

Valle Latina

VALLI DI SILENZIO

I MONTI AUSONI E LA VOCE DEL SILENZIO

Un percorso in una terra di confine alla scoperta della civiltà contadina e della vita negli antichi borghi ciociari

Su questi monti passava il confine fra lo Stato Pontificio e il Regno delle Due Sicilie e come su tutti i confini di stato vigevano regole di controllo, dogane e dazi ma anche contrabbando e traffici illeciti. Terra di passaggio tra il mare e l'entroterra con un paesaggio di valli e montagne, borghi arroccati e campi coltivati. Luoghi dove il tempo sembra essersi fermato, dove potrai incontrare pastori con le loro greggi di caprette e donne che lavorano all'uncinetto o puliscono la verdura di campo, appena raccolta, davanti all'uscio di casa. Tre giorni fra i Monti Ausoni in un trekking che ti porterà a godere del silenzio di questi luoghi, lungo percorsi antichi che ti consentiranno di esplorare questa terra di confine, godendo di una natura intrisa di cultura contadina, storia, archeologia e vita nei borghi che conservano fra le loro mura, storie e antichi mestieri. Sarai affascinato dai racconti della nostra guida che ti farà entrare in questo mondo alla scoperta delle cose che solo la gente del posto conosce. Percorrerai antichi sentieri conosciuti solo dalla popolazione locale.

PRIMO GIORNO:

Castro dei Volsci – Vallecorsa

- **Ore 9.00** Dopo un breve trasferimento dalla stazione ferroviaria e aver sorseggiato un caffè di benvenuto con dolci di produzione locale, visiteremo l'area archeologica della villa romana del Casale di Madonna del Piano e il Museo civico archeologico che conserva i reperti provenienti dagli scavi e dal territorio.

- **Ore 10.30** Percorreremo a piedi un primo tratto di riscaldamento (km, 3.5 mt 240 di dislivello ore 1.30) lungo il sentiero La Fortezza, un antico camminamento medievale che collega l'insediamento del Casale di Madonna del Piano al centro storico di Castro dei Volsci. Sei rampe con larghi gradoni di pietra si inerpicano lungo la collina, e ci consentiranno di godere del silenzio dei luoghi.

- **Ore 11.30** Visiteremo il bel borgo arroccato di Castro tra viuzze e case di nuda pietra e raggiungeremo la Mamma Ciociara, monumento che da 70 anni ammonisce contro le aberrazioni della guerra e ricorda i fatti tragici vissuti da tutti i paesi che si allineano lungo la Linea Gustav.

- **Ore 14.00** Dopo la pausa pranzo, si parte a piedi (km 8.50 dislivello in salita 490 mt in discesa 380 mt ore 2.30) per percorrere nel silenzio della montagna un sentiero che attraversa una zona di bellissimi terrazzamenti contenuti da muretti a secco e coltivati con alberi di ulivo e frumento. Antiche tecniche contadine sono state utilizzate per captare l'umidità dell'aria in una zona in cui non sono presenti sorgenti o corsi d'acqua. Godendo del panorama su tutta la valle del Sacco e dell'Amaseno, si giungerà a Vallecorsa, borgo di frontiera fra i due stati preunitari.

- **Ore 16.30** Visiteremo la cittadina, le sue antiche fortificazioni, il Museo civico demotnoantropologico ed infine scenderemo a visitare una vera particolarità di questo territorio: i pozzi Le Prata per la raccolta dell'acqua piovana, unica fonte per diversi secoli di approvvigionamento d'acqua della zona.





I pozzi hanno una profondità di 10/15 metri e un diametro di 15/20 metri e un sistema particolare di scale che consentiva di raggiungere facilmente il fondo del pozzo nei momenti di scarsità d'acqua. Molto interessanti sono anche gli "scifi", vasche in pietra per il lavaggio, personalizzate con le iniziali delle famiglie cui appartenevano e disposti lungo il perimetro dei pozzi.

- **Ore 20.00** Nel ristorante Vytæ degusteremo una cena tipica a base di prodotti locali rivisitati in chiave moderna. Pernottamento.

SECONDO GIORNO:

Vallecorsa – Pastena



- **Ore 8.30** Dopo colazione, partiremo per un breve trasferimento in bus/navetta verso il punto di partenza del nostro sentiero in Località Serra Pica.

- **Ore 9.00** Saliremo per circa km 2.00 fino ad una sella a quota 618 msml, dalla quale si apre una vista meravigliosa sulla piana pontina e il mare. Qui cippi in pietra segnano il confine fra lo Stato Pontificio e il Regno delle Due Sicilie e a pochi metri dalla sella potremo visitare i ruderi di Acquaviva, un insediamento che risale al XI secolo d.C. e di cui oggi rimangono i resti di una fortezza. Il sentiero percorre a mezza costa Cima del Monte lasciando sempre in vista la piana e il lago di Fondi, per raggiungere il cosiddetto Belvedere accanto ad un abbeveratoio per animali. Si scende poi per 4.00 km sul sentiero in mezzo a piccoli boschetti di pini, fino alla strada asfaltata 534 mslm.

- **Ore 11.30** Si prosegue a piedi su via Carduso per km 6.7 fino ad Ambrifi (totale del percorso a piedi km 12.7 dislivello 116 mt in salita e 122 mt in discesa, con un bus/navetta per km 5.7, si raggiunge il borgo di Pastena.

- **Ore 13.00** Sarà ora di pranzo e coglieremo l'occasione per degustare in un locale tipico "Pizzeria le gioie della vita" situato nel centro storico, antipasto con formaggio marzolino, salumi, olive, verdure grigliate, bruschette e dolce tipico. Vino e acqua.

- **Ore 15.00** Seguirà la visita del bellissimo Museo della civiltà contadina e dell'ulivo ed una silenziosa passeggiata lungo i vicoli del borgo, le belle case nobiliari e la cinta muraria con le sue numerose torri di guardia. La piccola piazza posta nel centro del nucleo urbanistico ospita la Collegiata di S. Maria Maggiore risalente al IX secolo e la Casa Paterna dell'attore ciociaro Nino Manfredi.

- **Ore 18.30** Ci trasferiremo in bus/navetta all'Aecolibrum Country House hotel immerso nel silenzio della campagna pastenese. Cena con primo e secondo piatto tipico, dolce, vino, acqua e caffè. Pernottamento.

TERZO GIORNO:

Pastena - Falvaterra - San Giovanni Incarico



- **Ore 9.00** Dopo colazione ci avviamo a piedi per le grotte di Pastena che distano circa 4 km, seguendo il sentiero verso la piana delle Macchie.

- **Ore 10.00** Arrivo e visita guidata, il percorso attraversa uno scenario stupefacente di stalattiti, stalagmiti, fossili e sale dai nomi fantastici. Percorreremo il ramo fossile della lunghezza di 800 metri, ricco di concrezioni minerali e dove si evidenzia una bellissima colata di calcite, e il ramo attivo, attraversato dall'acqua con la Sala del Lago Blu e della lunghezza di 100 metri con una spettacolare cascata alta 10 metri.

- **Ore 11.00** Dopo la visita si procederà con un altro bel tratto a piedi (km 5.00, dislivello mt 180 in salita mt 200 in discesa), per raggiungere le grotte di Falvaterra percorse dall'acqua con laghetti e cascatelle.



- **Ore 13.00** Pausa rigenerante con il suono rilassante del gorgoglio dell'acqua nei pressi della Risorgenza del rio Obaco, dove sarà consumato un pranzo al sacco nell' area pic-nic.

- **Ore 14.30** Dopo la visita delle grotte ci trasferiremo con bus navetta nel borgo silente e misterioso di Falvaterra per una visita guidata del centro storico. Le case del borgo, edificate con pietra locale, splendono del loro colore arancione con sfumature rosa. I vicoli sono lastricati a mosaico con selci di pietra lavica e marmo bianco.

- **Ore 16.30** Ancora un breve trasferimento in bus/navetta per visitare il Santuario della Madonna della Guardia e per ammirare il panorama della Valle Latina e della Riserva naturale antiche città di Fregellae e Fabrateria Nova e del lago di San Giovanni Incarico.

- **Ore 18.00** Trasferimento in mini bus stazione di Castro Pofi Vallecorsa e/o parcheggio antistante l'area archeologica di Castro dei Volsci per rientro.

Note a margine

- **La quota comprende:** 1 colazione il primo giorno, 2 cestini con panini e frutta, 1 pranzo a Pastena, 2 cene con bevande incluse, 2 pernottamenti in camera doppia colazione compresa, visite guidate nei musei, trasporto bagagli, trasferimento in bus/navetta, assicurazione, guida esperta lungo tutto il percorso e le visite dei borghi; Ingressi alle grotte di Pastena e Falvaterra, Sif Card per ingressi nei musei.
- **La quota non comprende:** Tutto ciò non menzionato nella quota comprende.
- **Pernottamenti:** presso il Resort Vytae Perla degli Ausoni a Vallecorsa e presso il B&B Ecolibrium Country House Hotel a Pastena.

Caratteristiche tecniche e Info logistiche:

- Adatto ad escursionisti anche non particolarmente esperti, purché allenati.
- Consigliato un abbigliamento adatto per il trekking, con qualche ricambio di indumenti nello zaino e scarpe da trekking.
- I trasferimenti saranno tutti a piedi tranne alcuni spostamenti con bus/navetta a Pastena e il terzo giorno fino alla stazione e/o al parcheggio per riprendere le auto.
- Trasferimento bagaglio nei rispettivi hotel fino al parcheggio.

Punti rifornimenti d'acqua con fontanelle:

Castro dei Volsci: alla partenza del sentiero La Fortezza sono disponibili servizi igienici e Casetta dell'acqua;

Alla partenza del sentiero per Vallecorsa in piazza Marconi disponibile fontanella di acqua;

A Vallecorsa: all'arrivo in zona Arelle;

A Pastena: presso il piazzale delle grotte.

Periodo consigliato: tutto l'anno.

Percorsi a piedi distanze:

Il primo giorno saranno in totale circa 12.00 km. Castro dei Volsci -

da Madonna del Piano al borgo km 3.5 - da Castro dei V. a Vallecorsa km 8.50;

Il secondo giorno da Vallecorsa località Serra La Pica ad Acquaviva fino a

Quercia del Monaco saranno 6.00 km su sentiero. Da sommare ai 6.7 km da

percorrere su strada asfaltata fino ad Ambrifi;

Totale secondo giorno 12.7 km a piedi;

Il terzo e ultimo giorno saranno percorsi a piedi circa 11.00 km totali (compreso i km all'interno delle grotte).

Segnaletica: solo nel tratto Acquaviva – Quercia del Monaco: cartello all'inizio del sentiero e lungo il percorso.

Punti di Appoggio:

area di sosta in prossimità di Piazzale Airola; area pic-nic in prossimità dei ruderi di Acquaviva; area sosta pic-nic presso le grotte di Pastena e di Falvaterra.

Documento realizzato da Ecomuseo Argil & partners nell'ambito del laboratorio di Living Lab con Lazio Innova. Con la collaborazione del Parco dei Monti Ausoni, delle amministrazioni comunali, delle Grotte di Falvaterra e Pastena e delle Associazioni "La Scarana" di Castro, "Fabrateria" di Falvaterra, "Ecce Italia" e la proloco di Vallecorsa. La grafica di Valentina Mermolia.

Per info: ref. Laura Di Domenico tel. +39 3476309149.



PERCORSO :
PRIMO GIORNO

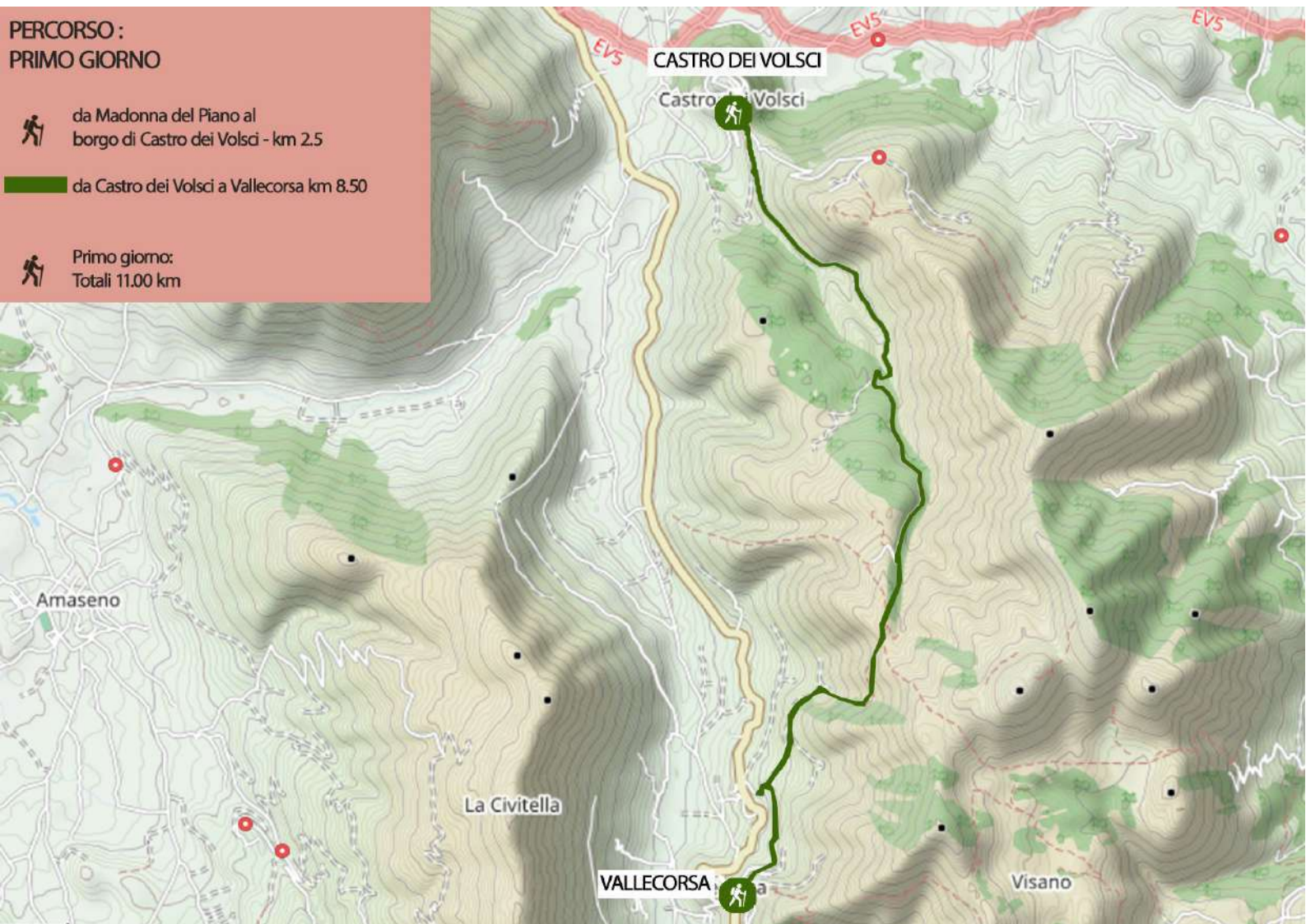


da Madonna del Piano al
borgo di Castro dei Volsci - km 2.5

da Castro dei Volsci a Vallecorsa km 8.50



Primo giorno:
Totali 11.00 km



**PERCORSO :
SECONDO GIORNO**

- da Vallecorsa ad Acquaviva km 4.0
- da Serra Pica ad Acquaviva 2.0 km + da Acquaviva a Quercia del Monaco km 4.0 a piedi su sentiero
- da Quercia del Monaco ad Ambrifi km 6.7 su strada asfaltata
- da Ambrifi a Pastena in bus/navetta km 5.7

 Totale secondo giorno 12.7 km a piedi




VALLECORSA

PASTENA

AMBRIFI

 **VALLECORSA - ACQUAVIVA**
in bus/navetta per km 4.0

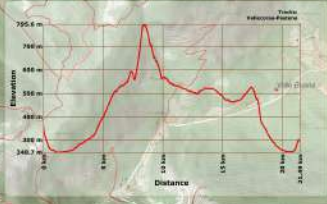
 **QUERCIA DEL MONACO - AMBRIFI**
a piedi su strada asfaltata per km 6.7

 **SERRA PICA - ACQUAVIVA - QUERCIA DEL MONACO**
a piedi su sentiero per km 6.0 tot.

SERRA PICA

ACQUAVIVA

QUERCIA DEL MONACO



**PERCORSO :
TERZO GIORNO**

da B&B Aecolimbrium alle grotte di Pastena
km 4.0 a piedi

dalle Grotte di Pastena alle Grotte di Falvaterra
km 5.0 a piedi

Terzo giorno:
Totali 11.00 km
(compreso i km all'interno delle grotte)

