



**IAT**  
INFORMAZIONE E  
ASSISTENZA AL TURISTA

# CATALOGO



**COOPERIAMO INSIEME**  
**COOPERATIVA SOCIALE**

## *La Provincia di Latina*

### *Idee viaggio*



PIAZZA DEL POPOLO, 16  
04100 - LATINA

**2016 - 2017**

TEL. 0773 480672 - 484502  
info@latinaturismo.it

[www.latinaeventi.it](http://www.latinaeventi.it)

[www.latinaturismo.it](http://www.latinaturismo.it)

[www.cooperiamoinsieme.it](http://www.cooperiamoinsieme.it)



## **INDICE:**

### **GRUPPI**

**Pagina 3**

- ◆ Terra Nuova
- ◆ I luoghi dello spirito

### **MINIGRUPPI**

**Pagina 7**

Riviera d'Ulisse: settimana al mare

La mura del mito: itinerario storico-archeologico

Sport Activity:

- ◆ Bike & Trek
- ◆ Natura & Birdwatching
- ◆ Fly in the Sky

Visite Guidate Minigruppi

### **SCUOLE**

**Pagina 16**

- ◆ Viaggio in Provincia di Latina
- ◆ La bonifica integrale e la II° Guerra Mondiale
- ◆ La natura
- ◆ La storia, l'arte e l'archeologia
- ◆ Settimana verde
- ◆ Sport e natura: Il mare

*Tutti i programmi sono a titolo esemplificativo  
Per le quotazioni dei prodotti, che possono variare in base  
al periodo e alla consistenza numerica dei gruppi,  
è possibile contattare la IAT di Latina  
Piazza del Popolo, 16  
0773 480672—077348 4502  
[www.latinaturismo.it](http://www.latinaturismo.it) - [info@latinaturismo.it](mailto:info@latinaturismo.it)*

## TERRA NUOVA



Nell'Agro Pontino oggi si viene da turisti, non più da coloni mossi dalla fame, alla ricerca di una speranza di vita nuova.

Un tuffo in un passato rimosso per troppo tempo dalla storia italiana, solcato da un canale e da molte storie. Uno spartiacque che ormai esiste nella sola memoria, ma che presidia ancor oggi l'Agro Bonificato.

Canale Mussolini, fenomeno letterario dell'anno, ispira un viaggio nella storia d'Italia, tra i legami e le tensioni sociali, culturali e politiche di un popolo, quello italiano, che si fa nel tempo, che condivide e genera un futuro di sviluppo con il sacrificio e l'impossibilità di sottrarsi al proprio destino di uomini, lavoratori, combattenti.

E' una mappa culturale che ci invita a rileggere geograficamente il territorio e la storia d'Italia, a ripercorrere un itinerario capace di ricucire quei legami che le piene delle rivoluzioni e delle guerre hanno travolto.

Il centro Espositivo Agrituristico di Piana delle Orme ci calerà all'interno dei luoghi e delle abitazioni dell'epoca,

rivivendo le narrazioni e le vicende italiane del novecento.

Partendo dall'origine di Canale Mussolini, presso i giardini di Ninfa, vedremo i luoghi

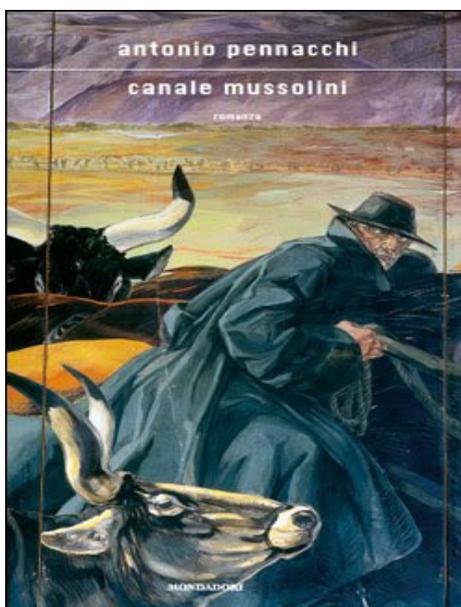
più suggestivi della pianura pontina e la attraverseremo, seguendo il corso dei canali fino a Sabaudia e Terracina dove a Ponte Maggiore, opera idraulica progettata da Leonardo Da Vinci e tuttora funzionante, le acque confluiscono fino al mare.

Lungo il percorso incontreremo le testimonianze dei numerosi tentativi di bonifica effettuati nel corso dei secoli, dai romani, ai monaci Cistercensi, le bonifiche del '700 fino ai giorni nostri.

Un'opera mai finita e che continua ancor oggi.

Un'escursione alle Isole Pontine farà da cornice a questo viaggio nella storia e nella natura, alla ricerca di quell'equilibrio tra uomo e ambiente che è necessario alla conservazione del paesaggio e alla salvaguardia della biodiversità.

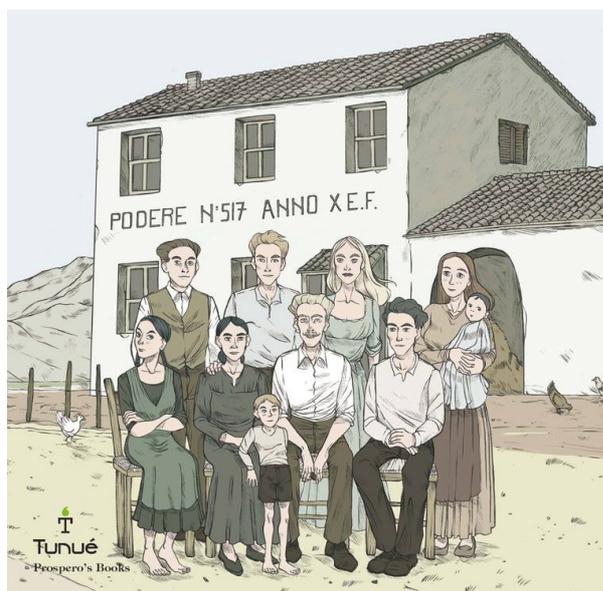
**Itinerario letterario  
ispirato al Libro  
"Canale Mussolini"  
di Antonio  
Pennacchi  
Premio Strega 2010  
Libro dell'anno 2011**



## PROGRAMMA 4 GIORNI – 3 NOTTI:

### 1° GIORNO

Arrivo e Check-in in hotel  
**ore 15.00** - Accoglienza e presentazione dell'itinerario.  
 Breve visita guidata della città di Latina e di Villa Fogliano –  
 Tramonto al Lago  
**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento



### 2° GIORNO

Prima colazione  
**ore 9.00** - Itinerario letterario  
 Visita dell'Agro Pontino, dei canali e dei principali impianti idrovori  
**ore 12.30** - Pranzo presso il ristorante di Piana delle Orme  
**ore 15.30** - Visita al Centro Espositivo Piana delle Orme  
[www.pianadelleorme.it](http://www.pianadelleorme.it)  
**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 3° GIORNO

Prima Colazione  
**ore 9.30** - Visita dei Giardini e delle Rovine di Ninfa, Abbazia di Valvisciolo, Sermoneta  
[www.fondazionecaetani.org](http://www.fondazionecaetani.org)  
**ore 13.00** - Pranzo a Sermoneta  
**ore 15.00** - Visita della Città di Sabaudia e del Parco Nazionale del Circeo  
**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 4° GIORNO

**ore 9.00** - Check-out  
 Visita dell'Abbazia di Fossanova  
 Partenza

#### La proposta comprende:

- ◆ Mezza pensione per 3 notti
- ◆ N° 2 pranzi al ristorante:
  - Piana delle Orme
  - Sermoneta

#### Servizi

- ◆ Guida Turistica
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Giardini e Rovine di Ninfa
  - Museo di Piana delle Orme
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**



Sin dall'antichità l'Agro Pontino ha avuto due grandi vie di comunicazione: la via Setina o Pedemontana, di epoca protostorica, che si snoda ai piedi delle colline, e la **via Appia**, costruita nel IV sec. a.C., che attraversa il centro della piana.

Lungo queste due direttrici sono sorti numerosi centri abitati e, dall'epoca cristiana, anche importanti centri religiosi.

Le prime citazioni cristiane riguardano **San Paolo** che, durante il suo viaggio da Pozzuoli a Roma, fu accolto dai fedeli nelle stazioni di posta di **Forum Appii** (nei pressi dell'attuale Borgo Faiti), **Tripontum** (Tor Tre Ponti) e **Tres Tabernae** (in prossimità dell'attuale Cisterna di Latina).



Abbazia di Valvisciolo

Dall'Alto Medioevo sorsero, lungo tale antichissima direttrice, alcuni importanti centri abitati tra cui **Ninfa**, uno dei più suggestivi orti botanici d'Europa, nato negli anni venti del Novecento, dove rare specie esotiche convivono con le rovine della città medievale abbandonata nel 1381.

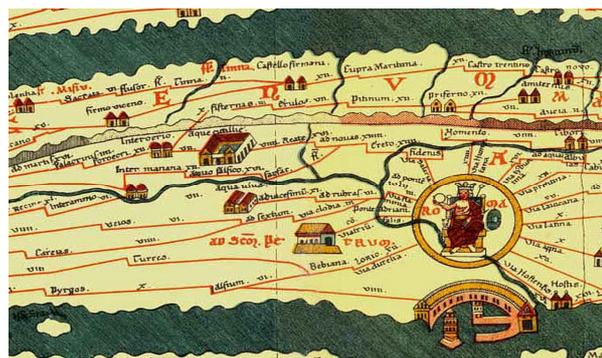
Poco più a sud, sorse la piccola Abbazia gotico-cistercense di Valvisciolo, risalente al XIII secolo, circondata da un dolce paesaggio di vigneti e ulivi e abita-

ta ancora oggi da una piccola comunità monastica; successivamente fu realizzato uno dei più famosi centri monastici della zona, l'Abbazia di Fossanova. Splendido esempio di architettura gotico-cistercense, essa divenne così importante da far nascere attorno a sé un vero e proprio borgo.

Fu proprio a **Fossanova** che **San Tommaso d'Aquino**, durante il suo viaggio per Lione, morì il 7 marzo 1274, dopo essere stato colto da malore.

Un altro luogo d'importanza religiosa è il **Santuario di Santa Maria della Sorresca** che sorge lungo le rive del lago di Paola e che deve la sua devozione ad un miracolo di cui furono testimoni dei pescatori medievali.

Dal punto di vista cronologico, l'ultimo santuario sorto nella provincia di Latina è il luogo del martirio di **Santa Maria Goretti**, nei pressi delle Ferriere (attuale Borgo Montello). La giovane ragazza morì nel 1902 e fu dichiarata santa il 27 aprile 1947. Le sue reliquie sono custodite nella vicina Nettuno, presso l'omonimo Santuario.



**PROGRAMMA 3 GIORNI – 2 NOTTI:****1° GIORNO**

ore 15,00 - Visita ai Giardini e Rovine di Ninfa

ore 17,00 - Visita all'Abbazia di Valvisciolo

ore 19,00 - Check-in in hotel, cena e pernottamento

**2° GIORNO**

Prima colazione

ore 9.00 - Visita al Santuario di S. Maria Goretti a Nettuno e Santa Messa

ore 11.00 - Visita al luogo del martirio di S. Maria Goretti a Le Ferriere

ore 12.30 - Pranzo

ore 16.00 - Visita alla città di Latina, alla Cattedrale San Marco e alla chiesa di S. Maria Goretti

ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

**La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 2 notti
- ◆ Un pranzo al ristorante

**Servizi:**

- ◆ Guida Turistica
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Giardini e Rovine di Ninfa
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**

**3° GIORNO**

ore 9.00 - Check-out

Visita della chiesa di San Paolo a Tor Tre Ponti

e alla collezione dei dipinti di Lelia Caetani

**OPPURE**

Visita all'Abbazia di Fossanova

**OPPURE**

Visita del Santuario di Santa Maria della Sorresca a Sabaudia

**PROGRAMMA 2 GIORNI – 1 NOTTE:****1° GIORNO**

ore 15.00 - Visita alla città di Latina, alla Cattedrale San Marco e alla chiesa di S. Maria Goretti

ore 19.00 - Check-in in hotel, cena e pernottamento

**2° GIORNO**

ore 9.00 - Check-out

Visita al Santuario di S. Maria Goretti a Nettuno e Santa Messa

ore 12.30 - Pranzo al sacco

ore 15.00 - Visita al luogo del martirio di S. Maria Goretti a Le Ferriere

**La proposta comprende:**

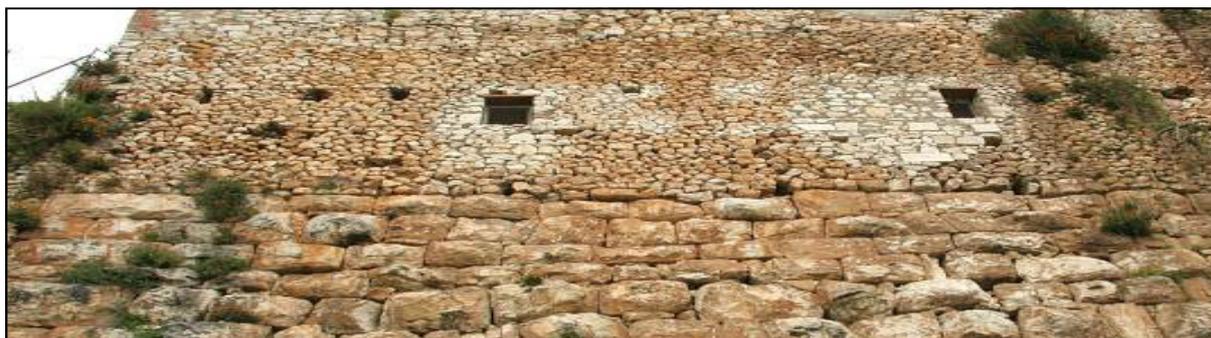
- ◆ Mezza pensione per una notte
- ◆ Un pranzo al sacco

**Servizi:**

- ◆ Guida Turistica
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**

## LE MURA DEL MITO



### ITINERARIO STORICO - ARCHEOLOGICO



Cora

Un tuffo in un tempo lontano, che arriva a noi attraverso strutture conservate in modo impeccabile. Paesaggi tra i più classici del mondo, cantati da Virgilio, e testimoni delle gesta dei Romani, dei Latini e dei Volsci. Un patrimonio storico, archeologico e culturale tutto da scoprire, che racchiude luoghi anticamente cinti da mura ciclopiche.

La prima località che incontriamo è Cori, fondata dal mitico Cora troiano, in cui sussistono, in ottimo stato di conservazione, le grandi mura.

Poco più a sud si resta impressionati dall'antica Norba, che domina silenziosamente l'Oasi di Ninfa e la vastità della pianura pontina.



Norba

Si prosegue verso Sezze, sito che ha sempre rivestito un ruolo strategico vigilando sull'antica via Pedemontana e la via Appia. Lungo il percorso dell'antica via Setina si possono ancora incontrare una serie di manufatti molto interessanti, che testimoniano la natura difensiva della città.



Setia

Spostandoci verso la costa, giungiamo al Circeo, chiamato l'Olimpo d'Italia, dove fin dall'antichità si accese la luce del mi-

to. Dal promontorio scorgiamo Terracina e il tempio di Giove



Tempio di Giove Anxur

Anxur, posto a sovrastare la città affacciata splendidamente sul mare.

Da qui si apre la città di Fondi, nella parte più interna della pianura, in cui era la mitica Amyclae, città misteriosa che il poeta Virgilio colloca proprio qui, ma di cui non si ha alcuna traccia.

Passando per il promontorio di Gaeta, meta prescelta già in epoca romana, arriviamo a Formiae, città di Cicerone, sito di transito lungo la direttrice tirrenica fin dai tempi più remoti. In età romana, per la mitezza del suo clima ebbe grande fortuna come luogo delle delizie, come testimoniano i numerosi reperti ivi ritrovati e conservati nel Museo Archeologico Nazionale.

Oltrepassati i centri di Fondi e Formia, raggiungiamo il confine tra Latium Vetus et Adiectum e la mitica Campania Felix, proprio dove si estende l'area archeologia di Minturnae. Nelle vicinanze è possibile ammirare le notevoli mura attribuite a Pirae, concludendo così il percorso suggestivo fra questi luoghi millenari.



Circeii

**PROGRAMMA 3 GIORNI – 2 NOTTI:****1° GIORNO**

**ore 9.00** - Visita di Cori: mura poligonali dell'antica Cora e successive strutture romane (Tempio di Castore e Polluce, Tempio di Ercole)

**ore 12.30** - Pranzo

**ore 15.00** - Visita agli scavi dell'antica Norba

**ore 19.00** - Check-in in hotel, cena e pernottamento

**2° GIORNO**

Prima colazione

**ore 9.00** - Visita di Sezze: mura poligonali dell'antica Setia e Antiquarium comunale

**ore 12.00** - Partenza per San Felice Circeo

**ore 13.00** - Pranzo

**ore 15.00** - Visita ai resti dell'antica città di Circeii

**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

**3° GIORNO**

**ore 9.00** - Check-out

Visita del centro storico di Terracina: mura poligonali e area del Foro Emiliano (epoca romana) e visita del Tempio di Giove Anxur

**ore 13.00** - Pranzo

**La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 2 notti
- ◆ N° 3 pranzi al ristorante:
  - Cori
  - San Felice Circeo
  - Terracina

**Servizi:**

- ◆ Guida Turistica
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Tempio di Giove Anxur
  - Museo di Cori
  - Museo e Antica città di Norba
  - Antiquarium di Sezze
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**





Immerso nella natura incontaminata del Parco nazionale del Circeo e dell'Agro Pontino, scoprirai i luoghi più suggestivi e meno frequentati.

In bicicletta, in canoa, a piedi o a cavallo attraverso le storie e le leggende dell'Agro Pontino conoscerai e scoprirai le atmosfere più suggestive del territorio.

Gusterai i prodotti della terra più rinomati e genuini in picnic o in agriturismo.

Tre giorni di sano relax per gli amanti

della natura e dello sport, per chi preferisce ritrovarsi nel silenzio della montagna senza rinunciare alle comodità di una vacanza - benessere.

Tre giorni per catturare immagini uniche da condividere a casa con gli amici e con una comunità di esploratori, sportivi e naturalisti a caccia di fotografie mozzafiato.

La sera nei migliori resort ad attenderti deliziose SPA (Salus per Aquam).

Un'esperienza nuova per lo sportivo, i giovani e le famiglie.

## PROGRAMMA 3 GIORNI – 2 NOTTI:

### 1° GIORNO

ore 15.00 - Check-in in hotel  
ore 16.30 - Escursione a Villa Fogliano in bicicletta  
ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 2° GIORNO

8.00 - Prima colazione  
ore 9.30 - In canoa sul Cavata  
ore 13,00 - Pranzo  
Ore 15,00 - Trekking nel Circeo Parco Nazionale  
ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 3° GIORNO

8.00 - Prima colazione  
ore 9.30 - Visita a cavallo o in MBK al Circeo Parco Nazionale  
ore 13.00 - pranzo  
partenza

#### La proposta comprende:

- ◆ Mezza pensione per 2 notti
- ◆ 2 pranzi a ristorante

#### Servizi:

- ◆ Assistenza turistica
- ◆ Escursione in canoa
- ◆ Escursione a cavallo
- ◆ Noleggio biciclette
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**



Il birdwatching è una pratica ecoturistica, inerente l'osservazione e lo studio dell'avifauna, e può essere svolta durante l'arco dell'anno. Occorre un binocolo e una guida di riconoscimento.

Un fenomeno che permette di osservare le specie più insolite è la migrazione: molti uccelli si spostano per riprodursi, per cercare cibo e per vincere condizioni climatiche proibitive. In tale situazione è possibile osservare, oltre agli *uccelli stanziali* (che non migrano), i *migratori*, cioè le specie che si trovano in quell'area solo di passaggio.

La provincia di Latina e il Parco Nazionale del Circeo, con le isole dell'arcipelago pontino, si trovano sulle rotte di numerose specie di migratori, che è possibile osservare specialmente nei mesi invernali e nei periodi di passaggio.

Generalmente i *birdwatcher* amano gli ambienti naturali, ma anche in città è possibile osservare gli uccelli *stanziali*, *migratori stagionali* e *di passo*.

Anche le oasi e riserve naturali circostanti, come l'Area di Pantanello, presso i Giardini e le Rovine di Ninfa, sono mete di appassionati provenienti da ogni parte del mondo.

Una settimana alla scoperta di una natura spettacolare ed incantata, immersi nella storia e nel mito, con l'opportunità di seguire seminari sul birdwatching ed effettuare escursioni in gruppo nella zona per vedere gli animali locali.

Le serate saranno dedicate alla visione di video e foto fatti dai partecipanti.



Il promontorio del Circeo



## PROGRAMMA 7 GIORNI – 6 NOTTI:

### 1° GIORNO

Arrivo e Check-in in hotel

**ore 18.00** - Incontro con l'accompagnatore

**ore 19.00** - Cocktail di benvenuto, cena e pernottamento

### 2° GIORNO

Prima colazione

**ore 9.00** - Escursione al Lago di Fogliano

**ore 13.00** - Pranzo a ristorante o al sacco

**ore 15.00** - Visita guidata di Villa Fogliano

**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 3° GIORNO

Prima colazione

**ore 9.00** - I laghi dei Monaci e di Caprolace  
Possibilità di effettuare trekking leggero fino al lago di Sabaudia e di noleggiare MBK per il parco e la città;

**ore 13.00** - Pranzo a ristorante o al sacco

**ore 15.00** - de briefing attività Birdwatching

**ore 16.00** - Visita guidata

**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 4° GIORNO

Prima colazione

**ore 9.00** - Escursione all'Oasi di Pantanello

**ore 13.00** - Pranzo a ristorante o al sacco

**ore 15.00** - Visita del Giardino di Ninfa e dell'Abbazia di Valvisciolo

**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 5° GIORNO

Prima colazione

**ore 9.00** - Escursione al lago di Sabaudia e al Promontorio del Circeo e all'antica Circeii

**ore 13.00** - Pranzo a ristorante o al sacco

**ore 16.00** - Visita guidata di Sabaudia

**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 6° GIORNO

Prima colazione

**ore 9.00** - Escursione in Canoa sul Fiume Cavata

**ore 13.00** - Rientro in hotel e pranzo

**ore 16.00** - Visita guidata

**ore 19.00** - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 7° GIORNO

Prima colazione e Check-out.



#### La proposta comprende:

- ◆ Mezza pensione per 6 notti
- ◆ N° 6 escursioni giornaliere

#### Servizi:

- ◆ Assistenza turistica dall'arrivo alla partenza
- ◆ Transfert da/per l'hotel e i luoghi in cui si svolgono le escursioni e le osservazioni
- ◆ Ingressi
- ◆ Attrezzatura per le osservazioni
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**



### SETTIMANA AL MARE

Acque cristalline, grotte marine, resti archeologici, riserve naturali, miti e leggende fanno della Riviera di Ulisse un luogo incantevole assolutamente da non perdere.

Piccolo ma di grande fascino è l'Arcipelago delle Isole Pontine, al centro del Mar Tirreno, con le isole di Ponza, Palmarola, Zannone, Gavi, Ventotene e S. Stefano. Le isole di origine vulcanica sono ricche di colori straordinari, di ambienti magici, di fondali alti e trasparenti.

Legata inequivocabilmente al destino di Troia, con Ulisse prima ed Enea dopo, la Riviera si presenta oggi come custode indiscussa del patrimonio culturale e artistico dell'insieme di quelle che per secoli furono le colonne portanti del mondo antico.

Lunga circa 110 km, tra il Lido di Latina e il fiume Garigliano, la Riviera di Ulisse rievoca nel nome il mito del girovagare ansioso e inappagato dell'eroe itaceo, che, secondo ricostruzioni fatte sulla base del racconto omerico, ha lasciato numerose tracce della sua presenza in questo arco di costa. A Baia, il re di Itaca avrebbe seppellito il compagno Baios, morto durante il viaggio; a Caieta (l'odierna Gaeta) Virgilio fa morire la nutrice di Enea, sepolta dall'eroe troiano durante il suo viaggio verso le coste laziali, e avrebbe fatto la brutta conoscenza con il popolo dei Lestrigoni; a Terracina

avrebbe perso l'amico Elpènore, lì sepolto, e al Circeo (oppure all'isola di Eéa, forse Ponza) avrebbe vissuto la lunga stagione d'amore con la Maga Circe, che gli avrebbe dato il figlio Antèios, mitico fondatore di Anzio.

In questo lembo di terra il mito troiano passa il testimone, poi, ad episodi suggestivi della storia religiosa. E' qui che, alla morte di Cristo, la leggenda narra che la montagna si spacca in due mantenendo i lati perfettamente combacianti, diventando morbida sotto la mano del turco miscredente.

Questa, però, è anche la riviera dei Volsci e degli Aurunci, popoli autoctoni che a lungo occuparono, rispettivamente, a nord e a sud, quest'area costiera, prima di cedere a Roma.

La Riviera appartiene per intero alla provincia di Latina. Già in epoca romana rientrava nel territorio del Latium Novum e successivamente appartenne in parte allo Stato Pontificio, come Terra di Marittima, e in parte terra al Regno Borbonico.



**PROGRAMMA 7 GIORNI – 6 NOTTI:**

**1° GIORNO**

ore 15.00 - Arrivo e check-in in hotel  
 ore 17.00 - Tempo libero e relax  
 ore 19.00 - Cena e pernottamento

**2° GIORNO - IL CIRCEO**

Prima colazione  
 ore 10.30 - Escursione al Parco Nazionale del Circeo e giro turistico lungo il Lago di Sabaudia  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.30 - Le scogliere di Punta Rossa  
 ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

**3° GIORNO - SPERLONGA**

Prima colazione  
 ore 10.30 - Visita al Museo Archeologico Nazionale e alla grotta di Tiberio a Sperlonga  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - Relax in spiaggia  
 ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

**4° GIORNO - PONZA**

Prima colazione  
 ore 9.00 - Partenza per le Isole Pontine  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - in barca alle grotte e ai faraglioni  
 ore 20.30 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

**5° GIORNO - GAETA**

Prima colazione  
 ore 10.30 - Visita alla Villa e al Lago di Fogliano  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - Tempo libero in spiaggia  
 ore 20.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

**6° GIORNO - SABAUDIA**

Prima colazione  
 ore 10.00 - Escursione enogastronomica a Cori e Bassiano  
 ore 13.00 - Pranzo tipico del luogo  
 ore 15.00 - Visita guidata  
 ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

**7° GIORNO**

Prima colazione e Check-out.  
 ore 10.00 - Visita a San Felice Circeo  
 ore 13.00 - Pranzo  
 Partenza



**La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 6 notti
- ◆ N° 6 pranzi al ristorante
- ◆ N° 6 escursioni di mezza giornata.

**Servizi:**

- ◆ Guida turistica dall'arrivo alla partenza
- ◆ Transfert da/per l'hotel e i luoghi in cui si svolgono l'escursione
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Museo Archeologico Nazionale di Sperlonga
  - Colosseo e Fori Imperiali
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**



Il comune di Roccamassima sorge sulla cima di un colle di 746 m. che ne fa il centro più alto della provincia di Latina.

La strada che porta a questo piccolo paese si inerpica attorno al cono del colle, scoprendo una visuale sempre più ampia verso Velletri e la Pianura Pontina. Il paese sarebbe sorto agli inizi del VII sec. D.C. sulle rovine di Carventum che, come numerosi altri centri dei

Lepini, era stata oggetto di continue lotte tra Volsci e Romani.

Nel 2014 nasce “Flying in the sky”, una struttura a fune aerea che permetterà, a tutti gli appassionati, di volare attaccati a una fune d'acciaio in tutta sicurezza da dove si potrà godere di un panorama che spazia dalle coste laziali ai colli albanici fino ai monti abruzzesi. Il volo attraverserà vasti uliveti e zone carsiche

## PROGRAMMA 3 GIORNI – 2 NOTTI:

### 1° GIORNO

ore 15.00 - Arrivo e Check-in in hotel

ore 16.30 - Tempo libero e relax

ore 20.00 - Cena e pernottamento

### 2° GIORNO

Prima colazione e partenza per Roccamassima

ore 10.30 - Lancio Flying in the sky

ore 13.00 - Pranzo

ore 15.00 - Visita di Roccamassima e Cori

ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

### 3° GIORNO

Prima colazione e Check-out

#### La proposta comprende:

- ◆ 2 notti mezza pensione
- ◆ Pranzo al ristorante

#### Servizi:

- ◆ Assistenza Turistica
- ◆ Transfert da/per l'hotel e Roccamassima
- ◆ Biglietto per lancio Flying in the sky
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**



## VISITE GUIDATE MINIGRUPPI

Le visite guidate di seguito proposte hanno una durata di **3 ore circa** e si effettuano **con minibus GT 7 posti climatizzato e Guida Turistica Professionale**

**La quota è € 120,00** ad escursione di **3 ore circa** fino a 7 persone in **Minibus**, accompagnati da **Guida Turistica Professionale**, esclusi eventuali ingressi

***Di seguito vengono riportate alcune possibili escursioni in Provincia di Latina di mezza giornata:***

- ◆ Visita di Latina, centro storico e borghi principali
- ◆ Le Ferriere, Nettuno e il Santuario di Santa Maria Goretti
- ◆ Visita di Sermoneta e dell'Abbazia Valvisciolo
- ◆ L'Abbazia di Fossanova
- ◆ Visita di Norma, centro storico e rovine dell'antica Norba
- ◆ Visita di Cori
- ◆ Visita di Bassiano
- ◆ Pontinia e Sabaudia
- ◆ Terracina il Tempio di Giove Anxur
- ◆ Visita a San Felice Circeo e le rovine di Circeii
- ◆ Visita di Sperlonga, centro storico e museo (opzionale)
- ◆ Gaeta ed il Santuario della Montagna Spaccata
- ◆ Itinerari personalizzati

Tutte le visite guidate comprendono il servizio navetta da/verso l'hotel in cui si soggiorna e si effettuano con una guida turistica autorizzata dalla Provincia di Latina.

Vi è anche possibilità di visitare musei e archivi storici del territorio e richiedere itinerari esplorativi e speciali  
(per maggiori informazioni consultare il sito [www.latinaturismo.it](http://www.latinaturismo.it))



## VIAGGIO IN PROVINCIA DI LATINA

La provincia di Latina si estende su 2.250 kmq, divisa tra aree collinari-montane e pianure costiere. Caratteri geografici e antichità d'insediamento umano ne fanno un'area completa: mare, monti, isole, terme, parchi nazionali e regionali, monumenti naturali, siti archeologici e medievali, le "città nuove".

Nei cento chilometri di litorale si alternano spiagge di fine rena e promontori rocciosi, secondo un disegno che crea una grande varietà di ambienti. L'area marittima è quella turisticamente più importante della Provincia: i centri litoranei sono quelli di Latina Lido, Sabaudia, San Felice Circeo, Terracina, Fondi Lido, Sperlonga, Gaeta, Formia e Minturno-Scauri (oltre, naturalmente alle Isole Pontine).



Giardini e Rovine di Ninfa

Meta di villeggiatura sin dall'antichità, la Provincia di Latina offre paesaggi unici al mondo come i Giardini e le Rovine di Ninfa, la Montagna Spaccata di Gaeta, le numerose Ville Imperiali, oltre che collezioni assolutamente particolari come quella di Piana delle Orme.

Numerose le mete culturali e tra esse: i comprensori archeologici di Minturnae, Sperlonga-Grotta di Tiberio, Norba, Formia, Priverno, Cori, Sabaudia, Terracina; i centri medievali di Sermoneta, Fondi, Itri e Gaeta; le abbazie gotiche

co-cistercensi di Fossanova e Valvisciolo e numerosi santuari.

Ricca di natura e archeologia la provincia di Latina offre numerosi percorsi trekking e suggestivi percorsi eco-turistici, sia nelle zone umide, con numerosi punti di osservazione per il birdwatching, che nelle aree collinari e sui promontori del Circeo e di Monte Orlando.

Provincia di confine e di cerniera offre un patrimonio enogastronomico vario, che unisce alla cucina romana i sapori della tradizione meridionale e partenopea.



Borgo di Villa Fogliano



Centro Espositivo Piana delle Orme

## LA BONIFICA INTEGRALE E LA II<sup>^</sup> GUERRA MONDIALE PROGRAMMA 4 GIORNI – 3 NOTTI:

### 1° GIORNO

**ore 11.00 - Il Parco Nazionale del Circeo, l'ambiente pre-bonifica**

Passeggiata nella foresta del Parco con partenza dal Centro Visitatori e arrivo al Lago di Sabaudia (2 km ca)

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.00 - Visita di Sabaudia**

Città dall'architettura razionalista, fondata nel 1934. Visita al Santuario di Santa Maria della Sorresca (X secolo), con sosta sulle rive del Lago di Paola

**ore 19.00 - Check-in in hotel, cena e pernottamento**

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Vivere e documentare l'ambiente circostante

### 2° GIORNO

Prima colazione

**ore 10.00 - Visita di Latina**

Prima città di fondazione dell'Agro Pontino, nata con il nome di Littoria, tipico esempio di architettura del '900, tra modelli d'ispirazione rurale e nuove tendenze moderniste

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.00 - Visita dell'Esposizione storica permanente di Piana delle Orme**

collezione dedicata alla storia della bonifica dell'Agro Pontino, alla civiltà contadina e alle fasi salienti della seconda guerra mondiale

**ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Educazione ai diritti umani

### 3° GIORNO

Prima colazione

**ore 10.00 - Visita del Museo dello Sbarco di Anzio**

**ore 12.00 - Visita del Cimitero militare di Nettuno**

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.30 - Visita della casa del martirio di S. Maria Goretti**

**ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Educazione ai diritti umani

### 4° GIORNO

Prima colazione e Check-out

#### **La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 3 notti
- ◆ N° 3 pranzi al ristorante

#### **Servizi:**

- ◆ Guida turistica dall'arrivo alla partenza
- ◆ Transfert da/per l'hotel e i luoghi in cui si svolge l'escursione
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Museo di Piana delle Orme
  - Museo dello Sbarco di Anzio
- ◆ Animazione serale
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**

## LA NATURA

### PROGRAMMA 4 GIORNI – 3 NOTTI:

#### 1° GIORNO

**ore 11.00 - Visita ai Giardini e Rovine di Ninfa**

Uno dei più suggestivi orti botanici d'Europa, dove rare specie esotiche convivono con le rovine della città medievale abbandonata nel 1381

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.30 - Visita di Villa Fogliano**

Patrimonio del Parco Nazionale del Circeo, dove è visibile l'orto botanico, creato all'inizio del Novecento

**ore 19.00 - Check-in in hotel, cena e pernottamento**

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Vivere e documentare l'ambiente circostante

#### 2° GIORNO

Prima colazione

**ore 9.30 - Visita del Parco Nazionale del Circeo**

Passeggiata nella foresta del Parco con partenza dal Centro Visitatori e arrivo al Lago di Sabaudia (2 km ca). L'ecosistema dunale: escursione sulla duna alla scoperta della tipica flora e fauna

**ore 13.00 - Pranzo**

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Trekking sul Promontorio oppure in canoa sul lago di Paola

**ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

#### 3° GIORNO

Prima colazione

**ore 8.50 - Imbarco dal porto di Terracina**

**ore 11.00 - Arrivo sull'isola di Ponza**

Visita dell'isola di Ponza e Zannone (Parco Nazionale del Circeo) o Palmarola, raggiungibili con barcone da Ponza.

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Vivere e documentare l'ambiente circostante

**ore 20.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

#### 4° GIORNO

Prima colazione e Check-out

#### **La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 3 notti
- ◆ N° 3 pranzi al ristorante

#### **Servizi:**

- ◆ Guida turistica dall'arrivo alla partenza
- ◆ Transfert da/per l'hotel e i luoghi in cui si svolge l'escursione
- ◆ Nave Terracina-Ponza A/R
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Giardini e Rovine di Ninfa
- ◆ Animazione serale
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**

## LA STORIA, L'ARTE, L'ARCHEOLOGIA

### PROGRAMMA 4 GIORNI – 3 NOTTI:

#### 1° GIORNO

##### ore 11.00 - Visita dell'area archeologica di Satricum

Città latina e volsca con i resti del Tempio della Mater Matuta (X-VI sec. a.C.)

##### ore 13.00 - Arrivo a Cori e pranzo

##### ore 15.30 - Visita di Cori

Museo della città e del territorio presso il Convento di Sant'Oliva, la Cappella dell'Annunziata (affreschi XIV-XV sec.), mura poligonali, Collegiata di Santa Maria della Pace, Ponte della Catena, Tempio di Ercole.

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Documentare i beni culturali

ore 19.00 - Check-in in hotel, cena e pernottamento

#### 2° GIORNO

Prima colazione

##### ore 10.00 - Visita di Terracina

Il centro storico: il Foro, la Cattedrale, l'Arco di Giano, il Capitolum. Visita al Tempio di Giove Anxur (I sec. a.C.)

##### ore 13.00 - Pranzo

##### ore 15.00 - Visita di Sperlonga

Caratteristico borgo marinaro. Visita alla Villa di Tiberio e al Museo Archeologico Nazionale.

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Il mestiere dell'archeologo.  
Simulazione di scavo

ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

#### 3° GIORNO

Prima colazione

##### ore 10.00 - Visita di Sermoneta

Il centro storico: le mura medievali, la Loggia dei mercanti, la chiesa di S.Maria, la Sinagoga. Possibilità di visita all'interno del Castello Caetani

##### ore 13.00 - Pranzo

##### ore 15.30 - Visita dell'Abbazia di Fossanova

Uno dei primi esempi di architettura gotico-cistercense

#### **ATTIVITA' PROPOSTA:**

Documentare i beni culturali

ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento

#### 4° GIORNO

Prima colazione e Check-out

#### **La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 3 notti
- ◆ N° 3 pranzi al ristorante

#### **Servizi:**

- ◆ Guida turistica dall'arrivo alla partenza
- ◆ Transfert da/per l'hotel e i luoghi in cui si svolge l'escursione
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Area archeologica di Satricum
  - Museo della città e del territorio di Cori
  - Tempio di Giove Anxur
  - Museo archeologico Nazionale di Sperlonga
  - Castello Caetani
- ◆ Animazione serale
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**

**SETTIMANA VERDE**

**PROGRAMMA 6 GIORNI – 5 NOTTI:**

**1° GIORNO**

**ore 11.00 - Visita ai Giardini e Rovine di Ninfa e area rinaturalizzata di Pantanello**

Uno dei più suggestivi orti botanici d'Europa, dove rare specie esotiche convivono con le rovine della città Medievale abbandonata nel 1381

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.30 - Visita di Villa Fogliano**

Patrimonio del Parco Nazionale del Circeo, dove è visibile l'orto botanico, creato all'inizio del Novecento

**ore 19.00 - Check-in in hotel, cena e pernottamento**



**ATTIVITA' PROPOSTA:**

Vivere e documentare l'ambiente circostante

**2° GIORNO**

Prima colazione

**ore 9.30 - Visita del Parco Nazionale del Circeo**

Passeggiata nella foresta del Parco con partenza dal Centro Visitatori e arrivo al Lago di Sabaudia (2 km ca).

Visita al Santuario di Santa Maria della Sorresca (X secolo), adagiato sulle rive del Lago di Paola

**ore 13.00 - Pranzo**



**ATTIVITA' PROPOSTA:**

Dragon boat o in canoa sul lago di Paola

**ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

**3° GIORNO**

Prima colazione

**ore 10.00 - Visita di Terracina**

Il centro storico: il Foro, la Cattedrale, l'Arco

di Giano, il Capitolum. Visita al Tempio di Giove Anxur (I sec. a.C.)

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.00 - Visita di Sperlonga**

Caratteristico borgo marinaro. Visita alla Villa di Tiberio e al Museo Archeologico Nazionale.

**ATTIVITA' PROPOSTA:**

Il mestiere dell'archeologo.  
Simulazione di scavo

**ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

**4° GIORNO**

Prima colazione

**ore 10.00 - Visita di Sermoneta**

Il centro storico: le mura medievali, la Loggia dei mercanti, la chiesa di S.Maria, la Sinagoga. Possibilità di visita all'interno del Castello Caetani (XIII-XV secolo)

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.30 - Visita dell'Abbazia di Valvisciolo**

Abbazia cistercense del XIII secolo, circondata da un dolce paesaggio di vigneti e ulivi, ancora oggi abitata da una piccola comunità monastica.

**Possibilità di visita dell'Abbazia di Fossanova**

Uno dei primi esempi di architettura gotico-cistercense dove spirò, nel 1274, il grande dottore della chiesa San Tommaso d'Aquino

**ATTIVITA' PROPOSTA:**

Documentare i beni culturali

**ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

**5° GIORNO**

Prima colazione

**ore 10.00 - Visita di Latina**

Prima città di fondazione dell'Agro Pontino, nata con il nome di Littoria, tipico esempio di architettura del '900, tra modelli d'ispirazione rurale e nuove tendenze moderniste

**ore 13.00 - Pranzo**

**ore 15.00 - Visita dell'Esposizione storica permanente di Piana delle Orme**

collezione dedicata alla storia della bonifica dell'Agro Pontino, alla civiltà contadina e alle fasi salienti della seconda guerra mondiale

**ore 19.00 - Rientro in hotel, cena e pernottamento**

**ATTIVITA' PROPOSTA:**

Educazione ai diritti umani

**6° GIORNO**

Prima colazione e Check-out

**La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 5 notti
- ◆ N° 5 pranzi al ristorante

**Servizi:**

- ◆ Guida turistica dall'arrivo alla partenza
- ◆ Noleggio Dragon boat/Mountainbike
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Giardini e Rovine di Ninfa
  - Area rinaturalizzata di Pantanello
  - Tempio di Giove Anxur
  - Museo Archeologico Nazionale di Sperlonga
  - Castello Caetani
  - Museo di Piana delle Orme
- ◆ Animazione serale
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**

**ATTIVITA' E LABORATORI**



**Educazione ai diritti umani** sulla base del manuale "Compass" redatto dal Consiglio d'Europa, si svolgono una serie di attività che permettono una riflessione sui problemi legati al

rispetto dei diritti umani, con il fine di incentivare una partecipazione attiva al rispetto della dignità umana.

**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** attività di educazione non formale, peer to peer education, approccio esperienziale

**Obiettivi:** sensibilizzazione e riflessione sui problemi legati al rispetto dei diritti umani

**In canoa sul lago di Paola**

disciplina sportiva caratterizzata da una canoa di 3-4 persone, oppure da una canoa catamarano di massimo 6 persone. L'attività prevede un briefing iniziale, simulazione a terra e navigazione libera nel lago.



**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** Team building

**Obiettivi:** Rafforzare le relazioni tra studenti riuniti in gruppi o mini gruppi di 3-6 persone



**Dragon boat sul lago di Paola**

Il dragon boat è un'imbarcazione per un gruppo di 20 persone e la navigazione è scandita a ritmo di un tamburo. L'attività prevede un briefing iniziale, da una

simulazione a terra e da un'ora circa di navigazione pratica.

**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** Team building

**Obiettivi:** Rafforzare il gruppo classe, conoscere una nuova disciplina sportiva.

**Trekking** escursioni podistiche all'interno di aree naturali protette.

**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** sport

**Obiettivi:** sensibilizzazione alle problematiche relative al rispetto dell'ambiente, promozione di un turismo consapevole e sostenibile, stimolo ad una vita sana





**Mountainbike** sport ciclistico che permette di effettuare escursioni su percorsi non asfaltati grazie a specifiche biciclette. L'attività prevede un briefing iniziale

in cui si illustrerà il percorso, l'uso della bicicletta e le norme di giusto comportamento per il rispetto dell'ambiente

**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** sport

**Obiettivi:** promozione di un turismo consapevole e sostenibile, stimolo ad una vita sana



**Climbing** consiste nella salita di un ostacolo, sia esso una parete rocciosa naturale o un pannello artificiale. L'attività prevede un incontro teorico sull'alpinismo e gli sport di montagna e prove

pratiche di arrampicata su parete rocciosa o in palestra.

**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** arrampicata

**Obiettivi:** potenziamento della coordinazione motoria

**Birdwatching** osservazione e studio dell'avifauna. L'attività prevede un briefing iniziale in cui verrà illustrata la giusta metodologia per la pratica d'osservazione e verranno elencate le specie osservabili



**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** osservazione della natura

**Obiettivi:** sensibilizzazione alle problematiche relative il rispetto degli animali e del loro ambiente

**Equitazione** la pratica sportiva verrà preceduta da un briefing in cui si illustreranno le regole fondamentali dell'equitazione e del corretto approccio al cavallo



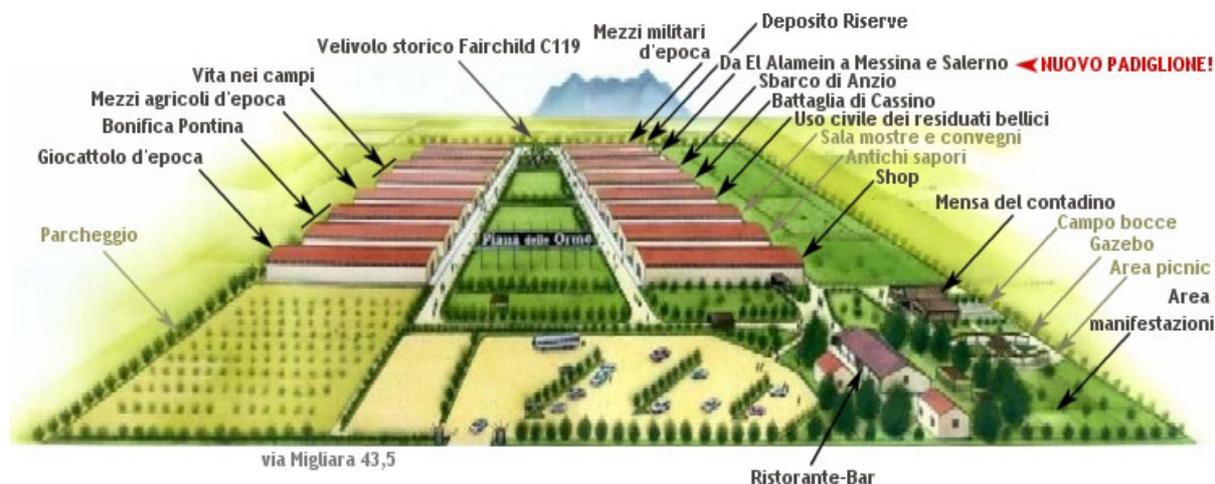
**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** sport

**Obiettivi:** sensibilizzazione alle problematiche relative il rispetto degli animali e del loro ambiente



# Museo Storico PIANA DELLE ORME





## ***SPORT & NATURA***

### ***IL MARE***

La provincia di Latina possiede un notevole patrimonio naturalistico e storico.

Il suo clima mite e la presenza di diversi microclimi hanno reso famosa tale provincia anche per le numerose attività all'aria aperta e sportive che si svolgono durante tutto l'anno.

Il parco Nazionale del Circeo, i parchi regionali dei Monti Lepini e della Riviera di Ulisse, luoghi incantati come i giardini di Ninfa o la Montagna spaccata di Gaeta facilitano il compito di educare i ragazzi ad un rapporto personale e diretto con la natura attraverso l'attività fisica e sportiva senza sfide agonistiche, ma sempre in uno spirito di gruppo.

La settimana Sport & Natura è pensata con la finalità di favorire pratiche turistico-sportive in ambienti naturali, lacustri, fluviali, marini e terrestri, del quale si vuole stimolare la massima conoscenza.



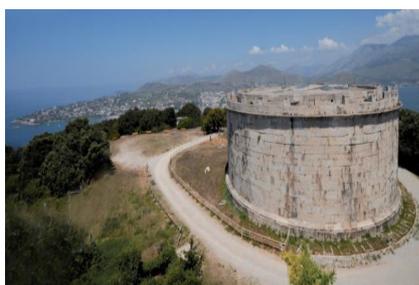
Escursionismo, vela, canoa, dragon boat ciclo-turismo, equitazione, arrampicata *climbing* sono attività proposte agli studenti per sviluppare tra i partecipanti uno spirito "empatico" e aumentare la capacità di comprensione dell'altro e del proprio limite.

Escursionismo, vela, canoa, dragon boat ciclo-turismo, equitazione, arrampicata *climbing* sono attività proposte agli studenti per sviluppare tra i partecipanti uno spirito "empatico" e aumentare la capacità di comprensione dell'altro e del proprio limite.

L'attività sportiva e l'ambiente naturale, combinati insieme, favoriscono e consolidano i legami e le relazioni inter-gruppo e consentono di ottenere benefici a livello fisico, psicologico e cognitivo.

Imparando a controllare il proprio corpo, l'emotività e gli stati di ansia, è possibile acquisire una maggiore consapevolezza e sicurezza di sé.

Un soggiorno da vivere all'insegna del dinamismo e dell'allegria, familiarizzando con discipline sportive meno ordinarie, a contatto con la natura, la storia e l'enogastronomia.



Mausoleo di Lucio Munazio Planco



Batteria Monte Orlando Superiore



## SPORT&NATURA - IL MARE

### PROGRAMMA 4 GIORNI – 3 NOTTI:

#### PROGRAMMA A

##### 1° GIORNO

ore 9.15 - Scuola Vela  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - **Visita di Gaeta e Porto Salvo**  
 Una passeggiata tra i vicoli della città antica con visita al Santuario della SS.ma Annunziata  
 Check-in in hotel  
 ore 20.00 - Cena  
 ore 21.30-23.30: Animazione serale

##### 2° GIORNO

Prima colazione  
 ore 9.15 - Scuola Vela  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - **Visita a Monte Orlando e Santuario della SS.ma Trinità**  
 ore 20.00 - Cena  
 ore 21.30-23.30: Animazione serale

##### 3° GIORNO

Prima colazione  
 ore 9.15 - Scuola Vela  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - **Visita al Mausoleo L. M. Planco e le Batterie della II Guerra Mondiale**  
 ore 20.00 - Cena  
 ore 21.30-23.30: Animazione serale

##### 4° GIORNO

Prima colazione  
 ore 9.15 - **Escursione**  
 Sperlonga e l'Anfro di Tiberio - il Museo Archeologico Nazionale  
 ore 13.00 - Pranzo al sacco  
 ore 14.00 - Partenza

#### PROGRAMMA B

##### 1° GIORNO

ore 14.00 - Arrivo e Check-in in hotel  
 ore 15.30 - **Visita di Gaeta e Porto Salvo**  
 Una passeggiata tra i vicoli della città antica con visita al Santuario della SS.ma Annunziata  
 ore 18.00 - Rientro in hotel  
 Presentazione del programma e del luogo  
 ore 20.00 - Cena  
 ore 21.30-23.30: Animazione serale

##### 2° GIORNO

Prima colazione  
 ore 9.15 - Scuola Vela  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - **Scuola Vela/Wind surf/Att. nautica**  
 ore 19.00- Rientro in hotel  
 ore 20.00 - Cena  
 ore 21.30-23.30: Animazione serale

##### 3° GIORNO

Prima colazione  
 ore 9.15 - Scuola Vela  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 15.00 - **Scuola Vela/Wind surf/Att. nautica**  
 ore 19.00- Rientro in hotel  
 ore 20.00 - Cena  
 ore 21.30-23.30: Animazione serale

##### 4° GIORNO

Prima colazione  
 ore 9.15 - Scuola Vela, consegna attestati e tesserata FIV, regata finale  
 ore 13.00 - Pranzo  
 ore 14.00 - Attività ricreativa e di intrattenimento fino alla partenza

**ATTIVITA' PROPOSTE**



**Vela:** scuola di Vela e Altura  
**Durata attività:** 9 ore  
**Tipologia:** sport  
**Obiettivi:** imparare la terminologia marinaresca, conoscere i

venti ed i suoi comportamenti, armare il rig, andature, virata, strambata con vento leggero; rafforzamento del gruppo classe, problem solving, sensibilizzazione al rispetto dell'ecosistema marino.



**Windsurf:** scuola di Windsurf  
**Durata attività:** 9 ore  
**Tipologia:** sport  
**Obiettivi:** imparare la terminologia marinaresca, conoscere i ven-

ti ed i suoi comportamenti, armare il rig, andature, virata, strambata con vento leggero; sensibilizzazione al rispetto dell'ecosistema marino.

**Trekking** escursioni podistiche all'interno di aree naturali protette

**Durata attività:** 3 ore

**Tipologia:** sport

**Obiettivi:** sensibilizzazione alle problematiche inerenti il rispetto dell'ambiente, promozione di un turismo consapevole e sostenibile, stimolo ad una vita sana.

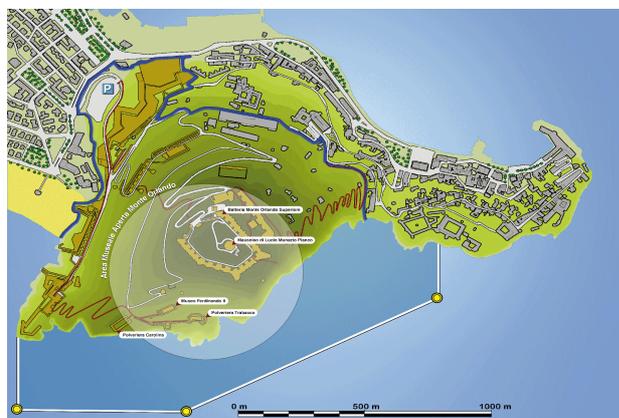


**Sup** è l'acronimo di Stand Up Paddle, sport dalle antiche tradizioni

**Durata attività:** 9 ore

**Tipologia:** sport

**Obiettivi:** "Mens Sana in Corpore Sano" è lo slogan del SUP perché offre a chi lo pratica la possibilità di ritrovare un benessere fisico e mentale attraverso il contatto con la natura e lontano dalla quotidianità della vita, a pochi passi dalla città. Imparare a praticare il Sup è semplice ed intuitivo, basta avere tanta voglia di divertirsi in compagnia.



**La proposta comprende:**

- ◆ Mezza pensione per 3 notti in camera doppia
- ◆ Vitto
- ◆ N° 3 pranzi + 1 al sacco

**Servizi:**

- ◆ Guida turistica dall'arrivo alla partenza
- ◆ Transfert da/per l'hotel e il Centro velico
- ◆ Scuola Vela + Tessera FIV e assicurazione infortuni e contro terzi.
- ◆ Biglietti ingresso:
  - Museo archeologico Nazionale di Sperlonga
- ◆ Animazione serale e assistenza in loco
- ◆ Assicurazione

**Richiedi una quotazione personalizzata**



**FORNITORI SELEZIONATI**



## FORNITORI SELEZIONATI

