

Viaggi

La destinazione



La guida

«Le Soste d'Ulisse», tappe d'autore in Sicilia

Per viaggiatori che seguono la rotta del piacere. Gli indirizzi della Guida, che associa ristoratori, albergatori e vignaioli dell'Isola (dal 2016 il presidente è Ciccio Sultano, patron del «Duomo» di Ragusa Ibla), portano a scoprire luoghi fra natura e cultura. Le strutture si trovano in città, borghi, coste, isole minori di tutte le province

siciliane. Il meglio dell'ospitalità è «garantita» da ambasciatori come Bottura, Alajmo, Beck, che condividono le scelte della «Soste». Cucina, gusto e comfort non sono standard: la segnalazione può riguardare un albergo di charme (nella foto, Shalal Resort), l'hotel a più stelle o il delizioso posticino (www.lesostediulisse.it, scaricabile). (m. fu)

«Io, a Roma a piedi»

Quattro giorni da Vetralla alla Capitale lungo la via Francigena che sta vivendo un boom grazie anche al Giubileo: ecco cosa abbiamo visto tra boschi eterni, cascate e chiese

di **Alessandro Cannavò**

La cupola di san Pietro appare nell'afa, all'improvviso, da Monte Mario. Nel parco cittadino che domina i vizi e le virtù della Grande Bellezza, Roma è un'eco lontana ma insistente di rumori e fatiche quotidiane. Eppure, dopo giornate di lunghi silenzi, questo è il momento più importante, perché sono nel punto che ogni pellegrino, passo dopo passo, s'immagina di raggiungere con grande

In 60 mila

Si calcola che entro la fine del 2016 si arriverà a 60 mila visitatori

emozione: quando vede la meta finale. Viene chiamato Monte della Gioia e accomuna idealmente tutti i pellegrinaggi.

Ho voluto assaporare il senso del Giubileo con quattro giorni solitari di cammino sulla via Francigena: zaino, polvere e sudore per le quattro tappe finali, da Vetralla, nel Viterbese, fino alla Città Eterna. Non dovevo chiedere indulgenze ma mi è servito per chiarire qualche conto con me stesso.

La Francigena, la più importante strada del pellegrinaggio verso Roma, è il fenomeno dell'anno. Si calcola che alla fine del 2016 circa 60

mila persone (il 50% in più rispetto al 2015) avranno percorso almeno qualche tratto degli oltre mille chilometri del tragitto italiano che prende il via dal passo del gran San Bernardo e tocca Valle d'Aosta, Piemonte, Lombardia, Liguria, Toscana e Lazio.

Se racconti agli amici l'intenzione di intraprendere questa via, già il nome, Francigena, rievoca avventure medievali. In realtà ottime guide (sta per uscire quella ufficiale), segnaletica puntuale e il tracciato in gps (utilissimo) rendono il viaggio sicuro. Ma non per questo meno faticoso. Il mio *long weekend* da pellegrino si è intrecciato (evitandola il più possibile) con l'antica via Cassia, oggi trafficatissima, e ha toccato cittadine già abitate dagli Etruschi. Come Vetralla, dove non potendo visitare la preziosa chiesa di san Francesco (recentemente è crollata una parte del tetto), mi rifugio nel Duomo per ammirare il manto rosso del dipinto di una Madonna bizantina odigritria (che indica la pergamena arrotolata tenuta in mano dal Bambin Gesù). Qui don Luigi mi elogia il cammino come pratica per aprire il cuore («che Cristo chiamava memoria») e ricorda i mistici russi che pronunciano le preghiere a ritmo dei passi. Una sorta di benedizione prima di intraprendere una tappa impegnativa che attraversa i boschi grandiosi della Tuscia. Nei sentieri ombrosi, quasi bui, del monte Fogliano il suono degli uccelli e del vento restituisce la sacralità dei *lucus romani*, poi quando la selva cede il posto ai nocciuoli ecco apparire le Torri d'Orlando, monumenti funerari di età repubblicana arricchiti nel tempo (da qui il nome) di miti carolingi.

Capranica è una cittadina che rivela nei palazzi e nelle chiese (come quella preziosa della Madonna del Piano su progetto del Vignola) un passato importante per la presenza dal XIV secolo della potente famiglia Anguillara. Ma il gioiello di questa tappa è Sutri che si erge con il suo feroce campanile romanico su un piedistallo di tufo. E scavato nel tufo di una collina di fronte alla città è anche lo splendido anfiteatro romano. Così come la chiesa della Madonna del Parto (prima era un mitreo per i sacrifici pagani) in cui sono raffigurate le vicende di san Michele arcangelo. Sulla sommità del colle, un'altra sorpresa: il giardino storico di villa Savorelli con esemplari di bossi centenari. «Li difendiamo in ogni modo dalla piralide che sta decimando questa pianta in tutta Italia», mi spiega un naturalista del parco regionale di Sutri, uno dei gioielli verdi che collegano come grani di un rosario il percorso fino a Roma.

Al mattino vado a sentire la messa cantata dalle monache carmelitane della Santissima Concezione e celebrata da don Celestino, un giovane prete nigeriano. Dopo la funzione, al bar, mi racconta con un pizzico di nostalgia le chiosse celebrazioni religiose, piene di balli del suo Paese.

Da Sutri a Campagnano di Roma i boschi lasciano lo spazio alla campagna assolata: nelle strade rurali si trova conforto sotto i filari di pini marittimi; le colline coltivate sono splendide, casolari e covoni risultano inconsapevole espressione di *land art*. A Monterosi si costeggiano i prati infiniti del golf club Terre dei Consoli, molte cancellate introducono a tenute con giardini vasti e sontuosi: si annuncia una certa ricchezza capitolina. Ogni tanto sulla strada si incontrano pellegrini in senso inverso. Una coppia italo-slovena è partita da Roma. «Andiamo a Santiago, arriveremo fra tre mesi». Lo facevano i pellegrini del Medioevo (che si recavano, turbolente permettendo, anche a Gerusalemme). Che dire... buon cammino. A un bar, una sosta da tramezzino mi permette di conoscere due coniugi di Pordenone («lei è di Milano? Nostro figlio studia alla Bocconi») e Dani, un imponente ragazzo di Andorra. Procediamo per un po' assieme, fa il soccorritore sulle piste da sci dei Pirenei. In passato è stato soldato in Afghanistan. Ora gira l'Italia tra cammini e autostop, dorme nei conventi. «In Germania mi cercherò lavoro in cambio di ospitalità». Lo lascio, ma ci ritroveremo più volte, fino alla fine. Sono le amicizie del cammino.

L'acqua delle cascate del monte Gelato nella valle del Treja è un refrigerio per i piedi che cominciano a essere un po' martoriati. Campagna-

Da sapere● **Le guide**

Sono molte le pubblicazioni che descrivono la via Francigena ma il 14 luglio esce la guida ufficiale dell'Associazione europea delle vie Francigene, realizzata da Roberta Ferraris ed edita da Terre di mezzo. La guida è disponibile già dal 7 luglio su percorsiditerre.it e fornisce mappe, altimetrie, descrizioni dettagliate del percorso, varianti ufficiali, luoghi da visitare e info su dove dormire (da ospitalità a offerta libera a strutture al massimo da 30 euro a notte). È già disponibile della stessa autrice e dello stesso editore *La via Francigena in bicicletta*. È possibile scaricare la app *Sloways* dei percorsi a piedi e in bici su www.movimentolento.it. Sempre di Terre di mezzo è *La via Romea germanica. Dal Brennero a Roma sui passi degli antichi pellegrini* di Simone Frignani. Un racconto esperienziale è *Sulla via Francigena. Storia e geografia di un cammino millenario* di Lorenzo Del Boca e Angelo Moia (Utet)

S.PELLEGRINO
ESPLORA ITINERARI DEL GUSTO

ASSAPORA IL MONDO, UNA TAPPA ALLA VOLTA.

Sei un esploratore del gusto? Parti con Itinerari del gusto alla scoperta del mondo attraverso gli ingredienti più ricercati, esperienze uniche e sapori autentici. Una community esclusiva che condivide l'amore per il gusto in fatto di food e lifestyle. Lasciati ispirare da un panorama tutto nuovo.

VISITA SANPELLEGRINO.COM

ACQUISTA 1 CONFEZIONE DI S.PELLEGRINO* E VINCI UNA CAPITALE EUROPEA DEL GUSTO!

Invia un sms al 342.4118182 oppure vai su www.sanpellegrino.com

Concorso valido dal 2 maggio 2016 al 30 settembre 2016. Montepremi € 40.000 ivi inclusa. Regolamento su www.sanpellegrino.com e al numero verde 800-682330. * fornito 6x75cl e 6x125cl in un unico scontrino

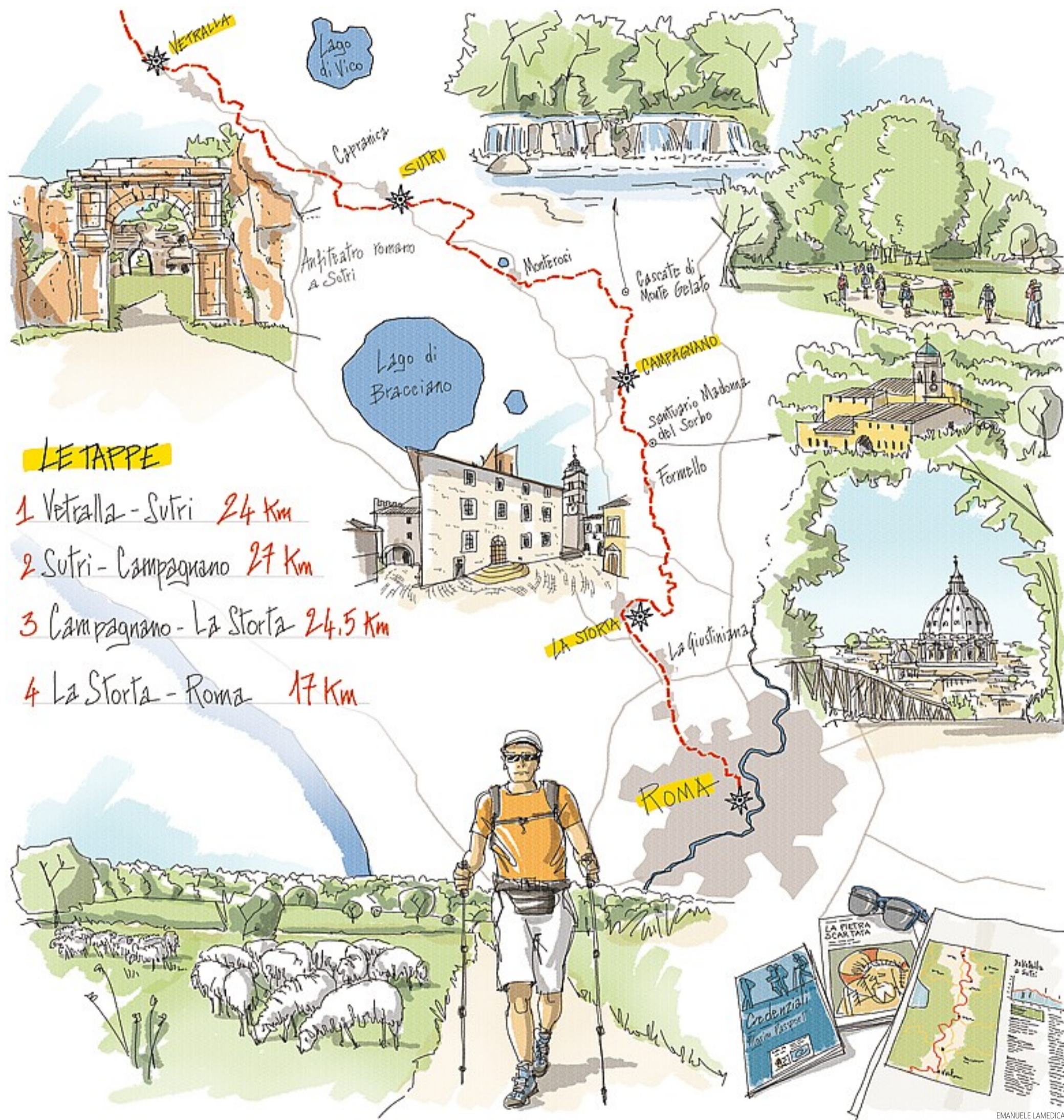
Val Pusteria Camminate (facili) e la scuola per mini ranger



Da questa settimana fino a settembre, iniziano le attività estive in Alta Pusteria, tra Sesto, San Candido, Dobbiaco, Villabassa e Braies. Si parte col circuito delle Tre Cime di Lavaredo, simbolo della valle. Un percorso circolare di media difficoltà adatto a tutti. A quota 2.300 dal Rifugio Auronzo si cammina verso il Locatelli, per continuare alla Forcella Paterno. Da qui potete ammirare la vista sulle pareti a picco delle Tre Cime (foto). Il

pernottamento in rifugio parte da 22 euro (meglio prenotare). Per i più piccoli da 7-12 anni si tiene, per il sesto anno consecutivo, il programma «Dolomiti Ranger». Per tre giorni un team di esperti guida i piccoli esploratori in un percorso alla scoperta del «mondo delle pietre». Il prezzo per un bambino e genitore è 49 euro. Alla fine chi ha partecipato alle attività riceve il diploma di «piccolo ranger». Per gli adulti, dal 20 al 24

luglio, San Candido diventa il palcoscenico a cielo aperto di sport, esplorazione e avventura. Un festival adrenalinico per saggiare i propri limiti fisici e mentali. Il programma prevede corsi di slackline (funambolismo da roccia) e di parkour (discese su pietraie). Ma anche arrampicate, bike e running. Per gli amanti di relax e meditazione ci sono corsi yoga in alta quota: www.altapusteria.info. (U.Tor.)



LE TAPPE

- 1 Vetralla - Sutri 24 Km
- 2 Sutri - Campagnano 27 Km
- 3 Campagnano - La Storta 24,5 Km
- 4 La Storta - Roma 17 Km

no di Roma te la devi conquistare con una salita mozzafiato. È un'immersione nella natura anche la tappa successiva, che si snoda nel parco di Vejo, dove le preziose rovine etrusche hanno restituito il celebre Apollo, ora custodito nel Museo di Valle Giulia a Roma. Gli intermezzi sono il santuario della Madonna del Sorbo e la cittadina di Formello che rivela ancora qualche fasto rinascimentale lasciato dalla famiglia Orsini.

Siamo alle porte di Roma e la metropoli tentacolare ti agguanta quando meno te lo aspetti, nel quartiere di La Storta. La poesia finisce nel tramonto della Cassia, dove comincia l'ultima tappa: cinque chilometri ai lati di un traffico infernale, a tratti senza nemmeno un marciapiede. Non solo il pellegrino, qui neppure il semplice pedone ha alcun diritto. Prendiamola come una metafora delle difficoltà della vita. Ma al numero civico 1081 arriva la salvezza: attraverso un cancello si accede al parco dell'Insugherata, un'enorme area

L'evento

Al via la Notte Rosa. Da record

Lo chiamano il Capodanno estivo della Riviera adriatica e quest'anno il tema è «think positive», perché il rosa è il colore dell'accoglienza e dei sentimenti. L'edizione 2016 della Notte Rosa, evento che scorre lungo la costa da Comacchio a Senigallia (Ancona), entra nel vivo oggi e per il secondo anno consecutivo si spinge sino alla costa marchigiana. L'edizione si annuncia già da tutto esaurito e Unione di costa e Apt confermano che le prenotazioni sono tante: «La Notte Rosa è una partenza

importante per luglio». Tutta la costa, per l'occasione, si tinge di rosa, dal tramonto all'alba: i 170 chilometri della Riviera Romagnola e Marchigiana si trasformano in una sequenza di suoni, immagini, colori, concerti, performance teatrali, reading, installazioni, convegni, mostre, spettacoli e scenografie. Sabato sera il rosa si sposerà con l'azzurro: per Italia-Germania sul lungomare ci saranno cinque maxi schermi. Programma completo su www.lanotterosa.it.

boschiva da poco resa fruibile ai camminatori. E per un'oretta torni, pur essendo dentro la città, in atmosfere bucoliche. Ci sono persino i pastori con le greggi. Infine si raggiunge la via Trionfale e stavolta Roma ti fagocita.

Man mano che ci si avvicina a san Pietro le frotte di turisti s'ingrossano mentre i romani mostrano una serafica indifferenza al tuo viaggio. Ma all'imbocco di via della Conciliazione, tutto si ricompone: ti registri come pellegrino, ti fai apporre l'ultimo timbro nella tua credenziale che custodisci gelosamente e se hai fatto almeno cento chilometri puoi richiedere un attestato, come la Compostela di Santiago. Hai un percorso privilegiato per entrare in cattedrale e raggiungere la tomba di Pietro. Di fronte all'immensità e alla ricchezza del cuore del Cristianesimo per una volta non ti senti piccolo. No, non sei una nullità. acannavo@rcs.it