



**CLUB
ALPINO
ITALIANO**

SEZIONE DI VERONA

**Commissione
Escursionismo**



Gruppo Seniores Cai d'Argento

TREKKING URBANO A ROMA dal 10 al 14 e dal 17 al 21 MARZO 2024



Accompagnatori Diego Mirandola - Pier Andrea Turco – Lorenza Lorenzi

Nei cinque giorni del trekking visiteremo i luoghi e le bellezze più interessanti di questa magnifica città, con un percorso che ci porterà a scoprire anche luoghi meno noti, ma non meno degni di interesse, compreso un suggestivo tratto dell'Appia antica che collegava Roma con Brindisi e con l'oriente.

Gli spostamenti avverranno esclusivamente a piedi e le distanze percorse saranno di circa 10-15 chilometri al giorno.

Saremo alloggiati nel cuore della città, al Quartiere Monti, presso l'HOTEL MONTIPALACE **** che è situato a pochi passi dalla stazione Termini, in via Cavour, nei pressi del Colosseo e dei Fori Imperiali.

Questa sistemazione ci consente di muoverci in città senza l'ausilio di mezzi pubblici, in quanto i punti di maggiore interesse sono tutti raggiungibili a piedi e ci permette di poter sfruttare al meglio anche il giorno di arrivo e di partenza.

Il viaggio di andata e ritorno viene effettuato con "Italo" treno: da Verona ore 7.22 con arrivo a Roma Termini alle ore 10.35; da Roma Termini alle ore 19,25 con arrivo a Verona alle ore 22.38.

PROGRAMMA GIORNALIERO

GIORNO ARRIVO (domenica 10 o 17 marzo): Tra Viminale, Esquilino e Laterano (San Pietro in Vincoli, Santa Maria Maggiore, San Giovanni in Laterano, ecc. ecc.). All'arrivo a Roma deponiamo i bagagli in hotel e possiamo incominciare subito il nostro trekking con un percorso che ci porterà a scoprire anche alcuni luoghi molto suggestivi e meno noti (S. Pudenziana e S. Prassede, chiese tra le più antiche di Roma, fondate tra il IV e il VI secolo d.c.) e altri più famosi (Santa Maria Maggiore e San Giovanni in Laterano due delle basiliche papali di Roma). Passeremo accanto al Viminale (Ministero dell'Interno), al Teatro dell'Opera e non mancheremo di visitare la Chiesa di San Pietro in Vincoli, dove potremo ammirare il famoso Mosè di Michelangelo.

2° GIORNO (lunedì 11 o 18 marzo): Appia Antica. Percorreremo un tratto di questa antica Via che collegava la città di Roma con Brindisi e con l'oriente. Ogni metro è storia antica, Basiliche, tombe, mausolei, ville, ecc. Innumerevoli sono le testimonianze storico-archeologiche presenti lungo questo asse viario conosciuto dall'antichità come **"Regina Viarum", la regina delle strade.**

3° GIORNO (martedì 12 o 19 marzo): Visita guidata alla Basilica di San Pietro e Castel Sant'Angelo. Al termine della visita, dal Vaticano attraverso la città ottocentesca arriviamo a Piazza del Popolo, dove si trova la Chiesa di Santa Maria del Popolo che contiene opere del Caravaggio, Pinturicchio, ecc.; passeremo dal Pincio, villa Borghese, Trinità dei Monti.

4° GIORNO (mercoledì 13 o 20 marzo): Lunga passeggiata nel cuore rinascimentale di Roma, dove però non mancano resti più antichi. Iniziamo il nostro percorso dal Palazzo del Quirinale, sede della Presidenza della Repubblica, seguiamo per Fontana di Trevi, Piazza di Spagna, Via dei Condotti, Via del Corso, Piazza Montecitorio, Pantheon, Piazza Navona, Area sacra di Torre Argentina e Chiesa del Gesù, dove cercheremo di arrivare per le ore 17.30, per assistere agli effetti speciali della "macchina barocca". La sera avremo la possibilità di andare a cena al ristorante "dagli Amici" della comunità di S. Egidio.

5° GIORNO (giovedì 14 o 21 marzo): Ci riserviamo per l'ultima giornata romana il cuore antico della capitale, anche perché è vicino all'hotel, dove abbiamo i bagagli da recuperare, e alla stazione Termini. Visita guidata ai Fori Imperiali, Colosseo e Domus Aurea. Al termine della visita ci resta il tempo per visitare la Basilica di San Clemente, il Campidoglio e avremo del tempo libero da impiegare come ognuno ritiene più opportuno (mostre, shopping, musei, ecc. ecc.).

Costi: € 540 circa e comprende:

- Alloggio in Hotel in camera doppia, comprensivo della prima colazione e tassa di soggiorno (€ 7,50 giorno);
- Viaggio in treno andata e ritorno;
- Guida nei due giorni riservati alla Basilica di San Pietro - Castel Sant'Angelo e ai Fori Imperiali, Colosseo e Domus Aurea

Per la sera nei pressi dell'hotel ci sono numerosi ristoranti e trattorie di ogni genere e prezzo, adatti per ogni esigenza, dove effettueremo le cene. Si potrà anche proseguire il "trekking" serale giungendo a Trastevere per la cena, o in altri luoghi di interesse.

Al momento dell'iscrizione è richiesto un acconto di € 200, il saldo che verrà comunicato in tempo utile per il versamento, dovrà avvenire entro il 15 febbraio 2024 e potrà essere effettuato in segreteria o tramite bonifico sul conto corrente bancario intestato a CAI VERONA presso BANCO POPOLARE – Codice IBAN IT26D050341175000000003300.

Per eventuali disdette: verranno trattenute solo € 30 per spese di organizzazione nel caso in cui sia possibile sostituire i partecipanti. In caso contrario, sarà trattenuto anche il costo del biglietto del treno, corrispondente ad € 80 e, nell'imminenza della partenza pure il costo della camera.

Le iscrizioni avvengono tramite la propria manifestazione di interesse, che vale come preiscrizione, dalle ore 9.00 del giorno 8 agosto alla seguente e-mail:

mirandola.diego@gmail.com

E' prevista una riunione dei partecipanti presso la Sede Cai venerdì 23 febbraio 2024, alle ore 16.30, dove saranno forniti ulteriori dettagli ed eventuali chiarimenti che si rendessero utili e necessari.

Per ogni informazione ulteriore telefonare a Diego Mirandola (3387204472) – Pier Andrea Turco (3491470351) e Lorenza Lorenzi (3337687717)