

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione		
Dislivello :	200 mt mt		
Ore :	5 h ore		
Difficoltà :	E		
Lunghezza :	10 km km		
Accompagnatore 1:	Ruggieri		
Accompagnatore 2:	Mignella		

## DESCRIZIONE

Una nuova escursione del ciclo TREK & PLUS! Oggi facciamo tappa alla Riviera di Ulisse. Tra Sperlonga e Gaeta ci aspetta un percorso sorprendente lungo l'antica via Flacca e l'opportunità di visitare l'imperdibile Villa dell'Imperatore romano Tiberio con ingresso gratuito la prima domenica del mese. Alla fine dell'escursione e della visita al museo per chi vuole ci aspetta un godurioso terzo tempo a base di una deliziosa tiella di Gaeta.

## IL TREKKING

Una giornata lungo la Riviera di Ulisse alla scoperta della via Flacca, antica strada romana che si snoda tra Terracina e Formia. La presenza di questa strada, in una zona di particolare bellezza paesaggistica, incentivò l'aristocrazia romana a trascorrere la villeggiatura estiva in zona e costruire dimore lussuose tra cui l'imponente villa dell'imperatore Tiberio. Insieme percorriamo il tratto dell'antica via Flacca tra Sperlonga e Gaeta che affascina per la meravigliosa vista sul mare e sulle isole pontine che si avvistano all'orizzonte.

Il sentiero parte dalla moderna via Flacca che corre parallela all'antico tracciato. Non appena si scavalca un cancelletto all'interno della prima galleria che si incontra, ci si immerge in un percorso affascinante di macchia mediterranea che si snoda lungo la costa frastagliata, con tratti a strapiombo sul mare ed affacci suggestivi su piccole insenature e spiaggette. Lungo il sentiero incontriamo le falesie, i ruderi delle tipiche torri di avvistamento della Riviera di Ulisse, anfratti rocciosi, la Villa di Tiberio, senza mai perdere di vista le isole pontine, il Circeo e nelle giornate più terse Ischia e Capri. Per alcuni tratti, dove l'antica strada romana risulta impraticabile, si deve camminare lungo la moderna via Flacca per poi riprendere il sentiero. Il percorso costiero, lungo circa nove km è in parte su sentiero sterrato e roccia, su sabbia (attraversiamo le spiagge della zona) e a tratti su asfalto. Il tracciato va da dalla spiaggia di Sant'Agostino, nei pressi di Gaeta e arriva fino a Sperlonga.

Si tratta di un percorso di difficoltà-medio alta, per la presenza di alcuni tratti esposti e larghi non più di un metro; è adatto quindi a chi già ha esperienza e, soprattutto, a chi non soffre di vertigini. Si deve prestare inoltre attenzione all'attraversamento della moderna via Flacca

## IL MUSEO

La Villa di Tiberio è una grande villa romana, appartenuta nel I secolo d.C. all'imperatore romano Tiberio, situata nella cittadina di Sperlonga. La villa è inclusa nel percorso di visita del Museo archeologico nazionale di Sperlonga ad ingresso gratuito in occasione della prima domenica del mese.

## DATI TECNICI ESCURSIONE

Difficoltà: E  
Dislivello: 200 m  
Durata: 4h  
Km: 10

## APPUNTAMENTO

- PRIMO: Ore 8:00 Fermata Metro B Eur Magliana
- SECONDO: il punto esatto verrà comunicato il giorno prima dell'escursione

## PRENOTAZIONI

Direttamente dal nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it)

## ACCOMPAGNATORI

Sara Mignella 3283418776

AEV Francesco Ruggieri 346 2179947

## CONTRIBUTO ESCURSIONE

20,00 euro

## COME VESTIRSI

Abbigliamento a strati, scarpe da trekking (OBBLIGATORIE), bastoncini, guscio antivento/pioggia, guanti, cappello, torcia frontale, acqua (almeno 1,5lt) e pranzo al sacco.