



Accompagnati da Guida ambientale "La Cordata" escursionismo & natura. Pasqua da pellegrini in cammino itinerante, con guida ambientale escursionistica LAGAP, dentro agli incantevoli distretti dell'alta valle dell'Aniene e della Ciociaria, dai monti Simbruini agli Ernici, nelle province di Roma e Frosinone: territori poco antropizzati e integri sotto ogni aspetto ambientale e carichi di significati storici legati a illustri personaggi che li vissero, primo fra tutti S. Benedetto da Norcia, che fece di Subiaco il suo primo sito di eremitaggio sul finire del VI sec!

Il primo giorno lo dedicheremo alla scoperta lenta di Subiaco con un cammino finalizzato alle **visite guidate dei due magnifici e importantissimi monasteri: S. Scolastica e Sacro Speco di S. Benedetto**, cominciando poi un trekking di 4 giorni di circa 60 Km sul *Cammino di S. Benedetto*, itinerario tematico di complessivi 300 Km che collega Norcia con Montecassino nel cuore appenninico dell'Italia! Attraverseremo e conosceremo suggestivi borghi romani e medievali, come **Trevi nel Lazio, Guarcino, Vico nel Lazio detta la Carcassonne di Ciociaria**, in un tracciato segnato dall'acqua: ci muoveremo per un lungo tratto sull'alveo, sin quasi alle sorgenti, del tumultuoso fiume Aniene... incontreremo la **Cascata di Trevi** stupendo set cinematografico, e l'area archeologica dove si originava l'**Anio Novus, il più importante acquedotto della romanità!**

Un viaggio nella cultura e nello spirito: siti già vissuti da legionari romani o da asceti come S. Francesco, ma pure da Certosini e Cistercensi... calpestando i sentieri che furono soprattutto di S. Benedetto, padre fondatore del monachesimo europeo. Un'immersione nelle terre semplici e genuine del Lazio appenninico, per sentieri e mulattiere tra vallate silenziose, altipiani e boschi in risveglio primaverile.

Pernotteremo in strutture piccole e caratteristiche: piccoli alberghi e ostelli... non perdetevi quest'esperienza, per una Pasqua attiva, curiosa, in gruppo e farcita di scoperte che porteremo nel cuore.

SCHEDA TECNICA:



Durata: 4 giorni / 3 notti



Partecipanti: Min. 7 / Max. 11



Documenti: Carta d'identità in corso di validità. Tessera Sanitaria.



Assistenza: Accompagnatore guida ambientale professionista Massimiliano Giorgi de "La Cordata Escursionismo & Natura"



5 buoni motivi per scegliere questo itinerario:

- S. Scolastica e Sacro Speco di Subiaco, Certosa di Trisulti: monasteri incantevoli
- L'alta valle dell'Aniene camminando sulle rive del fiume, Cascata di Trevi e Anio Novus
- Borghi magnifici da conoscere: Subiaco, Trevi nel Lazio, Guarcino, Vico nel Lazio

ALLA RICERCA DEL VIAGGIO S.R.L.

Via degli Abeti, 30 – 61122 Pesaro
P.iva 02641830415 - Tel. 0721 30617

info@allaricarcadelviaggio.com
www.exploranelmondo.com



- La Natura incontaminata dei monti Simbruini ed Ernici
- Spiritualità, tracce storico-archeologiche, acque: territori di bellezza sublime



La filosofia del viaggio trekking

I nostri viaggi sono progettati in sinergia con **“La Cordata” escursionismo & natura di Massimiliano Giorgi**, che si occupa di guidarvi con passione e amore in mezzo alla natura. Cerchiamo il positivo che esiste, nel creato che ci circonda, nel balzo di un capriolo o nel volo di un airone, nella grazia di una genzianella appena fiorita o nei colori di un tramonto, nel sorriso di un amico di... Cordata o nella gioia di costruire rapporti e condividere con altri il gusto di esserci, di essere in mezzo alla natura, di conoscere e rispettare il mondo, ed anche noi stessi.



Abbigliamento e Attrezzatura obbligatori

Scarponi da trek meglio se alti alla caviglia con suola scolpita obbligatori (senza non sarà possibile partecipare), zaino capiente (minimo 50-60 L), pranzi al sacco, borraccia d'acqua con sali minerali (2 L acqua/giorno), cappellino invernale, calzettoni e pantaloni da trek; vestirsi a strati (“a cipolla”): maglia intima traspirante, micropile, gilet, felpa, giacca antivento, mantellina antipioggia; Utili: alimenti energetici e/o frutta secca, bastoncini telescopici, torcia elettrica, ciabatte personali e attrezzature da bagno (spazzolino, shampoo), scarpe e un cambio per la sera.



Alberghi durante il tour o similari

Alberghi o piccoli ostelli nelle località-tappa: camere doppie, triple, quaduple



Difficoltà Camminate: MEDIA (E)

CAMMINO ITINERANTE con zaino in spalla (minimo indispensabile). Trekking alla portata di tutti, purché si abbia un minimo di allenamento, buona salute e predisposizione a ore di cammino. Ogni giorno mediamente: 5h 30' di cammino, 15 Km e 500 m. dislivello.

Ogni escursionista verifichi la sua preparazione e motivazione in base alle difficoltà indicate e l'attrezzatura richiesta, onde non mettere in difficoltà sé stesso, la Guida ed il gruppo. La Guida Massimiliano Giorgi è disponibile al telefono: 348/0430358.

Trasporto



AUTO PROPRIE o minibus/auto condivise da Fano (PU): se interessati, contattare la Guida.

ATTENZIONE: chi metterà a disposizione la propria auto o darà disponibilità a condurre un eventuale minibus da 9 pp (con patente B) non pagherà le spese di viaggio

PROGRAMMA DI VIAGGIO

VENERDI' 3 APRILE: VISITE GUIDATE AI MONASTERI di S. SCOLASTICA e SACRO SPECO di S. BENEDETTO TREKKING ATTORNO e DENTRO SUBIACO (RM) per conoscere i suoi tesori

Partenza da Fano (PU) Bar Poldo (Via S. Eusebio, 44) ore 7:00. Ritrovo a Subiaco (RM), Monastero S. Scolastica h 11:00. Prima giornata di “acclimatamento”, dedicata alla scoperta dell'enorme patrimonio culturale e spirituale di Subiaco: al monastero di S. Silvestro, il più antico dei 13 fondati da S. Benedetto, che in seguito venne

ALLA RICERCA DEL VIAGGIO S.R.L.

Via degli Abeti, 30 – 61122 Pesaro
P.iva 02641830415 - Tel. 0721 30617

info@allaricarcadelviaggio.com
www.exploranelmondo.com



PASQUA SUL CAMMINO DI S. BENEDETTO (itinerante)

Alto Aniene e Ciociaria: dai monasteri
di Subiaco alla Certosa di Trisulti

DAL 3 AL 6 APRILE 2026

Sconto prenota prima entro 05/03: -30€

dedicato a S. Scolastica sorella del Santo. L'antichissimo campanile, il chiostro cosmatesco, l'infinita biblioteca che vanta il 1° libro stampato in Italia! (1465).

POMERIGGIO: Monastero di S. Benedetto, sorto attorno alla Grotta Santa che per 3 anni ospitò il Santo nel suo primo eremitaggio! Addossato alla roccia, domina la vallata dell'Aniene: due chiese sovrapposte, tantissime opere d'arte medievali, l'affresco di S. Francesco d'Assisi... sito d'indescrivibile misticità e fascino ambientale.

Escursione a passo lento a Subiaco: scopriamo la Cattedrale di S. Andrea, l'Arco Trionfale, la grande Rocca dei Borgia all'apice del paese dove nacquero Cesare e Lucrezia Borgia, Ponte e Convento di S. Francesco. Sistemazione in albergo a Subiaco.

Escursione: Difficoltà FACILE (T) | Km 7,5 | Dislivello 380 m. | Cammino effettivo 2h 45'

SABATO 4 APRILE: DA SUBIACO A TREVÌ NEL LAZIO

Tappa lunga, facile e magnifica dal punto di vista ambientale, interamente lungo le sponde del fiume Aniene all'interno del **Parco Naturale dei Monti Simbruini**, salita costante ma leggera. Da S. Scolastica 500 m. slm ai ruderi della Villa di Nerone, sino al suggestivo **Lago di S. Benedetto sull'Aniene**. Dentro boschi ripariali, tra più salti d'acqua e fonti, antichi mulini, un ponte medievale sino al Ponte Comunacque, area archeologica: qui nasceva **il più importante acquedotto romano, l'Anio Novus!** Nei pressi, la stupenda **Cascata di Trevi**, utilizzatissimo set cinematografico. Siamo ormai in Ciociaria, prossimi a Trevi nel Lazio (FR), borgo medievale dominato dalla possente Rocca Caetani. Più anticamente Trevi fu abitato dagli Equi, popolo italico poi assoggettato dai Romani. Saliamo alla sommità del suo colle a 800 m. slm: ci arriviamo per Porta Napoletana, due cinte murarie, vicoli e archi sino alla piazzetta con la Collegiata di S. Maria Assunta. Sistemazione in ostello.

Escursione: Difficoltà MEDIO-FACILE (T/E) | Km 21 | Dislivelli: +360; -80 m. | Cammino effettivo 6h 30'

DOMENICA 5 APRILE: DA TREVÌ NEL LAZIO A GUARCINO

Tappa molto bella nelle selvagge terre di Ciociaria, di media difficoltà, che ci porterà dai Monti Simbruini agli Ernici: camminando su un'antichissima via incontriamo l'Arco di Trevi, manufatto in pietra di epoca romana, in mezzo al bosco: era la dogana per *Treba Augusta*. Tra foreste coi primi germogli verdi, magnifici altopiani pascolivi e fossi, arriviamo a Guarcino (FR), pittoresco borgo medievale ricco di tracce artistiche e fontane con ottime acque: visitiamo la Collegiata di S. Nicola, la Chiesa di S. Michele Arcangelo e la graziosa Cripta di S. Benedetto. D'obbligo assaggiare i tipici *"Amaretti di Guarcino"* in pasta di mandorle: tradizione vuole che la ricetta sia stata donata da un monaco... Sistemazione in ostello.

Escursione: Difficoltà MEDIA (E) | Km 16 | Dislivelli: +600; -575 m. | Cammino effettivo 6h

LUNEDÌ 6 APRILE: GUARCINO - COLLEPARDO - CERTOSA DI TRISULTI (visita)

Ultima tappa paesaggisticamente bellissima, ancora nei Monti Ernici, che si apre col singolare paese di **Vico nel Lazio, la piccola Carcassonne della Ciociaria**: grandiosa la sua cinta muraria con 25 torri e 5 porte d'accesso... prodigio del Medioevo! Incontriamo la Collegiata di S. Michele Arcangelo dell'XI sec, la Chiesa di S. Maria e il Palazzo del Governatore. Proseguiamo sino a Collepardo (FR), con la sua rocca, nei pressi nasconde magnifici fenomeni carsici: grotte e un'enorme voragine ovoidale (Pozzo d'Antullo). Attraverso la magnifica Selva d'Ecio, incontriamo un ponte romano e saliamo agli 825 m. della **Certosa di Trisulti, dove termineremo**

ALLA RICERCA DEL VIAGGIO S.R.L.

Via degli Abeti, 30 – 61122 Pesaro
P.iva 02641830415 - Tel. 0721 30617

info@allaricarcadelviaggio.com
www.exploranelmondo.com



PASQUA SUL CAMMINO DI S. BENEDETTO (itinerante)

Alto Aniene e Ciociaria: dai monasteri
di Subiaco alla Certosa di Trisulti

DAL 3 AL 6 APRILE 2026

Sconto prenota prima entro 05/03: -30€

visitando uno dei monasteri più belli dell'Italia centrale: nato nel 1204 coi Certosini, nel 1947 passò ai Cistercensi di Casamari: notevole la cinta muraria, l'antica farmacia, il giardino dei monaci, la ricca biblioteca.

Primo pomeriggio: spostamento in navetta privata a Subiaco (1h 15') e rientro verso casa.

Escursione: Difficoltà MEDIA (E) | Km 15 | Dislivelli: +650; -560 m. | Cammino effettivo 6h

**QUOTA PACCHETTO IN CAMERA DOPPIA, TRIPLA o QUADRUPLA
SCONTO PRENOTA PRIMA ENTRO 5 MARZO**

**€ 415,00
-€ 30,00**

✓ **La quota comprende:**

- Sistemazione per 3 notti in alberghi/ostelli in camere doppie, triple e quaduple – non sono disponibili camere singole
- Trattamento di mezza pensione: cena, pernottamento e colazione
- Guida ambientale escursionistica professionista sempre al seguito con assicurazione RCT
- Visita guidata ai monasteri di Subiaco: S. Scolastica e Sacro Speco di S. Benedetto
- Ingresso Certosa di Trisulti
- Assicurazione medico/bagaglio
- Credenziale del Pellegrino

✗ **La quota non comprende:**

- Viaggio e tutti gli spostamenti (auto proprie o possibilità auto/minibus in autogestione tra partecipanti: contattare la guida)
- Pranzi al sacco
- Tassa di soggiorno
- Navetta privata di rientro Certosa di Trisulti – Subiaco: circa 25/30€ a persona, a seconda del numero dei partecipanti che raccoglierà la guida in loco
- **Assicurazione integrativa AXA (consigliata) annullamento incluso copertura annullamento per malattia da epidemia e per quarantena del passeggero e assistenza sanitaria in corso di viaggio per epidemia pari a € 20 (da richiedere in fase di prenotazione) condizioni al seguente link** https://exploranelmondo.com/wp-content/uploads/2024/04/Condizioni-assicurazione-polizza-n.100418170_AXA-1.pdf
- Quanto non incluso alla voce "La quota comprende"

NOTE INFORMATIVE:

Attivazione gruppo: 7 iscritti.

- **In caso di non attivazione del gruppo, gli acconti versati saranno restituiti totalmente o su richiesta tenuti a credito per prossimi viaggi.**
- **Possibili variazioni itinerari, insindacabili e a discrezione della Guida, per ragioni meteo, logistiche o di gestione del gruppo.**

ALLA RICERCA DEL VIAGGIO S.R.L.

Via degli Abeti, 30 – 61122 Pesaro
P.iva 02641830415 - Tel. 0721 30617

info@allaricarcadelviaggio.com
www.exploranelmondo.com



PASQUA SUL CAMMINO DI S. BENEDETTO (itinerante)

Alto Aniene e Ciociaria: dai monasteri
di Subiaco alla Certosa di Trisulti

DAL 3 AL 6 APRILE 2026

Sconto prenota prima entro 05/03: -30€

- **In caso di maltempo il viaggio rimane confermato e potrebbe vedere ridotte le opzioni di trekking a vantaggio di visite culturali o enogastronomiche.**
- **Se si renderà necessario l'annullamento o rinvio del viaggio, vi verrà data pronta comunicazione.**

NOTE INFORMATIVE:

Attivazione gruppo: 7 iscritti.

In caso di non attivazione del gruppo, gli acconti versati saranno restituiti totalmente o tenuti a credito per prossimi viaggi.

Possibili variazioni itinerari, insindacabili e a discrezione della Guida, per ragioni meteo, logistiche o di gestione del gruppo. In caso di maltempo il viaggio rimane confermato e potrebbe vedere ridotte le opzioni di trekking a vantaggio di visite culturali o enogastronomiche. Se si renderà necessario l'annullamento o il rinvio del viaggio, vi verrà data pronta comunicazione.

COME PRENOTARE:

Prima di iscriverti, potrai trovare le informazioni sul nostro sito internet www.exploranelmondo.com e per ulteriori dettagli potrai contattarci telefonicamente allo 0721 30617 oppure inviarci una e-mail a info@allaricarcadelviaggio.com.

Prima di prenotare, ti invitiamo a verificare telefonicamente la disponibilità aggiornata e su richiesta potremo concedere un'opzione per 48 ore (salvo il caso in cui si tratti di ultime disponibilità), termine entro il quale confermare la partecipazione al viaggio.

Per prenotare dovrai inviarci i seguenti dati:

-COGNOME E NOME (completo come da documento di identità)

- DATA E LUOGO DI NASCITA

- CODICE FISCALE

- INDIRIZZO DI RESIDENZA

- CELLULARE

- EMAIL

- COGNOME E NOME, DATA E LUOGO DI NASCITA DI ALTRI PARTECIPANTI

-INDICAZIONI DI EVENTUALI INTOLLERANZE E ALLERGIE ALIMENTARI

-ESPRESSA **CONFERMA** O **RINUNCIA** DI POLIZZE ASSICURATIVE INTEGRATIVE NON INCLUSE ESPRESSAMENTE IN "LA QUOTA COMPRENDE" (consultare la pagina **Assicurazioni** nel nostro sito web <https://exploranelmondo.com/assicurazioni/>)

Una volta che avremo ricevuto la richiesta di prenotazione, invieremo il **Contratto di Viaggio** che dovrà essere a noi rinviato firmato per accettazione. La prenotazione sarà ritenuta confermata soltanto al momento del ricevimento del contratto debitamente firmato per accettazione e della copia del bonifico per l'importo dell'acconto e/o del saldo.

Condizioni Generali di vendita di pacchetti turistici al seguente link: <https://exploranelmondo.com/condizioni-general-di-vendita/>

In fase di prenotazione verrà richiesto il pagamento dell'acconto di **€ 120** con bonifico al Tour Operator e Agenzia Viaggi Alla Ricerca del Viaggio s.r.l. in via degli Abeti, 30 - Pesaro. Saldo entro il 13 marzo 2026.

L'Assicurazione annullamento (consigliata) potrà essere richiesta e stipulata soltanto in fase di prenotazione (qualora non fosse già stata inclusa nel pacchetto viaggio ed espressamente indicata sotto la voce "La quota comprende"). Il

ALLA RICERCA DEL VIAGGIO S.R.L.

Via degli Abeti, 30 - 61122 Pesaro

P.iva 02641830415 - Tel. 0721 30617

info@allaricarcadelviaggio.com

www.exploranelmondo.com



PASQUA SUL CAMMINO DI S. BENEDETTO (itinerante)

Alto Aniene e Ciociaria: dai monasteri
di Subiaco alla Certosa di Trisulti

DAL 3 AL 6 APRILE 2026

Sconto prenota prima entro 05/03: -30€

premio della polizza verrà calcolato in funzione della quota pacchetto assicurata e dovrà essere saldato insieme al versamento dell'acconto.

L'Assicurazione medica integrativa (consigliata) potrà essere richiesta e stipulata in qualunque momento almeno 7 giorni prima della partenza. Ti forniremo assistenza in merito alle compagnie assicurative, coperture e massimali in funzione delle tue richieste e/o necessità che ci indicherai.

Il pagamento può essere effettuato tramite bonifico bancario:

- intestato a: Alla Ricerca del viaggio s.r.l.
- IBAN: IT92N0882605448000000009518
- causale: NOME E COGNOME - TITOLO DEL VIAGGIO E DATA DI PARTENZA.

Prima della partenza riceverai i documenti di viaggio e il foglio informazioni utili in formato elettronico via e-mail e verrà creato un gruppo WhatsApp per rimanere in costante aggiornamento con la guida ambientale che accompagnerà il gruppo.

Penali di annullamento

- a) fino a 60 giorni prima della partenza 25% della quota di partecipazione
- b) da 59 a 30 giorni prima della partenza 50% della quota di partecipazione
- c) da 29 a 20 giorni prima della partenza 75% della quota di partecipazione
- d) da 19 a 00 giorni prima della partenza 100% della quota di partecipazione

ALLA RICERCA DEL VIAGGIO S.R.L.

Via degli Abeti, 30 – 61122 Pesaro
P.iva 02641830415 - Tel. 0721 30617

info@allaricarcadelviaggio.com
www.exploranelmondo.com