

PROPOSTE ATTIVITA' TREKKINCITTÀ' PER SEGUI LA VOLPE

Marzo 2023

Domenica 19 Marzo

TREKKINCITTÀ' (Appia Antica Segui la Volpe)

Grand Tour Appia Antica

Lo spettacolare trekking ad anello di Inforidea per gli appassionati di storia, archeologia, e natura che dall'area dei Sette Acquedotti percorre l'asse dell'Appia Antica per poi inoltrarsi nella campagna romana della Caffarella e nel Parco di Tor Fiscale, alla scoperta dei frammenti di campagna romana e ruderi di rara bellezza.

Un percorso affascinante celebrato dai viaggiatori del Grand Tour ricco di antiche tracce, sepolcri, ville e scorci spettacolari, con curiosità botaniche.

Appuntamento ore 9:15 uscita Metro A Cinecittà (ingresso Studi) - Partenza ore 9:30.

Difficoltà: TE per tutti.

Durata 6 ore

Lunghezza 18 Km

Intera giornata con arrivo a S. Policarpo in prossimità della fermata Metro A Giulio Agricola.

Pranzo al sacco.

Info/prenotazioni

AEV Riccardo Virgili 392 6875973

rvirgili@gmail.com

Domenica 26 Marzo

TREKKINCITTÀ' (Parco Appia Antica: Segui La Volpe)

Esperienze Botanical Trekking: Trekking Botanico Esperienziale nel Parco Regionale dell'Appia Antica

Un lungo Trek botanico all'interno del Parco Regionale dell'Appia Antica alla scoperta e riconoscimento di piante, Fiori, alberi, curiosità del mondo floristico, durante la giornata imparerete vi divertirte, conoscerete come in un vero e proprio minicorso di botanica.

Durante il trekking facciamo piccole attività esperienziali, che ci mettono in connessione con il Mondo Naturale. Conosciamo Madre Natura con lo studio & ne facciamo anche esperienza diretta attraverso esercizi e pratiche sensoriali, esercizi di riattivazione del corpo, e tecniche di respirazione.

Consigliato portare lente di ingrandimento, agenda per prendere appunti e macchina fotografica, per cominciare a creare il vostro primo erbario.

Orario: ore 09,30

Luogo partenza: Largo Aruleno Celio Sabino (Davanti Chiesa San Policarpo)

Luogo arrivo: Metro A Colli Albani

Info e contatti:

Riccardo Virgili 3926875973

Sabrina Samele 3297148664

Aprile 2023

Sabato 15 Aprile

TREKKINCITTÀ' (Appia Antica Segui la Volpe)

Acqua Acquedotti e Terme di Roma

Da Tor Fiscale a S. Policarpo lungo gli antichi acquedotti

L'escursione consente di conoscere ed ammirare le opere di adduzione dell'acqua nella Roma antica, ispirate ai concetti di "utilitas, firmitas, venustas", descrivendo gli utilizzi termali in antico. Saranno parimenti presentate le caratteristiche idrogeologiche dell'Italia Centrale, utili a soddisfare le moderne esigenze, e più in generale affrontato il concetto del Capitale Naturale fruibile nelle Aree Protette.

Appuntamento: ore 9 ingresso area Tor Fiscale – via dell'Acquedotto Felice (metro A Porta Furba)

Durata: 4 ore indicative

Lunghezza: Km 7 circa

Dislivello: trascurabile

Difficoltà: turistico escursionistica

Equipaggiamento: Calzature comode adatte a lunga camminata, con suola scolpita (vibram).

Indumenti a strati, di bassa quota. Zainetto, generi di conforto, borraccia / termos pieni.

L'accompagnatore si riserva di escludere chi non provvisto dell'equipaggiamento raccomandato.

Temi trattati in escursione: Il ciclo dell'acqua; L'acqua che bevi: da dove arriva, come la utilizzi, che fine le fai fare; Gli antichi acquedotti e le Terme; l'alimentazione idrica di Roma, in antico e moderno; Sorgenti e idrogeologia dell'Appennino; Il Capitale Naturale delle Aree Protette

Accompagna: Massimo Pacifici Inforidea 338.8132605 - geologo staff Inforidea, operatore educazione ambientale del Parco

Maggio 2023

Domenica 14 Maggio

TREKKINCITTÀ (Appia Antica Segui la Volpe)

Grand Tour dal Colosseo agli Acquedotti

Lo spettacolare trekking che parte dal Colosseo per attraversare la città passando da Villa Celimontana, costeggiando antiche mura, catacombe e l'area della Caffarella fino ad arrivare al Parco dei Sette Acquedotti, passando per l'asse dell'Appia Antica. Un percorso affascinante nella storia della città, ricco di antiche tracce e scorci spettacolari.

Appuntamento ore 9:30 uscita Metro B - Colosseo - sotto Arco di Costantino

Difficoltà: TE per tutti - Intera giornata (ca. 7 ore) - Pranzo al sacco

Info contatti/prenotazione

AEV Virgili Riccardo 3926875973

rvirgili@gmail.com

Domenica 14 Maggio

TREKKINCITTÀ' (Appia Antica Segui la Volpe)

Roma Geologica: Dalla Valle Caffarella al Circo Massimo

Una escursione che consente di riflettere quanto la vita dell'uomo sia condizionata dalle georisorse: dalla disponibilità idrica ai suoli per l'agricoltura, dai materiali lapidei per costruzione alle caratteristiche morfologiche per la fondazione di città. Tutto questo visto nella prospettiva naturale della valle della Caffarella, raffrontata nell'ultima parte dell'escursione con l'assetto geomorfologico del centro storico.

Appuntamento: ore 9 ingresso largo Tacchi Venturi (metro A Colli Albani)

Durata: 5 ore indicative

Lunghezza: Km 7 circa

Dislivello: 50 metri

Difficoltà: turistico escursionistica

Equipaggiamento: Calzature comode adatte a lunga camminata, con suola scolpita (vibram).

Indumenti a strati, di bassa quota. Zainetto, generi di conforto, borraccia / termos pieni.

L'accompagnatore si riserva di escludere chi non provvisto dell'equipaggiamento raccomandato.

Temi trattati in escursione: La morfologia della Valle; Il vulcanismo dei Colli Albani; Le travagliate vicende del fiume Almona Le sorgenti e l'utilizzo agricolo della Tenuta; Catacombe, cave, terremoti e dissesti; Dai materiali lapidei dei monumenti incontrati alla storia geologica di Roma.

Accompagna: Massimo Pacifici Inforidea 338.8132605 - geologo staff Inforidea, operatore educazione ambientale del Parco

Giugno 2023

Sabato 11 Giugno

TREKKINCITTÀ (Appia Antica Segui la Volpe)

Dal Circo Massimo a Capo di Bove e Caffarella

Da Circo Massimo e attraverso le Teme di Caracalla si ricongiunge con la via Appia fino alla villa romana di Capo di Bove. Incontreremo nel percorso sepolcri, antiche mura, porte leggendarie e catacombe. Conosceremo le storie di Massenzio e del suo circo, e quella di Cecilia Metella e del suo leggendario mausoleo.

Appuntamento ore 9:30 uscita Metro B - Circo Massimo

Difficoltà: TE per tutti - Intera giornata (ca. 6 ore) - Pranzo al sacco

Info contatti/prenotazione

AEV Virgili Riccardo 3926875973 rvirgili@gmail.com

ATUV Cristina Mura

Sabato 17 Giugno 2023

TREKKINCITTÀ (Appia Antica Segui la Volpe)

Natura e street art a Tor Marancia

Tra Natura e Arte popolare nel quadrante SE di Roma

Una escursione che mette a confronto la naturalità di un lembo della campagna Romana, sottratto all'espansione edilizia, con il fenomeno della street arte visibile in un condominio di Viale Tor Marancia, in un mix tra arte e natura, con riflessioni sulla storia millenaria della Città Eterna.

Appuntamento: ore 9 presso Ufficio Postale via Giulio Aristide Sartorio 102

Durata: 4 ore indicative

Lunghezza: Km 6 circa

Dislivello: 50 metri

Difficoltà: turistico escursionistica

Equipaggiamento: Calzature comode adatte a lunga camminata, con suola scolpita (vibram).

Indumenti estivi a strati, di bassa quota. Zainetto, generi di conforto, borraccia / termos pieni.

L'accompagnatore si riserva di escludere chi non provvisto dell'equipaggiamento raccomandato.

Temi trattati in escursione: La Tenuta di Tor Marancia: un lembo della Campagna romana; Cave e cavità di Roma; Il progetto Big City Life e i murales di Viale Tor Marancia; La Tor Marancia e le torri di avvistamento nel periodo medievale; Origine del quartiere e riferimenti alla letteratura del 900; Le fosse Ardeatine: per non dimenticare.

Accompagna: Massimo Pacifici 338.8132605 - geologo staff Inforidea, operatore educazione ambientale del Parco