



TIBERLAND
Un fiume di emozioni.

www.tiberland.it



Percorsi

STORIA E NATURA

Tiberland, 'la terra del Tevere', è un'area ampia che si estende attorno al fiume nel suo ultimo tratto, circa 70 chilometri da **Fiano Romano**, attraversando **Roma** e fino alla foce, ad **Ostia**. Una costellazione di luoghi storici, di spazi urbani e rurali, di beni culturali e ambientali, di saperi e di pratiche da vivere a ritmo lento. L'offerta culturale e turistica di **Roma** si integra con il territorio circostante attraversato dal **Tevere**: tra borghi medievali, riserve e parchi naturali, monumenti, musei e siti archeologici fuori dalle rotte del turismo di massa. Scopri gli itinerari di **Tiberland** a piedi: passeggiate tra storia e cultura, adatte a tutti, per un'esperienza attiva e coinvolgente, in città e nei dintorni.



Percorsi nel verde: dal Parco di Veio alla Riserva Naturale Nazzano, Tevere-Farfa

Molti sentieri attraversano **Formello** e **Sacrofano**, tra cui la **Via Francigena** e un piacevole anello che tocca la vetta del **Monte Musino**. A Sacrofano si trova il Centro Visite del **Parco di Veio** che dispone di mappe, guide e materiale informativo. Dal centro di **Magliano Romano**, un facile percorso ad anello, tra paesaggi sempre vari, boschi e pianori, conduce alla forra dove si trova un'antica Mola per la macinazione del grano azionata dalla forza dell'acqua. Da **Morlupo** un bel percorso porta a **Sacrofano** attraverso i vasti pascoli delle proprietà comunali dei "Quarti", nel **Parco di Veio**, toccando il **Castellaccio**, il **Fontanile Citerna**, **Monte**



Calvio, la **Sorgente Acqua Ferrosa** e **Monte San Silvestro**. Da **Rignano Flaminio** un piacevole sentiero attraversa l'area naturalistica di **Vallelunga** e conduce al sito archeologico di **Civitucola**, antica città dei Capenati. Inoltre, dopo aver ammirato il basolato dell'antica **Via Flaminia**, con un altro percorso urbano ad anello, si può visitare il centro storico e raggiungere la **Chiesa dei Santi Abbondio e Abbondanzio** e le **Catacombe di Santa Teodora**. Per immergersi nell'habitat fluviale, da **Fiano Romano** si raggiunge in breve la **Riserva Naturale Nazzano Tevere-Farfa**, dichiarata Zona di Speciale Conservazione per la ricchezza di specie vegetali e animali che ospita. Non lontano da **Capena**, il **Monte Soratte** è luogo ideale per una camminata tra eremi e bunker e con splendide vedute sulla Valle del Tevere.



Una passeggiata alla scoperta del mare di Roma e dell'architettura liberty a Ostia

Si inizia dal **Borghetto dei Pescatori**, sorto alla fine dell'Ottocento nell'area estesa tra il mare e la **Pineta di Castel Fusano**, si sviluppa attorno alla piazza con la chiesa dedicata a **San Nicola di Bari**, protettore dei pescatori. Qui si respira l'atmosfera di un villaggio di mare e, in particolare, in occasione della tradizionale **Sagra della Tellina**, che si rinnova ogni anno, a fine agosto.



Con breve passeggiata si arriva a **piazzale Anco Marzio**, dove spicca con le sue tinte sgargianti il **Palazzo del Papagallo**, circondato da tanti villini liberty e residenze private affacciate sul mare, con un'armonica alternanza di stili e colori. Cuore novecentesco di Ostia è **Piazza Regina Pacis** con la chiesa omonima e, nei pressi, l'eclettico **Palazzo del Governatorato**, oggi sede del X Municipio di Roma Capitale, e il **Palazzo della Posta**, tipico esempio di stile razionalista degli anni Trenta. Ci si sposta sul **Lungomare**, dove si trovano tanti stabilimenti balneari con impianti sportivi e punti di ristoro, per raggiungere il **Pontile di Ostia**, una pedana estesa sul mare da cui godere dell'aria salina e di una sconfinata azzurra veduta. Proseguendo si riconosce il nuovo **Porto Turistico di Ostia** e, poco più avanti, il **Parco Letterario Pierpaolo Pasolini** e il **Centro Habitat Mediterraneo della LIPU**.



Il Tevere a Roma: da Ponte Milvio a Ponte Testaccio

Il Tevere è l'anima di Roma e la attraversa da nord a sud. Seguendo il corso del fiume, si può camminare lungo gli argini, dove corre la pista ciclabile tiberina, o sul **Lungotevere**, dall'alto dei muraglioni, all'ombra dei platani. A nord spicca **Ponte Milvio**, uno dei più antichi ponti della città, e, poco oltre, sulla riva destra il complesso sportivo del **Foro Italico**. Segue il **Ponte della Musica** che introduce al quartiere **Flaminio**, animato dal **MAXXI- Museo delle Arti del XXI Secolo** e dall'**Auditorium-Parco della Musica**. Proseguendo troviamo **Ponte Cavour**, con magnifica vista

della **Basilica di San Pietro** e da cui ben si riconosce, sulla sinistra, anche la moderna struttura in vetro del **Museo dell'Ara Pacis**. Ancora avanti **Ponte Sant'Angelo** le cui statue svettano di fronte alla mole di **Castel Sant'Angelo**, per proseguire con **Trastevere** e, più avanti, il **ghetto**, sulla riva sinistra, e l'**Isola Tiberina** al centro delle due sponde. Da qui, costeggiando le pendici del colle **Aventino**, si raggiunge **Testaccio**, vivace rione popolare il cui simbolo è l'antico **Monte dei Cocci**, animato dal nuovo mercato e da spazi culturali, tra cui l'**Ex Mattatoio** e la **Città dell'Altra Economia**.

