

**Frascati og Castelli Romani****4. - 9. oktober 2020****6 dager/5 netter**

Vandring, mat og vinopplevelser

Bli med til Albanerfjellene sør-øst for Roma og til Castelli Romani (romerske festninger) som er fellesbetegnelsen på 13 landsbyer i dette vakre området med grønne åser og vulkanske innsjøer. I flere hundre år har dette vært en grønt og luftig alternativ til Roma på varme dager, og fremdeles reiser romerne hit på helgetur om sommeren. Vi bor i landsbyen Frascati, i vinområdet med samme navn, kjent for sin duggfriske, kjølige hvitvin.

Castel Gandolfo med Palazzo Apostolico, paven tidligere sommerresidens. I 2016 ble det åpnet et museum her, med portretter av 50 paver, klær og andre pavelige gjenstander.

**Opplev**

- Deilige vandringer med moderat vanskelighetsgrad
- Fullpensjon med drikke – alle middager inntas på lokale spisesteder
- Besøk i paven tidligere sommerresidens
- Besøk i en vinkjeller og smaking av Frascati vin
- Besøk i villaer og kloster
- Besøk i flere av landsbyene

Denne destinasjonen ligger i Lazio, bare 20 km sør-øst for Roma. Her i de frodige, bølgende åsene i det vakre Castelli Romani finner du den autentiske rustikke maten, lokale DOC-viner samt kultur og historie. Du vil oppleve den varme gjestfriheten og den livlige atmosfæren på de lokale trattoriaene. Vi besøker også lokale historiske steder med stor relevans og interesse, samt nyter av gastronomisk og kulturell arv utviklet gjennom generasjoner.

Vår Castelli Romani-tur gir deg muligheten til å kombinere vandringer med nytelse. Kjøkkenet på den romerske landsbygda er basert på ferske grønnsaker, korn og kjøtt som er produsert fra den fruktbare vulkanske jorden, kombinert med lokale DOC-viner og olivenolje fra vingårder og olivenlunder herfra.

Autentisk og minneverdig! Vil du oppleve Castelli Romani som romerne gjør, i kombinasjon med deilige vandreturer ?

Vår dyktige lokalguide, Stefano Spinetti, deler av sin kunnskap og sitt gode humør under hele turen.

Turen arrangeres i samarbeid med

**Fordel****Program****DAG 1 – søndag 4. oktober****Stavanger – København – Roma Fiumicino - Frascati**

Avreise med SAS fra Stavanger Sola kl. 06:00 til København. Videre til Roma med ankomst kl. 10:35. Her blir vi møtt av vår lokalguide Stefano Spinetti. Vi kjører direkte til Frascati og til vårt bosted disse dagene er [Hotel Colonna](#).

Vi spiser felles lunsj etter innsjekking. Hvis tiden tillater det, tar vi en spasertur i denne hyggelige landsbyen som er kjent for sine villaer, hager og parker. Felles middag på en lokal restaurant.

Måltider inkludert: lunsj og middag.

## **DAG 2, mandag 5. oktober**

### **Frascati – Tuscolo – Monte Porzio Catone**

Dagens utflukt starter fra Frascati med retning mot Tuscolo. Vi er i hjertet av "Castelli Romani Regional Park". Dette området i Albanerfjellene ble dannet etter sammenbruddet av Lazio- eller Latium-vulkanen, aktiv for noen tusen år siden, og som ga livet til innsjøene Albano og Nemi.

Den vulkanske jorden gir rike skoger av lønn, bøk, eik, hassel, laurbær og lindetrær, for å nevne noen. Det er også gjort arkeologiske funn her, og man kan se renessanse villaer, klostre og historiske bygninger.

Etter vår piknik lunsj når vi Monte Porzio Catone. Vi går gjennom gatene i det historiske sentrum, til bymuseet og det berømte "Museo diffuso del vino" (vinmuseum). Åpnet i 2000, og satt opp i tre tradisjonelle rom som tidligere ble brukt til produksjon og bevaring av vin. Samlingen består av verktøy og utstyr som illustrerer det viktigste i prosessen: fra dyrking og høsting av druer, og veien frem til tapping og salg.

Vi avslutter besøket med vinsmaking, før vi går tilbake til hotellet. Felles middag på en lokal restaurant.

### **10 km – oppstigning 360 m**

Måltider inkludert: frokost, pikniklunsj og middag.

## **DAG 3, tirsdag 6. oktober**

### **Genzano – Lago di Nemi**

Etter frokost setter vi kursen mot Genzano. Vi starter vår vandring fra denne lille byen, kjent for sitt gode brød og for "Infiorata", en blomsterutstilling som finner sted hvert år i mai. Vi går langs en vakker sti med utsikt mot innsjøen Nemi, frem til den øvre delen av byen. Pikniklunsj underveis. Vi gjør et stopp i en vinkjeller, før vi fortsetter ned til selv innsjøen.

Deretter tilbake til hotellet og litt egentid, før vi møtes igjen til middag.

### **9 km – oppstigning 400 m – nedstigning 400 m**

Måltider inkludert: frokost, pikniklunsj og middag.

## **DAG 4, onsdag 7. oktober**

### **Grottaferrara – Castel Gandolfo**

Etter frokost drar vi til Casel Gandolfo for å besøke pavepalasset her. Besøket foregår med audioguide. I tillegg til pavens leilighet får vi se portretter av 50 paver, klær og andre pavelige gjenstander.

Her i denne vakre 'pavebyen' har selv de lokale produkter et religiøst tilsnitt. Fersken herfra blir også kalt "prestens kinn", på grunn av den rosenrøde fargen og det fløyelsaktige utseendet. Nok om det! Det blir ikke fersken, men pizza til lunsj! Om ettermiddagen tar vi en lett vandring til Cappuccini-klosteret. Felles middag på restaurant også denne kvelden.

### **7 km – oppstigning 260 m**

Måltider inkludert: frokost, pizza lunsj og middag.

### **DAG 5, torsdag 8. oktober Landsbyen Velletri og toppen av fjellet Mashcio d'Ariano**

I dag skal vi vandre på kanten av en tidligere vulkan. Vi får en vakker, panoramisk og enkel vandring, og målet er toppen av Maschio D'Ariano på 891 moh. Piknik lunsj underveis. Deretter besøker vi Velletri, den mest folkerike av landsbyene i Castelli Romani, verdsatt for sin vinproduksjon, sine museer og kirker. Byen er en populær weekend destinasjon.

### **11 km – oppstigning 460 m – nedstigning 460 m**

Måltider inkludert: frokost, pikniklunsj og avskjedsmiddag.

### **DAG 6, fredag 9. oktober Roma Fiumicino – København – Stavanger Sola**

Etter frokost sjekker vi ut fra hotellet og setter kursen mot flyplassen. Avgang med SAS fra Roma kl. 14:30 til København. Videre til Stavanger Sola med ankomst kl. 22:05.

Måltider inkludert: frokost

### **Praktiske opplysninger:**

#### **Pris pr. person kr. 16 945,- som inkluderer:**

- SAS Stavanger - København - Roma tur/retur
- Flyskatt (refunderes ikke ved avbestilling)
- All fellestransport under oppholdet i følge program
- 5 overnattinger i dobbeltrom
- Fullpensjon – alle middager inntas på lokale spisesteder
- Vann, vin og kaffe til middagene (begrenset mengde) og vann til pikniklunsjene
- Vandring ifølge program
- Guidet tur i pavens sommerpalass i Castel Gandolfo
- Vinsmaking
- Engelsktalende lokalguide: Stefano Spinetti
- Teknisk reiseleder: Hege Tokerud

Tillegg for enkeltrom , kr 1 900,- (begrenset antall)

**5 netter – [Hotel Colonna](#) 3\* i Frascati**

**Påmelding senest 3 måneder før avreise.**

Depositum kr 3.000,- pr. person vil bli fakturert etter at vi har mottatt påmelding. Minimum antall deltakere 10.

Husk reise- og avbestillingsforsikring – kontakt ditt forsikringselskap!

Vi tar forbehold om prisendring pga. endrede flyskatter/oljetillegg og/eller valutakurs. Det tas forbehold om endring i rutetidene hos flyselskapet samt endring i program som følge av forhold som er ligger utenfor arrangørens kontroll, f.eks. værmessige forhold.

Teknisk arrangør: **TIL FOTS AS**



TIL FOTS

VANDRETURER FOR DEG