

## SPECIALE WEEK END

(Un passo in più...un metro più in là...un'altra realtà...)

### Ciociararia e Parco del Circeo

(Giardino di Ninfa, Parco del Circeo, Veroli, Certosa di Trisulti, tradizioni ciociare)

---



*Il viaggio nasce come gli altri dalla vicinanza con i luoghi citati - il Circeo è l'area di mare forse più apprezzata dai romani - e dall'essere anche per questo legato a tanti avvenimenti della mia vita, ma in questo caso trae origine soprattutto da una promessa e da una scommessa. La promessa è quella fatta a Letizia, una delle nostre fan più attive, di aiutarla a far scoprire le meraviglie del suo territorio, ingiustamente poco conosciute dalla gran parte degli italiani. La scommessa, con alcuni nostri stretti collaboratori che vivono e lavorano in questo stesso territorio, è quella di provarci nonostante le suddette difficoltà. Un altro viaggio 'caldo', nato dalla nostra storia, un altro viaggio di 'prossimità'. (Riccardo)*

Un breve tour che in **un week end** vuole offrire un assaggio di quanto di meglio possiamo trovare nell'interno e nell'area costiera del Sud del Lazio, una zona spesso messa in ombra dalla scomoda presenza della vicina capitale.



Per iniziare ci caleremo nelle tradizioni ciociare dell'entroterra visitando il caratteristico borgo di Veroli, arroccato in collina ai piedi dei monti Ernici. Qui toccheremo con mano alcune delle attività tradizionali dell'area, pilastri importanti della cultura ciociara, come l'olio, e da qui partiremo per la conoscenza di alcuni gioielli artistici di assoluto prestigio come la **famosa Certosa di Trisulti**.

A questo punto ci dirigeremo in direzione della costa e, raggiunto l'Agro Pontino, ecco stagliarsi davanti a noi lo splendido **giardino di Ninfa**, più volte definito tra i più belli del mondo. Per concludere la giornata, una rilassante **discesa in canoa sulle limpide acque del fiume Cavata** ci permetterà di immergerci nel tipico ambiente rurale dell'area. Non mancheranno poi i **laghi costieri**, l'architettura razionalista di Sabaudia, le tenute di campagna come Villa Fogliano, le foreste e **le dune sabbiose** che si distendono all'ombra del caratteristico promontorio del monte Circeo e che, insieme a quest'ultimo, vanno a comporre lo splendido **Parco Nazionale del Circeo**.

### **Gli indimenticabili del viaggio**

- Il **giardino di Ninfa**, più volte eletto uno dei giardini più belli e romantici del mondo.
- La bellezza paesaggistica del **Parco Nazionale del Circeo**, con le sue foreste, le dune e i laghi costieri, e su tutto, il promontorio con le sue alte scogliere.
- Le attività tradizionali per cui la Ciociaria è famosa: la produzione di pane, di olio e della mozzarella di bufala.
- I **caratteristici borghi** come Veroli e San Felice Circeo.
- La meravigliosa **Certosa di Trisulti** e il paesaggio che la circonda.
- Le escursioni a piedi, in bicicletta ed in canoa.
- Le specialità della **cucina tradizionale** ciociara.



## Itinerario

### **1° GIORNO: LA CERTOSA DI TRISULTI, VEROLI E I SUOI PRODOTTI TIPICI**

Il nostro viaggio prenderà le mosse dal borgo di Colleparado, da dove ci sposteremo alla volta della Certosa di Trisulti per la visita guidata dello splendido monastero del 1200. Riconosciuta come monumento nazionale per la sua bellezza e unicità, è parte dell'ecomuseo a cielo aperto di Colleparado. Tornati verso Veroli e meteo permettendo, ci aspetta un piacevole picnic a Prato di Campoli, dopo il quale visiteremo un antico mulino con il forno, dove si fa il famoso "Pane di Veroli" o un frantoio, nei pressi di Veroli, dove si produce olio biologico extra vergine d'oliva dai preziosi uliveti dei dintorni. Più tardi, nel borgo, faremo una bellissima passeggiata tra le mura ciclopiche, i suoi vicoli stretti e curati nei minimi dettagli, gli scorci che si aprono ad ogni angolo, la rocca nella parte più alta del paese, la basilica con la Scala Santa. Un gioiello sconosciuto ai più che vale la pena scoprire. Infine, di fronte ad un bel tramonto, ci godremo il meritato riposo nel giardino del monastero.

### **2° GIORNO: OASI DI NINFA E DISCESA IN CANOA LUNGO IL FIUME CAVATA**

Dopo un'abbondante colazione, ci dirigeremo verso la costa per raggiungere l'Agro Pontino ed uno dei suoi gioielli più preziosi, l'Oasi di Ninfa: realizzata dalla famiglia Caetani, sulle rovine dell'omonima città medievale, è uno splendido esempio di poesia e architettura medievale che sorge ai piedi dei monti Lepini. Tempo permettendo, dopo la visita potremo effettuare una passeggiata per il borgo di Sermoneta, per poi raggiungere l'imbarco del nostro percorso naturalistico in canoa sul fiume Cavata. Avremo così modo di ammirare come doveva essere gran parte del territorio pontino fino a non troppi anni fa.

Al termine, trasferimento a Sabaudia e sistemazione nel nostro hotel, dove avremo a disposizione anche delle comode biciclette per visitare in modo sostenibile le bellezze del Parco. Possibilità di cena e passeggiata nel caratteristico borgo di San Felice Circeo.

### **3° GIORNO: PARCO DEL CIRCEO**

Quando in bicicletta, quando a piedi, andremo alla scoperta del parco, dei suoi laghi, delle sue dune e foreste. Solo le nostre gambe segneranno il ritmo ed il percorso specifico verrà scelto in base alla composizione e al grado di allenamento del gruppo. L'unico obiettivo sarà quello di godersi il parco e le sue bellezze nel modo più piacevole possibile.

Nel tardo pomeriggio infine, soddisfatti per le bellezze dell'area scoperta negli ultimi giorni, torneremo verso le nostre case.



## Scheda tecnica

### **Date di partenza:**

23-25 ottobre (3 giorni - 2 notti)

**Tipologia:** viaggio in piccolo gruppo (max 12 persone) con Riccardo come tour leader

**Cosa facciamo:** visite nei principali luoghi di interesse storico e naturalistico toccati dall'itinerario; conoscenza delle attività e dei prodotti tipici della zona come le bufalare, il frantoio, etc.; escursione in canoa sul fiume Cavata ed in bicicletta nell'area del Parco del Circeo.

**Pernottamento:** in piccoli hotel, agriturismi, B/B (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

**Trasporti:** il costo dei i trasporti non è incluso nella quota, di conseguenza è previsto che ogni partecipante si organizzi in maniera autonoma. Su richiesta è possibile prevedere il trasporto con la guida nel rispetto delle norme Covid-19 (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

**Lunghezza percorso: 150 km circa** (Come punto di partenza si considera la prima tappa del tour e come punto di arrivo l'ultima. Non vengono considerati i trasferimenti da e per questi due punti. Il totale dei chilometri indicati è approssimato e a puro titolo informativo. Non considera eventuali deviazioni e variazioni di itinerario, non solo sempre possibili, ma anzi auspicabili nell'ambito di un viaggio di scoperta).

**A cura di:** Idea e progetto di viaggio di Latitude 180° con l'organizzazione tecnica del tour operator Authentic Puglia Tours.



## Quota viaggio

**Data di partenza:** 23-25 ottobre

**Quota:** Minimo 6 massimo 12 partecipanti:

- dalle 6 persone in poi: 320,00 €  
Supplemento singola per l'intero viaggio, previa verifica della disponibilità: 35,00€

### La quota comprende

La sistemazione in camera doppia con bagno privato. Trattamento di pernottamento e prima colazione. Riccardo come guida e accompagnatore per tutta la durata del viaggio. L'escursione in canoa sul fiume Cavata. La bicicletta a disposizione per il terzo giorno nel Parco del Circeo.

### La quota non comprende

Gli ingressi (20 € circa), Il trasporto, i pasti non inclusi, l'assicurazione obbligatoria, tutto ciò non contemplato nella quota comprende.



## Le novità dei nostri viaggi in Italia

---

Ora vi andiamo a delineare quelle che sono le maggiori novità dei nostri viaggi in Italia rispetto alla nostra classica programmazione. Si possono sintetizzare nella parola **flessibilità** e derivano da tre fattori principali:

- Il diverso spirito con il quale siamo convinti affronteremo i viaggi nel nostro paese, un **maggior senso di familiarità e sicurezza**;
- Una logistica più semplice ed **una maggiore autonomia**, data dalla maggiore facilità di spostarsi anche con mezzi propri;
- Come è facilmente comprensibile, un periodo eccezionale come questo, va affrontato in maniera eccezionale e non convenzionale.

Ecco le **novità**:

### Trasporto non incluso

Nella quota dei tour il trasporto non è incluso. E' una scelta ben precisa, in quanto, viaggiando in Italia, e potendo essere il tour proposto anche solo una parte delle vostre vacanze, abbiamo deciso che, se vorrete, potrete partecipare conducendo la vostra auto. Per cui i tour, pur rimanendo a tutti gli effetti tour guidati, sono pensati con equipaggi che si muovono in autonomia. Ma su richiesta, previa verifica della disponibilità e con un costo variabile per ogni tour, è possibile organizzare il trasporto con mezzi a noleggio o di proprietà della guida, condotti dalla guida stessa e nel rispetto delle normative Covid-19 in materia di distanziamento sociale a bordo dei mezzi di trasporto.

### Alloggi flessibili

Vista la natura dei luoghi in cui verranno effettuati i viaggi e la precisa scelta di usare strutture come agriturismi, bed & breakfast e piccoli hotel che, date le loro dimensioni, potrebbero non avere stanze sufficienti per tutti i partecipanti, non possiamo garantire che l'intero gruppo alloggerà nella stessa struttura. Ovviamente verrà fatto il possibile per trovare una sistemazione quanto più possibile vicina a quella degli altri partecipanti e di una tipologia simile. La sistemazione specifica verrà comunicata solo all'atto della prenotazione.

### Giorno 0: un giro in e-bike per la Città Eterna?

Dal momento che Riccardo, l'accompagnatore e guida della grande parte dei tour, dovrebbe partire quasi sempre da Roma, abbiamo deciso di offrire una bella escursione in ebike per il centro storico di Roma a coloro che partiranno con lui (con la sua auto o meno) e arriveranno per questo il giorno prima in città. Non sarà una visita guidata, ma semplicemente un modo per passare un



piacevole pomeriggio in compagnia di un romano per le vie della Città Eterna. L'attività sarà su richiesta e soggetta a riconferma da parte di Riccardo stesso. Contattaci per ulteriori informazioni.

Se vuoi maggiori informazioni, visita l'apposita sezione in "Italia secondo Latitude" sul nostro sito o contattaci.