

# Trekking urbano a Roma

alla scoperta della Roma Antica e dei Castelli Romani

17 – 20 ottobre 2024



**SOLENEVE**  
VIAGGI

## Giovedì 17 ottobre 2024

- **In treno:** Trento-Roma
- **A piedi:** da Piazza del Popolo a Villa Borghese; le Piazze di Spagna, Colonna e Navona: la Fontana di Trevi, il Pantheon e Piazza San Pietro
- **Lunghezza:** 9 km, **dislivello:** 90 m+, **percorso:** circuito cittadino facile
- **In Metropolitana e/o altri mezzi pubblici:** dall'hotel alla partenza della camminata e verso l'hotel al termine del percorso

Partiremo di buonora in treno da Trento ed altre stazioni lungo il percorso per arrivare a Roma prima di mezzogiorno. Trasferimento e sistemazione in hotel. Pranzo libero. Verso le 13.30 Inizio escursione a piedi in direzione della celebre **Piazza del Popolo**, con le sue famose Fontana dei Leoni, Fontana di Nettuno e Fontana della Dea di Roma. Si prosegue salendo verso la **Terrazza del Pincio** con vista panoramica su Piazza del Popolo e addentrandoci così all'interno di **Villa Borghese**. Nel parco, cammineremo per raggiungere i punti più iconici come: **l'Orologio ad acqua del Pincio**, il **Laghetto con Tempio di Esculapio** e il **Gigi Proietti Theatre**. Uscendo dal parco ci troveremo nell'iconica **Piazza di Spagna** e scenderemo la famosa **Scalinata Trinità dei Monti**. Si prosegue per la famosissima Via Condotti, Via del Corso, fino a **Piazza Colonna**, famosa per ospitare **Palazzo Chigi** e di fronte la celebre **Galleria Alberto Sordi**. Camminando per le suggestive vie del centro, in un men che si dica si raggiunge **Fontana di Trevi**. Proseguendo a piedi, tra i vicoli, ci attenderà un gioiello poco conosciuto e turistico: la **Chiesa Sant'Ignazio in Loyola**, imperdibile per gli affascinanti giochi prospettici della volta affrescata in modo magistrale. Imperdibili durante la nostra escursione il **Pantheon** e l'adiacente **Piazza Navona**. Continueremo a camminare lungo la Via dei Coronari, considerata una delle strade più belle della capitale, ci porterà fino all'imponente Castel Sant'Angelo. La giornata si conclude con l'arrivo nell'iconica **Piazza San Pietro**, dove godere della vista del Vaticano. Ritorno in hotel. Cena in ristorante. Pernottamento in hotel.

## Venerdì 18 ottobre 2024

- **A piedi:** dal Circo Massimo al Giardino degli Aranci; dal Colle Aventino all'Isola Tiberina e Trastevere; dal parco di Villa Doria Pamphili al Gianicolo
- **Lunghezza:** 15 km, **dislivello:** 150 m+, **percorso:** circuito cittadino facile (medio considerata la lunghezza)
- **In Metropolitana e/o altri mezzi pubblici:** dall'hotel alla partenza della camminata e verso l'hotel al termine del percorso

Fatta Colazione ci sposteremo con i mezzi del trasporto pubblico per raggiungere, ammirare e "calpestare la storia" di uno dei siti archeologici più famosi e visitati della città eterna: il **Circo Massimo**. Si prosegue a piedi verso il **Giardino degli Aranci**, dove godremo di un suggestivo

scorcio sul Lungo Tevere e sulla città. Da lì, ci attende una rapida visita alle: **Basilica di Santa Sabina all'Aventino** e **Basilica dei Santi Bonifacio e Alessio** e, a pochi metri di distanza, uno scorcio d'eccellenza: la vista sulla **Cupola di San Pietro da Buco della Serratura dell'Ordine di Malta**. Scendendo a piedi dal Colle Aventino, si costeggia il meraviglioso Lungo Tevere che, dapprima ci porterà a passare vicino alla famosissima **Bocca della Verità**, il **tempio di Ercole Vincitore**, l'**Isola Tiberina**, fino a raggiungere uno dei quartieri più storici della Capitale: **Trastevere**. Qui ci attende la storica **Piazza Trilussa**, la **Basilica di Santa Maria in Trastevere** e i meravigliosi vicoli dello storico quartiere. Si prosegue a piedi verso uno dei parchi più grandi della Capitale: **Parco Villa Doria Pamphili**. Al suo interno ammireremo: la Casina del Bel Respiro, la Cappella dei Pamphili, le tante monumentali fontane, il lago del Belvedere e il lago Victoria. Conclusa la visita al parco raggiungiamo un altro punto panoramico d'eccellenza: il **Gianicolo**. Il ritorno avverrà passando nuovamente per Trastevere. Pranzo libero in corso di escursione (al sacco o breve sosta bar/tavola calda). Ritorno in hotel con la Metropolitana o altri mezzi pubblici. Cena in ristorante (la cena potrà essere programmata alla fine dell'escursione a Trastevere o nei pressi dell'hotel dopo una bella doccia. La decisione, insindacabile, sarà a cura dall'agenzia e dipenderà dalle condizioni meteo e dalle valutazioni che raccoglieremo dai primi iscritti). Pernottamento in hotel.

### Sabato 19 ottobre 2024

- **A piedi: Il Lago di Albano ai Castelli Romani**
- **Lunghezza:** 15 km, **dislivello:** 350 m+, **percorso:** medio
- **In Treno:** da stazione Termini a Castel Gandolfo a/r

La giornata comincia con la partenza in treno dalla stazione di Roma Termini, per raggiungere una delle mete più celebri dei **Castelli Romani: il Lago di Albano**. Dopo l'incontro con le guide, saliremo a bordo di un treno che ci porterà dapprima fino alla stazione di Ciampino, poi con un cambio, fino alla stazione di Castel Gandolfo. (Il viaggio durerà circa 50 minuti). Arrivati alla stazione si sale all'interno del **paese di Castel Gandolfo**, famoso per ospitare la residenza estiva del Pontefice. Dopo un giro per le vie del centro del paese, si scende fino al lungolago, dove comincerà il suggestivo giro ad anello del **lago di Albano**, dove le sponde che sono lontane dalle spiagge e dai ristoranti, sapranno stupirci tanto è la loro bellezza e la loro integrità naturalistica. Completato il lungo giro che ci vedrà immersi totalmente nella natura, prima del ritorno in treno, avremo tempo di rilassarci sulle rive del lago, scattare qualche foto e rifocillarci ad uno dei tanti bellissimi bar con vista. La giornata si conclude con il rientro a Roma in treno in tardo pomeriggio. Cena in ristorante, pernottamento in hotel.

### Domenica 20 ottobre 2024

- **In Treno:** Rientro in pomeriggio alle località di partenza
- **A piedi:** da Piazza Vittorio Emanuele al parco di Colle Oppio e percorrendo i Fori Imperiali a Piazza Venezia con l'Altare della Patria; da Piazza del Campidoglio per terminare "trionfalmente" al Colosseo
- **Lunghezza:** 7 km, **dislivello:** 80 m+, **percorso:** facile

Fatta colazione, liberate le camere e messi in custodia i bagagli raggiungeremo a piedi la celebre **Piazza Vittorio Emanuele**, famosa per la sua vivacità multietnica. Pochi però sanno che, in un angolo nascosto della piazza vi è una **porta Magica**, che noi andremo a scovare. Si prosegue sempre a piedi verso il **Parco di Colle Oppio**, dove ammireremo molti resti romani ed il magnifico affaccio sul Colosseo, che ci permetterà di scattare delle foto davvero uniche. Si prosegue a piedi sulla bellissima via dei Fori Imperiali dove ammirare i resti della civiltà romana a 360 gradi, fino a raggiungere **Piazza Venezia** e l'**Altare della Patria**. Immane la visita alla **Piazza del Campidoglio**, con la celebre statua di Marco Aurelio. Torneremo indietro godendo di scorci suggestivi fino nuovamente al Colosseo. Pranzo libero. Ritiro dei nostri bagagli. Trasferimento alla Stazione Termini. Viaggio in treno con partenza a metà pomeriggio.

**Cambio percorsi:** le guide si riservano la facoltà di modificare il percorso per qualsiasi motivo inerente la sicurezza del gruppo.

### Quota di partecipazione:

- persona adulta in camera doppia: 779€
- supplemento per camera singola: 180€
- sistemazione in 3° letto: 739€

### La quota comprende:

- viaggio in treno dalle località di partenza a Roma a/r
- 3 pernottamenti con colazione a buffet
- 3 cene a tre portate in ristorante bevande escluse
- guida ambientale escursionistica per 2 giornate intere e 2 mezze giornate
- assistenza referente dell'agenzia per tutto il viaggio
- audioguide per 2 giornate

**La quota non comprende:** bevande ai pasti, consumazioni lungo i percorsi, eventuali entrate a musei, imposta soggiorno, trasferimenti in metropolitana e treno locale come da programma (circa 15 € a persona), tutto quanto non elencato alla voce "la quota comprende"

**Quota d'iscrizione:** 25 € per persona inclusa assicurazione medico, bagaglio e annullamento

**Partenze:** di buon mattino dalle stazioni Ferroviarie di Bolzano, Trento, Rovereto, Verona. L'orario di partenza sarà comunicato con il foglio notizie circa una settimana prima della partenza.

**Documenti obbligatori:** Carta d'identità

**Note:** ogni partecipante si intende pienamente responsabile del proprio stato di salute e dovrà provvedere a dotarsi di attrezzatura idonea. La partecipazione minori di età inferiore ai 16 anni deve essere stabilita di volta in volta; il genitore o accompagnatore deve ritenersi responsabile dei minori accompagnati. Il programma delle escursioni potrebbe subire modifiche per interruzione dei tracciati, maltempo o cause di forza maggiore.

**Informazioni e prenotazioni:** SOLENEVE Viaggi



#### Trento

Via Brennero 320 c/o  
Top Center  
38121 Trento (TN)  
0461 821141  
[info.trento@soleneve.it](mailto:info.trento@soleneve.it)

#### Mezzolombardo

Via A. De Gasperi 41/a  
38017 Mezzolombardo  
(TN)  
0461 600381  
[info.mezzo@soleneve.it](mailto:info.mezzo@soleneve.it)

#### Cles

Via Marconi 8  
38023 Cles (TN)  
0463 422722  
[info.cles@soleneve.it](mailto:info.cles@soleneve.it)

#### Malè

Via Molini 6  
38027 Malè (TN)  
0463 901700  
[info.male@soleneve.it](mailto:info.male@soleneve.it)