Das Latium & Rom – die ewige Stadt neu entdecken

Rom ist der Anfang von allem: der Kultur des Weins und der kulinarischen Traditionen Italiens. Die antiken Römer zelebrierten ihre Mahlzeiten, ganz ähnlich, wie es die heutigen Italiener tun. Die Liebe zum Wein hatten sie mit den Etruskern gemeinsam, dem rätselhaften Volk, das vor drei Jahrtausenden um Rom siedelte. Unsere Wanderungen führen auf den Spuren vergangener Zeiten – zum Beispiel auf die Via Appia Antica, die antike Villen- und Gräberstrasse, zum römischen Tusculum und den eleganten Villen von Frascati und rund um den Albaner See. Überraschend, wie grün und wildromantisch viele Wanderungen sind: wir wandern an idyllischen Flüsschen entlang, geniessen atemberaubende Panoramen und treffen unterwegs auf Ziegenhirten – so wie es einst Goethe ergangen sein muss. Unser Hotel liegt zentral, nur wenige Minuten vom Forum Romanum entfernt und bietet eine herrlicher Dachterrasse - ein optimaler Ausgangspunkt. Von hier erkunden wir auch die weniger bekannten Ecken der Stadt auf einem "Stadtspaziergang". Interessant, wie immer, das Kulinarische - wir lernen die römische Küche kennen und ihre Weine. Dabei begegnen wir alten Sorten, die schon die Etrusker angebaut haben, erfahren, dass auch die Päpste einen guten Tropfen zu schätzen wussten und gelangen schliesslich in die Moderne mit ihren charakterstarken Weinen.

Benvenuti a Roma!

Sonntag: Eigene Anreise und Check in in unserem Hotel Pace Helvetia, mitten im Herzen des alten Rom - gleich hinter dem Trajansforum. Von der Dachterrasse bietet sich ein atemberaubender Ausblick. Am frühen Abend Aperitif zum Kennenlernen und erstes römisches Abendessen im Trend-Viertel Monti.

Genussreiche Stadtwanderung – Cafès, Märkte und Geschichten

Montag: Im öffentlichen Bus geht es zur naheliegenden Cestius-Pyramide, ein eigenwilliges Grabmal aus römischer Zeit. Dort beginnt unser Spaziergang, der uns zum Nicht-katholischen Friedhof führt, auf dem z. B. August Goethe beigesetzt wurde. Auf dem Weg halten wir in einer familiengeführten Capuccino-Bar und schauen in die Frühstückskultur der Römer. Das Stadtviertel Testaccio ist nach den Ton-Scherben benannt, die die Römer in der Antike zu einem riesigen Berg aufgestapelt haben. Auf dem Lebensmittelmarkt probieren wir regionale Köstlichkeiten, wie die frittierten Reisbällchen.Über den Aventinhügel mit seinem Orangengarten geht es vorbei am Circus Maximus zur Tiberinsel und hinüber nach Trastevere, das sich mit seinen engen Gassen und kleinen Häuschen einen volkstümlichen Charakter bewahrt hat. Hier bewundern wir die mittelalterlichen Mosaike der Kirche S. Maria und genießen die Pralinés eines historischen Chocolatiers. Zum Abschluss wandern wir zum Gianicolohügel blicken auf die Stadt, die uns hier zu Füssen liegt. Der herrliche Ausblick auf die zahlreichen Kuppeln Roms ist atemberauend. Hier endet unser Spaziergang und der restliche Nachmittag bleibt zur freien Verfügung - für einen Spaziergang in Richtung Vatikan oder durch das Monteverde-Viertel, wieder hinunter ins Gassengewirr von Trastevere. Der Abend ist ebenfalls frei für eigene Erkundungen. Wanderung ca. 12 km +/- 150 m

Frascati, Monte Tusculum und eine Fraschetta

Dienstag Gemeinsame Bahnfahrt von ca. 30 Minuten nach Frascati. Beeindruckend sind die Panoramen der umliegenden Landschaft. Schon in der Römerzeit war Frascati eine beliebte Sommerfrische. Spektakuläre Patriziervillen entstanden, die noch heute das Ortsbild prägen und Frascati eine besondere Atmosphäre verleihen. Unsere Wanderung führt hinaus aus dem Ort bis hinauf zum Monte Tuscolo, wo sich die Ruinen des römischen Tusculum befinden. Der Legende nach wurde Tusculum von Telegono, dem Sohn von Odysseus und der Zauberin Kirke, gegründet. Das Amphitheater und Reste von Tempeln lassen in unserer Fantasie die Stadt wiederauferstehen. Zurück in Frascati kehren wir ein in eine "Fraschetta", wo wir ein kleines typisches Mittagessen mit der lokalen Pastaspezialität geniessen, dazu natürlich, Frascati-Wein. Wanderung ca. 10 km +/- 400 m

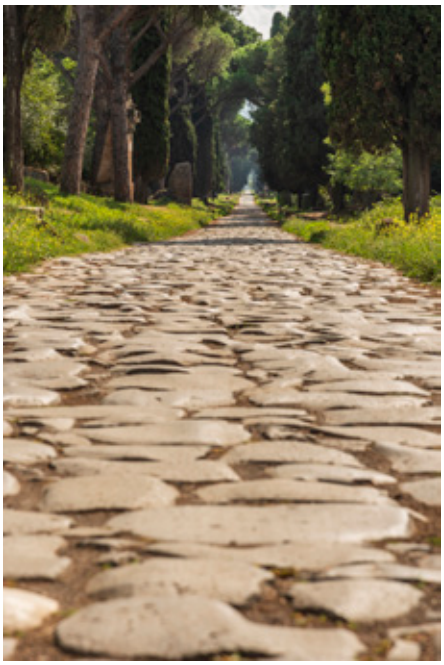
wandern&wein Italien by Arbaspàa
Wandern & Wein by Arbaspàa srl
sede amministrativa: Via Discovolo 252 A - 19017 Manarola (SP)
sede legale: Via Molini 11 - 19017 Manarola (SP)
codice fiscale e P.IVA 01120490113 *Reg. imprese CCIAA La Spezia 01120490113 REA-SP 102437*
c.unger@arbaspaa.com
Tel: +39 0187 760083

DIE VULKAN-SEEN VON ALBANO UND NEMI

Mittwoch: Mit der Bahn geht es heute in ca. 30 Minuten nach Albano Laziale, einem kleinen Ort direkt am Lago Albano, dem Albaner See. Nach einem Spaziergang durch den Ort, vorbei am schönen Amphitheater führt der Weg hinein in den Wald. Es geht langsam aufwärts, immer entlang am Rand des Albaner Sees. Dann gelangen wir zu einem spektakulären Aussichtspunkt, der den ganzen See überblickt, man sieht hier sehr schön, dass er einen Vulkankrater füllt. Der Blick schweift nach Castelgandolfo, Sommersitz des Papstes. Weiter geht es bergauf, vorbei an geheimnisvollen Grotten bis hin zu einer historischen Brunnenanlage. Von hier geht es dann parallel zum Lago di Nemi, dem benachbarten, kleineren Vulkansee auf bequemen Strassen bis hin nach Ariccia. Der Ort ist bekannt für seine vielen Fraschette, urige Trattorien am Strassenrand, in denen die Spezialität des Ortes serviert wird: knuspriges Spanferkel. Aus ganz Italien reisen die Menschen nach Ariccia, um diesen leckeren Braten, dünn geschnitten und kräftig gewürzt, zu probieren. Natürlich mit einem grosszügigen Glas lokalem Weins. Hungrig nach der Wanderung tun wir es ihnen nach und lassen dabei die Reise noch einmal Revue passieren. Mit der Bahn geht es dann wieder zurück nach Rom.
Wanderung ca. 15 km, +/- 500 m

QUO VADIS? DIE VIA APPIA ANTICA

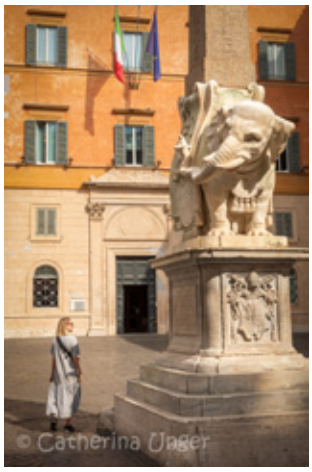
Donnerstag: Unsere Rom-Reise möchten wir mit einem besonderen Ausflug abschliessen: wir wandern aus der Stadt, wie die alten Römer auf der legendenumwobenen **Via Appia.** Mit dem öffentlichen Bus erreichen wir den Ausgangspunkt gleich hinter der alten Stadtmauer, wo sich die berühmten römischen Katakomben befinden. Ab hier schreiten wir über altes Pflaster. Ist es nicht erhebend, dieses unglaubliche Gefühl, den gleichen Boden zu betreten, den lange vor uns **Cäsaren und Päpste**, der Heilige Petrus, Spartakus und selbst Goethe gegangen sind und mit ihnen unzählige Zeitgenossen. Was könnten uns diese Steine erzählen? Einiges davon erfahren wir von unserem Guide, der uns mitnehmen wird auf eine Zeitreise und von den Grabstätten der Cecilia Metella oder der prunkvollen Villa dei Quintili mit ihren großartigen Thermen erzählt, von den Meilensteinen und den Aquädukten. Die Umgebung der Via Appia ist vor einigen Jahren unter Denkmal- und Naturschutz gestellt worden und bietet nun, obwohl in direkter Nähe zur Stadt, ein wunderschönes Wanderziel mitten in der römischen Landschaft. **Pinien und Zypressen** säumen die alte Straße und spenden Schatten. Nach 10 km erreichen wir einige historische Villen und gelangen zur Fattoria di Fiorano, wo nicht nur **hervorragende Weine** hergestellt werden, sondern auch wunderbare andere Produkte, die uns zur Verkostung erwarten: leckerer Käse, biologisches Gemüse, feines Olivenöl. Die Tour endet nach der Verkostung mit einem Transfer, der uns ins Stadtzentrum zurückbringt.
Wanderung ca. 10 km, +/- 50 m



ARRIVEDERCI!

Freitag: Abreise oder individuelle Verlängerung

In unserem Reiseprogramm verzichten wir bewusst auf die „klassischen“ römischen Sehenswürdigkeiten (wie das Kolosseum, Forum Romanum, Vatikan …). Der Fokus dieser Reise bleibt unserer Philosophie von Wandern & Wein treu. Aber natürlich ist unsere Reise auch für diejenigen ideal, die noch nie in Rom waren oder auch die, die wieder einmal das Kolosseum sehen möchten – in diesem Fall empfehlen wir eine Verlängerung, damit ausreichend Zeit für Stadbesichtigungen bleibt. Unser Hotel eignet sich hervorragend als Ausgangsort.



Wandern & Wein by Arbaspàa srl
sede amministrativa: Via Discovolo 252 A - 19017 Manarola (SP)
sede legale: Via Molini 11 - 19017 Manarola (SP)
codice fiscale e P.IVA 01120490113 *Reg. imprese CCIAA La Spezia 01120490113 REA-SP 102437*
c.unger@arbaspaa.com
Tel: +39 0187 760083

wandern&wein Italien by Arbaspàa

UNSER GUIDE-TEAM IN ROM

Diese besondere Reise ist auf zwei Reiseleiter aufgeteilt, die uns ihr Latium und Rom unter unterschiedlichen Aspekten zeigen: Stefania ist authorisierte Stadtführerin und Kunstkennerin und Salvatore, ein versierter Wanderguide, der uns auf die Touren ausserhalb der Stadt führt.

“In Rom aufzuwachsen ist etwas Besonderes. Als Römer atmet man die Schönheit ein, sie wird Teil des Lebens und eine Notwendigkeit. Man gewöhnt sich daran, aber man hat nie genug davon. Es ist nur schade, dass man nie diesen “WOW!”-Effekt fühlt, den Menschen aus aller Welt erleben, wenn sie diese magische Stadt zum ersten Mal sehen. Einfach, weil diese Schönheit das ganze Leben lang da gewesen ist.”

LEISTUNGEN:

5 ÜF im DZ im Hotel Pace Helvezia****, ein Aperitif und ein Abendessen (ohne Getränke) in Rom. Wanderführer für alle Wanderungen lt. Programm. Eine Wochenkarte für alle öffentlichen Verkehrsmittel (ausser zum Flughafen). Taxi lt. Programm. Verkostungen auf dem Urban Trekking in Rom, Mittagessen in Fraschettas in Frascati und Arricia mit begleitendem Wein, Besichtigung und Verkostung bei Weinkeller auf der Via Appia Antica.

NICHT INBEGRIFFEN:
Anreise nach Rom, Übernachtungssteuer, Trinkgelder, Dinge des persönlichen Bedarfs.

KLEINE GRUPPEN: 8 - 16 PERSONEN
(bei geringerer TN-Zahl kann ein Kleingruppenzuschlag anfallen, der entsprechend der Gruppengrösse tagesaktuell kalkuliert wird)

PROGRAMMÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

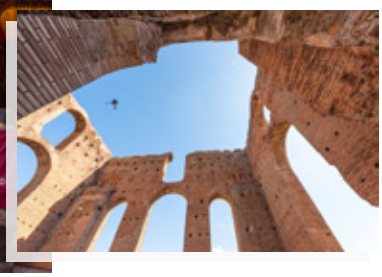
Termine & Preise:
17.03. - 22.03.2024
13.10. - 18.10.2024
Preis pro Person:
im DZ € 1.010
im EZ € 1.175 / im DZA € 1.305
Zuschlag Oktober pro Person
im DZ € 130/im EZ € 70/im DZA € 230

AUSRÜSTUNG:

Die Wanderungen sind von unterschiedlichem Anspruch, meist einfach (Stadtwanderung oder Via Appia) mitunter schmaler und rutschig wie am Lago Albano-Tag. Geeignete Wanderschuhe sind nötig, genauso wie Trittsicherheit und Fitness. Weiterhin empfehlen wir geeignete Kleidung, einen Wanderrucksack, eine Kopfbedeckung sowie Sonnen- und Regenschutz. Auch ausreichend Trinkwasser auf den Wanderungen ist wichtig (Empfehlung 1,5 l pro Person/Tag) und ein kleiner Snack für unterwegs sollte immer im Rucksack sein.

ANREISE:

Unsere Reisen beginnen und enden in Rom. Gern stehen wir bei der Suche nach der günstigsten Anreisemöglichkeit zur Verfügung und helfen, hier die ideale Lösung zu finden.



wandern&wein Italien by Arbaspàa
Wandern & Wein by Arbaspàa srl
sede amministrativa: Via Discovolo 252 A - 19017 Manarola (SP)
sede legale: Via Molini 11 - 19017 Manarola (SP)
codice fiscale e P.IVA 01120490113
c.unger@arbaspaa.com
Tel: +39 0187 760083
Reg. imprese CCIAA La Spezia 01120490113 REA-SP 102437