

Cómo llegar a Matsumoto

Sapporo
Aeropuerto de Nuevo Chitose

90 min

Toyama
Aeropuerto de Toyama

Kanazawa
Aeropuerto de Komatsu

90 min

Niigata
Aeropuerto de Niigata

Matsumoto
Aeropuerto de Matsumoto

Prefectura de Nagano

Tokio
Aeropuerto de Haneda
Aeropuerto de Narita

Nagoya
Aeropuerto de Chubu

Osaka
Aeropuerto de Kansai

Fukuoka
Aeropuerto de Fukuoka

1 **Kanazawa** photo by Kanazawa City

2 **Shirakawa-go** 写真提供 岐阜県白川町

3 **Takayama**

4 **Ruta Alpina Taleyama Kurobe**

5 **Hakuba**

6 **Tsumago**

7 **Parque de Monos Salvajes Jigokudani (Macaco japonés)**

8 **Karuizawa**

Este pase le permite subirse a un autobús en cualquier momento y viajar a cualquier lugar dentro de la zona durante 4 días.

Vaya de excursión a Kamikochi o haga senderismo en el Monte Norikura después de visitar el Castillo de Matsumoto, tesoro nacional. Báñese en las aguas lechosas de los baños termales de Shirahone, y disfrute, a continuación, del casco antiguo y del mercado matutino de Takayama.

Por último, visite Shirakawago, nombrado por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad.

 **Autobús de Largo Recorrido**

Takayama	Aprox. 2h 10min	Matsumoto IC	Aprox. 10min	Estación de Autobuses de Matsumoto
Shinjuku	Aprox. 3h 10min			
Nagoya	Aprox. 3h 10min			
Osaka	Aprox. 5h 30min			

The map illustrates the route from Nagoya to Tokyo. It starts at Nagoya, goes to Okaya JCT (approx. 200 km), then to Matsumoto IC (approx. 220 km), and finally to Castillo de Matsumoto (approx. 10 min). The route is marked with orange lines and labels.

City	Distance	Route
Nagoya	Aprox. 200 km.	Autopista Chuo
Okaya JCT		
Matsumoto IC	Aprox. 220 km.	Autopista Chuo
Castillo de Matsumoto	Aprox. 10min	

El diagrama muestra dos rutas de trenes desde Nagoya y Osaka hacia Mito:

- Ruta superior:** Nagoya (Aeropuerto de Chubu) → Meitetsu → Nagoya → Aprox. 3h 45min → Mito.
- Ruta inferior:** Osaka (Aeropuerto de Kansai) → Haruka (Tren rápido JR) → Osaka → Aprox. 4h 15min → Nagoya → Aprox. 2h 50min → Mito.

El diagrama muestra la ruta de los trenes rápidos de Shinjuku a Osaka. La ruta comienza en Shinjuku, donde se indica que hay algunos trenes directos desde Tokio y Chiba. La primera parada es Tokio (vía Nagano), con un tiempo de aproximadamente 1 hora y 30 minutos. Desde Tokio, la ruta continúa hacia Nagoya, con un tiempo de aproximadamente 2 horas. La última parada es Osaka, con un tiempo de aproximadamente 2 horas y 30 minutos. El diagrama también muestra las líneas de trenes rápidos de Shinjuku a Nagano y de Nagano a Osaka, con tiempos de aproximadamente 1 hora y 30 minutos y 2 horas, respectivamente. El diagrama está dividido en tres secciones: Shinjuku, Tokio y Nagoya, y Osaka.

Origen	Destino	Tiempo de viaje	Línea
Shinjuku	Tokio (vía Nagano)	Aprox. 1h 30min	Línea Shinkansen Hokuriku (Tren bala JR)
Tokio (vía Nagano)	Nagoya	Aprox. 2h	Línea Shinkansen Tokaido (Tren bala JR)
Nagoya	Osaka	Aprox. 2h 30min	Línea Shinkansen Tokaido (Tren bala JR)

		Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic	
	Temperaturas	máximas	4.9	5.6	10.0	17.5	22.6	25.5	29.0	30.5	25.0	19.0	13.3	7.9
	Medias	mínimas	-5.5	-5.3	-2.0	3.9	9.4	14.8	18.9	19.8	15.3	7.9	1.7	-3.1
	Precipitaciones	ml	31.1	42.5	73.5	86.8	92.5	135.9	132.6	95.8	162.3	89.4	52.9	23.3
	Eventos en Matsumoto & alrededores	Cisnes en invierno				Floración de los cerezos Floración de los melocotoneros		Temporada de lluvias		Recolección de la uva				
									Cosecha de arándanos		Cosecha de la hoja			
									Sandías		Cosecha de manzanas			
Kamikochi	4/27-11/15		Carretera cerrada			Verde primaveral		Flores alpinas			Caida de la hoja	Carretera cerrada		
Monte Norikuradake	7/1-10/31		Carretera cerrada			Pasillo de nieve en bus		Bus lanzadera para ver amanecer			Caida de la hoja	Carretera cerrada		
Meseta Norikura & Nagawa		Temporada de esquí Caminatas con raquetas de nieve (senderos de esquí en la naturaleza)				Verde primaveral	Azaleas	Flores alpinas			Caida de la hoja		Esquí	
Utsukushigahara	4/15-11/25		Carretera cerrada			Verde primaveral	Azaleas				Caida de la hoja		Carretera cerrada	
Castillo de Matsumoto					Floración de los cerezos	Verde primaveral						Caida de la hoja		

TEL. +81-263(34)3295 URL: <http://welcome.city.matsumoto.nagano.jp/> Email: yokoso@matsumoto-tca.or.jp

Matsumoto



松本

Con una naturaleza hermosa, una historia rica y una cultura única, Matsumoto ofrece una experiencia inspiradora a sus visitantes.



Castillo de Matsumoto

Guía Michelin ★★ ★

Dentro del castillo hay exposiciones de documentos y objetos históricos, como armaduras de samurai y una colección de mosquetes. Será capaz de sentir la atmósfera de guerra de la época. Desde lo alto de la torre principal se pueden disfrutar de unas maravillosas vistas de los Alpes Japoneses y de la ciudad de Matsumoto.



Asociación de Turismo de Matsumoto



Kamikochi

Guía Michelin ★★

Kamikochi es el lugar ideal para admirar la belleza de las montañas japonesas. Con el fin de mantener el ecosistema y reducir la emisión de gases de los vehículos, no se puede entrar al parque en coche propio; pero hay autobuses y taxis disponibles para los viajeros. Desde dentro del parque, se tiene una vista privilegiada de montañas de 3000 metros de altitud, se pueden recorrer numerosos senderos e incluso instalarse en la zona de acampada. Kamikochi es también la entrada a una de las mecas de la escalada, el Monte Yurigatake. Desde el Puente Kappa, las vistas de la Cordillera de Hotaka y del volcán activo Monte Yakedake, junto con el paisaje de ambos estanques Taisho y Myojin, son impresionantes. También se pueden ver animales salvajes como, por ejemplo, los macacos japoneses.

Puente Kappa y Cordillera Hotaka



Estanque Taisho



Estanque Myojin

Utsukushigahara Kogen (meseta)



Carrera de bicicletas "Tour de Utsukushigahara"

Situado al este de Matsumoto, a una altura de 2000 metros, Utsukushigahara es una de las mesetas más grandes de Japón. Uno de sus símbolos, la Torre Utsukushi, fue construida como refugio para los escaladores. La campana de dentro de la torre sirve para guiar a los escaladores cuando hay niebla. Se pueden encontrar azaleas japonesas y adelfas en junio y julio, y vacas y caballos en sus pastos entre junio y septiembre.



Azaleas japonesas

Flores del cerezo y colores otoñales

El cerezo florece a mediados de abril en Matsumoto. El Castillo de Matsumoto, el mejor lugar para ver los cerezos en flor, tiene más de 300 cerezos alrededor. Se pueden tomar hermosas fotos donde predominan el rosa de las flores del cerezo, el negro del castillo y el blanco de los Alpes Japoneses nevados. Los cerezos empiezan a florecer desde finales de marzo al sur de Matsumoto, hasta principios de Mayo en la ladera de la montaña y el norte de Matsumoto. Así, se disfruta de los cerezos en flor durante todo el mes de abril.



Karasawa y Monte Oku-Hotakadake en otoño
Monte Yari en otoño (con 3180 m, el quinto pico más alto de Japón)

La gran cantidad de cumbres de más de 3000 metros de altura en el Parque Nacional de Chubu-Sangaku, en la región septentrional de los Alpes Japoneses, lo convierten en un lugar en contacto pleno con la naturaleza. También, en Kamikochi y la Meseta de Norikura, quedará sorprendido por sus increíbles vistas en todas las estaciones del año. Desde la Meseta de Utsukushigahara, una de las más grandes de Japón, disfrutará de una bonita vista panorámica de los Alpes Japoneses, e incluso del Monte Fuji cuando el cielo está despejado. Asimismo, observará la abundante y diversificada flora alpina, como las azaleas japonesas. Gran experiencia que puede ser complementada con excursiones andando o en bicicleta. Los visitantes quedarán fascinados por estas increíbles vistas.



Monte Norikuradake y estanque Ushidome



Norikura Kogen (meseta)

Norikura Kogen es una gran meseta que se extiende al este del Monte Norikura (3026 m). Con el autobús lanzadera, se puede llegar a la carretera más alta de Japón (Echo Line de Norikura, 2700 m) y deleitarse con unas vistas impresionantes del horizonte. La zona ofrece diferentes actividades dependiendo de la estación del año: caminar a lo largo de la Pared de Nieve, en primavera; admirar la flora alpina, hacer senderismo e ir de acampada, en verano; admirar la caída de la hoja y los bonitos colores, en otoño; y numerosas actividades invernales aparte de esquiar, como montar en trineo, senderismo en la nieve, etc. La nieve se mantiene incluso en verano, así que también es posible hacer un muñeco de nieve o montar en trineo de mayo a agosto. Hay además numerosos manantiales de agua caliente en Norikura Kogen; algunos de ellos famosos por su agua lechosa rica en azufre.



Naturaleza



En el parque de los Alpes, al cual podrá llegar en bus desde la estación de Matsumoto, unos 500 cerezos florecen hacia finales de abril. Además, otras bonitas flores se pueden ver en muchos lugares de la ciudad como en jardines y calles. La llegada del otoño trae un magnífico espectáculo de color. La gran variedad de árboles crea una atractiva paleta de colores otoñales, lo que acentúa el cambio de estación. Una visita a Matsumoto en esta época del año seguramente recompensará con un recuerdo inolvidable. Se pueden ver los bonitos colores otoñales en las zonas de montaña, pero también en el centro de la ciudad como alrededor del Castillo de Matsumoto.

Historia

Castillo de Matsumoto, un tesoro nacional

Matsumoto tiene muchos sitios de interés histórico como el Castillo de Matsumoto, construido hace más de 400 años. También se puede visitar la Antigua Escuela Kaichi, que fue designada como el primer bien cultural en Japón. Matsumoto, ciudad histórica, está salpicada de numerosos santuarios sintoístas y templos budistas, y cuenta con varios festivales organizados a lo largo del año. El "Festival Seiji Ozawa de Matsumoto", dirigido por el mundialmente conocido Seiji Ozawa, es un festival de música que se celebra cada año desde hace más de 20 años, de mediados de agosto hasta principios de septiembre. De ahí que Matsumoto tenga el apodo de "Ciudad de la Música". Además, tanto sede como museo (antigua residencia de Suzuki) de la Escuela Mundial de Violín del Método Suzuki están también en Matsumoto. Al visitar estos lugares y muchos otros, se puede apreciar la historia y la cultura de la ciudad.

Festival Seiji Ozawa de Matsumoto

Matsumoto, la ciudad del castillo

Guía Michelin ★

Matsumoto ha prosperado alrededor de su castillo durante siglos. Hay muchos antiguos edificios e hileras de casas que muestran como era Japón en el pasado. Es interesante pasear por la calle Nawate, que hacía de límite entre las residencias de los samurais y las residencias de los plebeyos en el período Edo. También está la calle Nakamachi, con muchos edificios con paredes en blanco y negro, conocidos como Kura, usados antiguamente como almacén. Actualmente, muchos de estos edificios se usan como cafeterías, bares y tiendas.

Calle Nakamachi

Kurassick-Kan (Centro Comunitario)

Calle Nawate

Izakaya en la calle Nawate

Festival de Antorchas en la fuente termal de Asama (Octubre)

Infraestructuras culturales

El Museo de Grabados Japoneses Ukiyo-e

Guía Michelin ★★

Este museo posee la mayor colección privada del mundo (más de 100,000 piezas) de Ukiyo-e (grabados en madera), láminas de pintura, y libros antiguos.

Santuario Kasamori Inari

Santuario Yohashira

Festival de Taiko (tambor japonés) (Julio)

Festivales

En Matsumoto, se puede disfrutar de gran cantidad de festivales a lo largo del año. Los festivales son una expresión de agradecimiento y respeto hacia la naturaleza, los ancestros y la tradición. Es interesante participar del ambiente festivo de algunos de estos eventos.

Festival Tenjin (Julio)

El Museo de Arte de la Ciudad de Matsumoto

Este museo municipal tiene una gran exposición al aire libre de Yayoi Kusama, artista de Matsumoto, que da la bienvenida a los visitantes en la entrada.

Manantiales naturales

Las montañas que rodean Matsumoto son la fuente del agua de excelente calidad que brota de los muchos manantiales que hay en la ciudad. Pasear entre los diferentes manantiales es una manera interesante de descubrir la ciudad.

Pozo Genchi

Baños termales

Onsen y Ryokan

Repartidas por Matsumoto, hay 16 fuentes termales que ofrecen beneficios para la salud. Es muy placentero tomar un baño mientras se disfruta del entorno y de la atmósfera relajante de estos famosos y confortables baños. Algunos de estos baños termales están integrados en alojamientos tradicionales, de manera que es posible disfrutar de un baño en una arquitectura tradicional japonesa. Después del baño, se puede llevar un yukata (kimono ligero) y unas geta (sandalias de madera), y degustar un menú completo tradicional japonés. Es una experiencia maravillosa que revitaliza cuerpo, mente y espíritu, y con la que es posible sentirse como un verdadero japonés.

Baño termal de Shirahone

Baño termal de Utsukushigahara

Baño de pies (Baño termal de Sawando)

Mapa Turístico de Matsumoto



Artesanía

La ciudad de Matsumoto posee una gran variedad de productos artesanales. Las técnicas usadas a manos de artesanos expertos se han transmitido de generación en generación.



Oshiebina (Muñecas de tela en relieve)
Oshiebina es un tipo de muñeca tradicional japonesa que retrata personajes míticos o del kabuki (obras de teatro típicas japonesas). Estas muñecas han sido una especialidad de Matsumoto desde que fueron mencionadas en un libro en 1843.

Matsumoto Temari (Bolas Japonesas de Hilo)

Se dice que las esposas e hijas de los samurais comenzaron a hacer estas bolas a mediados del Período Edo. Estas elegantes y elaboradas bolas hechas a mano se hacen entrelazando hilos de colores brillantes como rojo, amarillo, verde y azul.



Especialidades Locales

Sake

Hay muchos sakes locales deliciosos hechos usando el agua pura natural de Matsumoto.

Oyaki

El Oyaki es el pan tradicional de la zona y está relleno de productos locales como la nozawana (hoja de nabo).



Especialidades Locales

El clima de Matsumoto, con su aire puro y agua limpia, es un factor esencial para ofrecer los ingredientes de una cocina deliciosa y única en la región.



Soba Casera Toji Soba (fideos de trigo sarraceno)

Cuando los japoneses piensan en la región de Nagano, se les vienen a la mente estos deliciosos fideos producidos con agua fría y pura. Hay un plato especial de soba llamado Soba Toji, que es originario de Matsumoto. Es un tipo de fideos estilo "shabu-shabu", es decir, pequeñas porciones de soba se empapan durante unos segundos en una sopa de setas.

Relación entre la soba y el pueblo de Soba

Aficionados de la soba en Matsumoto se enteraron de que había un pueblo llamado Soba (Cantabria, norte de España) y llevaron la semilla de soba para un evento de intercambio cultural celebrado en 2008. ¿Podría la soba conectar España y Nagano?



Miso

El "Miso de Shinshu (=Nagano)" es un tipo famoso de miso (pasta de soja fermentada). La región de Matsumoto es uno de los principales productores. El miso es reconocido como un alimento sano al que se le atribuyen algunos efectos preventivos contra enfermedades debidas al estilo de vida.



Uvas y Vinos

El Distrito Yamabe, en la parte oriental de la ciudad de Matsumoto, es muy conocido por el sabor de sus uvas y ha ganado popularidad con sus nuevas especialidades de vinos.

Manzanas

La gran diferencia de temperatura entre el día y la noche unido a la gran cantidad de luz solar, producen las espléndidas manzanas dulces y jugosas de Matsumoto. Se puede apreciar que tienen un sabor diferente al del de las europeas. La recogida de manzanas tiene lugar de agosto a noviembre.

