, luoghi, musei, parchi, locali per te impedibili sotto mano, l'aiuto dei mezzi pubblici (bus, metropolitana...che a Londra è la 'TUBE!') e qualche suggerimento, potrai viverti in pieno Londra anche in pochi giorni! Altra cosa da fare

immediatamente al tuo arrivo, è quella di recarti da un giornalaio e procurarti la mappa tascabile **LONDON A-Z** . Ti aiuterà a non perderti nel caos metropolitano! Per ora dà un occhio alle nostre proposte!

Per comodità ti abbiamo diviso

la città in **5 zone principali** che racchiudono il 'the best of' : 1. Westminster, 2. Trafalgar Square;3. Whitehall, Soho, South Kensington; 4. Knightsbridge; 5. South Bank.

1. Westminster City, a breve distanza risalendo il fiume, iniziò a svilupparsi nell'XI secolo, subito dopo la conquista Normanna. Ospita l'abbazia di Westminster, celeberrima per le cerimonie di incoronazione e sepoltura di Re e Regine d'Inghilterra. Oggi svolge la

duplice funzione di luogo di culto e Museo Nazionale. Curiosità: non è il Big Ben a scandire il tempo con i suoi famosi rintocchi, bensì... la campana da 14 tonnellate che è nascosta all'interno!

La strada che costeggia il fiume da Westminster fino a The City, è la più importante a Londra, Prende 2 nomi: al suo inizio viene denominata Strand, mentre nelle City prende il nome di Fleet Street. Per proteggere la città e i suoi porti, i re Normanni costruirono la **Torre di Londra** che non solo serviva da prigione ma anche da dimora da William il Conquistatore fino a James Primo...ora anche i gioielli della corona .. 'riposano' lì.

2. Buckingham Palace, la residenza ufficiale della Regina, si trova ad un angolo del St James' Park che si estende dal Parlamento



fino a Trafalgar Square, una grande piazza quadrata con il monumento commemorativo a Lord Nelson...

Tipica la foto sopra i leoni del monumento con le spalle ai musei della **National Gallery** e del **National Portrait Gallery** (tel: +44 (20) 73060055 www.npg.org.uk) da spedire a casa!!

A poca distanza al 10 di Downing Street, la residenza ufficiale del Primo Ministro Inglese.

3. Gli eleganti distretti di West End, Mayfair, Belgravia, Marylebone e Kensington si estendono fino a nord ovest di Westminster e racchiudono moltissimi grandi parchi cittadini: St James, Hyde Park, Kensington Gardens, Regent's Park, Soho and Bloomsbury. Questi quartieri sono attraversati da grandi strade trafficate dove il tipico shopping londinese è un 'must': Piccadilly, Bond Street, Park Lane, Knightsbridge, Regent's Street, Oxford Street, Charing Cross Road and Haymarket.

4. Nella zona più orientale della città, nei quartieri di Newham, Tower Hamlets and Southwark, l'area dei vecchi 'docks' rispecchiano la povertà di questa zona della capitale. I quartieri residenziali si

estendono oltre la città fino alle verdi zone di Hampstead, Highgate e St John's Wood e oltre verso i parchi di Wimbledon e Richmond....zone ideali per chi ama fare delle belle passeggiate!

5. South Bank è un'area che racchiude una storia incredibile e che l'ha vista trasformarsi da un



luogo paradisiaco di prati e giardini verdissimi, ad uno dei centri più grandi e interessanti d'arte e cultura, fatto di vibranti comunità artistiche

di nuova generazione e che ospita delle strutture architettoniche di grande pregio e design. The London Eye la più grande ruota panoramica del mondo che offre viste mozzafiato su tutta Londra (www.ba-londoneye.com; tel:+ 44 (20) 870 990 8883), The Old Vic Theatre (fra i più vecchi teatri della città sul cui palcoscenico si sono succeduti grandissimi attori del secolo scorso ed ora sotto la direzione artistica di Kevin Spacey; www.oldvictheatre.com; tel: +44 (20) 870 060 66 28). Altre attrattive della zona: Jubilee Gardens, Royal Festival Hall (esibizioni ad ingresso gratuito nell'ingresso ogni giorno lavorativo a pranzo; www.rfh.org.uk; riapre nell'estate del 2007), Hayward Gallery, il più grande e versatile spazio espositivo dell'intero Paese (www.hayward.org.uk) ed infine il BFI London IMAX Cinemas che consente di gustarsi film in 2D e 3D su schermi giganteschi e con impianti sonori e visivi digitali di ultimissima generazione (www.bfi.org.uk/imax; tel. +44 (20) 870 787 2525)

» TRASPORTI

La rete del servizio di **trasporto pubblico** è enorme! Londra è divisa in 5 zone circolari e i biglietti sono

validi per singoli viaggi all'interno di ciascuna area. Solitamente chi visita Londra si limita alle prime 3 aree. Vi raccomandiamo di procurarvi la **Travelcard** disponibile nei distributori automatici delle stazioni. Una volta acquistata, la Travelcard permette al possessore di viaggiare in lungo e in largo nella zona prescelta e con tutti i mezzi pubblici disponibili, inclusa la linea ferroviaria dei Docklands Light e la British. Ahimé, la travelcard NON è utilizzabile nei giorni di festività nazionale, sugli autobus notturni e prima delle 9.30. La Travelcard settimanale è valida 24 ore al giorno, e 7 giorni su 7...sempre per tragitti nella zona prescelta.

A proposito di trasporti... ma si può dire di essere stati a Londra senza aver fatto un bel giro turistico sugli **autobus doppi** scongiurando di non beccarsi tutta l'acqua che un turista solitamente, e per la legge di Murphy, non può non evitare?



Recatevi a Piccadilly Circus ogni mezz'ora dalle 10 alle 17. Il giro più veloce lo potrete fare da Westminster a Victoria (Line C1) dal Lunedì al Sabato e ad una tariffa fissa.

La **metropolitana** di Londra, the Tube, è il più vecchio sistema di trasporto sotterraneo del mondo! E' attivo ogni giorno dell'anno a parte a Natale. Da lunedì a sabato il primo treno è alle 5.30 del mattino. L'ultimo alle 23.30. La domenica gli orari sono i seguenti: 7.30/12.30. Ciascuna delle 11 linee ha sia un nome che un colore per cui è semplicissimo girare la città.

I **taxi**, chiamati black cabs, 'costicchiano': i minicabs, che possono essere prenotati via telefono, sono meno costosi e vengono a prenderti... proprio sulla porta di casa.

» CLASSICI DA NON PERDERE...

Non sei ancora stanco di camminare e i tuoi occhi ancora non girano troppo vorticosamente? Vuoi goderti un po' di bellezza in silenzio... e magari fare qualche conoscenza interessante? (A noi è capitato spesso così...).Non puoi perderti:

British Museum, (consigliata la visita a metà settimana per evitare

le calche) in Great Russel Street (Great Russell Street, WC1 tel: +44 (20) 73 23 82 99 www.thebritishmuseum.as.uk). L'ingresso è gratuito come in molti musei londinesi, e raccoglie una della più vaste e preziose collezioni d'arte antica del mondo. Il museo ha anche un fornitissimo book shop e belle idee per i vostri souvenirs! Essendo, come gli altri musei, ad ingresso gratuito, dicevamo, comprare qualcosa o mangiarsi della Cheese Cake alla caffetteria contribuisce al mantenimento del museo stesso. Fermata metro: Russell Square sulla Linea Holborn.



Prendete la linea Charing Cross fino a Trafalgar Square se volete visitare invece la **National Gallery**. (tel:+44 (20)77472885 www.nationalgallery.org.uk). Vi consigliamo di dividervi la visita in giorni differenti perché non è possibile vederla tutta in

un giorno solo e con una certa tranquillità i suoi capolavori europei. Entrata è libera; il museo ospita una caffetteria un ristorante e negozio di souvenir e libri d'arte. Fermate Metro più vicine: Charing Cross, Leicester Square, Embankment .

Il **Victoria and Albert Museum** ospita dipinti, disegni, sculture e vestiti. Ingresso libero ma per alcune mostre temporanee ed eventi potrebbe esserci un biglietto da pagare. Cafè e ristorante self-service sono nel giardino interno del museo. (www.vam.ac.uk ; aperto dalle 10-17.45 ogni giorno; 10.00 - 22.00 il mercoledì e l'ultimo venerdì del mese) *Fermate metro*: Cromwell Road sulla linea South Kensington.

La Tate Gallery (Millbank, SW1, tel: +44 (20) 78 87 8000; www.tate.org.uk; email: visiting.britain@tate.org.uk) ospita la seconda grande collezione di opera d'arte di Londra subito dopo la National Gallery ma con un forte accento sull'arte contemporanea. Ingresso libero. Se arrivate con la metro scendete a *Pimlico*.

Sesiete appassionati di postmoderno non potete perdervi la Tate Modern (Bankside, SE1; www.tate.org.uk;

tel: +44 (20) 7887 8888 visiting.modern@tate.org.uk) Sempre ad ingresso libero, le donazioni ve lo ricordiamo sono molto gradite, la Tate Modern si trova sulla riva meridionale del Tamigi a Bankside, vicino al Blackfriars Bridge (ponte), di fronte alla Cattedrale di St Paul's e presso il Globe Theatre. Fermate metro: Southwark (Linea Jubilee) e Blackfriars (District e Circle Lines) ad appena 10 minuti a piedi.

» ALTRO...

Già stanchi del traffico e della frenesia? Una visita al giardino botanico reale di Kew Gardens è quello che fa per voi con le sue storiche serre di vetro e acciaio, permette ai visitatori di ammirare il vastissimo assortimento di fiori e piante raccolti da tutto il mondo. I giardini sono aperti tutti i giorni dell'anno escluso la vigilia di Natale e Natale. (www.rbgkew.org.uk; email: info@kew.org; tel: +44 (20) 8332 5655).

E se ci andate con i bambini...la pedagogia britannica vi stupirà con le molte attività e percorsi studiati ad hoc per loro dai nomi fantasiosi come il 'Cactus Trail', 'Climbers and creepers', etc. Fermata della metro...anzi no, vogliamo chiamarla

Tube una volta per tutte in modo da entrare nell'ottica? Dicevamo: Tube stop: Kew Bridge.

Covent Gardens: non perdetevi



questa deliziosa zona di Londra che ospita eventi e celebrazioni di tutti i tipi dal teatro alla danza alla musica...e per tutto l'arco dell'anno. La giornata tipica prevede artisti di strada 7 giorni su 7 con le loro performance letteralmente in ogni angolo! Molti dei più celebrati teatri europei, musei, gallerie e altri luoghi di interesse sono raggruppati qui! C'è sempre molto da vedere e da fare a Covent Gardens! Cosa c'è ora? Date un'occhiata qui: www.coventgarden.uk.com/whatson.html o alle nostre ultime Notizie *Flash!* <http://www.flashbooking.com>. Fra l'altro: Covent Garden è il posto più adatto per trovare negozi più hippies in assoluto!!

Se invece gli animali sono il vostro

'trip'...in tutti i sensi, non perdetevi quelli vivi al **London Zoo** (Regent's Park, tel: +44 (20) 772 233 33; www.londonzoo.co.uk; fermata tube: Camden Town e poi una breve passeggiata di 10 minuti) e quelli un po' meno vivi... al **Museo di Storia Naturale** (Cromwell Road, tel: +44 (20) 794 250 00; www.nhm.ac.uk; Tube stop: South Kensington sulle linee District, Circle e Piccadilly.

» PASSEGGIANDO

Una delle **passeggiate** più evocative da fare in città, è senz'altro lungo le rive del Tamigi meglio se fatta o di prima mattina (tanto per smaltire la vostra British breakfast, irrinunciabile...visto che era compresa nel prezzo del vostro B&B!) o all'imbrunire quando le luci si riflettono sull'acqua e sulle facciate dei palazzi...

Troppo romantico? Partite dalla stazione di Waterloo sulla riva meridionale del fiume che è il posto ideale per apprezzare i colori della città.

Altro MUST è una visita al **South Bank Centre**: un complesso di che ospita cinema 3D, musei, teatri, giardini, gallerie d'arte e il Bramah Museo, tutto dedicato al tè e il caffè, con un negozio all'interno in tema,

proprio sotto il Tower Bridge... e magari concedetevi un giro sulla



ruota panoramica più alta al mondo. Ve lo consigliamo al vostro arrivo in città!

- Perché non esplorare a piedi la verde **campagna inglese**? Non vi deluderà soprattutto lungo la costa occidentale. In auto, in barca o a piedi con i mezzi pubblici

» ACQUISTI E MERCATINI

Londra è in grado di soddisfare i gusti di tutti! Naturalmente può aiutare sapere da che parte cominciare ed avere qualche riferimento su dove trovare i negozi che si cercano! Ci sono negozi che vendono campioni o hanno continuamente cose in svendita, o ancora degli spacci di vestiti usati o di vecchie collezioni che ormai sono molto di moda!

I vari mercatini delle pulci sono

delle vere cacce al tesoro per chi si avventura! Bermondey Market (Tower Hill tube-stop, bus 78); il celeberrimo Portobello market (tutti i sabato) in Portobello Road (Notting Hill Gate o fermata del tube a Ladbroke Grove), Camden Lock (Camden tube-stop). Per antichità vittoriane: Camden Passage (fermata Tube: Angel). Per negozi di moda e boutiques: Sloane Street. Marks & Spencer è in Oxford Street. Invece a Marble Arch troverete Virgin, HMV, H&M (ci abbiamo trovato cose troppo carine!), Top Shop, Borders, Next, Gap e Muji. Burberry, Aquascutum, Church's, Jaeger, Country Casuals, Dickins e Jones e Hamleys sono tutti in Regent Street.

Covent Garden è il posto dove andare per trovare cibo e prodotti orientali.

La libreria Charing Cross offre titoli di libri antichi e rari che trattano ogni tipo di argomento (Leicester Square tube-stop).

I grandi magazzini sono originali ma i visitatori possono trovare la grandezza di questi super stores un po' disorientante: andate comunque da Harrods, Harvey Nichols (Knightsbridge tube-stop) e Liberty's in Regent Street.



La maggior parte dei quartieri hanno poi i loro mercati della frutta e dei fiori. Brixton (Brixton tube-stop) è il più interessante ed esotico a sud di Londra: musica, cibo e moda sono Afro-Caraibici.

Non ultimo LeadenHall Market ha un carattere prevalentemente 'medievale' (Bank tube-stop).

» MANGIARE E BERE

Londra offre piatti da tutto il mondo! Con la creatività e la raffinatezza dei suoi qualificatissimi cuochi, Londra è diventata la mecca della gastronomia *Global Food*, *Modern European Food* e *Cal-Ital* (ovvero un mix da provare di cucina Italiana e Californiana) sono i termini usati per descrivere il fenomeno! Si possono gustare cibi da tutti i continenti e da quasi tutti i Paesi dal Perù al Libano! Se vi piacciono le cucine orientali (da quella indiana a quella dello Sri Lanka o del Vietnam...)

vi consigliamo di fare un piccolo pellegrinaggio a Southall, Wembley (Ealing Road) o verso Tooting a sud della città.

Se siete a Covent Garden provate il Frank's Caffé in Neal Street economico e con porzioni generose che soddisfano una fame da stress-after-shopping... aperto dal Lun-Sab 7.30- 19.30

Il Gordon Wine bar in Villers Street (a fianco alla fermata metro Embankment) invece vi farà



respirare l'aria della Londra di fine XIX secolo. Infatti è stato fondato nel 1890 e offre tipici piatti 'british' a partire da 6 €. Da provare!

Se siete dalle parti di China Town, vi potete perdere nella scelta dei ristoranti asiatici dove spesso per un pasto leggero o un 'all you can eat' potete spendere sui 5/8 euro.

Volete godervi un memorabile tramonto sopra i tetti di Londra?

Rilassatevi con una bibita fresca al National Film Theatre a South Bank: la terrazza esterna è semplicemente perfetta per godersi un po' di meritato riposo nel pomeriggio! (sul Waterloo Bridge)

» RISTORANTI

Se volete passare una serata un po' chic concedetevi una cena ad uno dei **ristoranti Gordon**: una cucina eccellente e chef internazionali. Non economici ma i fan dicono che ne vale veramente la pena! Prenotate in anticipo! Per i signori indossare la giacca: non sono ammessi jeans e magliette. Tutte le maggiori carte di credito sono accettate e non è permesso fumare. (www.gordonramsay.com)

Vi consigliamo anche **Ivy Restaurant** a Covent Garden: uno dei più celebri ristoranti in città ma con ottimo rapporto qualità prezzo. Grande varietà di piatti vegetariani e vegani. Prezzi a partire dai 60 €. (1 West Street, Covent Garden; fermata metro più vicina: Leicester Square; tel. +44 0871 22 38 001; www.the-ivy.co.uk) Ricordatevi: La maggior parte dei ristoranti servono il pranzo dalle 12.30 alle 14.30 e la cena dalle 19 alle 23.

I pub aprono alle 11 di mattina fino

alle 11 di 12 ore dopo... dal lunedì al sabato e dalle 12 alle 15 / 19 alle 23 la domenica.

» USCIRE LA SERA

Londra ha davvero una vita notturna piuttosto attiva e uscire la sera nei vostri giorni di visita è d'obbligo per gustarsi la varietà di eventi e divertimenti che Londra offre dai dance clubs, ai concerti di musica classica ai teatri, cinema, varietà ecc. La scelta è più facile se vi procurate i bollettini di tutti gli eventi in città divisi per categorie e giorni. Ce ne sono molti anche di gratuiti che spesso potete trovare agli uffici turistici o nelle hall degli hotel.

Le serate in discoteca di solito vanno a tema con lo show che inizia di solito attorno alle 23.



Per passarvi una bella serata a ritmi di techno, hip-hop, R&B, e al suono degli ultimi 'beats' dirigetevi nei quartieri di Shoreditch, Notting Hill, Brixton, Clerkenwell. I club più celebri sono: Fabric, Plastic People

e Herbal. Vi consigliamo ancora: the Aquarium, Cargo, Cherry Jam, Cafè de Paris! Il resto scopritelo da voi!

I biglietti per le mostre e gli spettacoli sarebbe bene procurarseli con largo anticipo alle biglietterie di Charing Cross Road e Shaftesbury Avenue.

Siete per la musica classica? Londra non è seconda a nessuno nella varietà di concerti che ha da offrire. Non perdetevi un concerto alla Royal Philharmonic Orchestra (www.rpo.co.uk)

I teatri più famosi al mondo invece sono quelli di Covent Garden e l'English National Theatre (www.nationaltheatre.org.uk), English National Opera (www.eno.org).

Ora non vi resta altro che prenotare il vostro alloggio con www.flashbooking.com

Lo staff di Flashbooking vi augura buon viaggio!

» NUMERI ED INDIRIZZI UTILI

Prefisso Naz.: +44 (UK)

Prefisso Londra : 020

Centralino Intern.: 155 (numero verde)

Moneta: British Pound

Voltaggio: 220 Volts AC/50Hz. Presa da 3

Ufficio turistico Principale: Britain Visitor Centre, 1 Lower Regent Street, Piccadilly Circus, London SW1Y 4XT

Banche: aperte dal lun.- ven. dalle 10 alle 15.30

Uffici Postali: aperti dal lun.-ven. dalle 9 alle 17.30; sab. fino alle 12.30

Ufficio Postale Centrale: 24-28 William IV St, Trafalgar Square, London WC2N

Royal Mail (+44) 0845 7740 740 www.royalmail.com

Pagine Gialle: 118 247

Previsioni Meteo: (+44) 08706 004 242

Polizia, Vigili del Fuoco, Ambulanza: 999 (chiamata gratuita; solo in caso di reale emergenza!)

Dentista per emergenze bambini: (+44) 020 7837 3646

Ospedale (Guy's Hospital): (+44) 020 79 55 43 17

Centro Stupri (Rape Crisis Federation of England and Wales): (+44) 0115 900 3560 www.rapecrisis.co.uk



Centro di Sostegno Psicologico 'Samaritans': tutti i giorni 24 /24 ore: (+44) 0845 79 09 090; www.samaritans.org.uk

Centro Sostegno Disabili: (+44) 0207289 6111

Istituto sostegno Non Vedenti: (+44) 0845 766 9999 www.rnib.org.uk

Centro Assistenza Gravidanza: (+44) 08457 30 40 30 www.bpas.org

Ambasciate/ Alti Commissariati/ Consolati

Italia - +44 (0)20 7312 2200 (Am.)

US - +44 (0)20 7499 9000 (Am.)

Canada - +44 (0)20 7258 6600 (AC)

Australia - +44 (0)20 7379 4334 (AC)

Sud Africa - +44 (0)20 7451 7299 (Am.)

Irlanda - +44 (0)20 7235 2171 (AC)

Germania - +44 (0)20 7824 1300 (Am.)

Spagna - +44 (0)20 7235 5555 (Am.)

Nuova Zelanda - +44 (0)870 005

Flashbooking è un servizio di prenotazioni alberghiere confermate online che offre a tutti i viaggiatori che amano spostarsi in modo indipendente, un ricco database di strutture in tutto il mondo di ostelli, hotel economici e altro.

Visita il sito: www.flashbooking.com: troverai guide, link utili, newsletter, informazioni sui progetti sociali che sosteniamo, eventi e altro ancora.



© Trenet srl