/01 - Via Antonio Rosmini, 6

A.S.D. SHEN KUAN

Palestra di Thai Chi. La prima di S.Zeno, la prima di Verona.

Tay Chi Gym. The first in San Zeno. Well, infact the first in Verona.

/02 - Piazza San Zeno, 10

AL CALMIERE

Nascono come istituzione per "calmierare" il prezzo del vino. Se non sai cosa significa calmierare vai a berti 4-5 gotti e poi chiedi. Leggenda.

Italians keep mumbling something about how this place was born to meddle with wine prices. We don't get it, but word on the street is that if you want to solve the mystery you need to go there for a few glasses.

/03 - Stradone Porta Palio, 20

ANTICA PIZZERIA DA MICHELE

Michele, un'istituzione, una leggenda napoletana. Tutti i giorni orde di persone disposte a file interminabili per un trancio di pizza a Napoli o i prezzi super popolari. Qua a Verona è un po' diversa, un po' più "polentona": più bassa, più gusti (6 non 3) e un po' più cara. Ma buonissima.

Michele, an institution, a Neapolitan legend. Every day hordes of people willing to endless rows for a slice of pizza in Naples or super popular prices. Here in Verona it is a bit different, a little more "polentona": lower, more tastes (6 not 3) and a little more expensive. But very good.

/04 - Via S. Procolo 1/C

ASS. LABORATORIO ARMONIE

Partita da zero, un po' kitsch, ma merita. Bottega autentica e vecchissima. Organizza piccoli eventi culturali.

Start from scratch, a little kitsch, but at the end an authentic and very old workshop. They organize small cultural events.

/05 - Stradone Antonio Provolo, 25/A

ATELIER DEL BIMBO

Il miglior doposcuola possibile: genera genitori sereni e bambini stimolati.

The best afterschool club ever: it lets parents chill out and it keeps children occupied.

/06 - Stradone Porta Palio, 50

BARALDI BOTTIGLIERIA

È cambiato molto negli ultimi tempi, ma i punti fermi sono rimasti. Gentilezza totale, velocità d'esecuzione, servizio impeccabile. Puoi decidere di fermarti lì per un goto, uno spuntino ma anche per prendere una bozza al volo e portartela a casa.

A lot has changed in recent times, but the the original vibe has remained. Total kindness, speed of execution, perfect service. You can decide to stop there for a glass of wine, a snack but also to take a good bottle.

/07 - Via Porta S. Zeno, 1

BIONDANI

Macelleria non da primo prezzo, ma si sa, la qualità costa. Non ci credi? Prova il loro tastasal e ne riparliamo.

Not your cheap butcher, but we all know quality comes at a price. Don't believe us? Try their tastasal and get back to us.

/08 - Stradone Porta Palio, 80

BOTTEGA ALIMENTARE

Andate oltre al look essenziale del luogo per tuffarvi nel paradiso del panetto buono e ricco a 2€. La Svolta.

Get over the basic look of the place and dive into a world where good paninis only cost 2 €. Revolutionary.

/09 - Via Porta Catena, 4

CAMPETTO DA BASKET DELLE DANTE

Tempio del basket veronese in cui si sono formate le stelle dei vari campionati amatoriali e dilettantistici veronesi.

This is where all the big basketball players from recreational and professional teams in Verona started out.

/10 - Via scarsellini, 14

CARILLON

Vuoi danzare senza sosta? Passa da Carillon, ti vestono tutu in mano dalla testa ai piedi.

Feel like dancing? Stop by this little store, they'll dress you up in tutus from head to toe.

/11 - Stradone Porta Palio, 6

CASA DELLA BILANCIA

Luogo leggendario, mood da bottega di una volta. Vecchia scuola applicata a bilance, registratori di cassa and co.

Legendary place, olden day vibes. Old school scales, tills and much more.

/12 - Via Spagna, 8

CASA PER LA NONVIOLENZA

Sede nazionale del Movimento non Violento, con annessa biblioteca. Sapevatelo.

National headquarters of the Anti Violence movement, with adjacent library. Get to know.

/13 - Porta San Zeno

CASA PAPÀ DEL GNOCO

Se sei stato un bòcia a Verona, porta San Zeno non può essere altro che la casa del Papà del Gnoco.

As all local children will tell you, this is Papa del Gnoco's house!

/14 - Piazza San Zeno, 16

CASA PERBELLINI

Non con prezzi da menu di lavoro, ma qualità così alta da far impallidire il campanile e (impresa non facile) anche San Zeno stesso.

Don't expect meal deal prices, but quality here is so high, your taste buds won't know what's hit them.

/15 - Via Porta S. Zeno, 35

CHIOSCO SAN ZENO

Tanto tempo fa apriva un chiosco per le granite a San Zeno. È ancora lì e non mollano. Hanno frullato più ghiaccio loro del surriscaldamento globale. Golosi attenzione: in menu hanno anche una vasta scelta di panini, hamburger and co!

Once upon a time, a little kiosk served slush. Well, after god knows how many years, they're stil there. They've blended more ice than climate change. On the menu they also have a wide selection of sandwiches and hamburgers.

/16 - Vicolo Cere, 14

CINEMA FIUME

Un simbolo contro il multisalismo dilagante.

Standing tall against the multiplex cinema epidemic.

/17 - Via Rosmini, 1

CINEMA KAPPADUE

Per i veronesi di nascita K2 ha significato prima "cinema" che "montagna". Istituzione, storia e luogo di cultura di valore inestimabile.

To those born in Verona, K2 is first and foremost a cinema. Landmark, history and a place of immense cultural value.

/18 - Via Barbarani Berto, 28

CIRCOLO LIBROLANDIA

Libri usati, tanti libri usati, armarsi di pazienza e buona selezione!

Second hand books, lots of second hand books! Bring lots of patience and enjoy the search!

/19 - Via Angelo Scarsellini, 9/A

COHEN

Fanno così tanti concerti che nemmeno noi di Salmon ci stiamo dietro. Adesso noi ci stiamo attrezzando, voi invece dovreste andarci più spesso! PS si mangia anche e pure bene!

Even we can't keep up with the amount of concerts they organise. We're catching up with them, but if you're into live music you should become a regular. Did we mention the food's good too?

/20 - Piazza Bacanal, 4

COLORIFICIO ALLA PORTA

Vendono colori, ne sanno a buso. Per la customer care chiedere alle ambulanze due porte più in là.

They sell colours, they know everyhing about them. You'll find their customer care team two doors down, just ask the ambulance guys.

La basilica di S. Zeno è uno degli edifici di stile romanico più importanti al mondo. Tra le varie opere d'arte, ospita il capolavoro del Mantegna la Pala di S. Zeno, la statua di "San Zen Che Ride" e un chiostro stupendo.

The Basilica of S. Zeno is one of the most important Romanesque buildings in the world. Among the numerous works of art, it houses the masterpiece by Mantegna, the Pala di S. Zeno, the statue of "San Zen Che Ride" and a beautiful cloister.

/21 - Via S. Procolo, 1

D-GUSTO SOCIALE COOP.

Chiesetta sconsacrata che è diventata un bellissimo spazio espositivo. Con la benedizione di San Zen che ride.

Small deconsacrated church turned into an expository space. Of course, with Saint Zeno's blessing!

/22 - Rigaste San Zeno, 37

DARMA VIAGGI

Agenzia viaggi storica. Anche bravi a mandarvi a quel paese in un attimo.

Historical travel agency.

/23 - Stradone Antonio Provolo, 11

DOC&DOP NON SOLO ORTOFRUTTA...

Il fruttivendolo buono del quartiere. Serve sapere altro?

The best local greengrocer. That's all you need to know!

/24 - Regaste S. Zeno, 31

E CAPLÉT

Pasta stesa a mano così fresca che lo step successivo sarebbe portarsi a casa "ovi e farina". Consigliata se volete fare gli splendidi in una cena casalinga.

If their hand made past was any fresher, you'd be taking home flour and eggs. Recommended if you want to impress someone with your fictional cooking skills.

/25 - Piazza Corrubbio, 32

EL CANTON DE SAN ZEN

Puro e genuino, un vero bar de na olta covo di storie e personaggi del quartiere.

Pure and genuine, bar, a place full of histories and characters from the neighborhood.

/26 - Piazza Corrubio, 33/A

EVALUNA MODA IDEE

Negozio di abbigliamento con selezione caratteristica. Se volete farvi guidare...

Clothing store with a unique selection of items. If you're willing to be guided...

/27 - Stradone Porta Palio, 50

EX-BLOCKBUSTER

A 15 anni dalla chiusura ancora lo si usa come punto di riferimento per qualsiasi indicazione stradale nella zona. Ricordi clamorosi legati a quelle videocassette slise che venivano gettate la sera nel bidone delle consegne e dei gelati americani tanto chimici quanto droganti. Bei tempi.

It closed down 15 years ago but people still use it as a point of reference when giving directions. How could we ever forget throwing the old video tapes through the deliver hole late at night? Or eating their totally addictive American ice cream? Those were the days...

/28 - Via Porta San Zeno, 1/G

FABBRO MARCHESINI

E quando meno te lo aspetti ti serve...il fabbro! Se non è in bottega cerca il camice blu al bar.

And when you least expect it... the blacksmith shows up! If he's not in, look for the blue apron in the bar next door.

/29 - Piazza San Zeno, 8

FALLENI ADRIANO

Storico negozio di giocattoli: interdetto ai bambini "troppo" piccoli. Welcome bambini grandi con portafoglio.

Historical toy shop: off limits to children who are "too young". There's an open door policy for older kids, especially those with a big wallet.

/30 - Regaste S. Zeno, 23/E

FARFILÒ

Libreria per bambini PAZZESCA. Ancora non capiamo bene come possa esistere un luogo così bello e fuori dal tempo. Quindi state sereni e fate fioi.

This children's library is MENTAL. We can't wrap our heads around how such a wonderful and timeless place could actually exist. So keep calm and have babies.

/31 - Piazza Corrubio, 1

FARMACIA SAN ZENO

Una farmacia vale l'altra? Non ditelo ai residenti di san Zeno! O questa o niente!

All pharmacies are the same? Don't you dare say that to the local residents. It's either this one or nothing!

/32 - Via Tomaso da Vico, 13

FERRAMENTA S.ZENO

Storico, ripara tutto, ha pure detersivi alla spina (ottimi).

Historical: they repair everything. Also they sell detergents on tap (excellent).

/33 - Via Barbarani Berto, 14

FUORIBOLLA

Si fa, si insegna, si vive e si respira arte in maniera bella e spontanea. Astenersi neosgarbisti e presi male.

Art in its most practical form. This is where you learn, do and breathe art in a beautiful and spontaneous way. No art snobs allowed.

/34 - Piazza Corrubbio, 23

GELATERIA ARTIK VERONA

Tra cono e coppetta scegli brioches con il gelato! Uno dei must di piazza Corrubbio.

Cone or cup? We say brioche, with icecream though. A must in Corrubbio square.

/35 - Circonvallazione Maroncelli, 7/D

GUIDO BIANCHI UNIEURO

Gli audiotecnici del saldatore allo stagno se potessero lo metterebbero al posto della Basilica. Per tutti gli altri rappresenta un affidabile e amichevole negozio di elettrodomestici and Co.

The audiologists would put him in place of the Basilica if they could. For all others it represents a reliable and friendly appliance store.

/36 - Via del Bersagliere, 16

MELOGRANO

Storica associazione del quartiere che fa corsi per neo mamme. Se vostra madre fosse passata da qui, ora sareste delle persone migliori.

Historical neighbourhood association that carries out courses for new mums. If your mum came here, you'd probably be a better person.

/37 - Regaste S. Zeno, 33

INK LAB

Non fatevi ingannare dal logo con il rasoio e la sedia da barbiere in vetrina, qui si fanno tatutaggi da oltre 12 anni!

Don't be fooled! Despite the chair and scissors logo this isn't a barber shop, it's 12 years old tattoo parlor.

/38 - Piazzetta Portichetti, 2/B

L'ALBERO DEL PANE

Dietro il banco un maestro della lievitazione. Aggiungi una selezione attenta per le materie prime e ottieni un pane da leggenda.

There's a yeast master hiding behind that counter. Add his magic to an attentive ingredient selection and you'll get some legendary loaves.

/39 - Regaste S. Zeno, 1

LA BICICLETTERIA

Vendono bici belle e di qualità che vanno bene. Il resto lo mettono le tue ginocchia.

They sell nice quality bikes that do their job. You just need to let your knees do the rest!

/40 - Via Angelo Scarsellini, 33

LA CASA DELLE FIABE ASILO NIDO

È tutto semplice e naturale. i bambini sono lasciati liberi di fare e sperimentare: creatività al potere! Nel parchetto c'è anche l'orto curato dai bambini stessi. È un asilo privato.

Things here are simple and natural. Children are free to do and to experiment: power to creativity! There's a vegetable garden in the playground and the children look after it themselves. It's a private nursery.

/41 - Via Aurelio Saffi, 11/A

LA COOPERA

Osteria come si deve. Piatti tipici, gotti volanti e tutto il resto.

This is how things are done in an osteria! Typical dishes and lots of wine.

/42 - Piazzetta Portichetti, 6

LA LANTERNA

Ristorante vegano, serio e completo, diverso dai soliti: qui la sostanza e la concretezza dell'osteria veneta si sposa con la filosofia vegan e sembra tutto funzionare alla grande!

This is a proper vegan restaurant but with a twist: hearty and rich dishes just as you'd find in a typical local osteria. Vegan marries classic Veneto cuisine, and we say it's working!

/43 - Via Massimo d'Azeglio, 14

LA ROSA BAR

Bar epico, che ha visto passare tutti i Papà del Gnoco della storia. Imperdibile.

Epic bar, every Papa del Gnoco (you'd better Google that name) that ever walked the streets of Verona has been there. A must go to!

/44 - Via Pontida, 4

LE CORTI GIARDINERIE

Storico vivaio del quartiere, esiste da sempre. Sono una garanzia!

Historical nursery arond the area, it's been here since anyone can remember.

/45 - Via Barbarani Berto, 2

LES GRIFFES

Sara e Giusy, classiche parrucchiere da quartiere. Molto carine, molto brave e km di ciacole.

Pure and genuine, bar, a place full of histories and characters from the neighborhood.since anyone can remember.

/46 - Via Angelo Scarsellini, 41

LORO

Porta la macchina a lavare da loro: veloci, economici e precisi. Candidati come prossimo teambox della Ferrari F1.

Get your car cleaned here: fast, cheap and meticulous. Nominated to be Ferrari's F1 next teambox.

/47 - Via Saffi, 2

MACELLERIA NOYEL

Sri Lanka e Italia si incontrano in questa macelleria. Tutti sono d'accordo nel considerarla una svolta. Non ditegli che ha dei prezzi svolta che poi li alza.

This is where Italy and Sri Lanka come together. We're all super impressed. Don't even think about telling them how good their prices, we like it cheap and cheerful.

/48 - Vicolo Cere, 24

MANEGHETO

Il fulcro del quartiere. Leggendario, accogliente e irrinunciabile. Per capire che aria tira sondare l'umore dell'oste!

This is the neighbourhood's core. Legendary, welcoming and hard to resist.

Il Carnevale di Verona è organizzato dal Comitato del Bacanàl del Gnoco. È uno dei carnevali più antichi d'Italia, e le sue origini risalgono al medioevo. San Zeno è il cuore di questa manifestazione che ogni anno culmina con la sfilata del Venerdì Gnocolar.

The Verona Carnival is organized by the "Comitato del Bacanàl del Gnoco". It is one of the oldest carnivals in Italy, and its origins date back to the Middle Ages. San Zeno is the heart of this event that every year culminates with the Friday Gnocolar parade.

/49 - Regaste S. Zeno, 19

MEDUSA BOTTEGA DEL CUOIO

Maestro del Cuoio storico di Verona. Sì è girato India e Nepal nei tempi d'oro: questo dà un tocco magico a tutti i suoi prodotti. Qualità immortale.

He's been Verona's leather master since day one. He traveled around India and Nepal back in the day: that may be why his stuff is almost magical. Before we forget, immortal quality.

/50 - Via Angelo Scarsellini, 31

MEZZANOTTE ALBERTO

Bel salone di bellezza. Ve lo segnaliamo anche se sappiamo che siete già bellissimi!

Nice beauty salon. Worth mentioning, even if we know how fine you're looking already.

/51 - Piazza Orti di Spagna

MODUS

Piccolo Grande Teatro, cinema e palco, per eventi di alto livello! Meraviglioso Modus, ne vogliamo uno in ogni quartiere.

Small Great Theatre, cinema and stage for top class events! It's so cool we want one in every neighbourhood!

/52 - Via Carlo Pisacane, 2

NATURASÌ

Il primo Naturasì del mondo. Un buon posto per scoprire che sapore ha il cibo buono. Da farci la spesa a occhi chiusi stando attenti però a non inciampare.

Wholefoods, italian style. This is where you find out how good quality food tastes. You could shop here with your eyes closed, just don't trip.

/53 - Via Provolo, 13

NEL GIARDINO DI CRI

Una bottega artigianale di abbigliamento e accessori. Tanta passione e competenza con un tocco di gentilezza.

Artisan clothing and accessory store. Passion and skill with a touch of kindness.

/54 - Via Porta S. Zeno, 33

ORMA GIOCATTOLI & CARTOLERIA

Negozio di giochi...belli! Non ci troverai giocattoli plasticosi e brutti! P.s. anche cartoleria.

So much better than your regular toy store. You won't find any cheap plastic here, only beautiful stuff!

/55 - Piazza San Zeno, 1

OSTERIA ABAZIA

Osteria sincera, bella senza essere fighetta, genuina senza essere sborona, accogliente senza essere pedante. In tre parole: GNOCCHI E POLENTA CON PASTISA' DA PANICO.

This is a cool but down to earth osteria. Expect genuine and definitely not stuck up vibes. In three words: MOUTH WATERING GNOCCHI AND POLENTA WITH PASTISA'.

/56 - Vico Cieco Boscarello, 5/A

OSTERIA AL BOSCAREL

Osteria vecchia scuola. Alcuni dicono che non sia più quella di un tempo, ma è evidente che è solo invidia.

Old school osteria. Some say it's not like it used to be, we think they're jealous.

/57 - Piazza Corrubbio, 30

OSTERIA ALL'ORGANETTO

L'aperitivo vecchia scuola a San Zeno: cicchetti alla veneziana che come gongole si infilano nella laguna delle vostre panze. No alle grandi navi, sì ai grandi aperitivi!

Old school aperitif in San Zeno: venice style "cicchetti" ready to sail their way into your belly. No swimming skills required as long as you can handle your drinks!

/58 - Vicolo Ognissanti, 1

OSTERIA LA VELA

Ristorantino microscopico ma ultraconsigliato. Anche no se sei a dieta.

Tiny restaurant that we hugely recommend. Big no if you're on a diet.

/59 - Piazza Corrubbio, 38

OTTICA SORELLE BELTRAME

L'ottico di quartiere. Se riesci a leggere questa descrizione non ti serve andare a trovarlo. Se invece pensi che questa mappa verde sia stupenda forse è meglio fargli un colpo di telefono.

The local optician. If you can read this then we guess you don't need to see him. If you think this green map looks great, they you'd better give him a call.

/60 - Via Porta San Zeno, 18

PANE E POMODORO

Burrate e mozzarelle fatte freschissime da uscire di testa. Se state per andare in Salento passate a chiedere dritte su posti nascosti e stupendi da visitare. Eh sì fanno anche questo!

Fresh burratas and mozzarellas to go nuts over. If you're heading down to Salento get some tips on off the beaten track places to visit. Yes, they do that too!

/61 - Stradone Porta Palio, 60

PANIFICIO FIOCCO BRUNA

Il miglior panificio del mondo. Bruna sindaco subito.

The best bakery in the world. Bruna for Mayor, now!

/62 - Piazza Pozza, 25

PANIFICIO MARCON

Il pane lì dentro conosce il tuo nome, ti chiama e ti ammalia con il suo profumo. Cedere o non cedere, questo è il problema.

This bread knows your name. It's calling you. It's drawing you in with its sweet scent. To give in or not to give in, that is the question.

/63 - Via Porta S. Zeno, 11/A

PANZARÈ

Se potessimo avere 10 centesimi per ogni panzerotto che hanno fritto...Zio Paperone, Deposito, bagno nei schei.

If we could have 10 cents for every panzerotto they've fried we'd give uncle Scroodge a run for his money, literally.

/64 - Piazza Corrubbio, 32

PAOLO E ROSETTA

High five per la pizza alla pala, ma anche per tutto il resto. Occhio a non fare overdose.

Pizza by the slice so good, we can't even begin to praise it. Side effects include addiction and consequent overdose.

/65 - Via Barbarani Berto, 26

PAP&O

Il calzolaio di riferimento del quartiere. Bravo e onesto.

The local cobbler and shoemaker. Honest, talented and trustworthy!

/66 - Vicolo Abazia, 4

PATRONATO SAN ZENO

Isola felice per i marmocchi del quartiere.

Happy island for neighborhood kids.

/67 - Via Lega Veronese

PERCORSO DELLA SALUTE

Il circuito più corto della città. Sul bastione sei un campione e se hai la cuffietta corri come una saetta.

The city's shortest circuit. Run like the wind, don't worry about a thing!

/68 - Viale Colonnello Galliano, 2

PISCINE CONTI

Ci trovi la Pellegrini quando non è al Beluga (vedi mappa del quartiere Cittadella).

This is where you'll always find our Olympic gold Federica Pellegrini when she's not at Beluga (see our Cittadella square map).

/69 - Via Tomaso da Vico

PISTA BMX

Bmx sotto e cricket sopra. Le porte da calcio risalgono a Italia '90 e sono ormai in bilico tra arredo e monumento.

Bmx on top and cricket below. The goal posts have been there since the early 90s, are they decor or can we class them as monuments?

/70 - Stradone Porta Palio, 36

PIÙ GUSTO BIO

La svolta; se lavori in zona e non vuoi appesantirti come un bufalo, è il posto che fa per te: incredibile mix tra mangiar sano, di gusto e in location piacevole.

Game changer; if you work in the area and you want to keep it light at lunchtime this place is for you: incredible mixture of healthy but tasty food and in a lovely location.

/71 - Stradone Porta Palio, 46

PIZZA VERONA

Kebabbaro 2.0, specializzato anche in pizze, si presenta come un fast food d'avanguardia negli anni '90, più pulito della stra-grande maggioranza dei concorrenti.

"Kebabbaro 2.0", also specialized in pizzas, looks like an avant-garde fast food in the 90s, cleaner than the vast majority of competitors.

/72 - Via Regaste S. Zeno, 39/B

POLATO TESSUTI

Se (anche voi) siete feticisti dei tessuti qui ci sono delle svolte PAZZESCHE.

If you (like us) have a fabric fetish, this is where it's at.

/73 - Via Porta Catena

PORTA FURA

Porta Fura? Aah, il Buso del Gatto! Leggendario. Un po' scorciatoia, un po' eroina e ultimamente anche sfascia carrozze.

Don't ask locals to point out Porta Fura, they won't know what the hell you're talking about. Also (and mostly) known as Buso del Gato (cat's hole): shortcut, junkies meeting point and lately car damaging hotspot.

/74 - Piazzetta Portichetti, 2

RANUNCOLI

Negozio di fiori piccolino in cui tra piante, magre e grasse, crescono anche sorrisi e simpatia.

Small flower and plant shop where smiles and kindness grow too!

/75 - Regaste S. Zeno

REGASTE

Passeggiata elitaria per tutti in riva al fiume. Vista da panico, panche antibarbone e plateatico della pizzeria Vesuvio.

Elitist walkway for the masses, right by the river. Breathtaking view, benches and home to Pizzeria Vesuvio's panoramic terrace.

/76 - Piazza Corrubbio, 36

RISTORANTE INDIANO ELEFANTE BLU

Tutto molto buono, ma provate i lakshni, una spanna sopra.

Everything here is delicious but don't forget to try the lakshni, it's the real deal.

/77 - Via Porta S. Zeno, 4

SAN ZEN BAR & KEBAB DA DALER

Per noi il miglior kebab di Verona. Dentro trovate il servizio di sempre, sorrisi, aneddoti e un buon bicchierino di limoncello per chiudere con stile.

We think this is the best kebab in Verona. Served with good service, smiles, stories and a shot of limoncello to end your meal with a bang.

/78 - Via Lega Veronese 8/A

SCUOLA COMUNALE ORTI DI SPAGNA

Detta la scuoletta. Scuola di vocazione Montessoriana, scusate se è poco.

Just a little Montessori school, not much else to say!

/79 - Via Mura San Bernardino 1/A

SHIATSU IN SALOTTO

A S. Zeno solo osterie e tradision? No no. Si fa anche yoga senza sosta grazie a Donata Mennucci. Per tutti. TUTTI.

Who said San Zeno is all about tradition and osterie? Not us. All day Yoga thanks to Meramorphosis. For everyone. EVERYONE.

/80 - Strada Porta Palio 4/A

SIGNOR GRANO

Il loro arrivo ha scombussolato il circondario. Con fare gentile e sottovoce hanno conquistato la platea locale e i turisti a suon di pane (che fanno loro) e derivati: sani, fatti con amore e al prezzo giusto. P.s. Sorridono a buso; se ti da fastidio allora vai alla Bottega Alimentare.

This couple from Apulia has shaken things up around the area. They've kindly and quietly charmed both locals and visitors with their baking skills: everything here's made with love, in a healthy way and it's sold at the right price. P.S. they're always smiling, if that bothers you, head over to the Bottega Alimentare.

/81 - Viale Colonnello Galliano, 31

SKATEPARK

Quando ci vai portati il passaporto, perché non è Italia ma California.

Bring your passport when you go there. You're officially entering California

/82 - Via Porta S. Zeno, 19

SLIDE STORE VERONA

Tutto ruota intorno alle tavole: sull'asfalto, sulle onde o con la neve. Abbigliamento e non solo per skaters esigenti o alle prime armi. Ocio che le ginocchia nuove però non le vende nessuno.

Everything here revolves around boards: for concrete, waves and even snow. Clothing for both veteran skaters and newbies. Watch out though, no replacement knees sold here.

/83 - Via Barbarani 28

TANO PARUCCHIERE

Affidati a Tano: entri scappato di casa esci cavaliere. Il primo e unico parrucchiere tenore!

If you look like you're on the run, trust in Tano the barber. He'll magically turn you into prince charming. Barber and opera singer!

/84 - Piazza San Zeno, 22

TRATTORIA AI PILOTI

Si mangia bene. Ordina quello che vuoi che tanto caschi sempre in piedi, ma se vuoi vincere facile ordina il risotto o il fritto.

Great food. You can't get your order wrong here, but if you wanna be extra careful, go with the risotto or fried.

/85 - Rigaste San Zeno, 39/A

TWELVE

Se la tua passione è la bici e il fantastico mondo dei suoi accessori, questo negozio è l'Armani della due ruote a pedali. TOP CLASS!

If you're passionate about cycling, bikes and bike accessories, this is where you'll find bike haute couture. TOP CLASS!

/86 - Piazza San Zeno

VERONA ANTIQUARIA

Ogni prima domenica del mese, la piazza e le vie circostanti vengono conquistate dal più bel mercatino d'antiquariato della città. Chicche assolute, non sempre per tutte le tasche ma valgon almeno una passeggiata. Anche grazie ai concerti e ai tanti eventi di contorno.

Every first Sunday of the month the local square and nearby streets come alive with Verona's best antiques market. Lots of great finds here, although not always at bargain prices. Even if you're not a big spender, stroll through and check out the surrounding concerts and events!

/87 - Piazza Corrubbio, 27

VIAGGI PIÙ

Se paghi ti mandano a quel paese.

If you pay they'll tell you where to go!

/88 - Via S. Giuseppe, 19

VP VERONA PREMIA

Istituzione a Verona: fanno coppe e trofei da prima che in città si sapesse il significato della parola Scudetto.

This is a historical landmark in Verona: these guys have been making trophies and cups before people even knew what a championship was.

/89 - Via Berto Barbarani, 14/A

YOU LOOK SO FINE

Atelier molto carino che veste i vostri bambini. E mettetegli qualcosa di originale a quei fioi!

Very cute atelier for children. For goodness sake, put something original on those poor kids of yours!

Vicolo Valle 9B

PUNTO DISTRIBUZIONE GUIDE

Servono Guide? Vuoi passare a salutarci o a chiederci quando uscirà la guida della tua zona? Questo è il luogo giusto! Ci trovi qui quasi 7 su 7, quasi h24.

Do you need guides? Do you want to say hello or ask us when the guide for your area will be released? This is the right place! You can find us here almost 7 out of 7, almost 24 hours a day

STORIA DEL QUARTIERE

Utilizzata già in età repubblicana e poi imperiale come parte di una più vasta necropoli, che arrivava fino all'altezza delle attuali circonvallazioni, la zona di San Zeno è adibita a luogo di sepolture anche in età longobarda, e si attesta l'esistenza di una prima chiesa dedicata a San Zeno, che la tradizione vorrebbe già ricostruita una prima volta nell'807 in età carolingia. Nel 813 per la prima volta viene citata in un documento la villa Sancti Zenonis: evidentemente a quest'epoca si era già sviluppato intorno alla chiesa un nucleo di abitazioni di cui il monastero è senza dubbio l'elemento catalizzatore. Le terre di quello che diventerà il borgo di San Zeno erano di proprietà del monastero. Anche questa chiesa come tutte quelle all'esterno delle mura è devastata dalle scorrerie degli ungari tra la fine del IX e l'inizio del X secolo. Sotto il Sacro Romano Impero lo sviluppo del monastero di San Zeno è incrementato dal fatto che nell'abazia l'imperatore col suo seguito ha diritto di "albergaria": in occasione dei suoi frequenti passaggi si moltiplicano donazioni e privilegi concessi. In età comunale lo sviluppo della città fuori mura è ancora embrionale. La villa di San Zeno, tuttavia, poiché ancora distante e staccata dalla città, si dota di una sua propria cinta difensiva, principalmente costituita di palizzate, che da Porta Fura (unico brano superstite) si chiude all'altezza della zona delle regaste. Sempre nel XIII secolo, nella zona conosciuta dai documenti come Moliseum (luogo molle, ovvero depresso, esondabile) e "Beverara" si sviluppa il borgo di Ognissanti, nei pressi dell'attuale omonimo vicolo e della chiesetta di San Zeno in Oratorio, edificata in quell'epoca. La Beverara, che comincia all'imbocco dell'Adigetto ed arriva fino all'abazia, è soggetta a piene del fiume e alla formazione di acquitrini. Deve il suo nome ai numerosi impianti che lungo l'Adige, tramite grandi ruote idrovore, raccolgono l'acqua e la versano in canali per l'irrigazione degli orti della zona. Dalla metà del XII alla metà del XIII secolo Verona conosce una forte espansione demografica. Viene progressivamente a saldarsi l'abitato storico con quelli esterni alle mura. La densità del borgo di San Zeno in quest'epoca è già piuttosto elevata, con l'abitato che si concentra tra i vicoli Broilo e Abazia e lungo l'asse verso la porta San Zeno. Gli Scaligeri fanno erigere una nuova cinta muraria inglobando altri borghi e San Zeno, che diviene un quartiere della città. Lungo il periodo Napoleonico e la dominazione Asburgica prima, e con l'annessione del Veneto al Regno d'Italia poi, per la sua posizione strategica l'abitato di San Zeno è caratterizzato da insediamenti militari. Quello da Ognissanti a Porta Palio vede tra '800 e '900 il sorgere di nuove opere ed istituti religiosi, che si aggiungono al convento francescano di San Bernardino, già presente dal '400. Negli anni fra le due guerre mondiali, si iniziano a saturare i vuoti urbani verso i bastioni con la costruzione di cortili di case popolari edificati dal Comune per rispondere alla forte domanda di alloggi dei nuovi ceti inurbati. E in questa scia si colloca l'intervento INAcasa agli Orti di Spagna del secondo dopoguerra, ultimo di una certa entità sebbene meno intensivo dei precedenti, incastonato nella nuova viabilità disegnata "a tavolino" dal Piano di Ricostuzione tenendo in conto solo marginalmente i segni del preesistente tessuto urbano, di cui restano infatti poche tracce sparse: vicolo Porton Rosso, via Raterio e il primo tratto di via Spagna.

Used already in the Republican and then Imperial times as part of a larger necropolis, which reached the height of the current ring roads, the area of San Zeno is used as a place of burial also in the Longobard age, and its existence is confirmed of a first church dedicated to San Zeno, which the tradition would have already reconstructed for the first time in 807 in the Carolingian age. In 813 for the first time mentioned in a document Villa Sancti Zenonis: evidently, around this time, a nucleus of dwellings had developed around the church, of which the monastery is undoubtedly the catalyst. The lands of what would become the village of San Zeno were the property of the monastery. Even this church, like all those outside the walls, was devastated by raids by the Hungarians between the end of the 9th and the beginning of the 10th century.
Under the Holy Roman Empire the development of the monastery of San Zeno is increased by the fact that in the abbey the emperor has the right to stay: on the occasion of his frequent passages donations and privileges are multiplied. In the communal age the development of the city outside the walls is still embryonic. The villa of San Zeno, however, as still distant and detached from the city, is endowed with its own defensive wall, mainly made up of palisades, which from Porta Fura (the only surviving passage) closes at the height of the zone of the regaste. Also in the thirteenth century, in the area known as "Moliseum" (soft spot, or depressed, esondabile) and "Beverara" it develops the village of Ognissanti (All Saints), near the present eponymous street and the church of San Zeno in Oratorio, built in that time. The Beverara, which begins at the entrance of the Adigetto and reaches the abbey, is subject to flooding of the river and the formation of marshes. It owes its name to the numerous plants that along the Adige, by means of large water-scooping wheels, collect water and pour it into canals for the irrigation of the local vegetable gardens. From the mid-12th to the mid-13th century Verona experienced a strong demographic expansion. The historical settlement gradually merged with those outside the walls. The density of the village of San Zeno in this era is already quite high, with the town concentrated between the alleys of Broilo and Abazia and towards the San Zeno gate. The Scaligeri built a new city wall by incorporating other villages and San Zeno, which becomes a district of the city. During the Napoleonic period and the Hapsburg domination first, and with the annexation of the Veneto to the Kingdom of Italy then, due to its strategic position the built-up area of San Zeno is characterized by military settlements. The one from Ognissanti to Porta Palio sees the rise of new religious works and institutes between the 19th and 20th centuries, in addition to the Franciscan convent of San Bernardino, already present since the 15th century. In the years between the two world wars, the urban voids towards the ramparts began to be saturated with the construction of courtyards of social housing built by the Municipality to respond to the strong demand for housing in the new urbanized classes. And in this wake the intervention "INAcasa" to the Orti di Spagna of the second post-war period is placed, the last of a certain entity although less intensive than the previous ones, set in the new road system designed "by table" by the Reconstruction Plan taking into account only marginally the signs of pre-existing urban fabric, of which only a few traces remain: vicolo Porton Rosso, via Raterio and the first stretch of via Spagna.

How do we make a Salmon Guide?
It is an inclusive process that involves residents and those who live in the neighborhood / area.
1 - We collect the requests of our readers, the more you ask us for an area so insistent and the higher your priority in our time schedule. In any case, know that we will do them all.
2 - We launch the call "Who is hosting us for dinner?" in which we ask one or more residents to host us at home for a dinner to discuss which are the key places of the neighborhood / area. In San Zeno Michela and Carlos hosted us (Igracias!).
3 - We launch the call and we invite all readers who live or know the area of reference to join (limited places!).
4 - Dinnertime! We eat with joy and, after coffee, it's time to make the list of places and the characteristics of each one.
5 - Our favourite English professors, Phoebe Luton and Elena Lombardo, have translated everything to perfection (if you find any mistakes, it's our fault!).
*6 - If the list is satis

SALMON'S GUIDE TO VERONA
SAN ZENO

Ma come fa San Zeno ad essere così?
Una perla di autenticità senza tempo, pura e splendente.
A un passo dal centro ma ad anni luce dalla caotica dimensione di città moderna.
E ancora quartiere burbero dall'anima veronese ma anche generoso e umile come un bicer di valpo.
Sarà il governo allegro del Papà de Gnoco, democraticamente eletto ogni anno o la vibra morbida e shallatissima del sorridente Patrono San Zeno from Africa, le decine di osterie dal gotto espresso, le case basse, le piazze, il traffico che non c'è e i ristoranti tipici che impiattano risotti e pearà senza sosta…
Ciacoloso di giorno e silenzioso di notte, per siori e per puareti, con il culo in Adige e il gomito sul Bastione, sembra invitarci a spogliarci degli sbatti e dei pensieri, quelli complessi e difficili che ci ingarbugliano cervello e anima, per fare Cin in serenità che tanto, tempo di due biceri, è di nuovo Carnevale.
Ma quanto se sta ben a San Zen?

How does Saint Zeno be like this?
A pearl of timeless authenticity, pure and shining.
One step away from the center but light years away from the chaotic dimension of a modern city. A grumpy neighborhood with a Veronese soul but also generous and humble as a glass of Valpo wine. It will be the cheerful government of the Papà del Gnoco, the local carnival mask, democratically elected every year or the easy and very shaky vibe of the smiling Saint Zeno from Africa, the dozens of taverns with a lot of wine, the low houses, the squares, the little cars traffic and typical restaurants that cook risotto and pearà without stopping …
It's tattler by day and silent by night, for riches and poors, with the ass in Adige and the elbow on the walls, it seems to invite us to forget about bad thoughts, the complex and difficult ones that tangle our brains and souls, to make CinCin in serenity because, in just the time of two glasses of wine, is again Carnival.
How much is wonderful Saint Zeno?

LEGENDA
LEGEND

SHOP

07 - B3 Biondani
10 - C4 Carillon
11 - D4 Casa della Bilancia
18 - C3 Circolo Librolandia
20 - B3 Colorificio alla Porta
22 - C3 Darma Viaggi
23 - D4 DOC&DOP Non Solo Ortofrutta…
24 - C4 E Caplét
26 - C3 Evaluna Moda Idee
28 - B3 Fabbro Marchesini
29 - B3 Falleni Adriano
30 - D4 Farfilò
31 - C3 Farmacia San Zeno
32 - C3 Ferramenta S.Zeno
35 - D4 Guido Biachi Unieuro
37 - C3 Ink Lab
38 - C3 L'albero del Pane
39 - D4 La Bicicletteria
44 - C2 Le Corti Giardiniere
45 - C3 Les Griffes
46 - B4 Loro
47 - C5 Macelleria Noyel
49 - D4 Medusa Bottega del Cuoio
50 - B4 Mezzanotte Alberto
52 - C5 NaturaSì
53 - D4 Nel Giardino di Cri
54 - B3 Orma Giocattoli & Cartoleria
59 - B3 Ottima Sorelle Beltrame
60 - B3 Pane e Pomodoro
61 - D5 Panificio Fiocco Bruna
62 - B3 Panificio Marcon
65 - C3 Pap&O
70 - D5 Più Gusto Bio
72 - C3 Polato Tessuti
74 - D4 Ranuncoli
80 - D4 Signor Grano
82 - B3 Slide Store Verona
83 - C3 Tano Parucchiere
85 - C3 Twelve
86 - B3 Verona Antiquaria
87 - C3 Viaggi Più
88 - C4 VP Verona Parla
89 - C3 You Look So Fine

FOOD & DRINK

06 - D5 Baraldi Bottigleria
15 - B3 Chiosco San Zeno
19 - C4 Cohen
41 - C5 Coopera
48 - B2 Manegheto
55 - B3 Osteria Abazia
56 - C4 Osteria Al Boscarel
57 - C3 Osteria All'Organetto
58 - D4 Osteria la Vela
77 - B3 San Zen Bar & Kebab da Daler

FOOD

03 - D5 Antica Pizzeria da Michele
08 - C5 Bottega alimentare
14 - B3 Casa Perbellini
34 - C3 Gelateria Artik Verona
42 - C3 La Lanterna
63 - B3 Panzeré
64 - B3 Paolo e Rosetta
71 - C5 Pizza Verona
76 - B3 Ristorante Indiano Elefante Blu
84 - B3 Trattoria Ai Piloti

DRINK

02 - B3 Al Calmiere
25 - B3 El Canton del San Zen
43 - C4 La Rosa Bar

OTHER

01 - C4 A.S.D. Shen Kuan
05 - D4 Atelier Del Bimbo
16 - B3 Cinema Fiume
17 - C4 Cinema Kappadue
21 - B3 D-Gusto Sociale Coop.
27 - D5 Ex-Blockbuster
33 - C3 FuoribOlla
40 - B4 La Casa Delle Fiabe Asilo Nido
66 - B3 Patronata San Zeno
67 - A2 Percorso della Salute
68 - B4 Piscine Conti
69 - B2 Pista BMX
73 - C2 Porta Fura
75 - D4 Regaste
78 - B2 Scuola Comunale Orti di Spagna
79 - C5 Shiatsu in Salotto
81 - A4 Skate Park

ASSOCIATION

04 - B3 Ass. Laboratorio Armonie
12 - B2 Casa Per La Nonviolenza
13 - A3 Casa Papà de Gnoco
36 - C3 Melograno
51 - B2 Modus