



LA CIOCIARIA

Tra Borghi e Abbazie



DAL 08 DICEMBRE AL 11 DICEMBRE 2016

1° giorno Giovedì 08 Dicembre 2016 SENAGO- PAD.DUGNANO-MILANO-ROMA -FIUGGI

PARTENZA da SENAGO Piazza Aldo Moro Angolo Via XXV Aprile alle ORE 05.45

PARTENZA da PADERNO DUGNANO Via 2 Giugno 13 alle ORE 06.00

con pullman privato alla stazione di Milano Centrale. Partenza con treno Frecciarossa /NTV Italo delle **ORE 07.00**. - Arrivo previsto alla stazione di ROMA Termini per le **ORE 09.55**

Incontro con la guida e partenza con Pullman Gran Turismo alla volta di **SUBIACO**, situato alle pendici dei *Monti Simbruini*.

Pranzo in ristorante.

Nel pomeriggio visita al borgo medievale di Subiaco, circondato dai boschi e raccolto intorno alla sua rocca abbaziale. L'Aniene, affluente del Tevere, nasce tra i monti Simbruini, alle spalle del centro abitato, e all'altezza di Tivoli arriva nella pianura romana. Il termine Subiaco deriva da *Sublanqueum*. Il riferimento era alla spettacolare **Villa di Nerone**, affacciata sui laghi artificiali ricavati all'epoca da alcune dighe sull'Aniene. Oggi rimangono solo alcune piccole testimonianze del lusso e della grandezza della struttura: la superficie complessiva era di 75 ettari, 15 in più della famosa Villa Adriana.

La storia di Subiaco è profondamente legata alla figura mistica di **San Benedetto da Norcia** e dei suoi monaci. Qui alla fine del V secolo Benedetto si ritirò nella grotta, nota oggi come **Sacro Spreco VISITA**).

Fu la sorella gemella *Scolastica* a convincerlo a lasciare l'eremo e a dettare le regole dell'ordine benedettino.

Nel IV secolo **San Benedetto** lasciò la decadente Roma per farsi eremita in una grotta di Subiaco. Nella zona Benedetto fondò ben 13 conventi, ma solo uno è rimasto il: **Monastero di Santa Scolastica . (VISITA)**

Dedicato alla suora benedettina, è disposto attorno a tre chiostri: uno rinascimentale, uno del primo gotico e il terzo cosmatesco. Al termine partenza alla volta di Fiuggi famosa per le sue acque termali, esclusivamente



da bere. Ne parlava anche *Plinio il Vecchio* nel 27 d.C. *Papa Bonifacio VIII*, che era nato in Ciociaria e conosceva bene la qualità dell'acqua, ne era un assiduo consumatore. Si prosegue alla volta di Fiuggi. Sistemazione nell'albergo riservato.

Cena e pernottamento in albergo



2° Giorno Venerdì 09 Dicembre 2016 FIUGGI-COLLEPARDO-ALATRI-FUMONE- FIUGGI

Prima colazione in albergo. Partenza alla volta di **COLLEPARDO**, un grazioso borgo medievale, un fitto reticolo di viuzze e piazzette, che offre pittoreschi scorci di paesaggio. Il territorio carsico di Collepardo è luogo di singolari fenomeni geologici, che hanno lasciato tracce di eccezionale interesse naturalistico. Tra questi le *Grotte di Collepardo* dette anche “*dei Bambocci*” per via delle singolari figure formate da stalattiti e stalagmiti. Collepardo però ospita sul suo territorio uno dei Monasteri più belli d'Italia centrale : la **Certosa di Trisulti (VISITA)** il cui complesso risale agli inizi del XIII secolo costruito sui resti di un antico monastero benedettino. Nel 1204, quando il monastero passò dai benedettini ai certosini, venne costruita l'abbazia attuale per volere di *Papa Innocenzo III*. Nel 1211 fu consacrata la chiesa dedicata all'apostolo San Bartolomeo. Nei secoli il monastero si è trasformato architettonicamente, e nel 1947 è passato alla congregazione di Casamari diventando così Cistercense, che accoglie cordialmente i visitatori tra chiostrini silenziosi ed antichi laboratori di farmacia e erboristeria.

ALATRI, splendida cittadina dai tratti medievali, sorge sulle prime pendici dei monti Ernici, in un paesaggio punteggiato da ulivi. Un'alta cerchia di mura poligonali, edificate nel II secolo a.C. dai Romani, chiude la cosiddetta “*Civita*”, l'antica *acropoli*, fortificato che occupa la sommità del colle. Trasformata nel Medioevo in un luogo di rifugio per la popolazione, fu oggetto nell'Ottocento di un intervento di restauro e ristrutturazione. Al centro di una vasta piazza alberata sorge il **Duomo (VISITA)** consacrato nel 1091, la cui facciata settecentesca è preceduta da un'ampia scalinata.

Nel pieno centro storico, cinta da un altro anello di mura fortificate in età medievale con l'aggiunta di torri, si trova la **Chiesa di S. Francesco (VISITA)** con l'annesso convento, eretta nella seconda metà del XII secolo da una comunità di francescani. Diverse sono le opere custodite al suo interno, su tutte un affresco, scoperto per caso nel 1997, raffigurante un Cristo in un labirinto, oltre ad **un tessuto di lana grezzo** di origine medievale che la tradizione vuole sia appartenuto a **San Francesco di Assisi** che nel 1222 soggiornò in città.

La sua facciata di chiara ispirazione gotica, contiene un bel rosone che ricorda quello della *Chiesa di Santa Maria Maggiore*. Ricco di fascino e avvolto nel mistero è il quadro rinvenuto nel 1997 in una intercapedine all'interno delle mura dell'antico chiostro del convento, fino ad allora utilizzato come locale per tubature e serbatoi d'acqua. Qui è stata rivenuta una parete interamente ricoperta di affreschi e tra questi un ampio **labirinto circolare** al centro del quale, caso finora unico nelle rappresentazioni cristiane, appare un **Cristo in gloria**.



Amici G.O.R. Paderno



L'assenza di altri elementi tipici cristiani ha dato adito a diverse ipotesi, la prima riguarda la presenza ad Alatri nei primi anni del Cristianesimo di una setta giudeo-cristiana, la seconda collega il dipinto ai Cavalieri Templari. A poca distanza si trovano il più importante degli edifici medievali della città, **Palazzo Gottifredo**, con un corpo centrale ornato da due piani di bifore, dove vi ha sede il Museo Civico. Al centro della piazza spiccano la *Fonte Pia* e la **Chiesa di Santa Maria Maggiore (VISITA)** di origine paleocristiana. La facciata romanico-gotica è affiancata da una torre campanaria con due piani di bifore. L'interno custodisce opere di notevole rilievo, tra cui un gruppo ligneo policromo del XII secolo.

Pranzo in ristorante .

FUMONE, bellissimo borgo medievale. Il centro storico è posto su un colle dalla forma conica a 783 metri sul livello del mare. Il borgo è molto conosciuto per essere stato il luogo di prigionia di *Papa Celeste V* dopo la sua rinuncia al soglio pontificio. Il borgo è formato da vicoli che raccontano secoli di storia, tutti pavimentati in pietra e adornati da fiori. Ogni vicolo è uno scorcio da fotografare con la bellezza delle sue abitazioni in pietra, con antichi portali e finestre a bifora. Tra le architetture militari il monumento più importante è il **Castello Longhi De Paolis (VISITA)**.

Grazie alla sua posizione strategica, fin dall'antichità Fumone assunse un'importante funzione di controllo del territorio, specialmente nel periodo medievale. Fu un luogo fondamentale per la sicurezza di Roma, in particolar modo nei periodi segnati dalle invasioni, come quelle saracene e normanne. Le popolazioni vicine messe sotto assedio, inviavano a Fumone dei segnali di fumo che a sua volta li inviava all'Urbe. Proprio per questa funzione deriva il nome di Fumone, e il detto: "*Quando Fumone fuma, tutta la Campagna trema*". Nel 1186 il Castello venne assediato da Enrico VI, ma il paese riuscì a resistere all'attacco. Nel 1295 nel Castello venne imprigionato papa Celestino V per volontà del suo successore Bonifacio VIII, che ne temeva l'autorità e un possibile ritorno al soglio pontificio dopo la sua abdicazione. Papa Celestino V muore il 19 Maggio 1296, probabilmente assassinato. Il governo pontificio a partire dalla metà del Duecento mantenne il più diretto controllo di Fumone, capendo la sua importanza strategica. Nel XVI secolo il paese raggiunse l'autonomia comunale. Nella fine del Seicento il castello divenne di proprietà dei *marchesi Longhi* che tutt'ora sono i proprietari. Tra i luoghi di culto cristiano troviamo numerose chiese, la più importante delle quali è la *Collegiata di Santa Maria Annunziata*, ubicata nel centro storico e risalente al XII secolo d.C. E' costituita da una navata centrale terminante con l'abside, una laterale terminante con una cappella coperta con cupola ed un campanile posto lateralmente. La chiesa è stata ristrutturata e completamente trasformata con i lavori svolti alla fine del Settecento.

Cena e pernottamento in albergo.



Amici G.O.R. Paderno



3° Giorno Sabato 10 Dicembre 2016 FIUGGI-MONTECASSINO-ISOLA DEL LIRI-ARPINO-

FIUGGI

Prima colazione in albergo. Incontro con la guida e partenza alla volta di **CASSINO** per la **VISITA** dell'**Abbazia di MONTECASSINO**, “*L’Atene Medievale*” chiesa madre dell’ordine Benedettino e centro di arte medievale, fondata nel 529 da San Benedetto da Norcia sulle vestigia di una preesistente cittadella sacra.

Nella zona corrispondente all’attuale chiostro d’ingresso sorgeva un tempio dedicato ad Apollo, trasformato da Benedetto in oratorio intitolato a *San Martino di Tours*. Sulla cima del monte, dove sorge la basilica abbaziale, si trova un’ara sacrificale su cui fu edificato l’oratorio dedicato a *San Giovanni Battista*. A Montecassino il santo scrisse la *Regula monachorum* e morì il 21 Marzo del 547; le sue spoglie sono custodite, insieme a quelle di *Santa Scolastica*, sotto l’altare maggiore. La storia dell’abbazia è segnata da quattro tragiche distruzioni; prima per mano dei Longobardi (577), poi dai Saraceni (833), quindi da un terremoto (1349), e infine nel 1944 durante la Seconda guerra mondiale fu ridotta a un cumulo di macerie dai bombardamenti anglo americani. Grazie all’abate *Ildefonso Rea*, che nel 1945 prese possesso di Montecassino. L’abbazia fu ricostruita secondo il programma “*dov’era, com’era* “. Alla sua rinascita lavorarono molti artisti, la cui opera è visibile ad esempio nella *Cella di san Benedetto* e nella Cappella dei santissimi monaci, affrescate da *Agostino Pegrassi*. *Pietro Annigoni* decorò la controcappella della basilica, *Dante Ricci* e *Silvestro Pistoleri* fra gli altri lavorarono nella cappella laterale.

Pranzo in ristorante .



Partenza alla volta di **ARPINO** passando per **ISOLA DI LIRI** per ammirare la grande cascata nel pieno centro storico . Il fiume Liri, nel dividersi in due braccia che avvolgono come un’isola la sottostante città, forma una meravigliosa cascata con un salto di circa 30 metri, sulla cui sommità si erge il castello medievale **Boncompagni Viscogliosi** che aggiunge fascino allo spettacolo naturale. **ARPINO** fu patria di tre grandi personaggi dell’epoca romana: *Marco Tullio Cicerone*, *Caio Mario* e *Marco Vespasiano Agrippa*, genero di Ottaviano e costruttore del Pantheon. Patria di *Giuseppe Cesari*, detto il Cavalier d’Arpino, pittore di fama internazionale, ebbe come allievo anche il Caravaggio. Diede i natali, nel 1743 a *San Francesco Saverio Maria Bianchi*, il Santo di Arpino. **VISITA all’acropoli nel quartiere di Civitavecchia** con le imponenti mura ciclopiche, l’Arco a Sesto Acuto, porta megalitica unica al mondo per la sua forma, la Torre medioevale e il pittoresco borgo con la chiesa di *S. Vito Martire*. Al centro del paese, la **piazza del Municipio**, raffinato salotto del Settecento con la *Chiesa di San Michele Arcangelo*, il *palazzo Comunale* e il *Liceo Ginnasio Tulliano*. Al termine ritorno a Fiuggi per la cena ed il pernottamento.



4° giorno – Domenica 11 Dicembre 2016 - FIUGGI – ANAGNI – PALESTRINA- ROMA MILANO- PAD. DUGNANO - SENAGO

Prima colazione in albergo. Incontro con la guida e partenza alla volta di **ANAGNI** distesa su di un colle lungo e stretto. Anagni domina la valle del Sacco. D' impronta medievale, evoca antiche memorie con i suoi monumenti di grande interesse artistico che ricordano il tempo in cui la cittadina fu residenza prediletta dei pontefici nonché teatro degli scontri tra papato e impero. Il **Duomo (VISITA)**, edificio romanico tra i più importanti dell'Italia centrale, ha un aspetto severo ed è fronteggiato da un campanile imponente.

La statua di **Bonifacio VIII** il pontefice che ebbe un ruolo centrale nelle vicende cittadine, campeggia in un'edicola sopra la loggia. L'interno, impreziosito da pavimenti a mosaico e arredi duecenteschi, conserva una cripta decorata con un ciclo di affreschi medievali di rara bellezza. **Casa Barnekow**, nobile palazzo trecentesco, ampiamente rimaneggiato nel XVI secolo, deve il nome al nobile svedese che lo acquistò nell'Ottocento e ne fece decorare la facciata con affreschi e lapidi. Il **Palazzo Comunale**, edificio del XII secolo, fu portato a compimento dall'architetto *Giacomo da Iseo*.

VISITA al **Palazzo Bonifacio VIII**, il palazzo papale, edificato nel Duecento per volere di *Gregorio IX*, che presenta sulla fronte un arioso loggiato a due archi e bifore. Nei bei saloni interni, in parte affrescati con motivi che ricordano arazzi e tessuti, è allestito il **Museo Storico Bonifaciano**, con una raccolta archeologica e una mostra documentaria sulla storia della città.

Pranzo in ristorante .

Nel pomeriggio visita di **PALESTRINA**, sorta in posizione strategica sul sito di un antico luogo di culto. La cittadina, di aspetto medievale, è dominata da un enorme santuario pagano che testimonia i fasti della "Praeneste" romana. In corrispondenza dell'antica acropoli, alla quale la città era unita da una cinta muraria del VI secolo a.C. in parte ancora conservata, sorge oggi **Castel San Pietro** (a 4 km a nord da Palestrina), già feudo dei *Colonna e dei Barberini*: nel 1525 vi nacque il celebre musicista *Giovanni Pierluigi da Palestrina*. Il **Santuario (VISITA)** era uno dei luoghi di culto più importanti dell'antichità, dove vi si venerava la *Fortuna Primigenia*. Le strutture superstiti costituiscono uno spettacolare complesso archeologico; la parte più alta del santuario è occupata dal seicentesco Palazzo Barberini, sede del **Museo Archeologico Predestino (VISITA)** dove è custodito il celebre mosaico del Nilo, capolavoro dell'arte musiva romana. Il **Duomo**, dedicato a Sant'Agapito, martire quindicenne di cui accolse le spoglie nel IX secolo, sorge sui resti dello "Iunonarium", un edificio romano in tufo. Ampliato in forme romaniche tra il XII e il XIII secolo, fu in seguito più volte rimaneggiato e dell'originaria struttura rimasero solo la facciata a timpano e il massiccio campanile.

Trasferimento alla Stazione Termini /Tiburtina in tempo utile per la partenza con il treno Frecciarossa/ NTV Italo delle **ORE 19.00**. Arrivo a Milano previsto per le **ORE 22.02**.

Trasferimento con pullman privato al luogo di partenza. Arrivo e fine dei nostri servizi .



Amici G.O.R. Paderno



Quota individuale di partecipazione :		35/39	40/44	45/50
SOCI In camera doppia	EURO	740,00	725,00	715,00
Supplemento camera singola	EURO	37,00	37,00	37,00
Supplemento doppia uso singola	EURO	73,00	73,00	73,00

Possibilità di adesione all'associazione "Amici G.O.R. Paderno" con validità dal 1° Giugno 2016 al 31 Maggio 2017 : EURO 10,00

Nota : Camere singole: disponibili nr. 5

La quota comprende:

- Trasferimento con pullman privato da e per la stazione Centrale di Milano.
- Treno Frecciarossa/ NTV Italo con biglietto di 2° classe Milano-Roma-Milano
- Trasporto con pullman Gran Turismo. – Pedaggi autostradali.
- Hotel AMBASCIATORI PALACE di cat. 4 stelle a FIUGGI
- Welcome drink di benvenuto
- Sistemazione in camere doppie con bagno.
- Trattamento di pensione completa dal pranzo del 1° giorno al pranzo dell'ultimo giorno.
(nr.3 cene in albergo con menu' a 3 portate - nr. 4 pranzi in ristoranti/ agriturismo con menù a 4 portate)
- Bevande incluse (1 / 4 di vino + 1 / 2 minerale e caffè a persona).
- In albergo: *Ingresso spa incluso con utilizzo della piscina riscaldata, una palestra moderna, una sauna, bagno turco, docce emozionali, fitness centre, zona relax con lettini ad acqua, zona solarium esterna con vasche idromassaggio riscaldate, utilizzo kit telo, accappatoio e ciabattine.*
- **- sconto del 10% sui trattamenti**
- GUIDA locale per tutto il periodo.
 - Tutti gli ingressi previsti nel programma:
 - *Subiaco* : Monastero S. Scolastica
 - *Alatri*: Cristo nel Labirinto
 - *Fumone*: Castello Longhi De Polis
 - *Montecassino*: Museo dell'Abbazia
 - *Anagni*: complesso museale nella Cattedrale (inclusa la cripta) – Palazzo Bonifacio
 - *Palestrina*: Museo Archeologico – Santuario
- Assicurazione medico bagaglio.
- Radio guide

La quota non comprende:

Le mance, gli ingressi ove non previsti nel programma, gli extra di carattere personale, tutto quanto non espressamente indicato alla voce: "La quota comprende"

Nota importante: per ragioni organizzative l'ordine delle visite può variare.
Con l'orario invernale gli orari dei treni potrebbero subire delle modifiche.

Organizzazione Tecnica : l'Orchidea Viaggi - Senago



Amici G.O.R. Paderno



INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

ISCRIZIONI : entro il **05 SETTEMBRE 2016** con PRIORITA' ai soci Amici G. O. R. Paderno che hanno già rinnovato il tesseramento per la stagione **2016/ 2017** e con acconto di **Euro 250,00 non rimborsabile**. Dopo tale data libera a tutti fino ad esaurimento dei posti.

DOVE :

Il MARTEDI' dalle ore 21.00 alle ore 22.00 Via G Mazzini 29 Palazzolo Milanese

Il GIOVEDI' dalle ore 21.00 alle ore 22.00 Via 2 Giugno 13 Paderno Dugnano

APERTURA DELLE PRENOTAZIONI : 08 AGOSTO 2016

Non si accettano le prenotazioni arrivate prima della suddetta data.

PER L'INVIO DELLE PRENOTAZIONI UTILIZZARE LA SEGUENTE E-MAIL (RISERVATA ALLO SCOPO) : prenota.amicigor@libero.it

Telefono 3469752281 Fax 02 990 450 22

SITO WEB: www.amicigorpaderno.it E-MAIL: amicigorpaderno@libero.it

1° ACCONTO : Euro 250,00 all'atto della prenotazione NON RIMBORSABILE.

2° ACCONTO : Euro 250,00 entro il 10 OTTOBRE 2016

SALDO : entro il 08 NOVEMBRE 2016 **non rimborsabile in caso di mancata sostituzione.**

E' POSSIBILE EFFETTUARE IL PAGAMENTO CON BONIFICO BANCARIO.

Codice IBAN: IT 45 Q 02008 33520 000100938388 - Intestato a: Amici G. O. R. Paderno - UniCredit Banca - Via Gaspare Rotondi 14 - Paderno Dugnano

IMPORTANTE: POSTI DISPONIBILI NR. 50

la prenotazione è **CONFERMATA** solo ed esclusivamente con il **VERSAMENTO** dell'acconto o della quota totale di partecipazione come indicato nel presente programma, alla voce "**INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI**". Nel caso di mancata partecipazione e impossibilitati alla sostituzione verrà addebitata l'intera quota. Amici G. O. R. Paderno si riserva di confermare o annullare il viaggio per il mancato raggiungimento minimo 35 partecipanti.