

Roma *Società*

GLI ITINERARI

Ciaspole, bici, scarponi a caccia di aria aperta nel weekend giallo

di Cecilia Gentile

Una scorpacciata di neve passeggiando con le ciaspole sul Monte Livata. Un tuffo nel Liberty dei primi anni di Roma Capitale. Una pedalata nei luoghi felliniani del litorale. Se è ancora vietato spostarsi tra regioni, il colore giallo assicura ai cittadini del Lazio la possibilità di muoversi tra un comune e l'altro, dunque di scegliere liberamente lo scenario in cui praticare attività fisica, dalla semplice camminata in città fino all'escursione in montagna. Il Lazio è uno scrigno di ambienti diversi e di associazioni che propongono di esplorarli.

E visto che sciare è proibito, i romani hanno deciso di godersi la copiosa neve caduta quest'anno facendo ciaspolate. Domenica Nomostrek porta i suoi iscritti a camminare sul Monte Livata e al Campo dell'Osso, nel parco dei Monti Simbruini, 30mila ettari di faggete. «È scoppiata la ciaspolamania - racconta una delle guide, Marco Marini - tutti comprano e affittano ciaspole. Non se ne trovano più in giro». (Info: nomostrek.com).

Per chi vuole muoversi da solo o in gruppi "faidate" due libri appena usciti indicano come e dove. Il primo è *Lazio a piedi*, edizioni Iter, che ha richiesto l'impegno di cinque escursionisti (G. Albrizio, A. Anfossi, F. Ardito, F. Belisario, R. Halle) per mettere insieme 75 passeggiate munite di descrizione del percorso, cartina, livello di difficoltà, tempi di percorrenza, stagione più indicata per ogni escursione. E qui si spazia dai cammini della fede sulla Francigena, la via di San Francesco e quella di San Benedetto, al mondo etrusco della Tuscia, fino alle escursioni più impegnative sui Monti della Laga, dove sventa il monte Gorzano, il più alto del Lazio con i suoi 2.458



metri.

Il secondo libro è *Fellini guarda il mare*, di Anna Longo e Romano Puglisi, edizioni dei Merangoli, appositamente pensato e strutturato per ripercorrere chilometro dopo chilometro tutte le location di Federico Fellini nel Lazio, con tracce Gps, a cominciare dalla scena finale del film "La dolce vita", girata alla foce del rio Tre denari, a Passoscurio, che Fellini definisce "fiumicello invalicabile". Il motivo è presto detto:

Passeggiate sulla neve di Monte Livata, pedalate nei luoghi felliniani del litorale ed escursioni "faidate"



▲ **Libertà**
A sinistra, escursionisti scendono dal Monte di Cambio, sui Monti Reatini. Sopra, il picco di Circe (foto tratte da "Lazio a piedi"). In alto, Torre Flavia a Ladispoli

fumetti, 24 km di piste ciclabili tra Torrino e Mezzocamino, con un'urbanistica molto particolare: Porta Tex Willer, piazza Andrea Pazienza, scuola d'infanzia la Pimpa. (Info: ruotalibera.org).

Alessandro Rubineti, fondatore dell'associazione culturale "Teatro reale, teatro dei luoghi", propone visite guidate sceneggiate per far affiorare il genius loci, la vera identità di un luogo attraverso le persone che lo hanno frequentato. Domani alle ore 18 dalla chiesa di Santo Spirito in Sassia parte la rievocazione notturna del Sacco di Roma. Domenica, ore 15, da Ponte Sant'Angelo, lato corso Vittorio, prende le mosse la passeggiata tra i luoghi del Bernini e del Borromini, "lo yin e lo yang" del Barocco. Solo su prenotazione: info@teatroreale.it.

Ancora percorsi in città, con Vincenzo e Paola Surace che domenica 15.30 dalla Colonna Traiana propongono "Ai due lati del muro", una passeggiata per scoprire il volto nobile e quello plebeo dell'antica Roma. (Prenotazione obbligatoria con un messaggio al 349-8724895).

Marcello Mastroianni inginocchiato guarda dall'altra parte del fiume una Valeria Ciangottini quasi bimba, che gli propone una vita diversa, ma che lui non vuole raggiungere.

Per evitare l'uso del treno e gli spostamenti in auto, in questo periodo Fiab Roma Ruotalibera propone soprattutto pedalate in città. Questa domenica c'è il Liberty nella Roma che muove i primi passi da capitale. Domenica 28 c'è il parco dei