

L' ISOLA di PONZA

GAETA – SPERLONGA – CASTELLI ROMANI

3-4-5 maggio 2024

1°giorno – venerdì 3 maggio 2024 * Ritrovo dei partecipanti la comitiva in mattinata e partenza per il sud del Lazio. Durante il tragitto autostradale sosta conveniente per la prima colazione (facoltativa). Al confine con la Campania si lascia l'Autosole per il mare e si raggiunge FORMIA-GAETA; sistemazione in albergo nelle camere riservate e pranzo. Nel pomeriggio escursione a **GAETA** adagiata sul promontorio del Monte Orlando sul quale sorge il singolare Santuario della Montagna Spaccata con la grotta del Turco in un ambiente molto suggestivo e panoramico. Interessante una occhiata dal basso alla piazzaforte medioevale, vecchio carcere militare, ma soprattutto sostare alla chiesa della SS. Annunziata con annessa la cosiddetta Grotta d'Oro rivestita con 19 tavole del Criscuolo molto preziose. A poca distanza, sulla costa, una passeggiata a **SPERLONGA**, caratteristico borgo sopra uno sperone roccioso a picco sul mare dalle tipiche case bianche lungo vicoletti e scalinate, antiche porta di accesso e la "Truglia", secolare torre di vedetta. Rientro in albergo, cena e pernottamento.

2°giorno – sabato 4 maggio 2024 * Prima colazione, cena e pernottamento in hotel. E' la volta di passare il braccio di mare tirrenico che si congiungerà all' **ISOLA DI PONZA**, indubbiamente un vero e proprio paradiso della natura. Lasciata Formia si costeggia la scogliosa **Isola di Zannone** (che fa parte del Parco Nazionale del Circeo) e si raggiunge l'anfiteatro vulcanico di **PONZA** con le coste che precipitano sulle acque punteggiate di scogli con alte rocce di inattesi colori, forate da grotte, intramezzate da cale e brevi spiagge. Raggiunto il porto di Ponza con le sue case colorate sarà possibile prendere dei minibus per un minitour dell'isola che porta a conoscere il versante occidentale dove a poca distanza sorge l' **ISOLA di PALMAROLA** con coste frastagliate e faraglioni dai bellissimi colori. Il minitour porta verso nord nella zona delle Forna da cui si gode uno splendido panorama dal bordo del grandioso cratere che anticamente era Ponza. Rientro quindi nella baia di Ponza e pranzo libero con svariate opportunità; possibilità nel pomeriggio di fare una passeggiata nella zona delle cisterne romane di grande interesse architettonico, oppure in barca, a piacere, un giro nelle grotte della baia, tra Punta Santa Maria (Faraglioni della Madonna) e la spiaggia del Frontone. Nel pomeriggio partenza per il rientro sulla terraferma in hotel, cena e notte.

3°giorno – domenica 5 maggio 2024 * Dopo la prima colazione inizio del viaggio di ritornoa "tappe". Il percorso prevede di correre sulla statale che costeggia il Tirreno e dal Golfo di Gaeta passare a quello di Terracina per incunarsi nel **PARCO NAZIONALE del CIRCEO** e sostare brevemente alle cosiddette "zone umide" dell' **AGRO PONTINO**, una serie di laghetti che scendono verso il mare lungo la macchia mediterranea formando appunto uno dei quattro grandi parchi naturali nazionali. Da qui l'antica strada consolare **APPIA** porta verso Roma e permette di salire tramite Velletri sui **CASTELLI ROMANI** per sostare sul **LAGO di NEMI** e quello di **ALBANO**, due specchi d'acqua vulcanici contornati da villaggi e borghi dove i romani amano dedicarsi alla classica gita giornaliera "fuori porta". Pranzo in un tipico ristorante dei "Castelli" (o Colli Albani) e nel pomeriggio passeggiata digestiva a **FRASCATI** dal caratteristico centro storico. Rientro definitivo e con soste convenienti in grill per rinfrescarsi e ristorarsi arrivo in tarda serata.

La QUOTA di PARTECIPAZIONE di €. 455

Comprende: Viaggio in pullman gran turismo – Hotel 3 stelle in camere doppie con servizi privati – Pensione completa e mezza pensione in hotel incluso bevande – Pranzo enogastronomico sui Castelli Romani – Tutte le visite e le escursioni programmate con guida o accompagnatore (escluso ingressi) – Navigazione per e da Ponza – Minitour sull' Isola di Ponza in minibus – Assicurazione sanitaria – Accompagnatore

Supplemento camera singola €. 60 - ACCONTO alla prenotazione €. 150

Tassa di iscrizione €. 15 - Org. Tec. Mediavalle Viaggi & Turismo -Lucca