



GIORNIVERDI

e PARCO ANCH'IO

Visita i parchi del Lazio!



PRIMAVERA
2010

2010
2010 Anno Internazionale della Biodiversità

REGIONE LAZIO

Assessorato Ambiente e Cooperazione tra i Popoli

Direttore Dipartimento Territorio
Raniero De Filippis

Direttore Regionale Ambiente e Cooperazione tra i Popoli
Giovanna Bargagna

Dirigente Area Conservazione della Natura
Claudio Cattena

Agenzia Regionale Parchi

Direttore
Vito Consoli

Responsabile del Programma Giorniverdi: Maricetta Agati

A cura di Maricetta Agati (Coordinamento Redazionale ed Editoriale), Greta Martini e Lucia Falconi

Con la collaborazione di Massimiliano Barresi, Nicoletta Benedetti, Roberta Grilli, Elena Palopoli,
Mariapia Piermarini, Stefano Sarrocco, Marco Scalisi.

Fotografie Archivio Fotografico ARP: F. Belisario, P. Capone, S. Celletti, V. Chirilli, V. Consoli,
C. Fattori, F. Foschi, S. Giangi, P. Gramiccia, A. Lo Re,
M. Lupi, D. Mancinella, A. Monaco, E. Peroni, F. Petrassi,
M. Piermarini, L. Quattrin, L. Raffaele, A. Savoretti,
D. Serafini, M. Tufano

Grafica a cura di: Cristina Peroni

Stampa a cura di: Grafica Giorgetti srl

Questa pubblicazione è stampata su carta ecologica.

Foto di copertina: Riserva Naturale Regionale Tenuta dei Massimi - Archivio ARP, Fabrizio Foschi.



2010 Anno Internazionale della Biodiversità

Torna **Giorniverdi Primavera 2010**, il programma integrato di iniziative, strutture e attività istituzionali promosso dall'Assessorato all'Ambiente e Cooperazione tra i Popoli e dal Sistema regionale delle Aree protette per lo sviluppo del turismo educativo e sociale all'interno di parchi, riserve e monumenti naturali del Lazio.

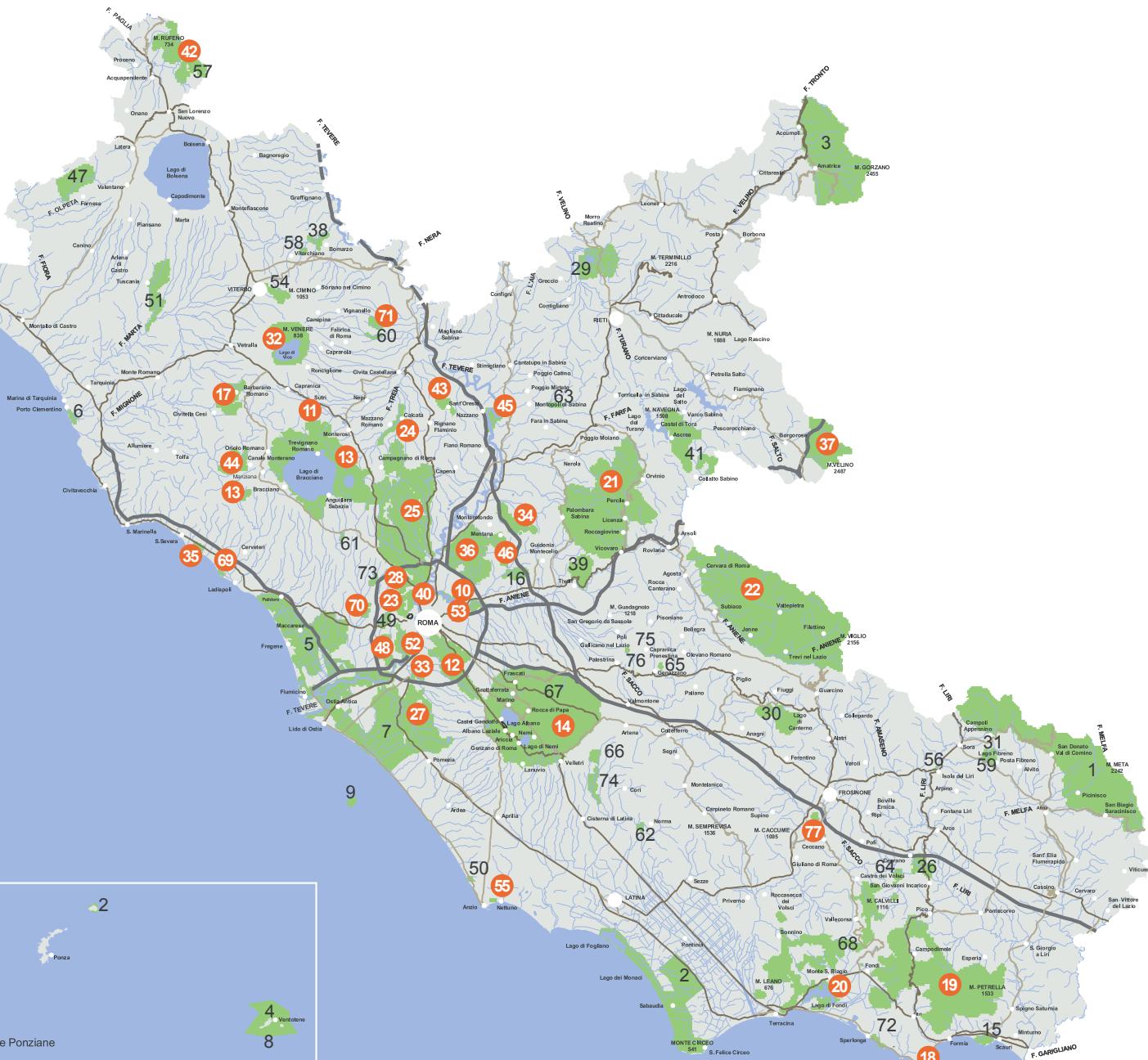
Il programma, coordinato dall'Agenzia Regionale per i Parchi (ARP), raccoglie le attività più piacevoli e appassionanti organizzate dalle Aree protette, in un calendario ricco di appuntamenti da marzo a maggio 2010 che unisce arte (musica, pittura, fotografia, laboratori artigianali) e natura. Tra queste attività si distingue l'iniziativa **Parco anch'io** che offre ai cittadini una serie di escursioni gratuite con partenza in pullman da Roma e destinazione le aree protette che propongono ai visitatori una giornata a contatto con la natura, le tradizioni e i tesori del nostro territorio, per un turismo più sostenibile.

Quest'anno abbiamo deciso di valorizzare un tema importante per i nostri parchi: la tutela della Biodiversità. Le Nazioni Unite hanno dichiarato infatti il **2010 Anno Internazionale della Biodiversità** per ricordare il ruolo fondamentale che la biodiversità svolge nell'assicurare la vita sulla Terra e invitare tutti gli Stati del Mondo a lavorare per salvaguardare la varietà della vita sulla terra. Numerose le attività previste per la promozione della biodiversità nel mondo. Molti paesi lanceranno campagne di comunicazione, organizzeranno eventi, conferenze e altre manifestazioni sul problema della perdita della biodiversità. Tra queste ricordiamo che l'IUCN (The World Conservation Union), il più grande network al mondo di esperti ambientali e associazioni non governative, ha lanciato l'iniziativa Countdown 2010 ("Conto alla rovescia 2010") con l'obiettivo di ricordare ai vari governi gli impegni presi e sensibilizzare l'opinione pubblica su questo tema. Il Lazio è una delle regioni europee e mediterranee maggiormente interessanti e altamente rappresentativa della biodiversità dell'intera penisola. Per quanto riguarda la ricchezza di specie, almeno per gli organismi più studiati e per i quali si dispone di dati più completi, il Lazio ospita circa il 50% delle specie presenti in tutta Italia.

Particolare attenzione quindi, in questa edizione di Giorniverdi Primavera 2010, è stata data proprio alla valorizzazione e promozione della Biodiversità nelle aree protette del Lazio. Troverete escursioni, passeggiate, attività, ma anche laboratori per bambini e famiglie, che vi aiuteranno a scoprire l'immenso patrimonio naturalistico dei nostri parchi e i tesori della nostra regione.

Agenzia Regionale Parchi

Carta delle Aree Protette del Lazio



Isole Ponzie

2

4

8

● Aree protette in cui si svolge l'edizione primaverile di Giorniverdi 2010

Parchi Nazionali

- 1 Abruzzo, Lazio e Molise
- 2 Circeo
- 3 Gran Sasso e Monti della Laga

Riserve Naturali Statali

- 4 Isole di Ventotene e Santo Stefano
- 5 Litorale Romano
- 6 Saline di Tarquinia
- 7 Tenuta di Castelporziano

Aree Naturali Marine Protette

- 8 Isole di Ventotene e Santo Stefano
- 9 Secche di Tor Paterno**

Parchi Naturali Regionali

- 10 Aguzzano**
- 11 Antichissima Città di Sutri
- 12 Appia Antica
- 13 Bracciano-Martignano (comprende il Monumento Naturale Caldara di Manziana)
- 14 Castelli Romani
- 15 Gianola e Monte di Scauri*
 - 16 Inviolata
- 17 Marturanum
- 18 Monte Orlando*
- 19 Monti Aurunci
- 20 Monti Ausoni e Lago di Fondi
- 21 Monti Lucretili
- 22 Monti Simbruini
- 23 Pineto**
- 24 Valle del Treja
- 25 Veio

Riserve Naturali Regionali

- 26 Antiche Città di Fregellae, Fabrateria Nova e Lago di San Giovanni Incarico
- 27 Decima Malafede**
- 28 Insugherata
- 29 Laghi Lungo e Ripasottile
- 30 Lago di Canterno
- 31 Lago di Posta Fibreno
- 32 Lago di Vico
- 33 Laurentino Acqua Acetosa**
- 34 Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco**
- 35 Macchiatonda

- 36 Marcigliana**
- 37 Montagne della Duchessa
- 38 Monte Casoli di Bomarzo
- 39 Monte Catillo***
- 40 Monte Mario**
- 41 Monte Navagna e Monte Cervia
- 42 Monte Rufeno
- 43 Monte Soratte***
- 44 Monterano
- 45 Nazzano - Tevere Farfa
- 46 Nomentum***
- 47 Selva del Lamone
- 48 Tenuta dei Massimi**
- 49 Tenuta di Acquafredda**
 - 50 Tor Caldara
 - 51 Tuscania
- 52 Valle dei Casali**
- 53 Valle dell'Aniene**
- 54 Valle dell'Arcionello
- 55 Villa Borghese di Nettuno***

Monumenti naturali

- 56 Area Verde Viscogliosi
- 57 Bosco del Sasseto
- 58 Corviano
- 59 Fiume Fibreno e Rio Carpello
- 60 Forre di Corchiano
- 61 Galeria Antica**
- 62 Giardino di Ninfa
- 63 Gole del Farfa
- 64 Grotte di Falvaterra e Rio Obaco
- 65 La Selva
- 66 Lago di Giulianello
- 67 Madonna della Neve
- 68 Mola della Corte - Settecannelle - Capodacqua
- 69 Palude di Torre Flavia***
- 70 Parco della Cellulosa**
- 71 Pian Sant'Angelo
- 72 Promontorio Villa di Tiberio e Costa di Torre Capovento - Punta Cetarola*
- 73 Quarto degli Ebrei e Tenuta di Mazzalupetto**
- 74 Torrecchia vecchia
- 75 Valle delle Cannuccete
- 76 Villa Clementi e Fonte S. Stefano
- 77 Bosco Faito

Parchi e Riserve Naturali indice delle attività

Parco Naturale Regionale Antichissima Città Di Sutri

Estensione: 7 ettari
Sede: Comune di Sutri, via A. Saffi 4/A,
01015 Sutri (VT)

Telefono: 0761 634660
Centro Servizi del Parco: 0761/609393



11 vedi piantina a pag. 2

Il territorio del parco insiste sull'area subito a sud del centro storico di Sutri e comprende lo scenografico anfiteatro, la necropoli, il mitreo e il giardino della villa Savorelli. La ricchezza di valori archeologici, paesaggistici e naturalistici testimonia l'importanza anche dei siti più piccoli all'interno della rete regionale di parchi e riserve.

Attività alle pag: 16,36,59 Vai anche alla locandina al centro.

Parco Naturale Regionale Appia Antica

Estensione: 3.400 ettari circa
Sede: Via Appia Antica 42, 00179 Roma
Telefono: 06 5130682
www.parcoappiaantica.it
info@parcoappiaantica.org



12 vedi piantina a pag. 2

Un parco unico dal punto di vista storico, monumentale e paesaggistico, che include i primi 16 Km della più importante via consolare romana, "la regina viarum", un patrimonio strappato all'urbanizzazione e alla speculazione edilizia. I resti del Circo di Massenzio, degli acquedotti, le catacombe e le basiliche si inseriscono in un contesto naturale di grande pregio che si incunea fino al centro di Roma.

Attività alle pag. 15, 19, 24, 28, 30, 34, 38, 42, 56

Parco di Bracciano-Martignano

Estensione: 16.682 ettari
Sede: Via A. Saffi 4/A 00062 Bracciano (RM)
Telefono: 06 99806261 - 06 99806262
www.parcobracciano.it info@parcobracciano.it



13 vedi piantina a pag. 2

L'ultimo nato tra i parchi del Lazio, si presenta con un tipico paesaggio vulcanico compreso tra i laghi di Bracciano e Martignano. La cintura di colline che circonda le sponde è ricca di pascoli e coltivazioni che disegnano una campagna ancora a misura d'uomo. L'albero più diffuso è il castagno, ma non mancano faggete di grande bellezza.

Attività alle pag. 27, 33, 53, 59, 65, 66, 69 Vai anche alla locandina al centro.

Parco Naturale Regionale Castelli Romani

Estensione: 15.000 ettari circa
Sede: Villa Barattolo, via Cesare Battisti 5,
Rocca di Papa (RM)
Telefono: 06 94799331,
numero verde 800 00 00 15
www.parcocastelliromani.it



14 vedi piantina a pag. 2

Varietà e ricchezza di ambienti sono le parole chiave per comprendere questo grande Parco a poca distanza da Roma: si va dalle colline occupate da vigneti alle aree montane ricoperte da densi boschi di castagno, ai laghi di Nemi e Albano, con gli aironi e gli svassi che li frequentano, e importanti testimonianze storico artistiche, come il Palazzo Pontificio di Castel Gandolfo e Villa Aldobrandini a Frascati.

Attività alle pag. 14, 18, 21, 25, 28, 31, 34, 36, 39, 43, 47, 48, 52, 55, 57, 61, 64, 67, 70

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

Estensione: 19.375 ettari
Sede: Viale Glorioso, 04020 - Campodimele (LT)
Telefono: 0771 598114 - 0771 598130 - 0771 598162



19 vedi piantina a pag. 2

Il Parco Naturale dei Monti Aurunci è localizzato nel settore più meridionale del Lazio, in vista del confine regionale con la Campania, tra il fiume Liri-Garigliano e la costa tirrenica, la Ciociaria e la Valle del Liri. I Monti Aurunci rappresentano l'unica catena montuosa laziale che si affaccia direttamente sul Mar Tirreno con cime al di sopra dei 1.500 m.

Attività alle pag. 15, 20, 33, 39, 41, 44, 46, 58, 62, 65, 68

Parco Naturale Regionale Marturanum

Estensione: 1.240 ettari
Sede: Piazza G. Marconi 21,
01010 Barbarano Romano (VT)
Telefono: 0761 414601



17 vedi piantina a pag. 2

Il paesaggio del Lazio Etrusco è in questo Parco inconfondibile: dolci colline da un lato e, dall'altro, ripide e rigogliose forre scavate nel tufo dai torrenti. Una sorpresa: nella forra del Biedano è possibile incontrare la salamandrina dagli occhiali. E molte testimonianze archeologiche, come la ricca necropoli dell'antica città etrusca di Marturanum.

Attività alle pag. 19,30,41,46,59,65 Vai anche alla locandina al centro.

Parco Naturale Regionale dei Monti Lucretili

Estensione: 18.204 ettari
Sede: Viale A. Petrocchi snc
00018 Palombara Sabina (RM)
Telefono: 0774 637027
www.parcolucretili.com - info@parcolucretili.it - comunicazioni@parcolucretili.it



21 vedi piantina a pag. 2

In una giornata limpida, affacciandosi dal Belvedere del Gianicolo, si può osservare in lontananza il profilo di alcune montagne della Sabina meridionale: sono i Monti Lucretili, a cavallo fra la provincia di Roma e quella di Rieti e frequentatissimi dagli escursionisti.

Fra gli elementi più rappresentativi: splendidi pianori carsici sommati tra boschi di faggio, come il Pratone di Monte Gennaro, cavalli e vacche maremmane allo stato brado, una coppia di aquile reali e, tra le piante, lo storace (*Styrax officinalis*), simbolo del Parco.

Attività alle pag. 15,19,29,32,41,49,50,69 Vai anche alla locandina al centro.

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

Estensione: 2.893 ettari
Sede: Via G. Fabrizio, 17
01021 Acquapendente (VT)
Telefono: 0763 733442 - Fax 0763.730223



42 vedi piantina a pag. 2

La Riserva di Monte Rufeno è il punto più settentrionale della Provincia di Viterbo. In essa fioriscono ben 39 specie di orchidee inoltre all'interno dell'area c'è il Museo del Fiore e nella città di Acquapendente si sfrutta tutta la bellezza dei fiori per creare gli spettacoli dei Pugnalonì.

Attività alle pag.21,24,45,54,60,63,69 Vai anche alla locandina al centro.

Parco Naturale Regionale Valle del Treja

Estensione: 656 ettari
Sede: Via Roma 1/3, 00060 Mazzano Romano (RM)
Telefono: 06 9049295
valle.treja@parchilazio.it



24 vedi piantina a pag. 2

Un paesaggio ombroso e verdeggianti, dove le acque hanno scavato nei tufi vulcanici forre profonde e ramificate. Presenze di animali diffuse ma discrete, spesso denunciate solo da segni colti da chi sa interpretarli: gli aculei dell'istrice, l'impronta del cinghiale, il richiamo acuto e interrogativo della poiana. E poi i paesi di Calcata e Mazzano Romano, due microcosmi cui affacciarsi in punta di piedi. Un'area protetta singolare, nel panorama pur vario dei parchi del Lazio.

Attività alla pag.50 Vai anche alla locandina al centro.

Parco Naturale Regionale dei Monti Simbruini

Estensione: 29.990 ettari
Sede: Comune di Jenne, Via dei Prati, 5
00020 Jenne (RM)
Telefono: 0774 827221 - 0774 827219
www.simbruini.it



18 vedi piantina a pag. 2

A soli 80 km da Roma, è il Parco più grande del Lazio e include vette che superano i 2000 mt (Monti Viglio e Cotento), boschi che si estendono su 2/3 del Parco, più di 1200 specie vegetali e una fauna di tutto rispetto: qui si trovano ancora il lupo e il gatto selvatico, l'aquila, il gufo reale e l'orso. Il nome "Simbruini" deriva dal latino *sub imbribus*, cioè "sotto le piogge" a testimonianza del carattere particolarmente piovoso di questi rilievi.

Attività alle pag. 17,22,38,54,59,63
Vai anche alla locandina al centro.

Riserva Naturale Regionale Lago di Vico

Estensione 7.455 ettari
Sede: Via Regina Margherita, 2
01032 Caprarola (VT)
Telefono: 0761 647444
www.riservavico.it



32 vedi piantina a pag. 2

Sul fondo di una conca ammantata di boschi, quello di Vico è senz'altro uno dei laghi più belli del Lazio e dell'Italia centrale. Il valore naturalistico dell'area ha giustificato il recentissimo ampliamento della riserva che ha così più che raddoppiato la sua estensione, comprendendo adesso anche la porzione sud del lago - che ricade nel territorio di Ronciglione: quella a nord appartiene invece a Caprarola - e i versanti contigui.

Attività alle pag. 31,38,50,60

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco

Estensione: 998 ettari
Sede: Provincia di Roma,
Servizio Ambiente, via Tiburtina 691, Roma
Telefono: 06 67663201



34 vedi piantina a pag. 2

L'area, per lo più boscosa, si estende tra la valle del Tevere e i Monti Cornicolani, nei comuni di Mentana, Monterotondo e S. Angelo Romano. La vegetazione include boschi di cerri, farnetti, farnie, e fioriture di ciclamini e anemoni. La natura calcarea del territorio dà luogo a numerosi fenomeni carsici, come grotte, inghiottitoi e doline.

Attività alla pag. 35

Riserva Naturale Regionale di Macchiatonda

Estensione: 244 ettari
Sede: Via del Castello 40
00058 Santa Severa (RM)
Telefono: 06 573032
cell. guardiaparco 345 2554653
www.riservamacchiatonda.org
info@riservamacchiatonda.org



35 vedi piantina a pag. 2

Un tratto di pianura costiera tra i Monti della Tolfa e il mare, coperto da campi, prati, stagni e da un antico boschetto di olmo e alloro. La riserva accoglie numerosi uccelli acquatici: garzette, aironi cenerini, fischioni, germani, canapiglie, mestoloni, alzavole, marzaiole. Diversi i limicoli, tra cui cavalieri d'Italia, beccacce di mare, piovanelli, pivieri dorati, pavoncelle, chiurli. Frequenti il falco di palude e il gabbiano corso.

Attività alle pag. 15,40,58,63

Riserva Naturale Regionale Montagne della Duchessa

Estensione: 3.540 ettari
Sede: Via della Medicina 4, 02021 Corvaro (RI)
Telefono: 0746 306493
www.riservaduchessa.it



37 vedi piantina a pag. 2

In un paesaggio tipicamente appenninico, comprende rilievi calcarei incisi da valli profonde, estese praterie d'alta quota e fitti boschi di faggio, sormontati in quota da bastioni rocciosi dall'aspetto tipicamente alpino quali quelli del Murolungo, del Costone e del Morrone. Gioiello paesistico dell'area è il piccolo lago della Duchessa, a 1.788 metri di quota, che occupa il fondo di una vasta conca di origine glaciale, poi modellata dal carsismo, circondata da prati-pascoli.

Attività alle pag. 45,47,56

Parco Naturale Regionale di Veio

Estensione: 15.000 ettari
Sede: via Felice Cavallotti, 18
00063 Campagnano di Roma (RM)
Telefono: 06 9042774 - 06 90155417 - 800727822
www.parcodiveio.it



25 vedi piantina a pag. 2

Il Parco custodisce i segni inconfondibili del Lazio etrusco. Felci e capelvenere accompagnano il corso di fossi e torrenti che formano delle piccole cascate, come quelle della Mola, frequentate da rane e testuggini. Si può incontrare anche la ghiandaia frequentatrice di vecchi casali. Il Parco conserva testimonianze della città etrusca da cui prende il nome.

Attività alle pag. 16,17,20,23,29,35,40,44,45,49,51,56,61,62,66,71

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Monte Soratte

Estensione: 444 ettari
Sede: Provincia di Roma,
Servizio Ambiente, via Tiburtina 691, Roma
Telefono: 06 67663201

Una vetta solitaria che si innalza nel mezzo del paesaggio collinare della Tuscia Romana: è il Soratte, luogo affascinante e misterioso, punteggiato da eremi medievali e caratterizzato da particolari fenomeni carsici, i Meri, gigantesche voragini a cielo aperto, un tempo considerate le porte del regno degli Inferi.

 Attività alla pag. 63



 vedi piantina a pag. 2

Riserva Naturale Regionale Monterano

Estensione: 1.085 ettari
Sede: Piazza del Campo,9
00060 Canale Monterano (RM)
Telefono: 06 9962724

L'area protetta comprende i resti dell'affascinante "città morta" di Monterano, abbandonata a inizio Ottocento, su uno sperone tufaceo tra i monti della Tolfa e il lago di Bracciano. L'ambiente naturale che circonda i ruderi è di grande bellezza tra pascoli, boschi e corsi d'acqua: non a caso l'area ha ospitato il set di famosi film ambientati nel passato, da Ben-Hur (1959) con Charlton Heston a Il marchese del grillo (1981) con Alberto Sordi. Il territorio della riserva comprende anche testimonianze d'epoca etrusca, forre e sorgenti sulfuree.

 Attività alle pag. 27,42,59 Vai anche alla locandina al centro.



 vedi piantina a pag. 2

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Nomentum

Estensione: 850 ettari
Sede: Provincia di Roma,
Servizio Ambiente, via Tiburtina 691, Roma
Telefono: 06 67663201 - 06 67603301

L'area è inclusa nel comune di Mentana ed è caratterizzata da una forte connessione fra gli aspetti naturalistici e quelli archeologici. Un paesaggio collinare preserva le vestigia della cittadella latino-sabina di Nomentum e un'area in parte boschiva, in parte adibita a uliveto e coltivazioni

 Attività alla pag. 69
Vai anche alla locandina al centro.



 vedi piantina a pag. 2

Parco Naturale Regionale Monti Ausoni e Lago di Fondi

Estensione: 10.000 ettari
Sede: via Appia km 114,500
Monte San Biagio, 04020 (LT)
Telefono: 0771/567351

Natura, archeologia, storia e tradizioni antiche sono le peculiarità di questa area protetta del Lazio meridionale. Comprende il territorio di 4 Monumenti Naturali che sono Lago di Fondi, Camposoriano, Tempio di Giove Anxur, Acquaviva-Cima del Monte Quercia del Monaco)

 Attività alle pag. 29,51 Vai anche alla locandina al centro.



 vedi piantina a pag. 2

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere-Farfa

Estensione: 705 ettari
Sede: Località Meana, strada provinciale Tiberina
km 28.100 00060 Nazzano (RM)
Telefono: 0765 332226 0765 332795
www.teverefarfa.it

La prima area protetta regionale del Lazio, istituita nel lontano 1979 (legge regionale 4 aprile 1979, n. 21) ai sensi della Convenzione di Ramsar, tutela un'estesa zona umida creata dall'uomo. Si tratta infatti del cosiddetto "lago di Nazzano", formatosi a seguito della realizzazione di una diga sul Tevere nel suo medio corso, a valle dell'omonimo paese. A distanza di più di un quarto di secolo, la vegetazione si è adattata alle mutate condizioni ambientali e il regime di protezione ha fatto il resto. Oggi questo è uno dei siti più interessanti dell'Italia centrale per il birdwatching e l'osservazione del mondo affascinante e poco conosciuto della palude.

 Attività alle pag. 12,16,19,22,23,24,26,30,32,37,38,42,45,48,50,54,56,59,62,66,68



 vedi piantina a pag. 2

Riserva Naturale Regionale Villa Borghese di Nettuno

Estensione: 46 ettari

Sede: Provincia di Roma,

Servizio Ambiente, via Tiburtina 691, Roma

Telefono: 06 67663201 – 06 67603301



55 vedi piantina a pag. 2

Villa storica situata nel territorio del Comune di Nettuno a metà strada verso Anzio, immersa in un grande parco con alberi secolari, di proprietà privata, (rappresenta l'unico punto verde della zona). La costruzione principale, posizionata su un'altura di fronte al mare, si trova al centro della proprietà Borghese con giardino all'italiana, giardino degli aranci e bosco. Interessanti le gallerie scavate sotto la villa ed utilizzate durante lo sbarco degli alleati nella seconda guerra mondiale. Il parco presenta una rigogliosa macchia mediterranea ed inoltre esemplari di farnia, leccio, sughera e pino domestico.

Attività alla pag. 20

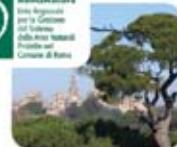


Parchi e le Riserve gestiti dall'Ente Regionale RomaNatura

Sede: Villa Mazzanti, via Gomenizza 81
00195, Roma

Telefono: 06 35405310

www.romanatura.roma.it



9 10 23 27 28 33 36 40 48 49 52 53 61 70 73 vedi pag. 2

RomaNatura è l'Ente Regionale a cui è affidata la gestione del vasto sistema delle Aree Naturali Protette del Comune di Roma. Il sistema comprende due Parchi Regionali Urbani quali il Parco del Pineto e quello di Aguzzano, veri e propri polmoni verdi inseriti in aree densamente popolate; nove Riserve Naturali, fra le quali, in questa edizione di GiorniVerdi, quelle di Decima-Malafede, Insugherata, Monte Mario, della Marcigliana, del Laurentino – Acqua Acetosa, della Tenuta dei Massimi, della Valle dei Casali e della Valle dell'Aniene; tre monumenti naturali tra cui il Parco della Cellulosa. Infine, inclusa nel sistema dell'Ente RomaNatura, è anche l'Area Marina Protetta delle Secche di Tor Paterno. Un insieme di aree peri-urbane ricche di reperti archeologici, ville e casali, ma anche di flora e fauna, con circa 1.000 specie vegetali e 150 specie fra mammiferi, uccelli, anfibi e rettili.

Attività alle pag. 12,13,17,18,20,22,24,25,26,30,32,37,42,44,46,49,53,54, 55,56,60,62,66,71,72



Provincia di Roma Monumento Naturale Palude di Torre Flavia

Estensione 43 ettari
Sede: Provincia di Roma, Ufficio Conservazione
Natura, via Tiburtina 691, Roma
Telefono: 06 67663201 - 06 67663301



69 vedi piantina a pag. 2

La zona umida è un relitto delle paludi che in passato caratterizzavano questo tratto di costa tirrenica. A primavera, abbondano le fioriture di asfodeli, papaveri e borragine. Quanto alla fauna, oltre alla volpe, numerose sono le specie di uccelli acquatici e di rapaci.

 Attività alle pag. 13,40

Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

Estensione: 246 ettari
Sede: WWF Lazio, via G. Allegri, 1 00198 Roma
Telefono: 06/84497206 348/3350854
www.wwf.lazio.it



71 vedi piantina a pag. 2

Il territorio del Monumento, caratterizzato dalla presenza di profondi canyon tipici del "paesaggio etrusco", presenta pianori di origine vulcanica con profonde incisioni di corsi d'acqua, macchia mediterranea associata a formazioni forestali dominate da querce caducifoglie. La zona inoltre è nota per i rinvenimenti preistorici del Paleolitico, ma anche per i monumentali resti dell'acquedotto falisco, detto "Ponte del Ponte".

 Attività alle pag. 13,17,24,29,35,37,46,52
Vai anche alla locandina al centro.

Parco della Riviera di Ulisse

Estensione: 434 ettari di area terrestre
e 80 ettari di area marina
Sede: via Emanuele Filiberto II,
04024 Gaeta (LT)
Telefono: 0771 743070



15 18 72 vedi piantina a pag. 2

Un parco costituito di tre aree, di tre frammenti di paesaggio costiero mediterraneo ricchi di veri e propri tesori archeologici: il Parco di Gianola e Monte di Scauri, il Parco di Monte Orlando e il monumento naturale del promontorio della Villa di Tiberio e Torre Capovento-Punta Cetarola.

 Attività alle pag. 16,17,22,24,26,30,31,40,42,48,55,64,72

Monumento Naturale Bosco Faito

Estensione: 336 ettari
Sede: P.zza A. Gramsci, 13
03100 Frosinone
Telefono: 0775 2191



77 vedi piantina a pag. 2

Il Monumento Naturale Bosco Faito, istituito recentemente (il 27 febbraio 2009), copre un'area di rilevante interesse naturalistico e ambientale all'interno del comune di Ceccano, per un totale di 336 ettari. Il territorio nel suo insieme presenta valori naturalistici relittuali in un contesto piuttosto antropizzato.

 Attività alle pag. 27,33 Vai anche alla locandina al centro.

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Monte Catillo

Estensione: 1.340 ettari
Sede: Provincia di Roma, Ufficio Conservazione Natura,
via Tiburtina 691, Roma
Telefono: 06 67663201



39 vedi piantina a pag. 2

Istituita nel 1997, l'Area Protetta interessa un sistema di rilievi collinari tra le propaggini meridionali dei Monti Lucretili e il corso dell'Aniene. Boschi, cespuglieti, garighe e pascoli sono gli ambienti della Riserva, che ricade interamente nel territorio comunale di Tivoli.

 Attività alle pag. 27,57

Selva di Paliano

In questo catalogo troverai, nel mese di maggio, anche le attività alla Selva di Paliano, una piccola area verde, vicino alla Valle del Sacco (FR) caratterizzata da un ricco patrimonio naturalistico e ambientale.

 Attività alle pag. 44, 46, 49, 54, 56, 60, 67, 68
Vai anche alla locandina al centro.

Informazioni utili

Partecipare alle iniziative Giorniverdi è semplice!



Le attività proposte in questo catalogo sono generalmente gratuite. Quando ci sono dei costi da sostenere questi sono esplicitamente specificati.



La prenotazione è obbligatoria ed è curata direttamente dall'area protetta in cui si svolge l'attività.

Per vivere solo il meglio delle attività all'aperto è bene partire con l'equipaggiamento giusto. Una volta individuata l'iniziativa alla quale partecipare attrezzati di conseguenza: di seguito puoi trovare alcuni suggerimenti su cosa indossare e cosa portare. Ulteriori informazioni si possono richiedere agli operatori, al momento della prenotazione.



Si raccomanda un abbigliamento comodo e adeguato alla stagione, scarponcini o scarpe da trekking con suola antiscivolo, abbigliamento a strati, evitando i colori vivaci, pantaloni lunghi, cappellino per il sole e mantella impermeabile per la pioggia.



Borraccia o bottiglietta d'acqua si rivelano preziosi alleati durante le attività all'aperto, specialmente se sono previste camminate.



Il pranzo, al sacco, è a cura dei partecipanti.



Le attività sono gestite e animate da personale qualificato dell'area protetta o da operatori convenzionati con i parchi stessi



Iscriviti alla newsletter

Per essere sempre informato sulle iniziative di turismo sostenibile nei Parchi del Lazio, ricevendo nella propria casella e-mail gli appuntamenti Giorniverdi delle prossime edizioni, iscriviti alla newsletter gioniverdi.mail@parchilazio.it sul portale www.parchilazio.it segui il link "Newsletter Giorniverdi" e lascia il tuo indirizzo e-mail.

COSA FACCI DOMANI?



Tutti gli appuntamenti

presentati giorno dopo giorno, con la descrizione delle attività, i numeri di telefono e le informazioni sui parchi...

Per facilitarti nella scelta abbiamo inserito per ciascuna attività la voce "accessibilità" per i bambini, i bambini in passeggino e per le persone con disabilità di vario genere. Dove non è presente l'icona verde si consiglia di chiamare l'area protetta per informazioni sul grado di accessibilità dell'escursione.

LEGENDA PER L'ACCESSIBILITÀ

-  **Accessibile ai bambini**
per verificare l'effettiva accessibilità è consigliabile contattare sempre i telefoni indicati
-  **Accessibile ai bambini in passeggino**
per verificare l'effettiva accessibilità è consigliabile contattare sempre i telefoni indicati
-  **Accessibile a persone con disabilità**
non è tuttavia garantita la presenza di servizi igienici agibili; è quindi consigliabile chiamare il parco per maggiori informazioni
-  **Accessibile a persone con disabilità uditive**
-  **Accessibile a persone non vedenti**



L' ARP partecipa al Progetto "Equilibri Naturali" Obiettivo principale del progetto "restituire la natura ai bambini e i bambini alla natura", per il loro benessere e per fare in modo che, "da grandi" siano interessati alla sua conservazione.

marzo

Domenica 21 marzo

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

Gita a pagamento in battello alla scoperta dell'ecosistema fluviale: navigando tra i canneti e i boschi ripariali si potranno osservare nel loro ambiente naturale gli uccelli acquatici e gli altri animali che popolano la Riserva.

Ora e luogo dell'appuntamento: dall'alba al tramonto, per il luogo di appuntamento contattare il referente

Difficoltà: Bassa - **Durata:** possibilità di scegliere tra tre tipologie di gita: da un'ora, da 2 o da 5 ore.

Abbigliamento/attrezzatura: è consigliato portare binocolo e scarpe antiscivolo

Accessibilità:    

Quota di partecipazione: i prezzi variano a seconda della tipologia di gita che si vuole effettuare; per informazioni chiamare il referente.

L'attività si ripete tutti i sabati e tutte le domeniche



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale della Valle dell'Aniene

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Associazione Insieme per l'Aniene Onlus 06/82003837 lunedì pomeriggio 13.00-18.00 tutti gli altri giorni dalle 9.00 alle 13.00 info@aniene.it

DA RIFIUTO A GIARDINO...È TEMPO DI COMPOSTAGGIO!

Visita con laboratorio al "Parco del Compost" con esempi pratici e indicazioni per partecipare alla raccolta di umido presso il Parco; in caso di pioggia il laboratorio verrà svolto all'interno della Casa del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 Casa del Parco Via Vicovaro snc Roma
Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 0,3 Km - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  bambini dai 6 anni  

Ente Regionale RomaNatura: Monumento Naturale Parco della Cellulosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Soc. Coop. Trifolium tel. 06/7211919 info@trifoliumcoop.it



INVESTIGANDO NELLA NATURA: IL RISVEGLIO DEGLI ABITANTI DEL PARCO

Passeggiata alla ricerca delle tracce, dei nidi e delle tane degli abitanti della Riserva per scoprire l'importanza della connessione tra habitat e specie animale, fondamentale per il mantenimento della loro presenza.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 via della Cellulosa, 132

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 1 Km - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  bambini dai 6 anni

Domenica 21 marzo

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale della Marcigliana

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Tor San Giovanni tel. 06/87122260 dal venerdì, sabato, domenica dalle 9.30 alle 16.00 cell. 349/8595085

GLI ECOSISTEMI DELLA CAMPAGNA ROMANA

Visita naturalistica alla scoperta dei principali habitat presenti nella Riserva.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 in via di Tor S. Giovanni, 301

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2,2 Km

Durata: circa 2 ore - **Dislivello:** 30 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  bambini dai 3 anni



Provincia di Roma - Monumento Naturale Palude di Torre Flavia

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Provincia di Roma, Dip. V – Serv. I "Ambiente (aree protette e parchi regionali)", dr.ssa Silvia Di Fazio, tel. 06/67663368 – 389/0753907 dalle ore 9.30 alle 13.00 entro il giovedì che precede l'uscita

ATTIVITÀ IN PIENA NATURA, GIOCARE A TORRE FLAVIA

Le acque salmastre, le dune, gli stagni contornati di giunchi, carici e salicornie convivono in un'area dalla piccola estensione ma di grande valenza ambientale. Qui l'avifauna trova l'habitat più idoneo in tutte le stagioni nascondendosi tra i canneti, inoltre sarà possibile conoscere le fasi dell'inanellamento e osservare anche la splendida Torre Flavia che risale al XVI secolo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 entrata principale via Roma, 141 Ladispoli (RM)

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, k-way

Accessibilità: 

Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 339/7116706, 348/3350854, piansantangelo@wwf.it - www.wwf.it/santangelo.nt

PRIMAVERA: IL RISVEGLIO DELLA VITA NELL'ANNO DELLA BIODIVERSITÀ

Visita Guidata lungo il Sentiero Natura del Monumento Naturale, con particolare attenzione agli aspetti naturalistici ed al valore della Biodiversità e l'importanza della sua tutela.



Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00, centro accoglienza del Monumento Naturale - (dal parcheggio all'ingresso del Monumento Naturale percorrere per 100m. la strada bianca, svoltare a destra seguendo le indicazioni del sentiero natura)

Difficoltà: Media, alcuni tratti sono scoscesi e possono essere scivolosi.

Lunghezza del percorso: 4 Km - **Durata:** 2,5 ore

Dislivello: sono presenti saliscendi con tratti ripidi

Abbigliamento/attrezzatura: sono presenti saliscendi con tratti ripidi

Accessibilità:  bambini dai 5 anni

Quota di partecipazione: 6 euro

Museo civico Archeologico Naturalistico Mineralogico "A.Klitsche de La Grange" Allumiere

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Piazza della Repubblica, 29 Allumiere (RM)
Tel: 0766/967793 e-mail: museoallumiere@tiscali.it

PRIMAVERA AL MUSEO

Visita guidata alla sezione naturalistica del Museo Civico di Allumiere per conoscere sotto il profilo naturalistico e ambientale uno degli angoli più suggestivi e incontaminati del Lazio. Prevista anche un'attività di laboratorio sensoriale (olfatto teca).

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 Palazzo Camerale – Piazza della Repubblica, 29 Allumiere (RM)

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2 ore

Quota di partecipazione: per la visita all'intero percorso museale è previsto un biglietto di 2 euro a persona.

Domenica 21 marzo

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

Alla scoperta di scorci mai visti navigando sulle acque del lago Albano, nel magnifico scenario del cratere che lo contiene. Si transiterà vicino ai luoghi più interessanti del bacino, descritti e raccontati nella loro storia millenaria.



 La stessa attività sarà proposta tutti i sabato e le domeniche (tranne il 3 e 4 aprile) fino al 30 maggio

GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIOCANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

Istrice? Gheppio? Volpe? Chi sono? Dove vivono? Cosa mangiano? Gli Asinelli della Collina degli Asinelli ci accompagneranno in una divertente e giocosa passeggiata alla scoperta degli animali del Parco

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore

 La stessa attività sarà proposta tutte le domeniche (tranne il 4 aprile) fino al 30 maggio

I GRANDI TREKKING: AD UN PASSO DAL CIELO

Il Guardiaparco dell'Ente ci faranno da guida in un'escursione lunga ed affascinante che dal centro urbano di Rocca di Papa, ci porterà sulle cime più alte dei Colli Albani. Boschi, panorami ed archeologia, ci accompagneranno lungo un tragitto che ci stupirà e ci consentirà di apprezzare al meglio le bellezze di questi luoghi

Difficoltà: Media/alta - **Lunghezza del percorso:** 20 Km - **Durata:** 5/6 ore



LE ROVINE DEL CASTELLO DELLA MOLARA E LA CAVA DELLE MOLE

Il percorso non si configura come una classica passeggiata nel bosco, ma come un'escursione avventurosa alla ricerca delle rovine del Castello della Molara, di cui rimangono solo pochi resti all'interno dell'omonima macchia. Si visiteranno anche le cave di peperino nei pressi del Castello, da cui dopo una lunga e complessa lavorazione venivano ricavate soprattutto le Mole utilizzate per le macine.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Durata:** 3 ore

PASSEGGIATA D'AUTORE: TUSCOLO, ... LETTURA DI UN TERRITORIO

Una passeggiata sulla dorsale Tuscolana ci consentirà di cogliere e leggere le modifiche e trasformazioni avvenute nel tempo, non solo a causa dell'uomo

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore

IL VILLAGGIO DELLE MACINE SULLE RIVE DEL LAGO ALBANO

Scoperto abbastanza recentemente, il cosiddetto Villaggio delle Macine sulle rive del lago Albano di Castel Gandolfo, risale con molta probabilità a circa 3900 anni a. C.. La grande quantità di macine ritrovate hanno fornito lo spunto per dare il nome a questo sito paleo-archeologico tra i più importanti d'Europa per la sua estensione e per il numero di abitanti che si suppone vi abitassero.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2 ore

RAGGI DI SOLE

Alla scoperta della stella più luminosa del nostro sistema solare, inseguendo un raggio di sole che "porta" il tempo.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3/4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, giacca a vento.

Quota di partecipazione: con un costo di 10 Euro si potrà avere una "cena al sacco" costituita da un panino (tonno, mozzarella o affettati) una bottiglia d'acqua di 50 cl., un frutto un dolce

UNA FARMACIA NELL'ORTO-INCONTRO FINALE

La fitoterapia, termine composto derivante dal greco Phyton che significa pianta e therapeia che vuol dire cura, ha origine nella preistoria quando gli uomini si resero conto che alcune erbe possedevano virtù terapeutiche. Cerchiamo di scoprire alcune di queste piante presenti nel nostro territorio approfondendo la loro conoscenza con qualche elemento in più dei nostri antenati.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore

Accessibilità:  bambini in età scolare



Domenica 21 marzo

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Infopoint Parco Appia Antica 06/5135316 tutti i giorni dalle ore 9.30 alle ore 13.30 e dalle ore 14.00 alle ore 16.30

MACEDONIA, INSALATA E BIODIVERSITÀ

Da dove vengono le verdure e la frutta che mangiamo? Da una tavola imbandita per un pranzo speciale si può fare il giro del Mondo: questo è lo scopo di questa attività che porterà i bambini a scoprire la provenienza di molti prodotti oggi facilmente reperibili sui banchi del mercato.



Ora e luogo dell'appuntamento: le attività (della durata di circa un'ora) si svolgeranno presso la sede del Parco ex Cartiera Latina (via Appia Antica, 42) su prenotazione (telefonando all'Infopoint dell'Appia Antica) con i seguenti turni : 1)10.30-11.30, 2)12.00-13.00, 3)13.30-14.30, 4)15.00-16.00

Accessibilità: bambini dai 6 ai 12 anni

Quota di partecipazione: carta amici del parco 5,00 euro una volta acquistata permette l'accesso a tutti gli altri laboratori in programma

Minimo 3, massimo 10 bambini partecipanti

Per partecipare ai laboratori è obbligatorio avere la carta Amici del Parco, reperibile presso il Parco in via Appia Antica 58/60 al costo di 5,00 euro

Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Irene Amici cell. 328.9313451

VISITA GUIDATA AREA FAUNISTICA DIDATTICA DELL' ISTRICE

All'interno del territorio del Parco tra i numerosi animali presenti importante è la presenza di un grande roditore l'Istrice (*Hystrix cristata* L.). Animale dall'aspetto inconfondibile per il suo mantello spinoso e curioso nelle sue abitudini notturne e crepuscolari. La visita a San Polo dei Cavalieri rappresenta un'aula didattica a cielo aperto: tra sentieri segnati da una fitta vegetazione e rocce calcaree si può scorgere la tana in cui riposa di giorno e alleva i piccoli, osservare le tracce che lascia sul terreno, di cosa si nutre durante le diverse stagioni dell'anno nella macchia del bosco e tra i terreni agricoli. Sulle colline di San Polo si può apprezzare anche lo splendido paesaggio delle vallate segnate dai monti Sabini e Tiburtini fino alle pianure che lambiscono la città di Roma.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 piazza G. Marconi a San Polo dei Cavalieri (RM)

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Distlivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode

Accessibilità: bambini dai 2 anni

Su richiesta si possono fornire informazioni su ristoranti di San Polo per mangiare nel paese prima delle attività Patrizia Casamassima cell.339/8583030

la stessa attività sarà proposta domenica 18 aprile

Parco Naturale dei Monti Aurunci (Associazione: A.S.D. Equitrek La Selva)

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci 0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30. a cura dell'Associazione A.S.D. Equitrek La Selva: Francesco Gelso guida E.N.G.E.A. cell. 328/0492710; Tara Gravina cell. 347/8890384.

A CAVALLO DEGLI AURUNCI

Trekking di 1 giorno con ristoro, all'interno del parco a contatto con la natura per scoprire vecchi sentieri tra prati, pascoli e boschi montani.

Itinerario: Itri Santuario della Civita- San Nicola- Valle Trasta -Campello-pranzo grigliata e rientro.



Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 dal Vivaio - falegnameria del Parco (Itri) e rientro in serata

Difficoltà: Mediamedio (buona capacità di gestione del cavallo e preparazione fisica del cavaliere)

Abbigliamento/attrezzatura: comodo, da equitazione, giacca a vento, o mantellina per la pioggia, borraccia per l'acqua, coltellino serramanico; pranzo al sacco.

Quota di partecipazione: 65.00 euro (guida, ristoro). Noleggio cavallo 40.00 euro al giorno.

Riserva Naturale Regionale Macchiatonda

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Archeodromo S.r.l. c/o Museo del Mare e della Navigazione antica-castello di Santa Severa, tel 0766/570209

USO DELL'ARGILLA IN EPOCA ETRUSCA CONOSCIAMO IL BUCCHERO

Durante la mattina si decorerà una forma vascolare con iscrizioni, secondo le tecniche etrusche. Dopo il pranzo al sacco, visita del Museo del Mare e della Navigazione Antica e del Centro visite della Riserva di Macchiatonda.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 presso il Museo del Mare e della Navigazione Antica-Castello di Santa Severa.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** durata laboratorio 2 ore, visita guidata 1,5 ore

Accessibilità: bambini dai 6 anni

Quota di partecipazione: 10,00 euro, sconti per famiglie

Domenica 21 marzo

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

ORIENTEERING: PASSEGGIATA ORIENTISTICA NEL PARCO DI VEIO, ALLE VALLI DEL SORBO

Attività di orientamento alle Valli del Sorbo: un percorso in un ambiente naturale con l'aiuto di bussola e carta topografica.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 – Formello, Valli del Sorbo, parcheggio prima del ponticello (seguire le lanterne arancione)

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, scarpe chiuse, accessori per la pioggia

Accessibilità:  bambini dai 5/6 anni

UNA PASSEGGIATA PER LE STRADE DI MORLUPO

Visita al borgo di Morlupo, per scoprire la storia e le testimonianze monumentali della secolare presenza delle dinastie familiari.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 – Morlupo, piazza Giovanni XXIII

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 20-30 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento e scarpe comode

Accessibilità:  bambini dai 5 anni

Giovedì 25 marzo

Parco naturale Regionale Antichissima città di Sutri

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 0761/634660-609393; dal lunedì al venerdì ore: 10.00 – 17.00
parco@comune.sutri.vt.it; corzani.roberto@yahoo.it

IL RISVEGLIO DELLA NATURA PERCORRENDO LA STORIA

Visita guidata rivolta a tutti, alla Necropoli Etrusca, all'Anfiteatro Etrusco - Romano, al Mitreo Villa Savorelli, Bosco sacro, sentiero natura, una giornata fra natura e archeologia nella Tuscia.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 parcheggio Anfiteatro

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km

Dislivello: 20 m - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da ginnastica e/o da trekking

Sabato 27 marzo

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Ente Parco Riviera di Ulisse Parco Naturale Regionale Monte Orlando

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura della Associazione Equitrek La Selva, guida equestre Francesco cell. 328/0492710
info@equitreklaSelva.com
www.equitreklaSelva.com

I FIORI DELLA SABBIA

Passeggiata naturalistica alla ricerca di alcune tra le specie più comuni delle dune dalla spiaggia di Serapo alla spiaggia di Fontania.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 parcheggio di Monte Orlando

Difficoltà: bassa, passeggiata naturalistica per catturare immagini

Abbigliamento/attrezzatura: comodo, macchina fotografica

Quota di partecipazione: iscrizione all'associazione 5.00 euro a persona.

Con questa iscrizione sarà possibile partecipare al concorso fotografico "Un click nella natura" dove saranno premiate dieci tra le foto naturalistiche più divertenti, spontanee e rare.



Concorso fotografico

Un click
nella natura



Durante tutte le escursioni organizzate dal ASD Equitrek La Selva, saranno raccolte una serie di immagini e foto premiate nel concorso "Un click nella natura", dove il soggetto la natura sarà la guida nelle emozioni percepite. Saranno premiate 10 tra le foto naturalistiche più divertenti, spontanee e rare. In palio un romantico weekend in monolocale con affaccio nel blu, ed eventuale passeggiata a cavallo, inoltre le più belle fotografie saranno messe in rete sul portale del sito ASD Equitrek La Selva.

Per partecipare basta associarsi con 5.00 euro di iscrizione all'Associazione.

Sabato 27 marzo

Ente Parco Riviera di Ulisse

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura di Geo&Bio Mediterranea, per ulteriori informazioni visitate il sito web: www.geobiomediterranea.it tel. 328/4574009 e-mail: info@geobiomediterranea.it

NATURA IN GIOCO

"Natura in gioco" attività ludico-naturalistiche rivolte ai più piccoli immersi nella natura del Parco attraverso rivisitazioni di giochi noti i bambini impareranno a "leggere l'ambiente".

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 - **Durata:** 2 ore

Quota di partecipazione: € 4,00 a persona



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Decima Malafede

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00.

CENSIMENTO DELL'AVIFAUNA MEDIANTE LA TECNICA DELL'INANELLAMENTO

Visita guidata per comprendere la tecnica dell'inanellamento a scopo scientifico. Si potrà osservare la tecnica utilizzata, del tutto innocua, per la cattura, la marcatura con anelli alla zampa e il successivo immediato rilascio di uccelli selvatici.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 Via Torre di Perna n. 315

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Dislivello:** 70 m - **Durata:** 2 h

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

DI CHE ERBA SEI?

SCOPRIRE LA DIVERSITÀ DI ERBE COMMESTIBILI A MAGLIANO

Passaggiata nelle campagne di Magliano Romano alla ricerca e per il riconoscimento di erbe spontanee commestibili.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 - Magliano Romano davanti alla Farmacia

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking

Accessibilità: bambini dai 12 anni

Ente Regionale RomaNatura : Riserva Naturale Valle dei Casali

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Valle dei Casali tel. 06/45476909 posta@valledeicasali.com mart. a ven. 9.00 - 13.00, mar. 9.00 - 13.00 e 15.00 - 19.00 sab. dom. 10.00 - 13.00

L'ORTO DEI BAMBINI

Laboratorio per bambini alla scoperta dei metodi naturali per coltivare ortaggi e piante aromatiche.

I bambini si divertiranno a sperimentare attività pratiche nell'orto della Casa del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 via del Casaletto 400

Abbigliamento/attrezzatura: adeguato per lavorare la terra e guanti da giardino

Accessibilità: bambini dai 3 ai 12 anni



Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 339/7116706, 348/3350854, piansantangelo@wwf.it - www.wwf.it/santangelo.nt

GUF E CIVETTE: I SIGNORI DELLA NOTTE

Serata dedicata ai rapaci notturni, con visita Guidata nel Monumento Naturale e ascolto dei richiami preceduto da un breve seminario introduttivo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 20.00, Corchiano Piazza del Bersagliere

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking e pantaloni lunghi, Torcia ed abbigliamento caldo per la sera

Accessibilità: bambini dai 5 anni

Quota di partecipazione: € 6 euro



Parco Naturale Regionale Monti Simbruini

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Callari Lorena ufficio promozione 0774/827221 orario 9.00-14.00, e-mail monti.simbruini@simbruini.it

CIASPOLATA DI PRIMAVERA SULLE NEVI DEL CERASO

Sentiero naturalistico da Campo Staffi al Ceraso

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 al parcheggio di Campo Staffi

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 5 Km circa

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento da neve con scarponi adatti all'attività, ciaspole e cambio di abiti asciutti

Sabato 27 marzo

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IL BOSCO BARBAROSSA E LE TOMBE IPOGEE DI COLLE GROTTICELLE

Itinerario di notevole interesse naturalistico sulle pendici sud dei Monti delle Faete. Il percorso ci consentirà di ammirare anche un antico sito presumibilmente di epoca arcaica (preromana) scavato nel tufo e conosciuto come le Grotticelle, che probabilmente erano due tombe ipogee. Si tornerà al punto di partenza dopo aver passeggiato sulla cresta e sulle pendici del cratere dei Campi d'Annibale.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 7 Km - **Durata:** 3/4 ore
Abbigliamento/attrezzatura: si consiglia di portare torcia elettrica

FUTURO ANTICO

Escursione a cavallo nei splendidi boschi della zona del Vivaro e dei Monti delle Faete.

Difficoltà: Media

Lunghezza del percorso: 20 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Quota di partecipazione: costo dell'iniziativa 12 Euro.

A questo costo bisogna aggiungere il patentino comprensivo di assicurazione (temporale di 45 giorni E. 15 - annuale E. 30). Con ulteriori 10 Euro sarà possibile pranzare con un menù composto da: grigliata mista contorno acqua e vino.



 L'attività sarà proposta domenica 18 aprile

NORDIC WALKING NEI SENTIERI DEL PARCO "MASCHIO DELLE FAETE"

Passeggiata sportiva, ma non troppo impegnativa, lungo alcuni sentieri del Parco posti nel piccolo cratere dei Monti delle Faete, imparando la tecnica base della camminata nordica.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 12 Km - **Durata:** 4 ore
Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking

CONOSCERE I FUNGHI E LE ERBE DEL PARCO

Passeggiata naturalistica sull'Artemisio nei pressi della fonte Donzelletta, che ci consentirà anche di approfondire la conoscenza dei profumi a sapori primaverili del Parco con la raccolta di erbe e funghi.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 4 ore

TUTTE PER UNA, UNA PER TUTTI

Alla scoperta delle api e della mellificazione. Ci si potrà avvicinare al loro mondo api scoprendo la gerarchia, l'organizzazione sociale ed osservando un'arnia da vicino. Seguirà una descrizione del miele e delle sue caratteristiche nutrizionali ed organolettiche.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore
Quota di partecipazione: l'iniziativa prevede una "degustazione guidata" dei diversi tipi di miele prodotti nell'azienda al costo aggiuntivo di 5 Euro

SULLE TRACCE DELL'ANTICA ALBALONGA

La cittadina di Castel Gandolfo è nota soprattutto per essere la residenza estiva del Papa, ma dovrebbe essere anche conosciuta per i tesori che possiede nel suo territorio. Oltre all'incantevole posizione a dominio sul mare, sul lago e Roma, vi si trovano numerose testimonianze archeologiche e del medioevo conosciute e no, andiamo a visitarle insieme.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore
Quota di partecipazione: al termine dell'escursione sarà possibile pranzare al ristorante la Scogliera con 22 Euro con il seguente menù: due primi, un secondo, contorno, frutta caffè, acqua e vino, è necessaria la prenotazione.

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Consorzio di Cooperative Sociali Integra tel. 06/50512920 cell. 335/6880515

COME DIVENTARE UN NATURALISTA

Laboratorio per bambini per scoprire, divertendosi, come diventare un naturalista tra reperti e collezioni sarà possibile immergersi nel mondo naturale con gli occhi dello scienziato.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.30
viale F.T. Marinetti, ingresso giardino pubblico

Durata: 2 ore circa

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  bambini dai 6 anni



 L'attività sarà ripetuta ogni sabato fino al 27 aprile

Domenica 28 marzo

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Rita 328/3910161

COSTRUIAMO I FIORI

Laboratorio di riciclaggio durante il quale i bambini, seguiti da un operatore, potranno creare fiori e piante utilizzando materiali vari (carta, plastica, ecc...). La varietà delle specie vegetali, autoctone o importate dagli altri continenti, e la fantasia daranno l'ispirazione in questa attività che si svolge nell'area più facilmente accessibile della valle della Caffarella.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 L.go P. Tacchi Venturi

Durata: 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abiti sportivi e scarpe da ginnastica

Accessibilità:  bambini dai 4 anni 



INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Infopoint Parco Appia Antica 06/5135316 tutti i giorni dalle ore 9.30 alle ore 13.30 e dalle ore 14.00 alle ore 16.30

BIORETE

L'attività prevede dei giochi didattici con i quali sarà possibile spiegare ai bambini l'importanza della biodiversità e della "rete" che si può creare tra diversi ambienti. Mediante delle carte i partecipanti potranno dare la risposta alle diverse domande che verranno poste loro, ad ogni risposta esatta verrà data loro una tessera fondamentale per risolvere l'ultimo gioco: il "Puzzle della biodiversità"

Ora e luogo dell'appuntamento: le attività (della durata di circa un'ora) si svolgeranno presso la sede del Parco ex Cartiera Latina (via Appia Antica, 42) su prenotazione (telefonando all'Infopoint dell'Appia Antica) con i seguenti turni: 1) 10.30-11.30, 2) 12.00-13.00, 3) 13.30-14.30, 4) 15.00-16.00

Accessibilità:  bambini dai 6 ai 12 anni

Quota di partecipazione: per partecipare ai laboratori è obbligatorio avere la carta Amici del Parco, reperibile presso il Parco in via Appia Antica 58/60 al costo di 5,00 euro

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Punto Informativo Appia Antica tutti i giorni dalle 9.30 alle 16.30 tel. 06/5135316 o puntoappia@parcoappiaantica.it

PRIMAVERA SOTTO GLI ARCHI

Evento di una giornata: visite guidate, attività per bambini, mostre e musica popolare.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00-18.00 area Acquedotti, ingressi via LEMONIA

Accessibilità:     



Parco Naturale Regionale Marturanum

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: sede del Parco Naturale Regionale Marturanum 0761/414507 oppure al 349/3017585

BUONGIORNO! E' PRIMAVERA...

Passaggiata alla scoperta dei colori primaverili, attraverso un facile sentiero nel bosco. Attività realizzata con la collaborazione dei volontari del Servizio Civile del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 Barbarano Romano (VT) area attrezzata Loc. Caiolo.

Difficoltà: Bassa

Durata: 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, scarponcini, acqua ed eventuale merenda.

Accessibilità:  bambini dai 6 ai 12 anni

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Parco tel. 0774/637027

DA SAN POLO DEI CAVALIERI A MONTE GENNARO PER IL PRATONE

"Domenica ascenderò il Monte di Giano con il rizotomo che già è qui, e provvederò di molte piante... Qua su siamo di mezzo inverno..." Così il 29 giugno 1612 il Principe Federico Cesi, fondatore dell'Accademia dei Lincei scrive in una lettera a Johann Faber delle sue uscite sul Monte Gennaro. Questa escursione è un classico dei Lucretili e ripercorre il sentiero Linceo fin sulla cima del Gennaro.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 alla fine della S.P. San Polo-Monte Morra

Difficoltà: Media - **Dislivello:** 500 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking 1,5 l di acqua, pranzo al sacco

Accessibilità:  bambini dai 10 anni

Quota di partecipazione: 8,00 euro a persona

Domenica 28 marzo

Parco Naturale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci 0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 – 13.30. a cura del Circolo Legambiente di Formia – Gaeta - Itri. Stefania Gionta 338/1909493, Giuseppe Fantasia 329/8946927

ESCURSIONE SU MONTE REVOLE DA TOZZE – CAMPELLO VECCHIO

Escursione su Monte Revole passando per la località Tozze e Campello Vecchio a contatto con la natura per scoprire vecchi sentieri tra prati, pascoli e boschi montani.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.30 raduno in Piazza Carabinieri d'Italia ad Itri.

Difficoltà: Media

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, acqua, pranzo al sacco.

Accessibilità:  bambini se accompagnati

Riserva Naturale Regionale Villa Borghese di Nettuno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Provincia di Roma, Dip. V – Serv. I "Ambiente (aree protette e parchi regionali)", dr.ssa Silvia Di Fazio, tel. 06/67663368, cell. 389/0753907, orari 9.30–13.00 entro il giovedì che precede l'uscita.

BIODIVERSITÀ:

ULTIMA ZONA VERDE RESIDUALE TRA I COMUNI DI ANZIO E NETTUNO

La visita, riguardante una parte della riserva di proprietà privata, permetterà di osservare piante coltivate (palme, arancio, pino domestico, oleandro, pitosforo, bosso e altre numerose specie esotiche) che si accompagnano a specie tipiche della lecceta costiera dominate dal leccio, l'ilatro, lo stracciabraghe ecc... Di particolare interesse la presenza di grandi alberi, quali querce da sughero, roverella, farnia e farnetto.

Inoltre è possibile visitare alcune grotte scavate nel Macco (calcarenite pliocenica) ricchissimo di fossili, molluschi ed echinodermi. La particolare composizione litologica del Macco è tale che si presta facilmente ad essere tagliato. Nel passato era usato per fare calce proprio per la presenza di numerosi frammenti di conchiglie.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30, in via Olmata parcheggio

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km circa

Dislivello: Pianeggiante

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode, cappello, (k-way in caso di maltempo)

Accessibilità:  bambini dai 5 anni



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale dell'Insugherata

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Climax cell. 329/0822160

MACROINVERTEBRATI I SIGNORI DELLE ACQUE

Visita naturalistica per osservare un gruppo di organismi, i macroinvertebrati, la cui presenza all'interno dei corsi d'acqua e degli stagni permette di capire lo stato di salute dell'ambiente.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 Largo Vidari

Difficoltà: Media/bassa - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  bambini dagli 8 anni

Massimo 25 partecipanti



Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

VEIO, UNA CITTÀ DA SCOPRIRE: ARCHEOTREKKING

Promossa in collaborazione con la Soprintendenza per i Beni Archeologici dell'Etruria Meridionale ed il Museo dell'Agro Veientano di Formello, una passeggiata tra archeologia e natura attraversando il pianoro su cui sorgeva l'antica città.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 - Isola Farnese (La Storta-Roma), piazza della Colonnata

Difficoltà: Media/bassa - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 6 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pranzo al sacco

Accessibilità:  bambini dagli 8 anni

Quota di partecipazione: ingresso all'area sacra di Portonaccio euro 2,00

FOTOGRAFIAMO IL PAESAGGIO PRIMAVERILE

Escursione fotografica dall'Isola Farnese a Ponte Sodo, per apprendere gli elementi base della fotografia naturalistica.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 – Isola Farnese (Roma), parcheggio della Mola

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3,5 Km - **Durata:** 4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, borraccia, macchina fotografica, digitale o analogica

Domenica 28 marzo

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

IAMO PÈ FORNI!

Durante l'escursione nel paese nella quale si visiteranno i luoghi attraversati dalla processione del Corpus Domini durante l'Infiorata, andremo in due tra i più antichi forni della cittadina nei quali si produce il primo pane in Italia riconosciuto con il marchio I.G.P.: il Pane di Genzano. Gli stessi fornai spiegheranno le antiche ricette del pane e dei dolci tipici del paese, aiutati da piccole degustazioni.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore

GOCCE DI FRASCATI DOC

Visita in una delle cantine storiche del Consorzio Tutela del frascati DOC, nella quale sarà possibile "capire" la lavorazione ed evoluzione nel tempo dei vari vitigni coltivati. Aneddoti e degustazioni gratuite del prodotto ci accompagnerà per tutta l'escursione. Due escursioni (9,30-11,00 e 11,15-12,45) con il pulmino del Parco che accompagnerà 8 visitatori a volta. Coloro che volessero aggregarsi con mezzi propri possono farlo.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2 ore

 L'attività sarà proposta domenica 25 aprile

DAL MONTE ALBANO A NEMI

Da una delle vette più alte dei Colli Albani, scenderemo tra boschi di castagno e testimonianze archeologiche fino al borgo di Nemi. Natura e scorci panoramici ci accompagneranno lungo tutto il tragitto.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 7 Km - **Durata:** 3 ore

LE COSTE DEL LAGO DI NEMI

Itinerario che comprende siti archeologici e molteplici ambienti naturali quali il Santuario di Diana, la Necropoli delle Mole e il Vallone Tempesta.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 7 Km - **Durata:** 3 ore

PASSEGGIATA ARCHEOLOGICA ARICCINA:

DALLA LOCANDA MARTORELLI ALLA SOSTRUZIONE DELLA VIA APPIA
Visita alla Locanda Martorelli, discesa lungo il Corso con sosta al Municipio e al belvedere della Portella e successiva discesa nella Valle Ariccina per via della Costa. Lungo il cammino sarà possibile ammirare le mura Siliane, il Capitolium dell'Antica cittadina, tombe rupestri il Basto del Diavolo e antiche vestigia della via Appia.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 2 ore

Quota di partecipazione: al termine dell'escursione sarà possibile mangiare a 10 Euro presso il ristorante Funganà con il seguente menù: primo, secondo, caffè, amaro, acqua ¼ vino.

ALLA SCOPERTA DELLE SORGENTI E DEI SENTIERI DI ROCCA PRIORA

Dalla piana del Vivaro, un sentiero ci condurrà presso le più importanti sorgenti spontanee della zona. Vedremo le sorgenti Carpinello, Piscaro, Pucittu, Monte Fiore, Sbrinolo, passando per Monte Ceraso.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 4 ore

Quota di partecipazione: al termine dell'escursione sarà possibile mangiare a 15 Euro presso l'osteria I Castelli con il seguente menù: antipasto, primo, secondo, contorno, caffè, acqua e vino.

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: la prenotazione è obbligatoria cooperativa L'Ape Regina 800/411834-0 centro visite Riserva Naturale Monte Rufeno orario dal lunedì al sabato: 9.00-13.00/16.00-18.30 domenica e festivi: 9.30 - 12.30

UN BOSCO PIENO DI SEGRETI PREZIOSI: IL SASSETO DI TORRE ALFINA

Attività escursionistica per famiglie e adulti, con visita guidata al Museo del Fiore. Il programma prevede l'escursione guidata all'incantevole Bosco del Sasseto che si estende ai piedi del castello di Torre Alfina, lungo il pendio di un apparato vulcanico. E' un esempio unico di bosco di latifoglie secolari che si snoda in un percorso tra grandi massi che ne decretano una conformazione nata quasi dal pennello di un artista. Poi è previsto il trasferimento al Museo del Fiore, dove sarà possibile approfondire la conoscenza della ricca flora e fauna del bosco, scoprendone gli elementi rari e pregevoli.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 parcheggio pullman (Via Maria Santissima Liberatrice) Torre Alfina -Acquapendente (VT) termine attività 16.30.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 6 Km - **Distivello:** 200 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, abbigliamento comodo, borraccia, pranzo al sacco, giacca impermeabile

Accessibilità:  bambini dagli 8 anni

aprile

Venerdì 2 aprile

Parco Naturale Regionale Monti Simbruini

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Callari Lorena ufficio promozione 0774/827221 orario 9.00-14.00 e-mail monti.simbruini@simbruini.it

UNA GIORNATA CON I CAPRIOLI NEL VERDE DEI SIMBRUINI

Visita dell'area faunistica del capriolo e breve passeggiata al laghetto del Pertuso

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 Museo delle piante di Trevi nel Lazio

Difficoltà: basso - **Lunghezza del percorso:** 2 Km circa

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode o da trekking

Accessibilità:  dai 6 anni

Sabato 3 aprile

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lun. al gio. 9.00 - 16.30 il ven. 9.00 - 14.00 e Consorzio di Cooperative Sociali Integra tel. 06.50512920 cell. 335.6880515

COME DIVENTARE UN NATURALISTA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 18



Ente Regionale RomaNatura. Riserva Naturale dell'Insugherata

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Climax cell. 340/5534986

IMPARIAMO A RICONOSCERE GLI ALBERI

Visita botanica-naturalistica per conoscere le specie arbustive arboree più significative. Verranno inoltre date alcune indicazioni per la costruzione di un erbario.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 sul posto via Castagnola

Lunghezza del percorso: circa 4 km - **Durata:** 3 ore - **Distivello:** 70 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  si dagli 8 anni



Ente Parco Riviera di Ulisse

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura di Geo&Bio Mediterranea, per ulteriori informazioni visitate il sito web: www.geobiomediterranea.it tel. 328/4574009 e-mail: info@geobiomediterranea.it

MAREGGIANDO

"Mareggiando" Conoscere i segreti del " Mare Nostrum" attraverso l'osservazione degli organismi che restano sulla spiaggia dopo una mareggiata, breve escursione naturalistica verso l'Oasi Blu di Giànola, per imparare curiosità e biologia degli invertebrati della costa mediterranea.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 sul posto

Durata dell'attività: 3 ore - **Quota di partecipazione:** €5

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Ente Parco Riviera di Ulisse Parco Naturale Regionale Monte Orlando

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

a cura dell' Associazione Equitrek La Selva, guida equitristica Francesco cell. 328/0492710 e-mail: info@equitreklaSelva.com

SPIAGGIA E PARCO DI MONTE ORLANDO

UN ROMANTICO WEEKEND A CAVALLO TRA MARE E MONTI

Una romantica passeggiata a cavallo per coppie e single in un ambiente di confine che dalla spiaggia sale al parco di Monte Orlando a Gaeta, immersi nella natura, si passerà dall'odore del mare, al sapore del bosco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 per sellare e bardare i cavalli spiaggia di Serapo - Monte Orlando, Gaeta

Difficoltà: media (si richiede buona capacità nella gestione del cavallo)

Lunghezza del percorso: 10 km ca

Abbigliamento/attrezzatura: da equitazione, o jeans comodi e stivali, o scarpe trekking no carro armato, cavallo noleggiabile o proprio

Quota di partecipazione: euro 25,00, con guida equitristica E.N.G.E.A.

Per pernottamento possibilità di prenotazione in B&B, alberghi e strutture recettive convenzionate: info@equitreklaSelva.com www.equitreklaSelva.com



Sabato 3, Domenica 4 e Lunedì 5 aprile

S.I.C. Monte Scalambra

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: contattare il Comune di Serrone nei giorni di lun., merc. e ven. dalle ore 9.00 alle ore 13.00 oppure il mart. e giov. dalle ore 15.30 alle ore 17.30 al numero 0775.523064 (Sig. Enrico Fianco)

FESTA DELLA PASQUA

In occasione della festività pasquale, nel centro storico del Paese è possibile ripercorrere i momenti salienti della Passione di Cristo attraverso la famosa rappresentazione, unica nel suo genere, formata da statue a grandezza naturale dislocate nei vicoli del centro storico, che ripercorrono le tappe più significative della Passione di Cristo, tra le quali "la crocifissione la morte e la resurrezione" il tutto intervallato da alcune tappe della Via Crucis.

Difficoltà: alto, per visitare la rappresentazione è necessario percorrere le scalinate del centro storico e dunque il percorso non è adatto ad anziani o bambini nel passeggio.

Domenica 4 aprile

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800 727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

ESCURSIONE LUNGO IL FOSSO DELL'ACQUAFORTE

Una passeggiata lungo il sentiero che solca la Valle del fosso dell'Acquaforte, alla scoperta delle bellezze naturali del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.45, Castelnuovo di Porto, piazzale antistante alla stazione ferroviaria

Difficoltà: Basso

Lunghezza del percorso: 6 Km - **Durata:** 4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, da escursionismo leggero

Accessibilità:  dagli 8 anni e se abituati a camminare

UN PARCO DI MIELE

Escursione storico-naturalistica sullo sfondo delle rovine di Veio, per raccontare l'uso dei prodotti apistici nella storia. A conclusione una degustazione di mieli e prodotti apistici e l'osservazione di un'arnia didattica presso un'azienda agricola.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00, Isola Farnese (Roma), fronte cimitero di Isola Farnese, poco prima della cascata della Mola

Difficoltà: Basso

Lunghezza del percorso: 10 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni lunghi, antipioggia, cappello

Accessibilità:  dai 5 anni

IN MOUNTAIN BIKE ALLE VALLI DEL SORBO

Escursione in MTB attraversando le suggestive Valli del Sorbo, costeggiando il tumulo etrusco di Monte Aguzzo, per giungere alla località Acqua Viva.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 Formello, via Formellese nord Km 10.200, Largo del Castagneto

Difficoltà: Media

Lunghezza del percorso: 25 Km - **Durata:** 3 ore

Dislivello: massimo 170 metri

Abbigliamento/attrezzatura: mountain bike, abbigliamento tipo trekking, casco, borraccia, possibilità di noleggiare la bicicletta e l'attrezzatura, su prenotazione

Accessibilità:  dai 15 anni



Lunedì 5 aprile

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: la prenotazione è obbligatoria Sergio Pieri 0763.7309206

TREKKING DI PASQUETTA

Partenza dal borgo di Torre Alfina e percorso interamente all'interno dell'area protetta.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 presso Frazione di Torre Alfina

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 12 Km

Abbigliamento/attrezzatura: equipaggiamento trekking, pranzo al sacco

Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 339.7116706, 348.3350854, piansantangelo@wwf.it, www.wwf.it/santangelo.nt

ALLA SCOPERTA DEL MONUMENTO NATURALE

Visita guidata lungo il Sentiero Natura, alla scoperta degli aspetti naturalistici ed archeologici conservati nel territorio dell'Area Protetta.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00, centro accoglienza del Monumento Naturale (dal parcheggio all'ingresso del Monumento Naturale percorrere per 100m. la strada bianca, svoltare a destra seguendo le indicazioni del sentiero natura).

Difficoltà: media, alcuni tratti sono scoscesi e possono essere scivolosi.

Lunghezza del percorso: 4 Km - **Durata:** 2 ore - **Distivello:** saliscendi con tratti ripidi

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni lunghi

Accessibilità:  dai 5 anni

Quota di partecipazione: 6 €

 L'attività sarà proposta domenica 25 aprile e domenica 2 maggio il pomeriggio alle ore 15.00

Sabato 10 aprile

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Giutiana 333.3609910 dopo le 17 o Infopoint Parco Appia Antica 06.5135316 tutti i giorni dalle ore 9.30 alle ore 13.30 e dalle ore 14.00 alle ore 16.30

...LO SAI CHE I PAPAVERI

Miti, storie, racconti sulle piante del parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 piazza Aruleio Celio Sabino (S. Policarpo) Metro A Giulio Agricola

Difficoltà: Medio/Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km circa

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode, cappello

Accessibilità:  dai 3 anni

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Ente Parco Riviera di Ulisse

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura di Geo&Bio Mediterranea, per ulteriori informazioni visitate il sito web: www.geoebiomediterranea.it, tel. 328/4574009 e-mail: info@geoebiomediterranea.it

LA TORRE RACCONTA...

La Torre racconta... Escursione alla Torre quadra di Scauri, sul piccolo promontorio di Monte d'Oro per avvicinarsi al sistema delle torri costiere oggi guardiane della nostra natura, il gruppo sarà accompagnato a conoscere il mare e le sue leggende.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 sul posto - **Durata:** 3 ore

Quota di partecipazione: 5 €

Ente Regionale RomaNatura: Parco Regionale Urbano di Aguzzano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Soc. Coop. Fauna Urbis cell. 339.4652794 lunedì-venerdì dalle 10.00 alle 17.00 e dal martedì al giovedì dalle 10.00 alle 13.00

LE VOCI DEL PARCO

Laboratorio all'aperto per conoscere il mondo naturale degli uccelli, dei mammiferi, degli anfibi e degli insetti, divertendosi a riprodurne i suoni.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.30 piazzale Hegel

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore

Lunghezza del percorso: 1 Km

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  dai 6 anni



Sabato 10 aprile

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06.9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



PASSEGGIATE D'AUTORE TUSCOLO-MONTE SALOMONE, ... "LETTURA" DI UN TERRITORIO

In compagnia di un famoso archeologo si ripercorreranno le vicende storiche di questo bellissimo tratto dei Monti Tuscolani. La natura intatta del percorso ci sorprenderà con le fioriture di primavera ed i suoi profumi che ci accompagneranno lungo tutto il percorso.

Difficoltà: Medio/Bassa - **Durata:** 3 ore

BURATTINI

Laboratorio creativo sul teatro dei burattini. I bambini realizzeranno in tutta fantasia un burattino con cui improvviseranno delle favole.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: i bambini dovranno portare un calzino per realizzare il burattino

Accessibilità:  in età scolare



L'ANTICA ABBAZIA DI SAN NILO

L'iniziativa ci consentirà di visitare l'Abbazia di San Nilo, monastero esarchico gestito da monaci basiliani fondato nel 1004. Il monastero è uno dei pochi in cui ancora si officia con rito bizantino, pur dipendendo dalla Chiesa di Roma.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2/3 ore

Lunghezza del percorso: 2 Km

IN CARROZZA NEL PARCO

Escursione in carrozza per conoscere e gustare le bellezze dei Prati del Vivaro.

Difficoltà: Bassa

Lunghezza del percorso: 10 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Quota di partecipazione: costo dell'iniziativa 8€.

Con ulteriori 14€ sarà possibile pranzare con un menù composto da primo, secondo, contorno acqua e vino.



NELLE VISCERE DELLA TERRA

Percorso sotterraneo all'interno dell'Emisario di Nemi, un cunicolo scavato a mano nella roccia con più di 2000 anni di storia che collegava il lago di Nemi al lago di Ariccia. La sua realizzazione si deve probabilmente alla necessità di mantenere costante il livello delle acque del lago, che ospitava sulle sue rive, tra l'altro, il Tempio di Diana Nemorense.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore

Lunghezza del percorso: 1 Km

Abbigliamento/attrezzatura: stivali e torce elettriche

INCONTRI RAVVICINATI CON IL CIELO

Passeggeremo nel nostro sistema solare "visitando" i pianeti e le costellazioni riportati in scala su un sentiero privo di inquinamento luminoso, che ci consentirà di apprezzare maggiormente l'altra metà del panorama...

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3/4 ore

Lunghezza del percorso: 2 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, giacca a vento

Quota di partecipazione: con un costo di 10 € si potrà avere una "cena al sacco" costituita da un panino (tonno, mozzarella o affettati) una bottiglia d'acqua di 50 cl., un frutto, un dolce.



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 lun-gio 9.00-16.30 ven. 9.00-14.00 e Consorzio di Cooperative Sociali Integra tel. 06/50512920 cell. 335/6880515

COME DIVENTARE UN NATURALISTA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 18



Domenica 11 aprile

Ente Parco Riviera di Ulisse Parco Naturale Regionale Monte Orlando

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura della Associazione Equitrek La Selva, Tara 347.8890384, e-mail info@equitreklaSelva.com
sito web: www.equitreklaSelva.com

AROMI E PROFUMI DELLA MACCHIA MEDITERRANEA

Escursione naturalistica all'interno del parco di Monte Orlando, alla ricerca di piante officinali ed endemiche. Saranno rilasciate alcune ricette casalinghe sugli usi antichi e moderni delle piante.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 parcheggio di Monte Orlando, Gaeta
Lunghezza del percorso: circa 3 Km - **Difficoltà:** Bassa

Abbigliamento/attrezzatura: comodo, scarpe da ginnastica, cappello con visiera, zainetto, borraccia, eventuale macchina fotografica.

Quota di partecipazione: 5 €

Ente Regionale RomaNatura Riserva Naturale del Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Consorzio di Coop. Sociali Integra tel. 06.50512920 dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 18.00 e cell. 335.6880515

COS'È UN ALBERO

Passeggiata alla scoperta degli alberi e degli arbusti della flora locale e per confrontarli tra le varie specie. Un modo per tracciare i confini tra arredo urbano, paesaggio vegetale naturale e antropico.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 via C.E. Gadda (fronte civico n. 169)

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2 ore

Lunghezza del percorso: 2 km

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  si bambini dai 6 anni



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Tenuta dei Massimi

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Consorzio Campagna Romana cell. 328.6419421

IL RITORNO DEL NIBBIO BRUNO

La natura si risveglia, cambia i suoi colori e riporta gli uccelli migratori! Alle ore 11.00 escursione con bird-watching nel bosco Somaini, tra storia e natura; alle ore 13.30 pic-nic all'interno del bosco Somaini (con pranzo al sacco); alle ore 15.00 attività per tutte le età "Sulle tracce degli animali e delle piante della Tenuta". Con l'aiuto di schede fornite dal naturalista, i partecipanti, divisi in gruppi, dovranno segnare sulla scheda le specie riconosciute all'interno del bosco e scrivere le proprie impressioni sensoriali.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 e ore 15.00 via Portuense, 863

Durata: 2 ore e 30 minuti

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Accessibilità:  dai 3 anni



Ente Regionale RomaNatura: Parco Urbano del Pineto

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Pineto2000 cell. 339.6378073

LE SORGENTI DI CONTATTO

Escursione nei sentieri del Parco fino a toccare le sorgenti naturali che formano i corsi d'acqua della Riserva.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 via della Pineta Sacchetti, 78

Lunghezza del percorso: 2,5 Km - **Durata:** 2 ore e mezza

Difficoltà: Media - **Dislivello:** 10 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  dagli 8 anni

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Domenica 11 aprile

Riserva Naturale Regionale Macchiatonda e Riserva Naturale Regionale Monterano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Archeodromo S.r.l. c/o Museo del Mare e della Navigazione antica-castello di Santa Severa, tel 0766/570209

DAI MONTI DELLA TOLFA AL MARE: MONTERANO E MACCHIATONDA

Durante la mattina visiteranno alcuni degli ambienti più suggestivi dei Monti della Tolfa nella Riserva Monterano.

Dopo il pranzo al sacco, si raggiungerà autonomamente la Riserva di Macchiatonda per la visita degli ambienti costieri.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 presso l'uff. turistico in piazza Tubingen (Canale Monterano)

Difficoltà: media con tratto in salita

Lunghezza del percorso: 5 Km - **Durata:** 3 ore e 30 minuti (Monterano)

Abbigliamento/attrezzatura: binocolo, scarpe da trekking, copricapo, acqua

Accessibilità:  dagli 8 anni

Quota di partecipazione: euro 10,00 sconti per famiglie



Parco Naturale Regionale Bracciano – Martignano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ass. Antico Presente 340/6451801 prenotazione obbligatoria entro le 13.00 del giorno precedente.

CAVALCANDO LA BIODIVERSITÀ NEL PARCO NATURALE

Dalle vacche Maremmane e cavalli allo stato brado al percorso dei pellegrini da Canterbury, dalle Streghe di monte Venere al Dio Sabazio dei Monti Sabatini, dall'incontro con le tradizioni dei Butteri in terra nostra all'arrivo dei Maori dalla Nuova Zelanda. In collaborazione con l'Associazione TUA, nel pomeriggio visita guidata gratuita al Palazzo Altieri per scoprire "La Galleria dei Papi". Il Palazzo Altieri-Santacroce è un imponente edificio con una semplice e lineare facciata che però conserva degli interni riccamente affrescati che presentano l'influenza manieristica dei nomi più illustri del XVI sec. La Storia della Chiesa cattolica è raccontata nella Pinacoteca al suo interno, con ben 265 ritratti di Papi.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 presso la stazione di Oriolo Romano

Difficoltà: Media

Abbigliamento/attrezzatura: pantaloni da equitazione, stivali e casco

Quota di partecipazione: 40 € incluso 2 ore di affitto cavallo, accompagnatrice turistica, pranzo al sacco.



Monumento Naturale Bosco Faito

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Centro Studi Tolerus - ambiente e territorio Tel. 0775.604534 mercoledì - venerdì 10-13, 15-19 giovedì 15-19 Cell. 335.8436799 - 348.9249440 www.tolerus.it - info@tolerus.it

BOSCO FAITO IN FIORE

La primavera è ideale per l'osservazione delle orchidee tipiche del Bosco Faito, polmone verde della Valle del Sacco, caratterizzato da un querceto misto (cerro e farnetto in prevalenza) con la presenza straordinaria del faggio e del suo relativo ambiente tipico. Oltre le orchidee, numerose altre specie botaniche in piena fioritura potranno essere ammirate unitamente ad una intensa attività canora che riguarda gli uccelli tipici dell'habitat boschivo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 Ecostazione, via stazione, 4 Ceccano (FR). Raggiungibile in treno da Roma, linea Roma-Cassino, con fermata a Ceccano(FR) oppure in automobile attraverso l'Autostrada A1 uscita Frosinone. Per le linee bus, Terminal Cotral Anagnina.

Difficoltà: medio/bassa

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** fino alle 16.30 - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento escursionistico, scarpe da trekking

Accessibilità:    se accompagnati

Quota di partecipazione: Quota di partecipazione: 4 euro

 La stessa attività sarà proposta domenica 18 aprile

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Monte Catillo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: dr.ssa Silvia Di Fazio, tel. 06/67663368 389/0753907 ore 9.30-13.00 entro il giovedì che precede l'uscita.

CONOSCERE LA RISERVA ATTRAVERSO LA SUA BIODIVERSITÀ E ATTIVITÀ LUDICHE

Addentrando in un sentiero, ci si ritrova in uno splendido bosco di sughera fino ad arrivare ad una comoda area attrezzata, dove i partecipanti potranno partecipare a giochi di sensibilizzazione e di movimento "en plein air". La biodiversità della Riserva è ben espressa da frammenti di boschi con diverse specie di querce. La sughereta di Sirividola fu indicata come "Biotopo" dalla Società Botanica Italiana già nel 1971 e considerata come probabile "relicto ecologico".

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 4 Km

Abbigliamento/attrezzatura: k-way

Domenica 11 aprile

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

IL MIO AMICO ALBERO

I bambini impareranno a conoscere un albero e sarà spiegata loro l'importanza di tutelarli per la salute del nostro pianeta. Saranno poi guidati a realizzare un grande albero con materiale di recupero.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Lunghezza del percorso:** 1 Km

Accessibilità:  in età scolare



DOVE VIVE L'EREMITA. ALLA SCOPERTA DEL ROMITORIO DI SAN MICHELE AL LAGO

Passeggiata storico-naturalistica che da Nemi scende verso il lago nell'antica zona delle Mole. Una piccola deviazione ci condurrà attraverso un bosco di lecci al Romitorio di San Michele al lago, antica testimonianza di vita e di arte Cristiana. Un piccolo altare ed affreschi ci riporteranno indietro di secoli.

Difficoltà: Alta - **Durata:** 2/3 ore - **Lunghezza del percorso:** 4 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking

ANTICA CUCINA CONTADINA: IL CAGLIO E IL FORMAGGIO

Storie e curiosità sul formaggio. Con l'aiuto di un esperto impareremo a preparare il caglio e la ricotta, utilizzando strumenti in terracotta, ricostruiti sul modello di quelli antichi. Ogni partecipante avrà la possibilità di gustare e portar via le proprie "creazioni".

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 4/5 ore - **Lunghezza del percorso:** 4 Km

Quota di partecipazione: costo aggiuntivo di 5 € a partecipante per acquisto materiale

FRASCATI, TRA FALSI STORICI, RICOSTRUZIONI E CAPOLAVORI

Curiosa ed interessante escursione per conoscere quali, tra i monumenti di Frascati, siano effettivamente originali, quali ricostruiti e quali "falsi storici".

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2/3 Km - **Durata:** 3 ore

PITTURA IN "PLEIN AIR" NEL PARCO

L'idea è quella di cogliere caratteristiche ed angoli nascosti dei paesi del Parco e trasferirli su tela per rappresentare pittoricamente ciò che ogni singolo artista vede. Una mostra finale raccoglierà tutte le opere realizzate. I paesi individuati in questa nuova serie pittorica sono: Velletri, Lariano, Rocca Priora (Cerquone), Rocca di Papa, Monte Compatri.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3/4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: ogni partecipante dovrà già possedere il materiale necessario alle attività pittoriche

 L'attività sarà proposta sabato 8 maggio

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Infopoint Parco Appia Antica 06/5135316 tutti i giorni 9.30 -13.30 e 14.00 -16.30



BIOCALCHI

Usando del gesso e del materiale reperibile in natura, i bambini potranno portare a casa un'impronta di biodiversità: seguiti da un operatore che li aiuterà nell'attività pratica, i partecipanti impareranno come si fanno i calchi in gesso e molte curiosità sugli oggetti che verranno calcati.

Ora e luogo dell'appuntamento: le attività (della durata di circa un'ora) si svolgeranno presso la sede del Parco ex Cartiera Latina (via Appia Antica, 42) su prenotazione (telefonando all'Infopoint dell'Appia Antica)

con i seguenti turni : 1)10.30-11.30, 2)12.00-13.00, 3)13.30-14.30, 4)15.00-16.00

Accessibilità:  dai 6 ai 12 anni

Quota di partecipazione: carta amici del parco 5 € euro una volta acquistata permette l'accesso a tutti gli altri laboratori in programma. Per partecipare ai laboratori è obbligatorio avere la carta Amici del Parco, reperibile presso il Parco in via Appia Antica 58/60 al costo di 5 €.

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Rita 328.3910161 dopo le 13.00 o Infopoint Parco Appia Antica 06.5135316 tutti i giorni 9.30-13.30 e 14.00 -16.30



DALLA CAFFARELLA ALL'APPIA ANTICA: I FASTI DELL'ANTICA ROMA

Visita guidata in bicicletta attraverso la valle della Caffarella fino alla Via Appia Antica per ripercorrere la storia di questa parte della città antica.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 L.go Tacchi Venturi

Difficoltà: Medio/Bassa - **Durata:** 2 ore e 30 minuti circa

Abbigliamento/attrezzatura: abiti sportivi e scarpe da ginnastica

Accessibilità:  dai 10 anni

Domenica 11 aprile

Parco Naturale Regionale Monti Ausoni e Lago di Fondi – loc. Lago di Fondi

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Guardiaparco 349.8102258; Ufficio Turismo sostenibile: 0771.515926 (prenotazione obbligatoria per usufruire del trasporto gratuito con pulmino dell'area protetta)

LA NATURA, UN AMBIENTE FAMILIARE: NEL PARCO CON MAMMA E PAPÀ.

Mezza giornata da trascorrere in famiglia alla scoperta della biodiversità del Parco attraverso visite guidate, giochi ed attività per grandi e piccoli, trasportati in modo gratuito dal pulmino del Parco. In caso di maltempo l'attività verrà rinviata alla domenica successiva.

Or a luogo dell'appuntamento: ore 15.30 Sede Area Protetta, Via Appia km 114,500 Monte San Biagio (salvo diversa indicazione).

Difficoltà: Medio/Bassa - **Lunghezza del percorso:** < 1 km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da ginnastica o trekking, abbigliamento comodo

Accessibilità:  dai 3/4 anni



Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 339.7116706 - 348.3350854
piansantangelo@wwf.it - www.wwf.it/santangelo.nt

VALORE CULTURALE DELLA BIODIVERSITÀ: MITI, LEGGENDE ED UTILIZZI TRADIZIONALI DELLE PIANTE

Visita guidata lungo il Sentiero Natura, alla scoperta della mitologia, delle leggende e degli usi tradizionali delle piante presenti nell'area protetta.

Or a luogo dell'appuntamento: ore 10.00, centro accoglienza del Monumento Naturale (dal parcheggio all'ingresso del Monumento Naturale percorrere per 100m. la strada bianca, svoltare a destra seguendo le indicazioni del sentiero natura)

Difficoltà: Media, alcuni tratti sono scoscesi e possono essere scivolosi.

Lunghezza del percorso: 4 km - **Durata:** 2 ore e 30 minuti

Dislivello: sono presenti saliscendi con tratti ripidi

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni lunghi

Accessibilità:  dai 5 anni

Quota di partecipazione: 6€

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800.727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

ARCHEOLOGIA LUNGO LA VIA FLAMINIA: IL COMPLESSO DI MALBORGHETTO

Un museo di particolare interesse che ha vissuto trasformazioni e diverse utilizzazioni nel corso del tempo: da arco monumentale costruito in onore dell'Imperatore Costantino a fortilizio, a casale agricolo e osteria di passo. All'interno il museo ospita i materiali archeologici provenienti dal territorio.

Or a luogo dell'appuntamento: ore 10.00 - area archeologica di Malborghetto, via Flaminia km 19,200, Roma

Durata: 2 ore - **Accessibilità:**  dagli 8 anni

PASSEGGIATA NELLE VALLI DEL SORBO

Passeggiata alla ricerca della biodiversità, nei prati delle Valli del Sorbo.

Or a luogo dell'appuntamento: ore 10.00
parcheggio delle Valli del Sorbo lato Formello
(su via di Santa Maria del Sorbo)

Difficoltà: Media

Lunghezza del percorso: 3 km - **Durata:** 3 ore - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking

Accessibilità:  dagli 8 anni



Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Parco tel. 0774.637027

DA MARCELLINA A PRATO FAVALE

Da decenni ormai, per accedere alle vallate che portano ai grandi piani carsici del massiccio del Gennaro si arriva nella zona di Favale con le due strade provinciali da Marcellina o da San Polo dei Cavalieri. Con questa escursione ripercorreremo invece l'antico sentiero che utilizzavano gli allevatori per arrivare a Prato Favale, tappa intermedia per il Pratone e Capitello.

Or a luogo dell'appuntamento: ore 9:00 davanti al Ristorante "Pierino" a Marcellina (RM)

Difficoltà: Media - **Dislivello:** 430m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, 1,5 l di acqua,

pranzo al sacco, macchina fotografica

Accessibilità:  dai 12 anni

Quota di partecipazione: 8€ a persona

Domenica 11 aprile

Parco Naturale Regionale Marturanum

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: sede del Parco Naturale Regionale Marturanum 0761.414507 oppure al 349.3017585

LA BUSSOLA MAGICA

Una giornata all'aperto di orienteering per imparare ad usare strumenti specifici potenziando la capacità di orientamento nello spazio, sviluppando la creatività e favorendo la socializzazione. Attività realizzata con la collaborazione dei volontari del Servizio Civile del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 Barbarano Romano (VT) davanti al museo Naturalistico centro/visite, viale IV novembre s.n.c.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, scarponcini, acqua ed eventuale merenda, pranzo al sacco

Accessibilità:  dai 6 ai 12 anni

Sabato 17 aprile

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: entro il giovedì precedente c/o Cooperativa Sociale Le Mille e una notte - Tel/fax 06.86210833
mail: scuolaf@lemilleeunanotte.coop dalle ore 10 alle ore 17 Giovanni Esposito

ARRIVA LA PRIMAVERA IN RISERVA

Una passeggiata alla scoperta dei colori e delle bellezze naturali della Riserva Tevere Farfa

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 c/o Punto Informativo Riserva Tevere Farfa Località Nazzano (RM)

Difficoltà: Medio/Alta

Lunghezza del percorso: 3 km circa - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: comodo e sportivo adatto alla stagione e scarpe con suola antiscivolo, macchina fotografica, borraccia, cappellino, binocolo

Accessibilità:  

Quota di partecipazione: escursione a pagamento 6 € a partecipante
Minimo 20 partecipanti

Ente Parco Riviera di Ulisse Parco Naturale Regionale Gianola e Monte di Scauri

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura di Geo&Bio Mediterranea, per ulteriori informazioni visitate il sito web: www.geoebiomediterranea.it
tel. 328.4574009 - e-mail: info@geoebiomediterranea.it

SULLE ALI DI MAMURRA

"Sulle ali di Mamurra" nel cuore dell'Area Protetta di Gianola, una passeggiata archeonaturalistica ci permetterà di fare un salto nel passato e rivivere gli svaghi degli antichi romani e la loro incredibile storia. Si potrà inoltre approfittare di una delle più interessanti iniziative naturalistiche che il Parco promuove proprio in questa stagione "l'inanellamento degli uccelli migratori", esperti ornitologi ci mostreranno l'importanza dello studio delle migrazioni, che miriadi di uccelli fanno ogni anno, affrontando migliaia di difficoltà. E con un pizzico di fortuna conosceremo piccoli e coloratissimi "gioielli volanti".

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 sul posto

Durata: 3 ore - **Quota di partecipazione:** 5 €

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Rita 328.3910161 dopo le 13 o Infopoint Parco Appia Antica 06.5135316 tutti i giorni dalle ore 9.30 alle ore 13.30 e dalle ore 14.00 alle ore 16.30

FESTA DEGLI AQUILONI

Ai bambini verrà consegnato il materiale per costruire, aiutati dagli operatori e colorare il proprio aquilone per farlo volare poi nella valle della Caffarella. Al termine della prova di volo ci sarà la premiazione della gara.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.00 Vallecola sotto Lgo Tacchi Venturi.

Durata: 2 ore e 30 minuti circa

Abbigliamento/attrezzatura: abiti sportivi e scarpe da ginnastica

Accessibilità:  dai 4 anni   

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura
tel. 06/35405310 lun-gio 9.00-16.30 ven. 9.00-14.00
e Consorzio di Cooperative Sociali Integra
tel. 06/50512920 cell. 335/6880515

COME DIVENTARE UN NATURALISTA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 18



Sabato 17 aprile

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



MEDITAZIONE CAMMINATA NELLA MELODIA DEI BOSCHI, SUI SENTIERI DELLE SORGENTI

Dalla magnifica terrazza panoramica di Rocca Priora, ci si inoltrerà tra boschi di castagno e di querce nelle valli circostanti (Vivaro, Doganella), sorgenti (Ceraso, Piscaro, Tegola, Formali, Monti) e Monti (Monte Ceraso, Monte Fiore, Artemisio), in un meraviglioso scenario panoramico e naturalistico.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Durata:** 3 ore

Quota di partecipazione: al termine dell'escursione sarà possibile mangiare a 15 € presso il Centro Vivere Insieme con il seguente menù: antipasto, primo, secondo, contorno, acqua vino e caffè.

LE VIE DELL'ACQUA DELL'ARTEMISIO

L'itinerario toccherà le sorgenti più importanti ed anche quelle meno "evidenti" situate in un bosco di elevato valore naturalistico, nel quale inoltre è facile trovare resti di tombe dell'età romana e ruderi del Castello d'Ariano.

Difficoltà: Medio - **Lunghezza del percorso:** 8 km - **Durata:** 4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking

PASSEGGIATE D'AUTORE:

L'ANTICA CIVITÀ E IL TEMPIO DI GIUNONE SOSPITA

Alla scoperta di una delle più antiche cittadine del Lazio che conserva reperti interessantissimi nel suo grazioso centro storico. La visita toccherà anche il Museo Civico ed il tempio di Giunone Sospita, importantissimo sito di culto e meta di pellegrinaggi nel mondo antico.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore

LE FONTI DELL'ARTEMISIO E LE FORME DELL'ACQUA

Passeggiata all'insegna della natura e della geologia. Partendo da Fontana Marcaccio si percorre il suggestivo itinerario delle principali fonti dell'Artemisio, con la possibilità di osservare come la forza erosiva delle acque abbia plasmato la roccia nel corso dei millenni.

Difficoltà: Medio - **Lunghezza del percorso:** 7 km - **Durata:** 4 ore

NORDIC WALKING NEI SENTIERI DEL PARCO "I DUE LAGHI"

Passeggiata sportiva, ma non troppo impegnativa, lungo alcuni sentieri del Parco che collegano i due laghi, imparando la tecnica base della camminata nordica.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 10 km - **Durata:** 4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking

NATURA QUIZ

Giornata dedicata ai bambini alla scoperta del Parco, dell'antico Vulcano Laziale, della flora e della fauna locale. Dopo una simpatica visita al sentiero interpretativo di Villa Barattolo, i bambini divisi in squadre, si sfideranno in un gioco a quiz a tema ambientale.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Accessibilità:**  in età scolare

Riserva Naturale Regionale Lago di Vico

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Centro Outdoor & Kayak Alchimia tel. 0761.609505 - 328.4385750



IN KAYAK SUL LAGO DI VICO

Avvicinamento al Kayak ed escursione sul Lago di Vico per osservare l'ambiente da un punto di vista inusuale e particolare.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 Bar "La bella Venere" c/o centro sportivo "La bella Venere" loc. Scardenato, Caprarola (VT)

Difficoltà: Medio/Bassa - **Durata:** 1/2 giornata - **Lunghezza del percorso:** 4-6 Km

Abbigliamento/attrezzatura: costume, ciabatte, asciugamano, cappello, acqua (facoltativo: T-shirt per coprire le spalle, sandali chiusi di plastica/calzari)

Accessibilità:  dai 10 anni

Quota di partecipazione: 5 € solo guida, 15 € guida + noleggio Kayak monoposto e attrezzatura

Domenica 18 aprile

Ente Parco Riviera di Ulisse

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura del Geologo Ermanno Ragozzino, funzionario dell'Ente Parco Regionale Riviera di Ulisse, ragozzinoermanno@tiscali.it, tel. 0771.743070

MESSAGGI DI PIETRA

(I CAMBIAMENTI CLIMATICI DEL PASSATO GEOLOGICO)

Escursione gratuita lungo le coste del parco di Monte Orlando e del Monumento Naturale di Sperlonga, aree naturali protette e gestite dal Parco Regionale Riviera di Ulisse. Sopra gli strati rocciosi si potranno leggere le tracce lasciate da un periodo molto caldo della storia geologica del terra, il Tirreniano. Spostamenti con bus navetta dell'Ente

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 piazza XIX Maggio Gaeta

Durata: 3 ore



Domenica 18 aprile

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Valle dell'Aniene

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Ass. Insieme per l'Aniene tel. 06.82003837 lunedì dalle 13.00 alle 18.00 dal martedì alla domenica dalle 9.00 alle 13.00

I PONTI SULL'ANIENE: LUNGO IL FIUME IN BICICLETTA

Dal Pratone delle Valli a Ponte Tazio in bicicletta.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 via Val d'Ala presso il Centro Polifunzionale

Difficoltà: Bassa - **Dislivello:** 10 m

Lunghezza del percorso: 1,5 Km circa - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità: si dai 7 anni



Ente Regionale RomaNatura Riserva Naturale dell'Insugherata

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Climax cell. 340.5534986

C'ERA UNA VOLTA IL MARE

Escursione per ripercorrere la storia geologica della riserva attraverso le testimonianze fossili e le stratificazioni che hanno interessato l'area per milioni di anni.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 Largo Vidari - Roma

Difficoltà: Medio/Alta - **Dislivello:** 70 m

Lunghezza del percorso: 3 Km circa - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità: dagli 8 anni

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Decima Malafede

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00

CENSIMENTO DELL'AVIFAUNA MEDIANTE LA TECNICA DELL'INANELLAMENTO

Visita guidata per comprendere la tecnica dell'inanellamento a scopo scientifico. Si potrà osservare la tecnica utilizzata, del tutto innocua, per la cattura, la marcatura con anelli alla zampa e il successivo immediato rilascio di uccelli selvatici.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 via Torre di Perna n. 315

Difficoltà: Media - **Dislivello:** 70 m

Lunghezza del percorso: 4 km circa - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e ATI Pangea cell. 335.6880515

ANTICHI SAPORI: LE ERBE SPONTANEE

Visita naturalistica alla ricerca delle principali specie di antico utilizzo alimentare, della campagna romana come della cicoria, borragine, finocchietta ma anche caccialepre, porcaccia e crespino e scoprendone il gusto, i profumi e il loro impiego in cucina.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 via valle di Perna, 315

Difficoltà: Media - **Dislivello:** 70 m

Lunghezza del percorso: 4 Km circa - **Durata:** 2 ore e 30 minuti

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità: si dagli 8 anni

Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Irene Amici cell. 328.9313451

VISITA GUIDATA AREA FAUNISTICA DIDATTICA DELL' ISTRICE



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 15

Domenica 18 aprile

Monumento Naturale Bosco Faito

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Centro Studi Tolerus - ambiente e territorio
Tel. 0775.604534 mercoledì - venerdì 10-13, 15-19 giovedì 15-19 Cell.
335.8436799 - 348.9249440 www.tolerus.it - info@tolerus.it

BOSCO FAITO IN FIORE



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 27

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Monti Aurunci 0771.598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30. A cura del Guardiaparco dell'Ente Regionale Parco dei Monti Aurunci - Antonio Masella 347.6319080

TRA CASTAGNI SECOLARI E PIANORI DI MONTAGNA

Passeggiata con i Guardiaparco dell'Ente partendo dalla località Roccaguglielma-Esperia, attraversando castagneti secolari fino a giungere ai pianori di Campo di Venza-Esperia.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 7.30 Itri Piazzale Carabinieri d'Italia ed ore 8.30 Esperia Superiore parcheggio antistante loc. Santuario Madonna delle Grazie

Difficoltà: Media - **Accessibilità:**  dai 10 anni

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni caldi e comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, telo termico, acqua, pranzo al sacco

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: A cura dell'Associazione "Legambiente Fondi" Circolo "La Ginestra" Biagio Quadrino 347/1892133, Franco Perrozi 327.4543198, Virginia Parisi 0771.502444 - 328.9697357

PASSEGGIATA PIANA DI SANT'ONOFRIO AURUNCI

Passeggiata ad anello di facile percorrenza tra boschi di cerro, carpino nero e nocciolati cresciuti su vecchi terrazzamenti abbandonati. Il percorso inizia dalla fertile piana di sant'Onofrio con le sue antiche cisterne di pietra e si immette in un sentiero che attraversa un bosco di querce: la zona è frequentata da uccelli (picchi e rapaci). In diversi punti del bosco si aprono radure che consentono di ammirare in lontananza i monti delle Mainarde e della Valle del Liri.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 - Fondi Via Occorsio (ex Pretura)

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore e 30 minuti - **Dislivello:** m. 100 circa

Abbigliamento/attrezzatura: zaino, scarponcini con calzettoni, borraccia, cappello, impermeabile d'emergenza.

Accessibilità:  dai 12 anni se accompagnati   se accompagnati

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci 0771.598114-30 dal lun-ven 8.30 - 13.30. a cura dell'Associazione A.S.D. Equitrek La Selva: Francesco Gelso guida E.N.G.E.A. cell. 328.0492710; Tara Gravina cell. 347/8890384



A CAVALLO DEGLI AURUNCI

Trekking di 1 giorni con ristoro, all'interno del parco a contatto con la natura per scoprire vecchi sentieri tra prati, pascoli e boschi montani. Itinerario: Via Appia Antica - Campodimele

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 parcheggio via Appia Antica / tra Itri e Fondi; rientro in serata

Difficoltà: Media (buona capacità di gestione del cavallo e preparazione fisica del cavaliere)

Abbigliamento/attrezzatura: comodo, da equitazione, giacca a vento, o mantellina per la pioggia, borraccia per l'acqua, coltellino serramanico; pranzo al sacco.

Quota di partecipazione: 65 € (guida, ristoro). Noleggio cavallo 40 € al giorno.

Parco Naturale Regionale Bracciano - Martignano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: A.M.B. Gemal Delegazione Sabatina Ceretana 328.7388961 prenotazione entro le 13.00 del giorno precedente

ANDAR PER FUNGHI E NON SOLO

Uscita in habitat per la raccolta di specie fungine ed erbe spontanee.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 Parcheggio di Martignano.

Difficoltà: Media - **Durata:** 3 ore circa

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini o stivali, coltellino, cestino, pantaloni e maglia a manica lunga.

Museo Civico Naturalistico Monti Prenestini Capranica Prenestina

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Museo Naturalistico di Capranica Prenestina 335.7151041 dal lunedì al venerdì ore 9.30 - 13.30 e 15.00 - 17.30, sabato e domenica 9.30 - 13.30 e 16.00 - 19.00 museo@comunecapranica.it, <http://culturalazio.it/musei/capranicaprenestina>

LA RUPE DI GUADAGNOL

La piana romana vista dal Monte Guadagnolo, il borgo più alto della Provincia di Roma.

Difficoltà: Bassa - **Abbigliamento/attrezzatura:** comodo

Quota di partecipazione: 3 € a persona e 2 € per bambini dai 6 ai 14 anni

Domenica 18 aprile

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIOCANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

IL VILLAGGIO DELLE MACINE SULLE RIVE DEL LAGO ALBANO



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

CONOSCERE I FUNGHI E LE ERBE DEL PARCO

Passeggiata naturalistica sull'Artemisio nei pressi della fonte Donzelletta, che ci consentirà anche di approfondire la conoscenza dei profumi a sapori primaverili del Parco con la raccolta di erbe e funghi. Da piazza Sant'Eurosia ci si dovrà spostare con mezzi propri all'inizio del sentiero.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 4 ore - **Lunghezza del percorso:** 3 Km

FOTOGRAFANDO I CASTELLI

Iniziativa finalizzata ad ammirare ed immortalare alcuni scorci più suggestivi del Parco dei Castelli Romani, con l'ausilio didattico di un fotografo. Gli spostamenti dovranno effettuarsi con mezzi propri.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore

NEL BOSCO DI LARIANO.

ALLA SCOPERTA DI SEGNI ED ECHI DI REMOTI INSEDIAMENTI. PARTE II

Escursione nella parte centrale del bosco di Lariano, nella quale sarà possibile osservare tracce di insediamenti protostorici e romani. Antichi fontanili e particolari sorgenti in grotte manufatte renderanno la passeggiata più interessante. Da piazza Sant'Eurosia ci si dovrà spostare con mezzi propri all'inizio del sentiero.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3/4 ore - **Lunghezza del percorso:** 7 Km

DAL TEMPIO DI GIOVE AL LAGO ALBANO

Dall'antico sito del Tempio di Giove, sacro ai Latini ed ai Romani, percorreremo un'antica via romana sino a raggiungere Fontan Tempesta. Una deviazione ci condurrà sulla cresta del cratere che contiene il lago Albano, dalla quale scenderemo sino a raggiungere le sue acque.

Difficoltà: Media - **Durata:** 4 ore - **Lunghezza del percorso:** 10 Km

FUTURO ANTICO



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 18



Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Ass. Insieme per l'Aniene tel. 06.82003837 lunedì dalle 13.00 alle 18.00 dal martedì alla domenica dalle 9.00 alle 13.00

BIOBECCO

Come si nutrono gli uccelli? Con l'aiuto di modellini e schede tematiche, sarà possibile entrare nel mondo degli uccelli e svelare i loro segreti di "caccia" al pasto.



Ora e luogo dell'appuntamento: le attività (della durata di circa un'ora) si svolgeranno presso la sede del Parco ex Cartiera Latina (via Appia Antica, 42) su prenotazione (telefonando all'Infopoint dell'Appia Antica) con i seguenti turni : 1)10.30-11.30, 2)12.00-13.00, 3)13.30-14.30, 4)15.00-16.00

Accessibilità: dai 6 ai 12 anni

Lunghezza del percorso: 1,5 Km circa - **Durata:** 2 ore

Quota di partecipazione: carta amici del parco 5,00 euro una volta acquistata permette l'accesso a tutti gli altri laboratori in programma.

Per partecipare ai laboratori è obbligatorio avere la carta Amici del Parco, reperibile presso il Parco in via Appia Antica 58/60 al costo di 5 €

Museo civico Archeologico Naturalistico Mineralogico "A.Klitsche de La Grange" Allumiere

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Piazza della Repubblica, 29 Allumiere (RM) Tel. 0766.967793 e-mail: museoallumiere@tiscali.it

L'ALLUME DI ROMA: STORIA DI UNA ANTICA INDUSTRIA

Visita guidata alla sezione di archeologia industriale del Museo Civico di Allumiere, per conoscere sotto il profilo storico, naturalistico e mineralogico il grande evento della scoperta dell'allume sui Monti della Tolfa. Prevista anche un'attività di laboratorio per riprodurre un cristallo di allume.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 Palazzo Camerale - Piazza della Repubblica, 29 Allumiere (RM)

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2 ore

Quota di partecipazione: per la visita all'intero percorso museale è previsto un biglietto di 2 € a persona.

Domenica 18 aprile

Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: tel. 339.7116706 - 348.3350854
piansantangelo@wwf.it - www.wwf.it/santangelo.net

BIRDWATCHING A PIAN SANT'ANGELO

Nell'area protetta sono state segnalate 95 specie di uccelli: un esperto ornitologo guiderà i visitatori alla scoperta di questo importante patrimonio di Biodiversità.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00, centro accoglienza del Monumento Naturale (dal parcheggio all'ingresso del Monumento Naturale percorrere per 100m. la strada bianca, svoltare a destra seguendo le indicazioni del sentiero natura)

Difficoltà: Media, alcuni tratti sono scoscesi e possono essere scivolosi.

Lunghezza del percorso: 4 km - **Durata:** 2 ore e 30 minuti

Dislivello: sono presenti saliscendi con tratti ripidi

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking e pantaloni lunghi

Accessibilità:  dai 5 anni

Quota di partecipazione: 6 €



Provincia di Roma - Riserva Naturale Regionale Macchia di Gattaceca Macchia del Barco

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Provincia di Roma, Dip. V - Serv. I "Ambiente (aree protette e parchi regionali)", dr.ssa Silvia Di Fazio, tel. 06.67663368
389.0753907 dalle ore 9.30-13.00 entro il giovedì che precede l'uscita

BIODIVERSITÀ - ALLA SCOPERTA DEL MICROMONDO DELLE SIEPI E DELLE ZONE UMIDE, GIOCARE CON LA BIODIVERSITÀ DEL BOSCO

La riserva è conosciuta per la Macchia di Gattaceca, ricca di boschi di cerro, farnia, farnietto ricoperti in primavera di estese fioriture di ciclamini e anemoni, e per la Macchia del Barco, dove prevale la bellezza paesaggistica con strade romane ed edifici medioevali. Per l'aspetto naturalistico inerente la biodiversità risulta di sicuro interesse, oltre al bosco, la presenza di laghetti, cascatelle e siepi naturali di confine. Nella parte carsica della riserva si trova "il Pozzo del Merro", una dolina di crollo di 60 metri circa di profondità, con un laghetto in superficie profondo 392 m. circa.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 entrata principale della Riserva in fondo a via di Gattaceca raggiungibile da Mentana percorrendo la via Reatina

Difficoltà: Medio/Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 km

Abbigliamento/attrezzatura: k-way

Accessibilità:  in età scolare



Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800.727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

DI CHE ERBA SEI? DA CAMPAGNANO AL LAGO DI MARTIGNANO

Passeggiata per il riconoscimento di erbe spontanee commestibili, da Campagnano al Lago di Martignano.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 - Campagnano di Roma, presso il Punto Informativo Territoriale del Parco di Veio, piazza Regina Elena angolo via Felice Cavallotti

Difficoltà: Media - **Durata:** 5 ore - **Lunghezza del percorso:** 6 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking

Dislivello: si - **Accessibilità:**  dai 12 anni

L'ANTICA CITTÀ DI VEIO: PASSEGGIATA A PONTE SODO

Passeggiata nell'area archeologica di Veio per raggiungere il suggestivo cunicolo etrusco di Ponte Sodo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 - Isola Farnese (Roma) presso la cascata della Mola

Difficoltà: Medio/Alta - **Durata:** 4 ore - **Lunghezza del percorso:** 4,5 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni lunghi, bastone

Dislivello: 60 m - **Accessibilità:**  dagli 8 anni

Quota di partecipazione: ingresso all'area sacra di Portonaccio a pagamento: 2 €

UNA GIORNATA IN FATTORIA TRA LE RAZZE DOMESTICHE. ATTIVITÀ PER BAMBINI, ZAPPANDO L'ORTO, GOVERNANDO GLI ANIMALI
Attività ludica per bambini all'interno di una vera azienda agricola dove è situato un piccolo Museo della civiltà contadina.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 16.00 - Casolare 311 (Museo di interesse locale e Punto Informativo del Parco), via dei Santi Martiri n. 12, Formello

Difficoltà: Basso - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: da campagna

Accessibilità:   dai 3 anni



Giovedì 22 aprile

Parco Naturale Regionale Antichissima città di Sutri

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 0761.634660 - 609393; dal lunedì al venerdì ore: 10.00 - 17.00 parco@comune.sutri.vt.it; corzani.roberto@yahoo.it

STORIA, ARTE E NATURA...

Visita guidata rivolta a tutti, alla Necropoli Etrusca, all'Anfiteatro Etrusco - Romano, al Mitreo Villa Savorelli, Bosco sacro, sentiero natura, una giornata fra natura e archeologia nella Tuscia.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 parcheggio Anfiteatro

Difficoltà: Bassa - **Dislivello:** 20 m

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da ginnastica e/o da trekking

Accessibilità:   si dai 12 anni

Sabato 24 aprile

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06.9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

SMORFIE LUNARI

Scopriamo insieme le forme e i colori del nostro satellite con giochi ed osservazioni.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3/4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, giacca a vento

Accessibilità:  in età scolare

Quota di partecipazione: con un costo di 10 € si potrà avere un "pranzo al sacco" costituita da un panino (tonno, mozzarella o affettati) una bottiglia d'acqua di 50 cl. un frutto e un dolce.

TREKking HORSE PROJECT

Passeggiata a cavallo nei boschi di castagno di Rocca di Papa e Velletri, adatta a tutti i tipi di cavalieri.

Sarà possibile terminare l'escursione con un buon pranzo.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 20 Km - **Durata:** 3 ore

Quota di partecipazione: l'escursione di 1 ora costa 20 €, l'escursione di 3 ore costa 50 € comprensiva di colazione o aperitivo. A questi costi bisogna aggiungere il patentino comprensivo di assicurazione (temporale di 45 giorni 15 € - annuale 30 €).

Pranzo da 10 €: antipasto, primo o secondo, bevande.

Pranzo da 15 €: antipasto, primo, secondo contorno, bevande.



STORNELLI E CANZONI ROMANESCHE TRA UN BICCHIERE DI VINO E 'NA RISATA

Una serata in una tipica fraschetta in compagnia di buoni amici a degustare piatti tipici dei Castelli Romani. Vecchie poesie romanesche che Trilussa e Ciprielli hanno composto ispirandosi al nostro territorio e stornelli ci faranno compagnia.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3/4 ore - **Accessibilità:**  in età scolare

Quota di partecipazione: menù fisso a 16 € composto da salumi e formaggi, focacce, fagioli con le cotiche, trippa, dolci tipici, vino ed acqua.



IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



IL GIARDINO DEI PROFUMI

Osservazione e riconoscimento tramite vista, olfatto e tatto. Proprietà ed usi delle piante officinali, con la possibilità di realizzare alla fine dell'escursione la sperimentazione di piatti, tisane e decotti con le piante individuate.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Lunghezza del percorso:** 3 km

Accessibilità:  in età scolare

Quota di partecipazione: al costo aggiuntivo di 5 € si potrà fare una degustazione dei prodotti realizzati dall'azienda.

ANTICHE BIBLIOTECHE NASCOSTE

Il fascino della biblioteca dell'Istituto Calasanzio, nella quale vi sono anche antichi volumi, ci accompagnerà per tutta l'escursione. Nella pinacoteca opere di Filippo Balbi e splendidi panorami su Roma dal terrazzo più alto dell'edificio.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Durata:** 2 Km

LA CRISTIANITÀ NELLA CONCA DEL LAGO DI NEMI

Visita al poco conosciuto eremo di San Michele che ci sorprenderà per la sua posizione ed i suoi affreschi.

Difficoltà: Medio/Alta - **Durata:** 3 ore

Lunghezza del percorso: 2 Km



Sabato 24 aprile

Ente Regionale RomaNatura: Parco Regionale Urbano del Pineto

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 o Coop. Pineto 2000 cell. 339.6378073

LE FORNACI DELLA VALLE DELL'INFERNO

Visita storica per osservare, attraverso i reperti dell'archeologia industriale ancora presenti sul territorio, il borghetto dei fornaciari, riscoprendo così la storia dei mutamenti che quest'area ha subito nell'ultimo secolo e mezzo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 via Pineta Sacchetti, 78

Difficoltà: Medio/Alta

Lunghezza del percorso: 2,5 km

Dislivello: 10 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  dai 6 anni

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Valle dei Casali

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 lunedì-giovedì 9.00-16.30 venerdì 9.00-14.00 e Coop. Valle dei Casali tel. 06.45476909 posta@valledeicasali.com mart. a ven. 9.00 - 13.00 mar. 9.00 - 13.00 e 15.00 - 19.00 sab. dom. 10.00 - 13.00

LA CASSETTA DELLE ERBE AROMATICHE

Laboratorio naturalistico dedicato alla realizzazione di un piccolo orto in cassetta in versione "aromatica". I bambini prepareranno il terreno nella propria cassetta di legno setacciando la terra, poi semineranno diverse specie di piante aromatiche come timo, prezzemolo, basilico, origano, salvia, erba cipollina, menta realizzando dei filari.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 via del Casaleto, 400

Abbigliamento/attrezzatura: adeguato per lavorare la terra e guanti da giardino

Accessibilità:  dai 3 ai 12 anni  

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 lun-gio 9.00-16.30 ven. 9.00-14.00 e Consorzio di Cooperative Sociali Integra tel. 06/50512920 cell. 335/6880515

COME DIVENTARE UN NATURALISTA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 18



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale di Monte Mario

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310 lun-gio 9.00-16.30 ven 9.00-14.00 e Gaia900 tel. 06.27800984 lun-ven 9.00-13.00 e 15.00-19.00 sabato 9.00-12.00

A SPASSO TRA LE VILLE

Itinerario alla scoperta della storia di Monte Mario: dalla quattrocentesca Villa Mellini, sede dell'Osservatorio Astronomico, all'ottocentesca Villa Mazzanti sede dell'Ente Regionale RomaNatura

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 17.00 Parco Mellini

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Accessibilità:  dagli 8 anni

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Domenica 25 aprile

Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 339.7116706 - 348.3350854 piansantangelo@wwf.it - www.wwf.it/santangelo.nt

ALLA SCOPERTA DEL MONUMENTO NATURALE

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 24

Ora dell'appuntamento: ore 15.00



a p r i l e

Domenica 25 aprile

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Tenuta dell'Acquafredda

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06.35405310
dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle
14.00 e Coop. Trifolium tel. 06.7211919 dalle ore 9.30 alle 12.30

IL SISTEMA DEI FOSSI

Visita per conoscere i principali elementi che compongono il sistema
fosso e per scoprirne l'importanza ecologica presente e passata.

Ora e luogo dell'appuntamento : ore 10.00 via dell'Acquafredda, 88

Difficoltà: Bassa

Lunghezza del percorso: 1 km - **Durata**: 2 ore - **Dislivello**: 30 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking
o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità: dai 6 anni

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Infopoint Parco Appia Antica 06.5135316
tutti i giorni dalle ore 9.30 alle ore 13.30 e dalle ore 14.00 alle ore 16.30

BIOBAT

Con l'aiuto di modellini e di giochi didattici, i bambini avranno modo di
conoscere leggende e realtà di un mammifero molto particolare e
minacciato: il pipistrello. I partecipanti potranno costruire il loro personale
pipistrello e avere lo schema per realizzare una "cassetta" nido.

Ora e luogo dell'appuntamento: le attività (della durata di circa un'ora) si
svolgeranno presso la sede del Parco ex Cartiera Latina (via Appia Antica, 42)
su prenotazione (telefonando all'Infopoint dell'Appia Antica)

con i seguenti turni: 1)10.30-11.30, 2)12.00-13.00, 3)13.30-14.30, 4)15.00-16.00

Accessibilità: dai 6 ai 12 anni

Quota di partecipazione: carta amici del parco 5 € una volta acquistata
permette l'accesso a tutti gli altri laboratori in programma
Per partecipare ai laboratori è obbligatorio avere la carta Amici del Parco,
reperibile presso il Parco in via Appia Antica 58/60 al costo di 5 €

Parco Naturale Regionale Monti Simbruini

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Molinari Rita ufficio promozione
0774.827221 orario 9.00-14.00 e-mail monti.simbruini@simbruini.it

ESCURSIONE ALTOPIANO DI FONDI-POZZO DELLA NEVE

Sui Simbruini i grandi avallamenti carsici o "campi" sono numerosi come i noti
"Campo Ceraso", dell'Osso, della Pietra e la Piana di Fondi nel Comune di Jenne
è questo il più spettacolare altopiano dei Simbruini, con numerosi inghiottitoi e
doline, attraverso queste fenditure superficiali le acque iniziano lunghi percorsi
sotterranei che conducono infine alle numerose sorgenti di fondovalle.

Ora e luogo dell'appuntamento : ore 9.30 Piana di Fondi

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso**: 2 km

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking e abbigliamento comodo

Accessibilità:

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Subiaco Tour - Sublacum
Reference 340.4105400 sublacumreference@tiscali.it
www.sublacumreference.it, Frattucci Tina ufficio promozione
0774.827221 orario 9.00-14.00 monti.simbruini@simbruini.it



I TESORI DELLA VALLE DELL'ANIENE - SUBIACO TOUR

Il percorso prevede la visita al monastero di S. Benedetto e il sentiero
natura presso l'incantevole "Laghetto di S. Benedetto", creato dalle fredde
e limpide acque del fiume Aniene, nei pressi dei ruderi della Villa
dell'Imperatore Nerone.

Ora e luogo dell'appuntamento : ore 9.30 Monastero di S. Benedetto - Subiaco

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso**: 0.6 km

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, scarpa da ginnastica/ trekking

Accessibilità:

Riserva Naturale Regionale Lago di Vico

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Labter RN Lago di Vico
tel. 0761.1659304 - 0761.647444, GP Angelo Belli 329.3604039

UNA FAVOLA NEL BOSCO

Vivremo in prima persona molte favole all'interno della faggeta di Monte
Venere, guidati da un guardiaparco e accompagnati dall'attrice Francesca
Spurio, durante la salita verso il pozzo del diavolo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 presso l'area attrezzata

in località Canale, ai piedi del Monte Venere all'interno della Riserva naturale.

Difficoltà: Bassa

Lunghezza del percorso: 1 Km circa - **Dislivello**: 200 mt circa

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo e scarpe comode

per muoversi nel bosco

Accessibilità: dai 4/5 anni

Domenica 25 aprile

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIACANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

NEMI E IL CARDINALE ANTONIO BARBERINI

Il paese, le sue vicende seicentesche e tutti i personaggi coinvolti, saranno raccontate per bocca dell'illustre Cardinale Barberini, protagonista per oltre quindici anni della sua storia, dal 1654 al 1671. Al termine della visita si potrà assistere all'esibizione di balli popolari in costume in piazza Umberto I.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 2/3 ore - **Lunghezza del percorso:** 1 Km

PERIPLO DEL LAGO DI NEMI

Tranquilla escursione lungo le rive del lago di Nemi alla scoperta dell'antico mito della Dea Diana che unitamente alla leggenda del Rex Nemorensis e del ramo d'oro, hanno reso affascinanti questi luoghi, lungo il percorso i resti del Santurio e dell'emissario. Al termine della visita si potrà assistere all'esibizione di balli popolari in costume in piazza Umberto I.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Lunghezza del percorso:** 6 Km

LE VILLE DI FRASCATI

Visita di Villa Aldobrandini (giardini e Ninfei) e di Villa Tuscolana (spazi comuni), alcune tra le testimonianze più importanti del circuito delle Ville tuscolane. Villa Aldobrandini, conosciuta anche come Villa Belvedere, e Villa tuscolana oggi divenuta un hotel, ci sorprenderanno nella loro spettacolare semplicità. Al termine della visita si potrà assistere all'esibizione di balli popolari in costume in piazza Umberto I.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Lunghezza del percorso:** 2 Km

GOCCE DI FRASCATI DOC

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 21

PASSEGGIATA IN PARCO CHIGI

Escursione naturalistica nel Parco Chigi ultimo lembo del Nemus Aricinum, bosco sacro dell'antica Ariccia dedicato a Diana Nemorensis. Soste e letture di brani.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 km - **Durata:** 3 ore

Quota di partecipazione: al termine dell'escursione sarà possibile pranzare al ristorante La Rupe con 18 € con il seguente menù: antipasto, primo, secondo ed acqua.

DANZE POPOLARI IN COSTUMI D'EPOCA

I canti e la danze popolari non sono mai stati vissuti solamente fine a loro stessi o come mezzo di svago ma scandivano i momenti più significativi e solenni della vita della Comunità. I tempi oramai sono cambiati e tali funzioni sono venute meno, ma riteniamo necessario trasmetterle la memoria e le tradizioni alle nuove generazioni.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 1 ora - **Accessibilità:**  in età scolare

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci 0771.598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30. a cura del Circolo Legambiente di Formia Gaeta - Itri. Stefania Gionta 338.1909493, Giuseppe Fantasia 329.8946927

ESCURSIONE SU MONTE VIOLA DA FERRAZZANO

Escursione su Monte Viola passando per Monte Ferrazzano e Mesole a contatto con la natura per scoprire vecchi sentieri tra prati, pascoli e boschi montani.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.30 raduno in Piazza Carabinieri d'Italia ad Itri.

Difficoltà: Media

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, acqua, pranzo al sacco.

Accessibilità:  se accompagnati

Domenica 25 aprile

Provincia di Roma Monumento Naturale Palude di Torre Flavia

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: dr.ssa Silvia Di Fazio,
tel. 06.67663368 - 389.0753907 dalle ore 9.30 alle 13.00
entro il giovedì che precede l'uscita.



BIODIVERSITÀ GENERALE E LOCALE DELL' AREA NATURALE: LE RISPOSTE DELLA PROVINCIA DI ROMA ALLE MINACCE ANTROPICHE

Le acque salmastre, le dune, gli stagni contornati di giunchi, carici e salicornie convivono in un'area dalla piccola estensione ma di grande valenza ambientale. Qui l'avifauna trova l'habitat più idoneo in tutte le stagioni nascondendosi tra i canneti, inoltre sarà possibile conoscere le fasi dell'inanellamento e osservare anche la splendida Torre Flavia che risale al XVI secolo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 entrata principale via Roma, 141 Ladispoli (RM)

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Difficoltà:** Bassa

Abbigliamento /attrezzatura: scarpe da trekking, k-way

Accessibilità:

Riserva Naturale Regionale Macchiatonda

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Archeodromo S.r.l. c/o Museo del Mare e della Navigazione antica-castello di Santa Severa, tel 0766.570209

ARCHEOTREKKING DA PYRGI A MACCHIATONDA

Occasione unica per conoscere uno dei tratti più suggestivi del Litorale romano. Durante la mattina si visiteranno i centri visite del Museo del Mare e della Navigazione Antica e della Riserva di Macchiatonda, l'Antiquarium e il Santuario etrusco dell'antica Pyrgi. Si passerà quindi lungo la spiaggia delle "sabbie nere", fino a raggiungere Macchiatonda. Dopo il pranzo al sacco, visita della Riserva.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 presso il Museo del Mare e della Navigazione Antica-Castello di Santa Severa.

Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 5 ore

Abbigliamento /attrezzatura: binocolo, scarpe da trekking, copricapo, acqua

Accessibilità: si dai 6 anni

Quota di partecipazione: 10 € sconti per famiglie

Ente Parco Riviera di Ulisse

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura dell'Ass. Sport. Dilett. Equitrek La Selva.
Tara 347.8890384 e-mail info@equitreklaSelva.com; http://www.equitreklaSelva.com

IL SENSO DELL'ANTICA VIA FLACCA (SPERLONGA)

Si ripercorrerà l'antica via Flacca nei pressi della Villa di Tiberio (Sperlonga), usando i nostri sensi per odorare, osservare, ascoltare e toccare con mano suggestivi scorci a picco sul mare. Si consiglia di portare la macchina fotografica.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 parcheggio presso Monte Orlando, Gaeta

oppure ore 9.30 parcheggio km della Via Flacca Vicinanze Museo Sperlonga.

Lunghezza del percorso: 3 Km circa - **Difficoltà:** Bassa

Abbigliamento /attrezzatura: scarpe da trekking, abbigliamento comodo, borraccia, lente o binocolo, macchina fotografica.

Accessibilità:

Quota di partecipazione: 6 €

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800.727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

VEIO, UNA CITTÀ DA SCOPRIRE: ARCHEOTREKKING

Promossa in collaborazione con la Soprintendenza per i Beni Archeologici dell'Etruria Meridionale ed il Museo dell'Agro Veientano di Formello, una passeggiata tra archeologia e natura attraversando il pianoro su cui sorgeva l'antica città.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 - Isola Farnese (La Storta-Roma), piazza della Colonna.

Difficoltà: Medio/Bassa - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 6 ore

Abbigliamento /attrezzatura: scarponcini da trekking, pranzo al sacco

Distivello: si - **Accessibilità:** dagli 8 anni

Quota di partecipazione: ingresso all'area sacra di Portonaccio a pagamento: 2 €

A SPASSO NEL BOSCO CON LE VECCHINE DELLE FIABE

Attività ludica per i bambini nelle Valli del Sorbo in un percorso scenico, interpretato dall'attrice Renata Zamengo, che ci accompagna attraverso le fiabe classiche più amate: protagonista il bosco.



Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 - Campagnano di Roma, Valli del Sorbo, pascolo ai piedi del Santuario nei pressi del ponticello sul Crémere.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 1 Km - **Durata:** 1 ora circa

Abbigliamento /attrezzatura: abbigliamento sportivo, telo o giornale per sedersi nel sottobosco

Distivello: più del 12% - **Accessibilità:** dai 4 anni

Domenica 25 aprile

Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Parco tel. 0774.637027
www.sinanet.apat.it/giardino_lucretili/progetto

VISITA AL GIARDINO DELLA VEGETAZIONE APPENNINICA "VALERIO GIACOMINI"

L'attività è rivolta a tutti, specialmente ai bambini, e si svolge a piedi. In un'ora circa è possibile osservare, lungo un percorso ad anello, i diversi tipi di habitat caratteristici dell'Appennino e la relativa vegetazione, segnalata da apposite etichette ed illustrata in una Guida del Parco dedicata. In macchina, lungo la suddetta strada provinciale, si può accedere ad altri habitat, segnalati e descritti da appositi cartelloni illustrativi.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 all'ingresso del Giardino "Valerio Giacomini", al km 2,3 della strada Scandriglia-Orvinio (partendo da Scandriglia).

Difficoltà: Bassa - **Dislivello:** 600 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode

Accessibilità:   si dai 6 anni all'interno del Giardino

 per le Stazioni di Interesse, possibilità di utilizzo di Joëlette, sul posto non ci sono bagni chimici

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: referente del Parco e del comune di Licenza tel. 348.9490338

SULLE ORME DI ORAZIO

Iniziativa organizzata dalla Associazione Monte Pellecchia con L'Associazione "Il Club del Coupé" e la Samaritan Family, per far conoscere il nostro territorio, la Storia e l'Arte, l'amicizia e la Natura. Incontro finalizzato a tonificare lo spirito, scoprire il territorio dove Visse il grande Poeta Latino Quinto Orazio Flacco, dove ancora oggi, nidifica l'Aquila Reale e con l'intento di aiutare la Samaritan Family, a raccogliere fondi per l'adozione a distanza di Bambini dell'Uganda garantendogli un anno di studio.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9:00 in piazza della Libertà a Licenza (RM)

Difficoltà: Bassa - **Dislivello:** 250 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking o da ginnastica

Accessibilità:  in età scolare

Chi vuole può prenotare il pranzo a 10/15 €

Parco Naturale Regionale Marturanum

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: sede del Parco Naturale Regionale Marturanum 0761.414507 oppure al 349.3017585 lberretta@parchilazio.it

CACCIA AL TESORO

Una giornata di attività ludiche all'aperto che permetteranno ai bambini ed ai ragazzi di ampliare le loro conoscenze naturalistiche sulla vegetazione e sugli animali che vivono nel bosco. Attività realizzata con la collaborazione dei volontari del Servizio Civile del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 Barbarano Romano (VT) davanti al museo Naturalistico centro/visite, viale IV novembre s.n.c.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 5 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, scarponcini, acqua, pranzo al sacco.

Accessibilità:  dai 6 ai 12 anni



a p r i l e



Week-end

30 aprile - 2 maggio

Da venerdì 30 aprile a domenica 2 maggio
**Parco Naturale Regionale
dei Monti Aurunci**

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci
0771.598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30.
a cura dell'Associazione Giovani per Maranola - tel. 0771.1875501

FINE SETTIMANA PER APPASSIONATI DI TREKKING E ARRAMPICATA

Lungo fine settimana dedicato agli amanti del trekking e dell'arrampicata deliziato dai prodotti tipici locali. Soggiorno presso il Rifugio di Acquaviva, escursione sul monte Ruazzo ed arrampicata sulla roccia Laolatra nei pressi del Redentore.

Ora e luogo dell'appuntamento: venerdì 30 aprile ore 16.00
Parcheggio di Campovortice a Maranola di Formia (LT) e/o stazione ferroviaria di Formia.

Difficoltà: Alta

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, borraccia, attrezzatura da arrampicata e macchina fotografica.

Quota di partecipazione: 210 € a persona
Chi vuole può prenotare il pranzo a 10/15 €

Sabato 1 maggio

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Riserva Naturale Regionale Monterano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Riserva Monterano 06/9962724
dal lun. al ven. dalle ore 10.00 alle ore 12.00

FESTA DEL LAVORO NEI PARCHI

Presentazione della realtà del mondo dei parchi e di chi ci lavora, visita guidata nella Riserva e degustazione di prodotti tipici.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 ufficio turistico comunale di Canale Monterano (RM)

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Rita 328/3910161 dopo le 13.00 o Infopoint
Parco Appia Antica 06/5135316 tutti i giorni dalle ore 9.30 alle ore 13.30 e dalle ore 14.00 alle ore 16.30

CACCIA AL TESORO

I bambini, e gli adulti che vorranno partecipare, divisi in squadre, dovranno superare alcune prove che avranno come tema il mondo della natura e la biodiversità, e impegnarsi in giochi agresti per riuscire a trovare il tesoro della valle della Caffarella.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.00 casale dell'ex mulino, nella valle della Caffarella

Difficoltà: Medio/bassa

Durata: 3 ore circa

Abbigliamento/attrezzatura: abiti sportivi e scarpe da ginnastica

Accessibilità: dai 5 anni;

Ente Parco Riviera di Ulisse

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura dell'Ass. Sport. Dilett. Equitrek La Selva
info@equitrekaselva.com - www.equitrekaselva.com

I FIORI DELLA SABBIA

Per la descrizione dell'attività vai a pag. 16

“Un click nella natura”



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Valle dell'Aniene

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310
dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e
Ass. Insieme per l'Aniene tel. 06/ 82003837 lunedì dalle 13.00 alle 18.00 dal
martedì alla domenica dalle 9.00 alle 13.00

I FESTA ALLA CERVELLETTA

Visita guidata al casale e al museuccio trascorreremo insieme la giornata con musica dal vivo e giochi popolari.

Ora e luogo dell'appuntamento: dalle 10.00 al tramonto via Cingolani
Difficoltà: Bassa

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Quota di partecipazione: costo d'ingresso all'anfiteatro 2,50 Euro

Accessibilità:

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale della Marcigliana

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel.
06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle
ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Tor San Giovanni tel. 06/87122260 dal venerdì,
sabato, domenica dalle 9.30 alle 16.00 cell. 349/8595085

LE TRACCE RACCONTANO

Visita naturalistica alla scoperta delle tane e delle tracce lasciate dagli abitanti della Riserva.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 in via di Tor S. Giovanni, 301
Difficoltà: Bassa

Lunghezza del percorso: 2,2 Km - **Durata:** 2 ore circa

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Massimo 25 partecipanti



Sabato 1 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

LE TRE CIME DEI CASTELLI ROMANI

Classica escursione sul crinale della bocca craterica interna del Vulcano Laziale che tocca tutte le vette più alte dei Castelli Romani. Scorci paesaggisti, panoramici ed interessanti realtà vegetazionali, ci accompagneranno lungo tutto il percorso.



Difficoltà: Media - **Lunghezza del percorso:** 10 Km - **Durata:** 4 ore

ALBANO, I CASTRA E I GLADIATORI

Passeggiata storico-archeologica nell'impianto dell'accampamento della II Legione Partica, con particolare attenzione all'anfiteatro ed ai giochi dei gladiatori che ospitava.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Durata:** 3 ore
Quota di partecipazione: costo d'ingresso all'anfiteatro 2,50 Euro

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA



Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



ANTICHE SEPOLTURE

Itinerario dedicato alla conoscenza delle diverse tecniche di sepoltura ed all'evolversi del concetto di aldilà dalla preistoria all'epoca romana. Il percorso si snoda tra la sezione archeologica del Museo della Città di Monte Porzio Catone, il singolare sepolcro romano detto "Casaccia" e la Chiesa di Sant'Antonino, caratterizzata da preesistenti testimonianze di strutture romane.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore
Quota di partecipazione: ingresso al Museo della Città 2 Euro

IL MIO AMICO ALBERO

I bambini impareranno a conoscere un albero e sarà spiegato loro l'importanza di tutelarli per la salute del nostro pianeta. Saranno poi guidati a realizzare un grande albero con materiale di recupero.



Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 1 Km - **Durata:** 3 ore

ACQUERELLI E PASTELLI PER BAMBINI

L'incontro è dedicato ai bambini ed ai colori. Verranno stese delle coperte su un prato per poi far disegnare, inventare, colorare e... divertendosi nel rispetto della natura. L'Associazione offrirà al gruppo partecipante il pranzo al sacco.

Difficoltà: Bassa - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 1 ora
Abbigliamento/attrezzatura: il materiale per dipingere sarà messo a disposizione dall'Associazione

Sabato 1 maggio

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Monti Aurunci 0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 – 13.30 a cura dell'Associazione "Animabike Pontecorvo" Gianfranco Caporuscio tel. 0776/770926 333/2865022



BIMBINBICI

Escursione in mountain bike, gimcana, guida sicura, giochi ed animazione. Esposizione e degustazione di prodotti tipici ciociari, gadget per tutti i partecipanti, estrazione dei biglietti vincenti della lotteria, premiazioni e premio speciale alla bici più originale. Programma dettagliato: ore 9.00 partenza da Piazza De Gasperi a Pontecorvo ed arrivo in località Melfi (4 km circa agevoli); ore 11.00: attività di educazione stradale con la collaborazione di istruttori federali della Scuola Italiana Mountain Bike; ore 12.00: percorso di abilità per imparare a muoversi in bici, in collaborazione con il Comando Stazione carabinieri di Pontecorvo; ore 13.00 pausa pranzo; ore 14.30 Gara di gimkana nei pressi del lago su percorso ad ostacoli per ragazzi di età superiore ai 12 anni. Le protezioni individuali saranno fornite dall'organizzazione.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 del 1°Maggio 2009 Appuntamento in Piazza A. de Gasperi (Belvedere) e arrivo in località Melfi (lago di S. Giovanni)
Lunghezza del percorso: percorso agevole di circa 4 Km ed estensione per i più allenati.

Accessibilità: dagli 11 anni

Quota di partecipazione: 5,00 euro per colazione a cura dell'Associazione

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Monti Aurunci 0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 – 13.30 a cura dell'Associazione "Arcobaleno", "Pro Loco di Pico" e "Associazione Pico-Farnese" tel. 340/25469562

2° PASSEGGIATA ECOLOGICA DI PRIMAVERA

Escursione sui luoghi cari allo scrittore Tommaso Landolfi, a contatto con la natura per scoprire vecchi sentieri tra prati, pascoli e boschi montani. Programma dettagliato: ore 9.00 Salita in auto verso la località "I Greci", partenza a piedi, visita al rifugio di "Pozzo Ranuccio", salita fino alla località "Cannavine La Cesa" con visita al vicino "Pozzo della neve", salita al monte di "Boccia" con vista su "Valle Vona" e l'intera "Valle del Liri" alla scoperta delle orchidee del Parco; ore 12.30 degustazione di prodotti tipici "ciociari" presso l'area Pic-nic di "Fossa Rotonda", pomeriggio di amicizia nel Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.30 del 1°Maggio 2010 appuntamento in Piazza Ferrucci a Pico

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, borraccia e macchina fotografica.

Accessibilità: se accompagnati

Quota di partecipazione: per la degustazione dei prodotti tipici 5,00

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

ALLA SCOPERTA DELLA VALLE DI MACCHIA PIANA

Passeggiata lungo i pendii della valle di Macchia Piana alla scoperta della biodiversità del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 17.00 – Castelnuovo di Porto, piazzale antistante la stazione ferroviaria

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 4 ore circa

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento da escursionismo leggero, scarponcini da trekking

Accessibilità: dagli 8 anni e se abituati a camminare

Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800021431-800593196 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

ESCURSIONE NATURALISTICA

Visita guidata a Selva di Paliano. Mercatino biologico con specialità locali e bio in collaborazione con Slow Food. Nel pomeriggio spettacolo di gastronomia fiabesca per bambini ed adulti a cura di Francesca Spurio.

Domenica 2 maggio

Ente Regionale RomaNatura: Parco Regionale Urbano di Aguzzano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Soc. Coop. Fauna Urbis cell. 339/4652794 venerdì – lunedì dalle 10.00 alle 17.00 e dal martedì al giovedì dalle 10.00 alle 13.00

IL VENTO E L'AQUILONE

Laboratorio all'aperto alla scoperta del ruolo che il vento svolge sulla crescita, il rinnovamento e la forma delle specie viventi, divertendoci a costruire gli aquiloni con materiale di riciclo per poi farli volare.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.30 piazzale Hegel (area giochi).

Difficoltà: bassa - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità: dai 6 anni



Domenica 2 maggio

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

DALLE VALLI DEL SORBO ALLA CASCATA DELL'INFERNO, NEL SANTUARIO DELLA BIODIVERSITÀ DEL PARCO

Una passeggiata nella natura attraversando boschi e pascoli, percorrendo le rive del fiume Crèmera, per giungere alle cascate.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.45 Formello, parcheggio a piazza della Repubblica
Difficoltà: medio/alta

Lunghezza del percorso: 4 Km - **Durata:** 3 ore
Dislivello: 200 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento da trekking, stivali di gomma, torcia elettrica

Accessibilità:  dagli 8 anni



CASTELNUOVO DI PORTO, LA VITA QUOTIDIANA

Conoscere il borgo di Castelnuovo di Porto in un percorso di visita ai monumenti e agli aspetti più interessanti della vita quotidiana: la casa, la vita domestica, i mercati e gli artigiani.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 - Castelnuovo di Porto, piazza Vittorio Veneto
Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** 2 ore
Dislivello: 30-40 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento e scarpe comode
Accessibilità:  dai 5 anni

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Domenica 2 maggio

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: la prenotazione è obbligatoria cooperativa L'Ape Regina 800/411834-0 centro visite Riserva Naturale Monte Rufeno orario dal lunedì al sabato: 9.00-13.00/16.00-18.30 domenica e festivi: 9.30 - 12.30

A SPASSO SULLA SALARA UN VIAGGIO NELLA BIODIVERSITÀ DEI NOSTRI BOSCHI

Attività escursionistica per adulti lungo La Salara, l'antico tratturo che collegava l'abitato di Acquapendente a quello di Torre Alfina. Oggi permette di attraversare le campagne e i boschi del nostro territorio e di apprezzarne la biodiversità. Arrivo all'antico Mulino del Subissone visita e pranzo al sacco, escursione fino al Museo del Fiore, per un approfondimento sulla flora e fauna locale grazie all'archivio multimediale.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 Centro Visite della R.N. Monte Rufeno SS Cassia, Acquapendente (VT). Per il rientro ad Acquapendente è previsto un servizio navetta con minibus 26 posti, a nostro carico, della durata di circa 30 minuti.

Difficoltà: medio/alta

Lunghezza del percorso: 12 Km - **Durata:** 4/5 ore - **Dislivello:** 30-40 m
Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, abbigliamento comodo, borraccia, pranzo al sacco, giacca impermeabile

Accessibilità:  dai 12 anni

Riserva Naturale Regionale Montagne della Duchessa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Riserva Montagne della Duchessa tel. 0746/306493

I BOSCHI SECOLARI DELLA VALLE DI MALITO

Escursione alla scoperta della valle di Malito e dei suoi castagni secolari.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9:00 a Corvaro di Borgorose (RI), in piazza S. Francesco

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 6 Km - **Durata:** 4 ore - **Dislivello:** 250 m
Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, giacca a vento

Accessibilità:  dai 10 anni

Domenica 2 maggio

Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 339.7116706 - 348.3350854
piansantangelo@wwf.it - www.wwf.it/santangelo.nt

ALLA SCOPERTA DEL MONUMENTO NATURALE

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 24

Ora dell'appuntamento: ore 15.00

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci
0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30. a cura del CAI di Esperia
Antonella Di Costanzo - Tel. 333/4109638

LA FIORITURA DELLE ORCHIDEE NEL PARCO NATURALE DEI MONTI AURUNCI - SERRA CAMPO DI VENZA

Passeggiata primaverile all'interno del Parco Naturale dei Monti Aurunci per scoprire la flora tipica del parco.

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 8 Km - **Dislivello:** 400 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni caldi e comodi, giacca a vento, maglione, guanti e cappello (sia in estate che inverno), viveri di conforto e borraccia, maglia e calze di ricambio

Quota di partecipazione: quota assicurativa di 3,00 euro per i non soci CAI (Club Alpino Italiano)

Parco Naturale Regionale Marturanum

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Sede del Parco Naturale Regionale Marturanum 0761/414507 oppure al 349/3017585 - lberretta@parchilazio.it

DISEGNIAMO LE FARFALLE!

Breve passeggiata e descrizione delle farfalle presenti nel Parco Marturanum e laboratorio di disegno (attrezzature e materiali forniti dal Parco). Attività realizzata con la collaborazione dei volontari del Servizio Civile del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: 10.00 Barbarano Romano (VT) davanti al museo Naturalistico centro/visite, viale IV novembre s.n.c

Difficoltà: bassa

Durata: 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, scarponcini, acqua ed eventuale merenda

Accessibilità:  dai 6 ai 12 anni

Ente Regionale RomaNatura: Parco Regionale Urbano del Pineto

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Pineto2000 cell. 339/6378073



LA COEVOLUZIONE

Passeggiata naturalistica nel parco per scoprire la coevoluzione tra angiosperme e insetti.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 via della Pineta Sacchetti, 78

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 2,5 Km - **Durata:** 3 ore circa - **Dislivello:** 10 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  dai 6 anni

Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800021431-800593196 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

NOTE E NATURA

La mattina è dedicata alla Domenica Ecologica nel pomeriggio concerto di musica barocca a cura di Anna Skorupska.

Domenica 2 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIOCANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

DA PALAZZOLO ALL'ANTICO ROMITORIO DI SANT'ANGELO IN LACU, UN UNICO PANORAMA SUL LAGO ALBANO

Dal punto panoramico di Palazzolo, si possono subito osservare segni di antiche presenze: il Mausoleo di un Console Romano. Inoltrandoci poi nel bosco, si giunge alle rovine dell'antico Romitorio di Sant'Angelo in Lacu nella fitta vegetazione del cratere del lago. Tornando verso il punto di partenza, sarà possibile osservare i resti di un antico acquedotto romano e stupendi panorami sul lago e il mare.

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 3 ore

IL BOSCO FERENTANO, NATURA E MAGICA ATMOSFERA ...

Uno dei boschi residuali dell'antica selva che sino al XVII secolo ricopriva i Colli Albani. Il bosco ferentano sotto l'abitato di Marino, sorge su un costone tufaceo e separa l'abitato dalla conca che contiene il lago Albano e, soprattutto nel periodo primaverile si resta colpiti dall'intenso blu dei fiori della Pervinca minore o dal rosso dell'Anemone.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore

SULLE TRACCE DELL'ANTICA ALBALONGA

La cittadina di Castel Gandolfo è nota soprattutto per essere la residenza estiva del Papa, ma dovrebbe essere anche conosciuta per i tesori che possiede nel suo territorio. Oltre all'incantevole posizione a dominio sul mare, sul lago e Roma, vi si trovano numerose testimonianze archeologiche e del medioevo conosciute e no, andiamo a visitarle insieme.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore

Al termine dell'escursione sarà possibile pranzare al ristorante la Scogliera con 22 Euro con il seguente menù: due primi, un secondo, contorno, frutta, caffè, acqua e vino è necessaria la prenotazione

GNOMI FATE E FOLLETTI

E' un laboratorio basato sull'improvvisazione teatrale. Attori mascherati coinvolgeranno i bambini con giochi di finzione.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Accessibilità:** 



MARINO TRA ARTE E STORIA

Una passeggiata nei vicoli e piazze del paese tra passato, leggenda, arte, architettura e i personaggi che hanno reso famosa la cittadina castellana.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore

Possibilità di pranzare con un menù fisso a 15 Euro presso la Cantina Ottaviani composto da piccolo aperitivo ed antipasto, un primo tipico, secondo, frutta, caffè, vino ed acqua



Riserva Naturale Regionale Montagne della Duchessa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: ASD Circolo Ricreativo Sportivo Collicello - Sig. Giovanni Innocenzi - tel. 338/2762770 annalisa1984@hotmail.it

IL BATTESIMO DELLA SELLA

Iniziazione al mondo del cavallo per bambini e ragazzi, anche per scolaresche e gruppi organizzati.

Ora e luogo dell'appuntamento: pre 9.00 Borgo di Cartore (RI)

Difficoltà: bassa

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da ginnastica, pantaloni lunghi, caschetto protettivo omologato (obbligatorio da indossare, sarà fornito in loco a chi ne fosse sprovvisto), pranzo al sacco

Accessibilità:  dai 6 anni

Sabato 8 maggio

Ente Parco Riviera di Ulisse Parco Naturale Regionale Gianola e Monte di Scauri

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura di Geo&Bio Mediterranea, per ulteriori informazioni visitate il sito web: www.geoebiomediterranea.it – tel. 328/4574009 e-mail: info@geoebiomediterranea.it

PASSAGGIO A SUDEST

“Passaggio a SUDEST” lungo il sentiero che unisce Formia a Scauri, ci sarà l'opportunità di osservare le fioriture primaverili che incantano il famoso “Malopasso” inebriando di colori e profumi tutti i partecipanti. Nel cuore della Macchia mediterranea, tradizioni, leggende e storia medioevale..

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 - **Durata:** 2 ore

Quota di partecipazione: 5 Euro

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



NORDIC WALKING NEI SENTIERI DEL PARCO “LE PIAGGIE”

Passaggiata sportiva, ma non troppo impegnativa, lungo alcuni sentieri del Parco posti nel piccolo cratere dei Monti delle Faete, imparando la tecnica base della camminata nordica.

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 10 Km

Durata: 4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking



PITTURA IN “PLEIN AIR” NEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 28

ESCURSIONE IN MTB

Bellissima escursione in Mtb che attraverso boschi prevalentemente di castagno ci condurrà dalle rive del lago Albano al Vivaro percorrendo anche un tratto di via Sacra.

Difficoltà: alta - **Lunghezza del percorso:** 30 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: mtb e casco personali



INCONTRI RAVVICINATI CON IL CIELO

Passaggeremo nel nostro sistema solare “visitando” i pianeti e le costellazioni riportati in scala su un sentiero privo di inquinamento luminoso, che ci consentirà di apprezzare maggiormente l'altra metà del panorama ...

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, giacca a vento.

Quota di partecipazione: con un costo di 10 Euro si potrà avere una “cena al sacco” costituita da un panino (tonno, mozzarella o affettati) una bottiglia d'acqua di 50 cl., un frutto, un dolce



“SINFONIA MODERNA”, LABORATORIO MUSICALE

I bambini dovranno coprire il ruolo del compositore. Attraverso l'esplorazione, gli esperimenti ed il gioco preparano una partitura per una performance di teatro musicale.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 3 ore - **Accessibilità:**  dai 6 anni



DOVE VIVONO GLI ANIMALI ?

Giornata di giochi dedicata ai bambini alla scoperta degli animali che popolano i nostri boschi, in particolare il bosco del Cerquone.

Difficoltà: Bassa - **Durata:** 3 ore - **Accessibilità:** 



ROCCA DI PAPA: LA REPUBBLICA DEI CASTELLI

Alla scoperta dell'incantevole Rocca di Papa apprezzata sin dall'antichità per la sua posizione, l'aria salubre e gli scorci panoramici. La visita è finalizzata alla scoperta dei piccoli tesori nascosti del suo centro storico, massi modellati, angoli decorati con variopinti murali, e io borgo antico dei Bavaresi.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore

Sabato 8 maggio

S.I.C. Monte Scalambra

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: contattare il Comune di Serrone nei giorni di lun., merc. e ven. dalle ore 9.00 alle ore 13.00 oppure il mart. e giov. dalle ore 15.30 alle ore 17.30 al numero 0775.52.30.64 (Sig. Enrico Fianco)

FESTA DEL PATRONO SAN MICHELE ARCANGELO

In onore del proprio patrono, San Michele Arcangelo, oltre alla manifestazione religiosa e civile, viene organizzata un'escursione ecologica al famoso "Romitorio di S. Michele", situato a 1105 m. di altezza sulla sommità del Monte Scalambra, circondato da secolari boschi di lecci. Detto Romitorio, la cui edificazione si fa risalire al 1100 d.C., comprende oggi due vani contigui, la chiesa ed il ricovero dell'eremita. Attraverso l'escursione, che parte dal centro del paese, è possibile ammirare il meraviglioso panorama offerto dalla Valle del Sacco e godere delle meraviglie della natura passeggiando tra i sentieri naturali che offre la montagna.

Difficoltà: alto, il percorso è difficilmente accessibile

Abbigliamento/attrezzatura: è necessario abbigliamento sportivo (da trekking), oltre a scorte di bevande e pranzo al sacco

Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800021431 800593196 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

TEATRO AL PARCO

Spettacolo teatrale alla Selva di Paliano.

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale di Monte Mario

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 Lun-gio 9.00-16.30, ven 9.00-14.00 e Gaia900 tel. 06/27800984 Lun-ven 9.00-13.00 e 5.00-19.00 sabato 9.00-12.00

LE PIANTE: SIMBOLI E MITI LA STORIA DELL'UOMO

Visita naturalistica per osservare la ricca biodiversità all'interno della Riserva di Monte Mario scoprendone miti e leggende.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 17.00 via Gomenizza, 81

Difficoltà: medio/alta

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** 2 ore circa - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Accessibilità:  dagli 8 anni

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

IL CIELO E LE STELLE ALLE VALLI DEL SORBO

Gli astrofili dell'Associazione A.R.A., muniti di telescopi computerizzati ci guideranno nell'osservazione degli astri e di alcuni fenomeni astronomici.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 20.45 - Formello, parcheggio di piazza della Repubblica

Difficoltà: bassa - **Durata:** 2 ore e mezza

Abbigliamento/attrezzatura: da campagna, scarponcini da trekking, torcia elettrica

Accessibilità:  dagli 8 anni



Week-end

8 - 9 maggio

Sabato 8 e domenica 9 maggio

Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Giuseppina Lodovisi 349/0638570 Pro loco 329/6262026 (anche per chi volesse pernottare nei giorni della manifestazione)

SAGRA DELL'ASPARAGO SELVATICO

La Proloco di Poggio Moiano organizza la 5° Sagra dell'Asparago Selvatico, con degustazione di pietanze condite con il tipico asparago selvatico. Una bella occasione per conoscere il Parco dei Monti Lucretili, le piante selvatiche commestibili e il caratteristico centro storico del paese.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 piazza al Parco cittadino di Poggio Moiano (RI)

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode

Accessibilità: 

Domenica 9 maggio

Parco Naturale Regionale Valle del Treja

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Associazione delle Forre 0761/587553

FORRE DELLA VALLE DEL TREJA DA CALCATA ALLA MOLA DI MAGLIANO ROMANO

Il percorso si snoda lungo un affluente del Treja, in uno scenario incontaminato particolarmente suggestivo per la natura, la diversità del paesaggio e la ricchezza delle sorgenti.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 davanti al Bar Novella di Mazzano Romano (RM)

Difficoltà: medio/alta - **Lunghezza del percorso:** 5 Km

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo da trekking

Accessibilità:  in età scolare

Quota di partecipazione: euro 5,00 per associati, euro 7,00 non associati.

Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Irene Amici cell. 328/9313451

LA VITA NOTTURNA DELL'ISTRICE, UN BEL TRAMONTO E L'OSSERVAZIONE DEL CIELO STELLATO

All'interno del territorio del Parco tra i numerosi animali presenti importante è la presenza di un grande roditore l'Istrice (*Hystrix cristata* L.).

Animale dall'aspetto inconfondibile per il suo mantello spinoso e curioso nelle sue abitudini notturne e crepuscolari. Per questo difficile da osservare in natura: spesso si rinvencono tracce della sua presenza nell'ambiente mediterraneo della macchia, dei coltivati abbandonati di San Polo dei Cavalieri.

L'area didattica si sviluppa su un articolato percorso in cui si combinano aspetti peculiari degli ambienti agricoli e pedemontani dei Monti Lucretili che forniscono aree idonee per la diffusione di numerose specie tra cui quelle tutelate come l'Istrice. La visita a San Polo dei Cavalieri rappresenta un'aula didattica a cielo aperto: tra sentieri segnati da una fitta vegetazione e rocce calcaree si può scorgere la tana in cui riposa di giorno e alleva i piccoli, osservare le tracce che lascia sul terreno, di cosa si nutre durante le diverse stagioni dell'anno nella macchia del bosco e tra i terreni agricoli. Sulle colline di San Polo si può apprezzare oltre lo splendido paesaggio al tramonto il cielo stellato con le sue costellazioni e pianeti.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.00 piazza G. Marconi a San Polo dei Cavalieri (RM)

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Distlivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode, abbigliamento invernale, torcia

Accessibilità:  dai 2 anni

Su richiesta si possono fornire informazioni su ristoranti di San Polo per mangiare nel paese prima delle attività Patrizia Casamassima



Riserva Naturale Regionale Lago di Vico

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 3c/o Camping Natura – 335/6527123 (Federica) info@lagodivico.it

IL LAGO...IN UNO SCATTO

Un'escursione emozionante con istruttore di kayak UISP che vi guiderà nell'esplorazione dei luoghi più suggestivi del lago ed in particolare in palude, alla scoperta della vita che popola il canneto. Durante l'uscita sarà possibile immortalare in uno scatto scorcio difficilmente raggiungibili.

Al termine dell'escursione ci si può fermare presso il camping natura per un pranzo al barbecue dopo di che si proietteranno le foto scattate, rielaborate in una presentazione. il DVD finale verrà distribuito a tutti i partecipanti (uno a famiglia, per nuclei familiari).

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 presso il Camping Natura – lago di Vico – Caprarola (VT)

Difficoltà: media

Durata: 2 ore

Distlivello: sono presenti saliscendi con tratti ripidi

Abbigliamento/attrezzatura: costume da bagno, accappatoio, ciabatte, macchina fotografica digitale.

Accessibilità:  dai 10 anni

All'interno del Camping sarà allestita un'area di BABY CREATIVITY con gli animatori del camping stesso, dove i genitori potranno lasciare i figli dai 5 ai 10 anni, mentre sono impegnati nelle attività in acqua.

E' possibile arrivare il sabato e pernottare presso le strutture del campig (www.camping-natura.com)

Quota di partecipazione: Euro 10,00 per attività, noleggio attrezzatura e assicurazione; costi facoltativi:

Euro 3 per le attività di Baby Creativity;

Euro 18 pranzo al barbecue (sconti per famiglie)

 La stessa attività sarà proposta tutte le domeniche fino al 13 giugno.

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Domenica 9 maggio

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

AL FOLLETTINO IN MOUNTAIN BIKE

Escursione in MTB attraversando le suggestive Valli del Sorbo, passando per Campagnano di Roma e Magliano Romano.



Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00

Formello, via Formellese nord km 10,200 – Largo del Castagneto

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 30 Km - **Durata:** 4 ore - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: mountain bike, abbigliamento tipo trekking, casco, borraccia, possibilità di noleggiare la bicicletta, e attrezzatura su prenotazione

Accessibilità:  dai 15 anni

ESPLORANDO LA MACCHIA DI RONCIGLIANO

Passeggiata tra i pascoli e i boschi della Macchia di Roncigliano dove con un po' di fortuna si può osservare una colonia di daini in libertà.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.45 – Magliano Romano, piazza Risorgimento

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 4 ore circa

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, abbigliamento da escursionismo leggero

Accessibilità:  dagli 8 anni e se abituati a camminare

IL BANCHETTO DEGLI DEI:

LA RELIGIONE GRECA, ETRUSCA E ROMANA, AL SANTUARIO DI VEIO

Attività ludica nell'area archeologica di Veio, per avvicinare i bambini al misterioso mondo della religione etrusca.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00

Isola Farnese (Roma) ingresso santuario del Portonaccio Parco Archeologico di Veio

Lunghezza del percorso: 1 Km - **Durata:** 2 ore circa

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking

Accessibilità:  dai 4 anni

Quota di partecipazione: ingresso all'area sacra di Portonaccio a pagamento: euro 2



Parco Naturale Regionale Monti Ausoni e Lago di Fondi – loc. Acquaviva

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Guardiaparco 349 – 8102258; Ufficio Turismo sostenibile: 0771 - 515926 (prenotazione obbligatoria per usufruire del trasporto gratuito con pulmino dell'area protetta)

LA NATURA, UN AMBIENTE FAMILIARE: NEL PARCO CON MAMMA E PAPÀ

Mezza giornata da trascorrere in famiglia alla scoperta della biodiversità del Parco attraverso visite guidate, giochi ed attività per grandi e piccoli, trasportati in modo gratuito dal pulmino del Parco. In caso di maltempo l'attività verrà rinviata alla domenica successiva.



Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.30 Sede Area Protetta, Via Appia km 114,500 Monte San Biagio (salvo diversa indicazione)

Difficoltà: medio/bassa - **Lunghezza del percorso:** < 1 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da ginnastica o trekking, abbigliamento comodo

Accessibilità:  3-4 anni

Numero massimo di partecipanti: 8 con pulmino gratuito 20 massimo per escursione

Museo civico Archeologico Naturalistico Mineralogico “A.Klitsche de La Grange” Allumiere

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Piazza della Repubblica, 29 Allumiere (RM)
Tel: 0766/967793 e-mail: museoallumiere@tiscali.it

L'ALLUME DI ROMA: STORIA DI UNA ANTICA INDUSTRIA

Visita guidata alla sezione di archeologia industriale del Museo Civico di Allumiere, per conoscere sotto il profilo storico, naturalistico e mineralogico il grande evento della scoperta dell'allume sui Monti della Tolfa. Prevista anche un'attività di laboratorio per riprodurre un cristallo di allume.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 Palazzo Camerale

Piazza della Repubblica, 29 Allumiere (RM)

Difficoltà: bassa

Durata: 2 ore

Quota di partecipazione: per la visita all'intero percorso museale è previsto un biglietto di 2 euro a persona.

Domenica 9 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



PASSEGGIATA IN PARCO CHIGI

Escursione naturalistica nel Parco Chigi ultimo lembo del Nemus Aricinum, bosco sacro dell'antica Ariccia dedicato a Diana Nemorensis. Soste e letture di brani classici.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore

Al termine dell'escursione sarà possibile pranzare al ristorante La Rupe con 18 Euro con il seguente menù: antipasto, primo, secondo ed acqua.

I TOUR DEI CASTELLI ROMANI DI AUTO D'EPOCA

Raduno di auto storiche e tour di alcune vie dei Castelli Romani con soste a Rocca Priora, Frascati, sosta pranzo a Castel Gandolfo, successiva sosta a Nemi con visita al Museo delle Navi e ritorno a Rocca di Papa.

Circa 90 km in compagnia di auto che ci hanno fatto sognare in un perfetto connubio tra tradizioni storia e cultura.



IL MUSEO GEOFISICO DI ROCCA DI PAPA E LA VIA SACRA

Un viaggio virtuale al centro della terra alla scoperta del nostro pianeta e dei suoi segreti. Al termine della visita, si percorrerà la Via Sacra, antica strada romana immersa in un bosco di castagno, che conduceva al tempio di Giove Laziale.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore

Accessibilità:  in età scolare

Quota di partecipazione:

2 Euro per l'ingresso al Museo.



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIACANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

IN CARROZZA NEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 25



IL SENTIERO NASCOSTO TRA I DUE LAGHI

Passeggiata naturalistica con alti contenuti paesaggistici che collega i due laghi dei Colli Albani. Il tragitto ci consentirà di approfondire i miti e le leggende che circondano questi luoghi.

Difficoltà: medio/alta - **Lunghezza del percorso:** 12 Km - **Durata:** 5 ore

Nel luogo d'incontro (punto d'arrivo dell'escursione), sarà necessario lasciare la metà delle autovetture dei partecipanti.

Con l'altra metà ci si sposterà al punto d'inizio del percorso.

Monumento Naturale Pian Sant'Angelo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 339/7116706, 348/3350854
piansantangelo@wwf.it www.wwf.it/santangelo.nt

VISITA GUIDATA AL MONUMENTO NATURALE

Il programma prevede visite guidate mattina e pomeriggio.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.00, centro accoglienza del Monumento Naturale (dal parcheggio all'ingresso del Monumento Naturale percorrere per 100m. la strada bianca, svoltare a destra seguendo le indicazioni del sentiero natura)

Difficoltà: media, alcuni tratti sono scoscesi e possono essere scivolosi.

Lunghezza del percorso: 4 Km - **Durata:** 2 ore e 30

Dislivello: sono presenti saliscendi con tratti ripidi

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni lunghi

Accessibilità:  dai 5 anni



Domenica 9 maggio

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Tenuta dei Massimi

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Consorzio Campagna Romana

LE SUGHERE DELLA PISANA

Visita guidata all'interno del bosco di sughere con Caccia ai tesori della natura: gli animali e gli alberi della sughereta Pic-nic nell'area attrezzata della Tenuta. Ore 15.00 attività per bambini: laboratorio "Dalla sughera ai tappi", con realizzazione di piccoli oggetti e di giochi in sughero.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 e ore 15.00 via Portuense, 863

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 1 Km - **Durata:** circa 2 ore per attività - **Dislivello:** 70 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Accessibilità:  dai 3 anni

Massimo 25 partecipanti

Parco Naturale Regionale Bracciano - Martignano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Cooperativa sociale LYMPHA 334/5987964 info@cooplympha.it - www.cooplympha.it (è obbligatoria la prenotazione entro le 13.00 del giorno precedente)

IL BOSCO, IL PRATO, LA MACCHIA E LA CALDARA

Piacevole passeggiata nella "Macchia Grande" di Manziana, uno dei più noti boschi di alto fusto della provincia di Roma, e nella limitrofa Caldara, per osservare, fra superbi Cerri e Farnetti, boschetti di Betulle e fenomeni tardo-vulcanici, i molteplici ambienti e le diversità di questo piccolo lembo di campagna romana.

La passeggiata verrà effettuata a piedi ed è aperta anche ai bambini di età superiore ai 7 anni. Il percorso è lineare senza troppi dislivelli. Durante il percorso sarà possibile approfondire il tema della biodiversità, tramite osservazione diretta ed approfondimenti mirati. Sarà possibile pranzare in loco: sono infatti presenti ampie aree pic-nic ed una zona barbecue (è quindi consigliabile portare il pranzo al sacco).

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9:00 all'ingresso del bosco di Manziana

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 4/5 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode e chiuse, preferibilmente da trekking, pantaloni lunghi, k-way e borraccia

Accessibilità:  dai 7 anni

Quota di partecipazione: 5 euro

Minimo 8 partecipanti



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Decima Malafede

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e ATI Pangea cell. 335/6880515

LE FIORITURE DELLA CAMPAGNA ROMANA

Una passeggiata tra i campi e le spallette tufacee per godere e scoprire le tante colorate fioriture delle piante tipiche della riserva. Si potranno osservare le numerose composite in fiore e anche labiate, ombrellifere e liliacee, tutte naturalmente spontanee.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 via Valle di Perna, 315

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 4 Km

Durata: circa 2 ore e 30 min. - **Dislivello:** 70 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  dagli 8 anni

Massimo 25 partecipanti

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale della Marcigliana

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/835405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Tor San Giovanni tel. 06/87122260 dal venerdì, sabato, domenica dalle 9.30 alle 16.00 cell. 349/8595085

LABORATORIO IN FATTORIA

Laboratorio in fattoria per trasformare il grano in pasta, con l'uso dei sensi si avvicinano i bambini alla conoscenza delle produzioni agricole e dei prodotti della nostra alimentazione tradizionale.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 in via di Tor S. Giovanni, 301

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 2,2 Km - **Durata:** circa 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Accessibilità:  dai 4 ai 12 anni

Massimo 25 partecipanti



m a g g i o



Sabato 15 maggio

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: la prenotazione è obbligatoria cooperativa L'Ape Regina 800/411834-0 centro visite Riserva Naturale Monte Rufeno orario dal lunedì al sabato: 9.00-13.00/16.00-18.30 domenica e festivi: 9.30 - 12.30

I PUGNALONI DI ACQUAPENDENTE E LA NOTTE DEI MUSEI

Attività ludica e laboratoriale per famiglie. Visita al Museo del Fiore, in particolare alla sezione dedicata ai Pugnalonì quadri realizzati con l'originale tecnica di colorare con fiori e foglie. Realizzazione di un Mini-Pugnalone da portare a casa. Nel tardo pomeriggio, spostamento ad Acquapendente e arrivo al Centro Visite (Via Cassia al km 131,600), e visita LIBERA ai laboratori e botteghe dove si stanno realizzando i veri Pugnalonì.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 al Museo del Fiore, Loc. Casale Giardino, frazione Torre Alfina Acquapendente (VT). Il proseguimento del programma, con visita ai laboratori dei Pugnalonì è libero e a carico dei partecipanti

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, borraccia, pranzo al sacco, giacca impermeabile e ombrello.

Accessibilità:  

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IL LABORATORIO DELL'ENTOMOLOGO

Un percorso per immergersi nel mondo degli insetti dominatori discreti e quasi sempre silenziosi

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 16.30
viale F.T. Marinetti, ingresso giardino pubblico

Difficoltà: bassa - **Durata:** circa 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  dai 6 anni



Parco Naturale Regionale Monti Simbruini

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Laurenti Emanuela 392/7390436, ufficio promozione 0774/827221 orario 9.00-14.00 e-mail monti.simbruini@simbruini.it

NATURA E IL CINEMA WESTERN ESCURSIONE NATURALISTICA

L'escursione ci condurrà all'altopiano di Camposecco posto a 1.400 s.l.m., modellato da morfologie carsiche, contornato da faggete, meta preferita per escursioni, campeggi e picnic e scelto da numerosi registi per effettuare le riprese di film western all'italiana di cui il più famoso è "Lo chiamavano Trinità".

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 7.00 Piazza Roma Camerata Nuova

Difficoltà: alta - **Lunghezza del percorso:** 9 Km circa

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, acqua, pranzo al sacco

Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 80021431-800593196 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

TEATRO AL PARCO

La mattina per le scuole il pomeriggio per tutti spettacolo teatrale a cura dell'associazione Koinè.



Sabato 15 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

Per la descrizione vai a pag. 14



FRASCATI, TRA FALSI STORICI, RICOSTRUZIONI E CAPOLAVORI

Curiosa ed interessante escursione per conoscere quali, tra i monumenti di Frascati, siano effettivamente originali, quali ricostruiti e quali "falsi storici".

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 2/3 Km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Quota di partecipazione: costo dell'iniziativa 8 Euro.

Con ulteriori 14 Euro sarà possibile pranzare con un menù composto da: primo, secondo, contorno acqua e vino

ITINERARI BERNINIANI.

IL "CAVALIER BERNINO" TRA CASTEL GANDOLFO ED ARICCIA

L'itinerario propone di far conoscere alcune delle maggiori opere del grande Gian Lorenzo Bernini, tramite la visita di due tra i più belli borghi d'Italia: Castel Gandolfo ed Ariccia. La distanza tra Castel Gandolfo ed Ariccia di 4 km dovrà essere percorsa con auto proprie.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 1 Km - **Durata:** 4 ore

Accessibilità: in età scolare

Quota di partecipazione: il costo del ticket è di 7 Euro per la visita del piano nobile di Palazzo Chigi

LE TRE CIME DEI CASTELLI ROMANI

Per la descrizione vai a pag. 43



UNA FINESTRA SUL PARCO: I MONTI TUSCOLANI. I GUARDIAPARCO RACCONTANO

Passeggiata naturalistico - archeologica sulla cresta dei Monti Tuscolani che si affacciano sull'antica Valle Latina. Osserveremo alcune rovine romane e medioevali con una lettura del territorio particolarmente attenta alla geologia dei Colli Albani.

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 7 Km - **Durata:** 4 ore

TREKKING HORSEPROJECT

Per la descrizione vai a pag. 36



CHE SCHIFO... A CHI?

Ragni, insetti, lombrichi, rospi, lumache e millepiedi, tutti organismi di cui faremmo volentieri a meno e che spesso non calcoliamo nemmeno. Attraverso le "meraviglie" del Bosco Ferentano scopriremo quanto questi animaletti siano indispensabili, insostituibili per l'ecosistema del bosco ... toccando con mano il loro ruolo fondamentale.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 1 Km - **Durata:** 3 ore

Ente Parco Riviera di Ulisse

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura di Geo&Bio Mediterranea, per ulteriori informazioni visitate il sito web: www.geoebiomediterranea.it - tel. 328/4574009 e-mail: info@geoebiomediterranea.it



NATURA IN GIOCO

"Natura in gioco" attività ludico-naturalistiche rivolte ai più piccoli immersi nella natura del Parco attraverso rivisitazioni di giochi noti i bambini impareranno a "leggere l'ambiente".

Ora e luogo dell'appuntamento sul posto: ore 10.00 - **Durata:** 4 ore

Quota di partecipazione: € 4,00

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale dell'Insubherata

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Climax cell. 340/5534986

I SUONI DELLA NATURA

Escursione naturalistica per ascoltare i suoni dei rapaci notturni e con un po' di fortuna potremo osservare anche anfibi e mammiferi.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 20.30 largo Vidari - Roma

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 2 Km circa - **Durata:** 2 ore

Distlivello: 70 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità: dai 12 anni

Massimo 25 partecipanti



Domenica 16 maggio

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

LA DIVERSITÀ DOMESTICA: VISITA AD UN GIARDINO FIORITO DI ROSE

Visita ad un giardino privato, nel cuore del Parco di Veio, per conoscere le diverse specie di fiori e piante.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 – Campagnano di Roma, Punto Informativo del Parco, piazza Regina Elena angolo via Felice Cavallotti

Difficoltà: bassa - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento e scarpe comode

Accessibilità:

PASSEGGIATA NELLE VALLI DEL SORBO

Passeggiata per conoscere la biodiversità dei principali ambienti che si incontrano nelle Valli del Sorbo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 – Valli del Sorbo, parcheggio lato Formello (su via Santa Maria del Sorbo)

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking

Accessibilità: dagli 8 anni

Parco Naturale Regionale Appia Antica

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Punto Informativo Appia Antica tutti i giorni dalle 9.30 alle 16.30 tel. 06/5135316
puntoappia@parcoappiaantica.it www.parcoappiaantica.it

FESTA DELLA CAMPAGNA ROMANA

Evento di una giornata: visite guidate, attività per bambini, mostre e musica popolare.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10 – 18 Stazzo valle della Caffarella, Giardino Romano via Appia Antica, area archeologica Santa Maria delle Mole, Tor Fiscale

Accessibilità:

Riserva Naturale Regionale Montagne della Duchessa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Riserva Montagne della Duchessa tel. 0746/306493

SULLE TRACCE DELLE ANTICHE GLACIAZIONI

Escursione naturalistica per osservare flora e fauna e le testimonianze delle antiche glaciazioni nella conca del Lago della Duchessa.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.30, Cartore di Borgorose (RI)

Difficoltà: alta

Lunghezza del percorso: 10 Km - **Durata:** 7 ore - **Dislivello:** 900 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, giacca a vento, borraccia, pranzo al sacco, binocolo

Accessibilità: dai 14 anni

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Laurentino Acqua-Acetosa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Consorzio di Cooperative Sociali Integra tel. 06/50512920 cell. 335/6880515

OSSERVARE PER SCOPRIRE LA BIODIVERSITÀ

Visita naturalistica alla scoperta di ciò che ci circonda.

Muniti di lente, taccuino per gli appunti e una semplice macchina fotografica vi aiuteranno a scorgere dettagli e rarità presenti nella Riserva.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 via C.E. Gadda

Durata: circa 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità: dai 9 anni

Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800021431-800593196 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

TEATRO E NOTE NEL PARCO

In mattinata teatro itinerante a cura di Francsca Spurio.

Nel pomeriggio concerto di musica classica a cura dell'associazione culturale Kaleidos.



Domenica 16 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIOCANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

I GRANDI TREKKING: I RUDERI DEL CASTELLO

I Guardiaparco dell'Ente ci faranno da guida in un'escursione impegnativa che dalla vallata del Vivaro, ci porterà sulla cima più alta dell'Artemisio, sino a raggiungere i ruderi del Castello d'Ariano. Boschi, panorami ed archeologia, ci accompagneranno lungo un tragitto che ci stupirà e ci consentirà di apprezzare al meglio le bellezze di questi luoghi.



Difficoltà: medio/alta - **Lunghezza del percorso:** 15 Km - **Durata:** 5/6 ore

LE CATAcombe AT DECIMUM

Le catacombe at decimum erano pertinenti ad un insediamento sorto presso il X miglio dell'antica via Latina. L'area cimiteriale fu in uso tra la fine del III ed il IV secolo e risulta particolarmente importante per lo stato di conservazione presso che integro di alcuni suoi settori che comprendono affreschi ed iscrizioni.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 2/3 ore

Quota di partecipazione: 5 Euro per l'ingresso alle catacombe

PASSEGGIATA D'AUTORE: MONTE CAVO... LETTURA DI UN TERRITORIO

Una passeggiata lungo l'antica strada romana che conduceva al Tempio di Giove, ci consentirà di cogliere e leggere le modifiche e trasformazioni avvenute nel tempo, non solo a causa dell'uomo.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 3 ore

NELLE VISCERE DELLA TERRA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 25

NEL BOSCO DI LARIANO. ALLA SCOPERTA DI SEGNI ED ECHI DI REMOTI INSEDIAMENTI. PARTE III

Escursione sulle pendici meridionali del Vulcano Laziale che ci condurrà fino alla sommità del Maschio di Lariano. Lungo il percorso si potranno osservare i segni di necropoli protostoriche e medioevali e i ruderi della rocca. Da piazza Sant'Eurosia ci si dovrà spostare con mezzi propri all'inizio del sentiero.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 7 Km - **Durata:** 3 ore

ALLA SCOPERTA DELLE SORGENTI E DEI SENTIERI DI ROCCA PRIORA

Dalla piana del Vivaro, un sentiero ci condurrà presso le più importanti sorgenti spontanee della zona. Vedremo le sorgenti Carpinello, Piscaro, Pucittu, Monte Fiore, Sbrinolo, passando per Monte Ceraso.

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 4 ore

Al termine dell'escursione sarà possibile mangiare a 15 Euro presso l'osteria I Castelli con il seguente menù: antipasto, primo, secondo, contorno, caffè, acqua vino.

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Monte Catillo

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Provincia di Roma, Dip. V - Serv. I "Ambiente (aree protette e parchi regionali)", dr.ssa Silvia Di Fazio, tel. 06/67663368 389/0753907 dalle ore 9.30-13.00 entro il giovedì che precede l'uscita

ATTIVITÀ IN PIENA NATURA:

GIOCARE NELLE AREE PROTETTE DELLA PROVINCIA DI ROMA E LABORATORIO DEGUSTAZIONE OLIO D.O.P. DELLA SABINA ROMANA

L'escursione si svolgerà lungo i sentieri del percorso naturalistico "Don Nello del Raso". Consentirà di attraversare in poche ore ambienti vegetali di grande interesse per rarità e valore della loro flora: rupi calcaree, campi solcati, il suggestivo bosco di sughere di Sirividola, biotipo unico al mondo, oltre ad ampi panorami sulle vestigia di Tivoli, la Grande Cascata Gregoriana ed i primi rilievi dell'Appennino laziale. Densità e profumate macchie di storce aricchiscono il percorso di bellezza e di un irrisolto enigma scientifico

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30
Arco di Quintiliolo a Tivoli Alto

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 4 Km

Abbigliamento/attrezzatura: k-way

Accessibilità:  in età scolare



Domenica 16 maggio

Riserva Naturale Regionale Macchiatonda

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Archeodromo S.r.l.
c/o Museo del Mare e della Navigazione antica
castello di Santa Severa, tel 0766/570209



DAI MONTI DELLA TOLFA AL MARE: RIO FIUME E MACCHIATONDA

Durante la mattina si visiteranno alcuni degli ambienti più suggestivi dei Monti della Tolfa, nei pressi del SIC Rio Fiume. Dopo il pranzo al sacco, si raggiungerà autonomamente la Riserva di Macchiatonda per la visita degli ambienti costieri

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 presso l'agriturismo "Natura e Cavallo" (S. Severa / Tolfa km 4,300)

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: Km - **Durata:** circa ore - **Dislivello:** 30/40 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o

Museo civico Archeologico Naturalistico Mineralogico "A. Klitsche de La Grange" Allumiere

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Piazza della Repubblica, 29 Allumiere (RM) Tel: 0766/967793 e-mail: museoallumiere@tiscali.it

ALLUMIERE TRA STORIA E NATURA

L'itinerario si sviluppa nel bosco Faggeto di Allumiere attraverso località di grande interesse storico e naturalistico che hanno attratto la presenza dell'uomo finalizzata all'estrazione del prezioso minerale di allume.

Il percorso prosegue con la visita della sezione mineralogica del Museo dove si potrà ripercorrere la storia della scoperta dell'allume sui Monti della Tolfa.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 al parcheggio del Bosco Faggeto piazzale Moroni Allumiere (RM)

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 3 Km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 400-500 m.s.l.

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento tecnico con scarpe da bicicletta o da ginnastica, acqua

Quota di partecipazione: per la visita all'intero percorso museale è previsto un biglietto di 2 euro a persona.

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci
0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30
a cura dell'Associazione Giovani per Maranola — tel. 0771/1875501

PIANO TERRUTO, UN CAMPO CARSICO SUL MARE

Dal rifugio di Acquaviva (m. 805) un lungo percorso in quota, attraverso la fitta lecceta di Valle Cupa e e brulle pendici dell'Auciana, fino a Piano Terruto (m. 905): una terrazza a picco sul mare. Una lunga passeggiata tra gli 800 e 900 metri di altitudine, dal rifugio di Acquaviva a Piano Terruto: un itinerario che sintetizza mirabilmente le caratteristiche montane e marine del preappennino laziale. Boschi e pascoli ubertosi, aridi pendii e rocce affioranti, estesi pianori e campi carsici con uno spettacolare affaccio sul mare e sulla costa tirrenica

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 parcheggio di Campovortice a Maranola di Formia (LT)

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, borraccia e pranzo al sacco, macchina fotografica

Accessibilità: dagli 8 anni,

ESCURSIONE A PIEDI

Pineta di Selva Cava (Ausonia)

Il sentiero, di recente realizzazione, si sviluppa all'interno della Pineta, area di notevole interesse naturalistico e paesaggistico.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 14.30; il luogo di partenza sarà sempre a Fondi, via Appia, lato ltri nel parcheggio antistante il Commissariato di Pubblica Sicurezza.

Lunghezza del percorso: 7 Km - **Durata:** fino alle 17.30 - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, borraccia e pranzo al sacco, macchina fotografica

Accessibilità: dai 7 anni



Domenica 16 maggio

Parco Naturale Regionale Marturanum

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: sede del Parco Naturale Regionale Marturanum 0761/414507 oppure al 349/3017585 lberretta@parchilazio.it

NATURABIKE

Escursione in mountain bike nei sentieri del parco con un esperto guardiaparco

Ora e luogo dell'appuntamento: 10.00 Barbarano Romano (VT) davanti al museo Naturalistico centro/visite, viale IV novembre s.n.c

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 15 Km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 200 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento tecnico con scarpe da bicicletta o da ginnastica, acqua

Accessibilità:  dai 10 anni



Giovedì 20 Maggio

Parco Naturale Regionale Antichissima città di Sutri

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 0761/634660-609393; dal lunedì al venerdì ore: 10.00 - 17.00 parco@comune.sutri.vt.it; corzani.roberto@yahoo.it

UN GIORNO DI MAGGIO TRA STORIA E LEGGÈNDA...

Visita guidata rivolta a tutti, alla Necropoli Etrusca, all'Anfiteatro Etrusco - Romano, al Mitreo Villa Savorelli, Bosco sacro, sentiero natura, una giornata fra natura e archeologia nella Tuscia

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 parcheggio Anfiteatro

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 20 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da ginnastica e/o da trekking

Accessibilità:  dai 12 anni 

Sabato 22 maggio

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Sabato 22 maggio

Parco Naturale Regionale Bracciano - Martignano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Associazione T.U.A. 333/7924370 prenotazione obbligatoria entro il venerdì precedente alle ore 13.00

UNO SGUARDO ALLA FLORA DELLA FAGGETA DEPRESSA

Percorso alla conoscenza della flora con possibilità di vedere alcune specie di orchidee spontanee di Oriolo Romano. Durante la visita sarà affrontato il tema della biodiversità. Oriolo si distingue per la diversa genesi urbana che la distingue nel territorio, e verrà poi proposta nella conoscenza itinerante della flora e delle orchidee spontanee della faggeta depressa e infine in gastronomia in occasione della merenda a fine della visita, con prodotti tipici della Tuscia

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 presso lo sportello turistico in via Claudia (ingresso lungo i bastioni quasi di fronte alla Farmacia) ampio Parcheggio auto nei pressi

Difficoltà: medio/bassa

Durata: massimo 4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: comodo, scarpe per camminare in boschi e prati

Accessibilità:  dai 6 anni

Minimo 5, massimo 20 partecipanti

Parco Naturale Regionale Monti Simbruini

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: ufficio promozione e sviluppo 0774/827219-21

ALLA SCOPERTA DELLE ORCHIDEE

Escursione naturalistica" alla ricerca delle orchidee selvatiche"

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 Piazza Italia Vallepietra

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking e abbigliamento comodo

Accessibilità: 

Riserva Naturale Regionale Monterano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Riserva Monterano 06/9962724 dal lun.al ven. dalle ore 10.00 alle ore 12.00

GIORNATA MONDIALE DELL'AMBIENTE

Alla scoperta dei tesori geologici e vegetazionali della riserva. In relazione alle condizioni meteorologiche sarà possibile vedere le splendide orchidee di Montangiano.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 ufficio turistico comunale di Canale Monterano (RM)

Sabato 22 maggio

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Tenuta dei Massimi

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Consorzio Campagna Romana cell. 328/6419421



LA NATURA IN MASCHERA

Escursione nel bosco Somaini, tra storia e natura.

Particolare attenzione verrà dedicata all'individuazione degli uccelli presenti nella Riserva.

Ore 13.00: Pranzo al sacco presso l'area pic-nic. Ore 14.30: Laboratorio per bambini "I travestimenti della Natura": costruzione di maschere "naturalistiche". Prendendo spunto dagli animali e dalle piante della tenuta, costruiremo insieme tante maschere, prendendo spunto soprattutto dalle spiegazioni della visita sugli uccelli. Ore 16.30: Mascherata generale

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 via Portuense, 863

Durata: 2 ore e 30 minuti

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Accessibilità: dai 4 ai 12 anni

Quota di partecipazione: xxx

Massimo 25 partecipanti

Riserva Naturale Regionale Lago di Vico

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Alchimia 0761/609505 e 328/4385750

VITA DA API

Percorso guidato esperienziale per conoscere la vita delle api, l'apicoltura e i prodotti apistici. Avvicinamento alle arnie con paratie protettive e tute da apicoltore per adulti e bambini. Piccola degustazione di mieli finale.

NON ADATTO A SOGGETTI ALLERGICI ALLA PUNTURA DELLE API

Ora e luogo dell'appuntamento: Ore 9.30 presso la sede della Riserva Naturale Via Cassia Cimina km 12,00 – Caprarola (VT)

Difficoltà: bassa

Durata: 1/2 giornata

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe chiuse, pantaloni lunghi e calze lunghe

Accessibilità: dai 10 anni,

Saranno disponibili modelli di ape con caratteristiche peculiari dell'insetto (torace peloso, 4 ali, zampe, pungiglione, antenne)

Quota di partecipazione: euro 5

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Associazione Nuova Pegasus tel. 347/5100003 e-mail: nuovapegasus@hotmail.it

A.A.A. AMBIENTE, ASTRONOMIA, AVVENTURA... ALLA RICERCA DEL CIELO PERDUTO!

Un viaggio virtuale ed interattivo fra le meraviglie del cosmo, guidati per mano da esperti del settore, alla riscoperta di un cielo troppo spesso nascosto dalle luci cittadine.

Un vero e proprio microcorso di astronomia pratica, dove apprendere sarà un continuo divertimento attraverso le osservazioni del sole, la ricerca di meteoriti, l'uso dei telescopi, la realizzazione di meridiane e di piccoli strumenti astronomici e tante altre esperienze interattive!

In più sarà possibile effettuare una visita al fantastico planetario digitale e vedere in funzione il telescopio principale dell'osservatorio. Secondo voi toccare il cielo con un dito è impossibile? Provare per credere!

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 17.30 ad Acquapendente, Centro Visite Riserva Acquapendente (VT), Via Cassia al Km 131,600

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 2 Km

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, borraccia, cena al sacco, giacca impermeabile e ombrello, torcia elettrica

Accessibilità:

(L'osservatorio astronomico è attrezzato per ospitare disabili e passeggeri. Il minibus e il sentiero da percorrere per raggiungere la struttura non sono attrezzati. È possibile organizzare il trasporto all'Osservatorio per passeggeri e carrozzati, previa comunicazione ai numeri sotto indicati)

Quota di partecipazione: € 15,00 a partecipante, comprensivo di servizio navetta per l'osservatorio astronomico ed attività.

Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800021431-800593196 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

TEATRO E STELLE

Spettacolo teatrale per bambini a cura dell'associazione Teatrale Particelle Elementari e a seguire con l'aiuto di esperti osservazione delle stelle.

Sabato 22 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

SMORFIE LUNARI

Scopriamo insieme le forme e i colori del nostro satellite con giochi ed osservazioni.

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** 3/4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, giacca a vento

Quota di partecipazione: 5 Euro per l'ingresso alle catacombe



FAVOLE A MERENDA

Ascoltare, sognare e giocare all'aria aperta, grazie ad una lettura animata.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 3 ore

Accessibilità:  in età scolare



L'ALBANO CRISTIANA

Passeggiata storico-archeologica per i monumenti Cristiani della cittadina, una delle più antiche diocesi d'Italia ed attuale sede della diocesi suburbicaria d'Albano. Si illustrerà nel corso della visita, il passaggio dalla città pagana a quella cristiana con l'ausilio delle visite alle Chiese più rappresentative del paese ed alle Catacombe di San Senatore.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 4 Km - **Durata:** 3 ore

Quota di partecipazione: costo d'ingresso alle Catacombe di San Senatore 2,50 €

STORNELLI E CANZONI ROMANESCHE TRA UN BICCHIERE DI VINO E 'NA RISATA

Una serata in una tipica fraschetta in compagnia di buoni amici a degustare piatti tipici dei Castelli Romani. Vecchie poesie romanesche che Trilussa e Ciprielli hanno composto ispirandosi al nostro territorio e stornelli ci faranno compagnia

Durata: 4 ore

Quota di partecipazione: menù fisso a 16 Euro composto da salumi e formaggi, focacce, fagioli con le cotiche, trippa, dolci tipici, vino ed acqua

FUTURO ANTICO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 18

UN GIORNO CON FRED E WILMA

Giornata dedicata ai bambini alla scoperta del mondo preistorico in cui saranno coinvolti in un laboratorio di ceramica.

Seguiranno giochi destinati ad approfondire la vita dei popoli primitivi dei Colli Albani.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 4 ore

Accessibilità:  in età scolare



IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: : n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

DI CHE ERBA SEI?

DALL'ANTICA VALLE DI SANTA LUCIA ALLE CASCATE DI MONTE GELATO

Passeggiata in campagna alla ricerca e per il riconoscimento di erbe spontanee, percorrendo la piccola valle di S. Lucia, sottostante il centro storico di Campagnano di Roma fino ad arrivare alle cascate di Monte Gelato

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.30 - Campagnano di Roma, presso il Punto Informativo Territoriale del Parco di Veio, piazza Regina Elena angolo via Felice Cavallotti

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 10 Km - **Durata:** 7 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini

da trekking, pranzo al sacco

Accessibilità:  dai 12 anni

Sabato 22 maggio

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale Valle dei Casali

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Valle dei Casali tel. 06/45476909 posta@valledeicasali.com mart. a ven. 9.00 – 13.00 mar. 9.00 – 13.00 e 15.00 – 19.00 sab. dom. 10.00 – 13.00

L'ORCHESTRA DELLA NATURA

Laboratorio per costruire strumenti musicali con i materiali raccolti nel giardino della Casa del Parco, come legnetti, legumi, noci e semi, pigne, cortece, rametti per improvvisare un'orchestra tutta al naturale

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 11.00 via del Casaleto, 400

Abbigliamento/attrezzatura: adeguato per lavorare la terra e guanti da giardino

Accessibilità:  dai 3 ai 12 anni  



Domenica 23 maggio

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822
orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30
sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30



ALLA SCOPERTA DELLA BIODIVERSITÀ DEL BOSCO DEL FOLLETTINO

Passeggiata nel bosco del Follettino, con attraversamento di una forra fino alle Valli del Sorbo

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.15 – Campagnano di Roma, presso il Punto Informativo Territoriale del Parco di Veio, piazza Regina Elena angolo via Felice Cavallotti

Difficoltà: medio/bassa

Lunghezza del percorso: 6 Km - **Durata:** 3 ore - **Dislivello:** < 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo e scarponcini da trekking

Accessibilità:  dagli 8 anni

L'ANTICA CITTÀ DI VEIO: VISITA AL COLOMBARIO "LA SPEZIERIA"

Passeggiata nell'area archeologica di Veio, con visita ad un antico colombario romano.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 - Isola Farnese (Roma), davanti alla Cascata della Mola

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 6 Km circa - **Durata:** 4 ore - **Dislivello:** 60 m

Abbigliamento/attrezzatura: pantaloni lunghi, scarponcini da trekking

Accessibilità:  dagli 8 anni

Quota di partecipazione: ingresso all'area sacra di Portonaccio a pagamento: 2€

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi 338/1714070
prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Week-end

22 - 23 maggio

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci 0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 – 13.30
a cura dell'Associazione A.S.D. Equitrek La Selva: Francesco Gelso guida E.N.G.E.A. cell. 328/0492710; Tara Gravina cell. 347/8890384

A CAVALLO DEGLI AURUNCI: FESTA DEL PARCO A SANT'ONOFRIO

Trekking di 2 giorni con pernottamento e ristoro, all'interno del parco a contatto con la natura per scoprire vecchi sentieri tra prati, pascoli e boschi montani.

Itinerario: 1° g Appia antica - Campodimele;

2° g Campodimele - Sant'Onofrio e rientro Campodimele.

Ora e luogo dell'appuntamento: Partenza ore 8:00 parcheggio via Appia Antica / tra Itri e Fondi; rientro in serata.

Difficoltà: media (buona capacità di gestione del cavallo e preparazione fisica del cavaliere)

Abbigliamento/attrezzatura: comodo, da equitazione, giacca a vento, o mantellina per la pioggia, borraccia per l'acqua, cottellino serramanico; pranzo, grigliata serale, pernottamento al rifugio o in tenda.

Quota di partecipazione: Quota di partecipazione 120.00 euro (guida, pernottamento, ristoro).

Noleggio cavallo 40.00 euro al giorno.

Domenica 23 maggio

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Monte Soratte

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Provincia di Roma, Dip. V – Serv. I “Ambiente (aree protette e parchi regionali)”, dr.ssa Silvia Di Fazio, tel. 06/67663368 – 389/0753907 dalle ore 9.30-13.00 entro il giovedì che precede l'uscita

ATTIVITÀ IN PIENA NATURA:

GIOCARE NELLE AREE PROTETTE DELLA PROVINCIA DI ROMA

Il tragitto della giornata inizia con il facilissimo “percorso vita” che già dai primi metri annuncia tutta la bellezza della R. N. Monte Soratte; di seguito si prosegue per il sentiero didattico “Le carbonare” che si snoda nel bosco mesofilo e nel quale si possono osservare i resti delle antiche carbonare, e si avrà la possibilità di partecipare ad attività ludiche strada facendo... Si raggiungerà l'eremo di San Silvestro, che regala una meravigliosa vista panoramica che spazia da laghi di Bracciano e Martignano, ai Monti della Tolfa fino al Mar Tirreno.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 Punto informativo della Provincia di Roma – Comune di Sant'Oreste in piazza Italia

Difficoltà: medio/alta

Lunghezza del percorso: 5 Km - Dislivello: 277 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking, pantaloni lunghi, k-way

Riserva Naturale Regionale Macchiatonda

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Archeodromo S.r.l.
c/o Museo del Mare e della Navigazione antica
castello di Santa Severa, tel 0766/570209

LE CONCHIGLIE-GIOIELLI DEL MARE

Durante la mattina si visiterà la Riserva di Macchiatonda e si osserveranno sulla spiaggia conchiglie e altri resti marini. Dopo il pranzo al sacco, si imparerà a conoscere e classificare le conchiglie per iniziare una collezione.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.45 presso l'ingresso della R.N.R di Macchiatonda

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 2 Km - Durata: 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode, copricapo, acqua

Accessibilità:  dai 6 anni

Quota di partecipazione: euro 10,00 sconti per famiglie

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: la prenotazione è obbligatoria cooperativa L'Ape Regina 800/411834-0
centro visite Riserva Naturale Monte Rufeno orario dal lunedì al sabato:
9.00–13.00/16.00–18.30 domenica e festivi: 9.30 - 12.30

TORRE ALFINA IN FESTA:

LE INFIORATE DI SAN BERNARDINO

Attività turistica per famiglie e adulti, nell'ambito della festa tradizionale di San Bernardino. La giornata prevede: partecipazione alla Festa con le caratteristiche infiorate, realizzate con elementi vegetali freschi, lungo le strade di uno dei “Borghi più belli d'Italia”. Trasferimento al Museo del Fiore e pranzo al sacco a carico dei partecipanti. Nel pomeriggio inaugurazione della Mostra “Le infiorate di Torre Alfina” e visita guidata al Museo del Fiore

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 parcheggio pullman Via Maria Santissima Liberatrice Torre Alfina , Acquapendente (VT)

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, borraccia, pranzo al sacco, giacca impermeabile e ombrello

Accessibilità: 

Parco Naturale Regionale Monti Simbruini

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Callari Lorena ufficio promozione 0774/827221
orario 9.00-14.00 e-mail monti.simbruini@simbruini.it

LA FONTE..... DELL'ANIENE

Il sentiero “ Fonte della Radica ” si snoda integralmente nella faggeta dopo aver superato il fiume. In località Fiumata nel comune di Filetino.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 al parcheggio adiacente la trorticoltura loc. Fiumata

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 km circa solo andata

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe comode o da trekking

Accessibilità:  dai 6 anni



Domenica 23 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIOCANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

UNA FINESTRA SUL PARCO:

I MONTI TUSCOLANI. I GUARDIAPARCO RACCONTANO

Passeggiata naturalistico - archeologica sulla cresta dei Monti Tuscolani che si affacciano sull'antica Valle latina. Osserveremo alcune rovine romane e medioevali con una lettura del territorio particolarmente attenta alla geologia dei Colli Albani

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 7 Km - **Durata:** 4 ore

IL VILLAGGIO DELLE MACINE SULLE RIVE DEL LAGO ALBANO

Scoperto abbastanza recentemente, il cosiddetto Villaggio delle Macine sulle rive del lago Albano di Castel Gandolfo, risale con molta probabilità a circa 3900 anni a. C.

La grande quantità di macine ritrovate hanno fornito lo spunto per dare il nome a questo sito paleo-archeologico tra i più importanti d'Europa per la sua estensione e per il numero di abitanti che si suppone vi abitassero.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 2 ore

FRASCATI SOTTERRANEA

Visita ad alcune antiche grotte di Frascati, scavate nel tufo, che un tempo collegavano l'intera città creando una vera e propria viabilità sotterranea e che oggi sono molto spesso usate come cantine e deposito vino.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 3 ore

ANTICA CUCINA CONTADINA: IL PANE

Storie e curiosità sull'alimento base della nostra cucina. Con l'aiuto di un esperto prepareremo l'impasto e cuoceremo il pane in un forno di terracotta ricostruito sul modello di quello etrusco. Ogni partecipante avrà la possibilità di gustare e portar via le proprie "creazioni".

Difficoltà: bassa - **Durata:** 3 ore

Quota di partecipazione: costo aggiuntivo di Euro 5 a partecipante per acquisto materiale

PASSEGGIATA ARCHEOLOGICA ARICCINA:

DALLA LOCANDA MARTORELLI ALLA SOSTRUZIONE DELLA VIA APPIA

Visita alla Locanda Martorelli, discesa lungo il Corso con sosta al Municipio e al belvedere della Portella e successiva discesa nella Valle Ariccina per via della Costa. Lungo il cammino sarà possibile ammirare le mura Siliane, il Capitolium dell'Antica cittadina, tombe rupestri il Basto del Diavolo e antiche vestigia della via Appia.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km - **Durata:** 3 ore

Al termine dell'escursione sarà possibile mangiare a 10 Euro presso il ristorante Funganà con il seguente menù: primo, secondo, caffè, amaro, acqua ¼ vino

Ente Parco Riviera di Ulisse

Parco Naturale Regionale Monte Orlando

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura del Geologo Ermanno Ragozzino, funzionario dell'Ente Parco Regionale Riviera di Ulisse, tel. 0771/743070 ragozzinoermanno@tiscali.it

MESSAGGI DI PIETRA

(I CAMBIAMENTI CLIMATICI DEL PASSATO GEOLOGICO)

Escursione gratuita lungo le coste del parco di M. Orlando e del Monumento Naturale di Sperlonga, aree naturali protette e gestite dal Parco Regionale Riviera di Ulisse. Sopra gli strati rocciosi si potranno leggere le tracce lasciate da un periodo molto caldo della storia geologica del terra, il Tirreniano. Spostamenti con bus navetta dell'Ente.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 piazza XIX Maggio, Gaeta

Difficoltà: medio/alta

Durata: 3 ore

Museo Civico Naturalistico

Monti Prenestini Capranica Prenestina

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Museo Naturalistico di Capranica Prenestina 335/7151041 dal lunedì al venerdì ore 9.30 - 13.30 e 15.00 - 17.30, sabato e domenica 9.30 - 13.30 e 16.00 - 19.00 mueo@comunecapranica.it <http://culturalazio.it/musei/capranicaprenestina/>

ALLA RICERCA DELLE ORCHIDEE SUI MONTI PRENESTINI

Visita guidata al museo e breve escursione.

Difficoltà: medio/bassa

Abbigliamento/attrezzatura: comodo

Quota di partecipazione: 3€ a persona e 2,50 € per bambini dai 6 ai 14 anni

Domenica 23 maggio

Parco Naturale Regionale Marturanum

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: sede del Parco Naturale Regionale Marturanum 0761/414507 oppure al 349/3017585 lberretta@parchilazio.it

ESPLORIAMO IL PARCO ALLA RICERCA DELLE TRACCE DEGLI ANIMALI

Passaggiata nel parco per osservare le tracce degli animali che vivono nel bosco, per sentire i racconti e le sue leggende e trascorrere una splendida giornata all'aria aperta accompagnati da un esperto naturalista. Attività realizzata con la collaborazione dei volontari del Servizio Civile del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: 10.00 Barbarano Romano (VT) davanti al museo Naturalistico centro/visite, viale IV novembre s.n.c.

Difficoltà: bassa

Durata: 4 ore - **Dislivello:** nessuno

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, scarponcini, pranzo al sacco e acqua

Accessibilità:  dai 6 ai 12 anni

Parco Naturale Regionale Bracciano - Martignano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Paolo Lorizzo 392/8082360
prenotazione entro le 13.00 del giorno precedente

VISITA GUIDATA PRESSO IL PARCO ARCHEOLOGICO- NATURALISTICO DELL'ACQUA CLAUDIA

La grande tenuta dello stabilimento dell'Acqua Claudia possiede i resti della grande villa romana di età tardo-repubblicana incentrata su un ninfeo ed una magnifica esedra formata da nicchie e da un retrostante criptoportico. Sul pianoro della collina sono visibili i resti di una monumentale cisterna circolare, mentre più in basso evidenti le tracce di un diverticolo stradale basolato e di una cisterna quadrata pertinente ad un'antica fontana. La visita del parco si svolgerà osservando la graziosa foresta di bambù che circonda la cosiddetta 'fontana dei Leoni' e i resti dell'interessantissima mola del '500, completamente inedita e ricca di spunti scientifici.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 presso l'ingresso dello stabilimento dell'Acqua Claudia in via della Sorgente Claudia

Difficoltà: medio/bassa

Lunghezza del percorso: 55 m

Abbigliamento/attrezzatura: comoda

Accessibilità:  dai 2 anni

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci 0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30

a cura del CAI di Esperia Clino Vallone - Tel. 333/2808556
c.vallone63@libero.it

FESTA EUROPEA DEI PARCHI

DA MONTICELLI (ESPERIA) AL CONVENTO DI S. ONOFRIO (CAMPODIMELE)

Da Monticelli (frazione di Esperia) a Campodimele attraverso i Monti Aurunci. Percorso di avvicinamento alla festa europea dei parchi organizzata dall'Ente Parco presso il monastero di S. Onofrio

Ora e luogo dell'appuntamento: da definire - Esperia

Difficoltà: medio/alta

Lunghezza del percorso: 20 Km - **Durata:** 4 ore - **Dislivello:** 600 m

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni caldi e comodi, giacca a vento, maglione, guanti e cappello (sia in estate che inverno), viveri di conforto e borraccia, maglia e calze di ricambio.

PANORAMICA SUL GOLFO INCONTRANDO LE ORCHIDEE

Percorso ad anello partendo dalla località Acquaviva di Formia, Sciro, Monte Ruazzo.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 7.30 Itri Piazzale Carabinieri d'Italia ed ore 8.30 Maranola parcheggio (sotto la torre)

Difficoltà: media

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni caldi e comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, telo termico, acqua, pranzo al sacco

Accessibilità:  dai 10 anni



Sabato 29 maggio

Parco Naturale Regionale Bracciano - Martignano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Coop. In Itinere 346/6816988
entro le ore 19 del venerdì precedente la visita

LEGGIAMO IL TERRITORIO

Passeggiata - laboratorio per bambini e ragazzi nei luoghi panoramici intorno ai laghi di Bracciano e Martignano. Con l'aiuto di binocoli, mappe topografiche e bussola impareremo a leggere il territorio e ad orientarci.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 15.00, parcheggio del lago di Martignano
Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 1 km circa
Abbigliamento/attrezzatura: comodo
Accessibilità:  dai 7 anni
Quota di partecipazione: 2 euro per materiale messo a disposizione (gratuito per bambini sotto gli 8 anni)



Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: entro giovedì antecedente c/o Cooperativa Sociale Le Mille e una notte - Tel/fax 06.86210833 scuola@lemilleeunanotte.coop dalle ore 10 alle ore 17 - 3281825055 Giovanni Esposito

UN PARCO DA RECORD

Passeggiando in riserva, alla scoperta degli animali protagonisti dei record in natura.

Ora e luogo dell'appuntamento: Ore 10,30 c/o Punto Informativo Riserva Tevere Farfa località Nazzano (RM)
Difficoltà: medio/alta - **Lunghezza del percorso:** 5 km circa - **Durata:** 2 ore
Abbigliamento/attrezzatura: comodo e sportivo adatto alla stagione e scarpe con suola antiscivolo, macchina fotografica, borraccia, cappellino, binocolo
Accessibilità:  
Quota di partecipazione: escursione a pagamento 6€ a partecipante

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria

SENTIERO DEL FIUME

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12



Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale di Monte Mario

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Gaia900 tel. 06/27800984 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00 sabato dalle 9.00 alle 12.00

ORIENTAMENTO PER BAMBINI

Escursione con bussola e cartina per imparare le tecniche di orientamento lungo i sentieri della Riserva.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 via Gomenizza, 81
Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 2 km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 100 m
Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo
Accessibilità:  dagli 8 anni

Quota di partecipazione: 2 euro per materiale messo a disposizione (gratuito per bambini sotto gli 8 anni)



Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

ASCOLTANDO I RAPACI NOTTURNI AL CHIARO DI LUNA

Nelle Valli del Sorbo, ricercando e ascoltando i richiami dei rapaci.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 20.45 Formello, piazza della Repubblica

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 1 Km - **Durata:** 2 ore e mezza
Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking
Accessibilità:  dagli 8 anni



UN FOTOGRAMMA TIRA L'ALTRO. L'INCONTRO TRA CINEMA E CIBO

Un percorso sensoriale alla riscoperta di immagini e sapori. Proiezioni a cura dell'Associazione Modulus e degustazione a base di prodotti tipici del Parco.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 18.00 - Formello, via dei Castelli n.65 presso la sede dell'Associazione Culturale MA. H. EL.

Durata: 1 ora
Abbigliamento/attrezzatura: comodo
Accessibilità:  dai 6 anni, 

Sabato 29 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

"LA GIRANDOLA DELLE STAGIONI", LABORATORIO MUSICALE

Un viaggio musicale attraverso l'anno con Antonio Vivaldi, le storie, i giochi e stimoli intorno alle stagioni.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 3 ore

Accessibilità:  in età scolare

IL PARCO, LA LUNA E TU ...

PASSEGGIATE NOTTURNE NEL PARCO ROMANTICO

La principale caratteristica di un giardino romantico all'inglese, è quella di proporre al visitatore un percorso di scoperta emozionale.

Quale miglior momento se non una notte di luna piena?

Sarà affascinante scoprire come la luce della luna crea paesaggi magici fra fronde di alberi e cascate d'acqua ...

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 2 Km - **Durata:** 2 ore

Abbigliamento/attrezzatura: si consiglia di portare torcia elettrica

Quota di partecipazione: ticket Parco Cesarini 3€ a persona, 2€ tra i 9 e 18 anni e over 65

DA FRASCATI A TUSCOLO

Suggestiva passeggiata che collega Frascati all'antica progenitrice: Tuscolo. Attraverso boschi e sentieri che univano i due siti in un connubio di natura e storia, si incontrerà e parlerà di Villa Falconieri, Villa Mondragone e l'eremo di Camaldoli, sino a giungere alla cima del colle dove sorgeva l'antico sito.

Difficoltà: medio/alta - **Lunghezza del percorso:** 7/8 Km - **Durata:** 4 ore

PASSEGGIATE D'AUTORE:

PALAZZOLO-CAPPUCCINI ..."LETTURA" DI UN TERRITORIO

Boschi e panorami sul lago Albano e Roma all'ombra dei castagni. Antico tracciato che univa il Convento di Palazzolo con la Sede Pontificia di Castel Gandolfo, che riprendeva un percorso ancora più antico, infatti lungo il percorso sarà possibile osservare resti di un acquedotto romano e di un sepolcro.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 5 Km - **Durata:** 3 ore

CONOSCERE I FUNGHI E LE ERBE DEL PARCO

Passeggiata naturalistica sull'Artemisio che ci consentirà anche di approfondire la conoscenza dei profumi a sapori primaverili del Parco con la raccolta di erbe e funghi.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 3 Km - **Durata:** 4 ore

IL BOSCO BARBAROSSA E LE TOMBE IPOGEE DI COLLE GROTTICELLE

Itinerario di notevole interesse naturalistico sulle pendici sud dei Monti delle Faete. Il percorso ci consentirà di ammirare anche un antico sito presumibilmente di epoca arcaica (preromana) scavato nel tufo e conosciuto come le Grotticelle, che probabilmente erano due tombe ipogee. Si tornerà al punto di partenza dopo aver passeggiato sulla cresta e sulle pendici del cratere dei Campi d'Annibale.

Difficoltà: media - **Lunghezza del percorso:** 7 Km - **Durata:** 3/4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: si consiglia di portare torcia elettrica

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA



Per la descrizione vai a pag. 14



Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800021431-800593196 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

TEATRO AL PARCO

Spettacolo teatrale "Comedy show" a cura della compagnia Donati Olesen. Nella giornata mercatino di prodotti biologici e locali.



Week-end

29 - 30 maggio



Sabato 29 e domenica 30 maggio

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci
0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30
a cura dell'Associazione Giovani per Maranola - tel. 0771/1875501

FINE SETTIMANA PER APPASSIONATI DI SPELEOLOGIA

Fine settimana all'insegna dei prodotti tipici e dedicato agli amanti della speleologia.

Soggiorno presso il Rifugio di Acquaviva ed escursione in grotta con esperti locali.

Ora e luogo dell'appuntamento: sabato 29 maggio ore 16.00
Parcheggio di Campovortice a Maranola di Formia (LT) e/o stazione ferroviaria di Formia.

Difficoltà: alta

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, borraccia, attrezzatura per discesa in grotta e macchina fotografica.

Quota di partecipazione: 140 euro a persona



Domenica 30 maggio

Parco Naturale Regionale dei Monti Aurunci

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco Naturale dei Monti Aurunci
0771/598114-30 dal lunedì al venerdì 8.30 - 13.30
a cura del Circolo Legambiente di Formia - Gaeta - Itri
Stefania Gionta 338/1909493, Giuseppa Fantasia 329/8946927

ESCURSIONE SU MONTE FAGGETO A CAMPODIMELE

Escursione su Monte Faggeto da Campodimele a contatto con la natura per scoprire vecchi sentieri tra prati, pascoli e boschi montani.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.30, Piazza Carabinieri d'Italia ad Itri
Difficoltà: media

Abbigliamento/attrezzatura: scarponcini da trekking, pantaloni comodi, giacca a vento, maglione, cappello, maglia e calze di ricambio, acqua, pranzo al sacco

Accessibilità: se accompagnati

Riserva Naturale Regionale Nazzano, Tevere - Farfa

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Federico Bronzi
338/1714070 prenotazione obbligatoria



SENTIERO DEL FIUME

Per la descrizione dell'attività vai a pag. 12

Selva di Paliano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800021431-800593196
dalle ore 10.00 alle ore 13.00 dal lun al ven.

NOTE E NATURA

Concerto di pizzica e musica salentina a cura del gruppo "Epifani Barbers" di Mimmo Epifani.

Domenica 30 maggio

Provincia di Roma Riserva Naturale Regionale Nomentum

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

dr.ssa Silvia Di Fazio

tel. 06/67663368 – 389/0753907

dalle ore 9.30-13.00

entro il giovedì che precede l'uscita



ALLA SCOPERTA DEL MICROMONDO DELLE SIEPI E DELLE ZONE UMIDE: GIOCARE NEI BOSCHI

L'area, che si estende per 850 ettari in ambiente collinare, è formata da due parti boschive: Macchia Mancini e Parco Trentani. La prima è caratterizzata dai Fontanili (antichi abbeveratoi) e da torri di avvistamento (Tor Lupara...), il secondo da boschi di latifoglie e specie diverse di flora e fauna.

La parte più alta (Cesa di Loreto) da sullo scorcio panoramico della parte terminale dei monti Cornicolani; la parte bassa, abbastanza integra, è costituita da fossi e canneti; qui è stata rinvenuta la salamandrina dagli occhiali che vive in un ecosistema particolarmente interessante e fragile.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 Parco Trentini –Via Nomentana, n. 320 – Km 21

Difficoltà: medio/bassa - **Lunghezza del percorso:** 2 Km

Abbigliamento/attrezzatura: k-way

Accessibilità:  in età scolare

Parco Naturale Regionale Monti Lucretili

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Parco tel. 0774/637027

CAMPITELLO, PRATO DELLE FORME E LA PIEVE DEI RONCI

Un giro ad anello che ci farà conoscere peculiarità storiche e naturalistiche di un territorio ancora selvaggio e di una natura che si è riappropriata di aree che nel passato l'uomo aveva trasformato e sfruttato lasciando solo alcune tracce di ciò che fu. Storia, leggende, torrenti ed orchidee

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9:00 al castagneto della S.P. San Polo Monte Morra

Difficoltà: medio/alto - **Distivello:** 600m

Abbigliamento/attrezzatura: scarpe da trekking 1,5 l di acqua, pranzo al sacco

Quota di partecipazione: 8,00 euro a persona

Parco Naturale Regionale Bracciano - Martignano

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ass. Antico Presente prenotazione obbligatoria entro le 13.00 del giorno precedente al numero 340/6451801

PASTORI E TESSITORI DI LANA

Il pastore sardo trasferitosi nel territorio dei Monti Sabatini negli anni 60, è onorato nel ricevere gruppi di bambini che per una giornata si improvvisano pastori e seguono con semplicità il lavoro all'interno di un'azienda agricola.

Si lavorerà per la preparazione della tosatura delle pecore, dal recupero delle pecore dal pascolo al recinto, al prendere una pecora e sottoporla alla tosatura. Si prepareranno laboratori didattici per tessere la lana e comprendere il ciclo della lavorazione e attraverso la generosità della natura comprendere le radici del colore.

L'azienda è situata a cavallo tra il lago di Bracciano e Martignano e l'ambiente offre un suggestivo panorama che arricchisce il contesto nel suo insieme offrendo un panorama mozzafiato all'interno del Parco Naturale.

Il periodo è strettamente legato al clima poiché non è possibile tosare le pecore con il freddo altrimenti si corre il pericolo che non producano il latte.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 presso Punto di Informazione Turistica di Anguillara Sabazia

Difficoltà: bassa

Abbigliamento/attrezzatura: vestiti comodi e adatti nella campagna

Quota di partecipazione: gratuito per bambini al di sotto di 4 anni e adulti al di sopra di 65 anni, 5,00 euro a bambino al di sotto di 12 anni e € 7,50 adulti.

Riserva Naturale Regionale Monte Rufeno

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: la prenotazione è obbligatoria Sergio Pieri (0763/7309206)

CAMMINATA DEL CIARASO

Il percorso si snoda tra stradine di campagna e piccoli boschi. Pranzo all'aria.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.30 presso zona antistante Stadio Comunale

Difficoltà: bassa

Abbigliamento/attrezzatura: equipaggiamento trekking

Domenica 30 maggio

Parco Naturale Regionale dei Castelli Romani

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Parco dei Castelli Romani telefono 06/9495255 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il giovedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 17.00

IN BARCA SUL SENTIERO DELL'ACQUA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14



GLI ASINELLI DELLA COLLINA DEGLI ASINELLI IN ... "ASINGIOCANDO" CON GLI ANIMALI DEL PARCO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 14

GOCCE DI FRASCATI DOC

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 21

NELLE VISCERE DELLA TERRA

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 25

LE VIE DELL'ACQUA DELL'ARTEMISIO

 Per la descrizione dell'attività vai a pag. 31



PASSEGGIATE D'AUTORE: VOCI DALL'INFERNO

Letture di classici e poesie nelle Latomie del lago Albano. Dal latino *lātomiæ* che a sua volta deriva dal greco *latomiái* (termine composto che significa pietra e tagliare), nell'antichità erano cave di pietra o di marmo utilizzate, una volta esaurita la vena estrartrice per incarcerare schiavi, prigionieri di guerra o delinquenti in genere. Oggi il termine indica "carcere", specialmente se le Latomie sono sotterranee e tenebrose come quelle del lago Albano.

Difficoltà: bassa - **Lunghezza del percorso:** 6 Km - **Durata:** 6 ore

BARCO BORGHESE

Barco Borghese, spettacolare spianata quadrangolare scenograficamente affacciata su Roma con sviluppo sotterraneo maestoso. Era un tempio? Una villa? Terme? Uno dei luoghi del territorio ancora avvolto nel mistero.

Difficoltà: bassa - **Durata:** 2 ore

PRIMAVERA BIKE: TOUR DEI DUE LAGHI

Escursione guidata in Mtb nei sentieri sterrati del Parco che costeggiano i due laghi. Scorci panoramici, vegetazione ed archeologia con un tratto di basolato dell'antica strada romana della via sacra, ci faranno compagnia in questa escursione.

Difficoltà: medio/bassa

Lunghezza del percorso: 20 km - **Durata:** 3 ore

Abbigliamento/attrezzatura: mtb, casco e lampadina

Al termine dell'escursione sarà possibile partecipare ad una grigliata di carne mista al costo di 12 Euro



ALLA SCOPERTA DELLA NATURA ATTRAVERSO LA MACCHINA FOTOGRAFICA

Passeggiata nella natura per cogliere grazie all'obiettivo fotografico, ciò che di bello ci offre il territorio.

L'Associazione offrirà al gruppo partecipante il pranzo al sacco.

La foto più bella sarà premiata con un ricordo per la partecipazione e verrà pubblicata su testate locali.

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 5 Km - **Durata:** 4 ore

Abbigliamento/attrezzatura: portare la macchinetta fotografica

Domenica 30 maggio

Parco Naturale Regionale di Veio

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: n. verde 800727822 orario: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 16.30 sabato e domenica dalle 9.30 alle 12.30

SUL MONTE GELATO IN MOUNTAIN BIKE

Escursione in MTB attraversando le suggestive Valli del Sorbo, per raggiungere Monte Gelato e Magliano Romano.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.30 – Formello, via Formellese nord km 10,200 – Largo del Castagneto

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: 35 km - **Durata:** 4 ore e mezza - **Dislivello:** max 150 m

Abbigliamento/attrezzatura: mountain bike, abbigliamento tipo trekking, casco, borraccia, possibilità di noleggiare la bicicletta e l'attrezzatura, su prenotazione

Accessibilità:  dai 15 anni



ARCHEOLOGIA LUNGO L'ANTICA VIA FLAMINIA. LA VILLA DELL'IMPERATRICE LIVIA

La prestigiosa residenza di Livia, moglie dell'Imperatore Augusto, ricca di mosaici ed affreschi tra cui la celebre veduta di giardino.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 – Roma, via della Villa di Livia – ingresso dell'area archeologica (superare ed attraversare il giardino pubblico)

Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 1 km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 20 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo, torcia elettrica

Accessibilità:  dagli 8 anni

IL GIOCO DE "L'ECOLOGO"

Attività ludica per bambini e famiglie alle Valli del Sorbo: un gioco di società che utilizzando una grande mappa fisica della terra ci porta a conoscere e scoprire le risorse naturali e i principi dell'ecologia.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00

Valli del Sorbo, parcheggio lato Formello (su via Santa Maria del Sorbo)

Difficoltà: medio/bassa

Lunghezza del percorso: 1 km - **Durata:** 3 ore circa - **Dislivello:** 5% - 10%

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento da campagna, cappello per il sole, piccola merenda e acqua

Accessibilità:  dai 7 anni



NOTE D'ALTRI TEMPI

Concerto di canzoni romane per ricordare il sessantesimo anniversario della riforma agraria e presentazione della rassegna "Parole in bianco-e-nero". Concerto di musica popolare accompagnato da un'introduzione storica sulla riforma fondiaria nel Lazio e da una visita guidata al museo della civiltà contadina.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 18.00 – Formello, Casolare 311, via dei Santi Martiri n. 12

Durata: 1 ore e mezza

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento comodo

Accessibilità:  dai 4 anni, 

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale di Monte Mario

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Gaia900 tel. 06/27800984 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00 sabato dalle 9.00 alle 12.00

LE PIANTE: TREK URBAN

Itinerario partendo da via Gomenizza fino ad arrivare a via De Amicis e ritorno, per tonificare la mente e il fisico

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 8.00 via Gomenizza, 81

Difficoltà: alta

Lunghezza del percorso: 15 Km - **Durata:** 5 ore - **Dislivello:** 100 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo

Accessibilità:  dagli 8 anni



Domenica 30 maggio

Ente Regionale RomaNatura: Riserva Naturale dell'Insugherata

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Ente Regionale RomaNatura tel. 06/35405310 dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle 16.30 il venerdì dalle ore 9.00 alle 14.00 e Coop. Climax cell. 340/5534986

LA FESTA DEL FIORE

Passeggiata alla ricerca delle principali specie vegetali fiorite soffermandoci in particolare sulle specie arbustive ed arboree tipiche della macchia mediterranea come querce da sughere, ginestre e cisto, scoprendone così la loro importanza in campo alimentare i pianori della riserva e i boschi di eucalipto.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 10.00 via Castagnola

Difficoltà: media

Lunghezza del percorso: circa 2 km - **Durata:** 2 ore - **Dislivello:** 70 m

Abbigliamento/attrezzatura: abbigliamento sportivo, scarpe da trekking o scarpe adatte a terreni fangosi

Accessibilità:  dai 12 anni

Ente Parco Riviera di Ulisse Parco Naturale Regionale Monte Orlando

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: a cura dell'Ass. Sport. Dilett. Equitrek La Selva, Tara 347/8890384
info@equitreklaSelva.com www.equitreklaSelva.com

AROMI E PROFUMI DELLA MACCHIA MEDITERRANEA

Escursione naturalistica all'interno del parco di Monte Orlando, alla ricerca di piante officinali ed endemiche.

Saranno rilasciate alcune ricette casalinghe sugli usi antichi e moderni delle piante.

Ora e luogo dell'appuntamento: ore 9.00 parcheggio di Monte Orlando, Gaeta
Difficoltà: bassa

Lunghezza del percorso: 3 Km circa

Abbigliamento/attrezzatura: comodo, scarpe da ginnastica, cappello con visiera, zainetto, borraccia, eventuale macchina fotografica.

Quota di partecipazione: euro 5



Campi ambiente 2010



Junior



Evergreen



Gruppi



Famiglie

Le aree protette del Lazio ti aspettano!

Per informazioni chiama il numero verde **800593196-800021431**,
dal lunedì al venerdì dalle ore 10.00 alle 13.00.



ARP
 Agenzia Regionale Parchi



REGIONE
 LAZIO

Via del Pescaccio 96/98
 00166 Roma
 tel. 0651681

agenzia@parchilazio.it
 www.parchilazio.it

