LE GIORNATE OLISTICHE

ALLA SCOPERTA DELLE BELLEZZE DELLA NOSTRA REGIONE

Il Consiglio Direttivo del Comitato Regionale A.S.C. Lazio ha deliberato di intraprendere anche per l'anno 2022 un percorso per il benessere fisico che possa coniugare lo sviluppo delle discipline olistiche (Taijiquan e Qi Gong) con la conoscenza del territorio circostante e delle bellezze della nostra regione.

1^ TAPPA
CITTA' DI MONTEROSI (VT)

Con la collaborazione del Comitato Provinciale Viterbo A.S.C., la prima tappa si svilupperà nella città di Monterosi (VT) presso l'impianto sportivo della locale Società Sportiva Dilettantistica IL CLUB-INO.
La città di Monterosi è facilmente raggiungibile percorrendo la Via Cassia Bis e dista solo 30 chilometri dal raccordo anulare.

ALCUNI CENNI STORICI SUL TERRITORIO DI MONTEROSI

La vita si svolge lungo questa importantissima via di comunicazione, la consolare Cassia. Anticamente la sua posizione, a sud gli acquitrini della Valle del Baccano a nord i boschi poco sicuri dei Cimini, fece di Monterosi il crocevia dei collegamenti per lo scambio di merci, probabilmente già in epoca etrusca e certamente in epoca romana, grazie alla costruzione della via Cassia intorno al 105 a.C. che attraversava il borgo in tutta la sua lunghezza. Questo collegamento con la capitale dell'Impero prima, sede pontificia poi, ha fatto sì che il borgo sia stato luogo di transito per commercianti, pellegrini, papi, re e imperatori con importanti funzioni strategiche in quanto il passaggio della via Cassia favorì scambi economici e culturali con il resto dell'Etruria consentendo un grosso sviluppo economico e per tale motivo fu anche vittima di numerosi assedi e saccheggi da parte dei Romani, dei Goti e dei Longobardi.Questo transito ha visto la nascita di numerose locande e taverne che offrivano ristoro ai viaggiatori, nonché una stazione di posta per il cambio dei cavalli. Con l'istituzione del servizio postale a cavallo (1788 ad opera di papa Pio VI) Monterosi fu scelto come punto nodale grazie alla nuova strada che lo collegava a Civita Castellana. Il nome Monterosi deriva probabilmente dall'antica denominazione "Rossulum" nome della località che nel 1081 papa Gregorio VII assegnò all'Ordine dei monaci cluniacensi di San Paolo dell'abbazia di Sant'Anastasio, che vi costruirono il Palazzo Abbaziale e coltivarono i terreni circostanti. Monterosi assieme a molti altri centri della zona, sono stati di volta in volta nelle mani del potere pontificio o di alcune tra le famiglie più potenti del Lazio, tra cui i Di Vico, gli Anguillara e gli Orsini. Come riportato storico l'incontro sulle rive di questo lago fra Adriano IV e Federico Barbarossa che doveva essere incoronato imperatore; il Barbarossa si rifiutò, in quell'occasione, di reggere la staffa al pontefice che doveva salire a cavallo.
Nei tempi più recenti Monterosi fu al centro di una sanguinosissima battaglia tra le truppe francesci e gli eserciti di Re Ferdinando.

Via Francesco Cocco Ortu n° 22 – 00139 Roma
Telefono 06-87138314 email : lazio@ascsport.it pec: lazio@pec.ascsport.it
Codice fiscale 97691910588 partita IVA 14985621003 codice IBAN IT31O0510403210CC0520002643

LA VIA FRANCIGENA

Attualmente è un importante tappa della Via Francigena con il punto del rilascio del timbro sulla credenziale del pellegrino. L'itinerario della Via Francigena da Canterbury a Roma ottenne nel 1994 del Consiglio D'Europa di "Itinerario Culturale Europeo" grazie alle forti iniziative di storici e istituzioni pubbliche e private. Il percorso all'interno del Comune di Monterosi è lungo circa 4 km. ed offre ai camminatori numerose emozioni e panorami di indubbia bellezza che spaziano sulla destra sui boschi di Rocca Romana, nel parco di Bracciano Martignano, e a sinistra verso il Monte Soratte e più avanti ancora i Monti Sibillini.

IL LAGO DI MONTEROSI

Dal 1995 è un sito di importanza comunitaria e dal 2016 zona di protezione speciale. Sulle rive del lago, detto anticamente Janula, nel 1155 avvenne l'incontro fra Adriano IV e Federico Barbarossa, mentre le campagne che circondano il paese furono nel 1645 teatro dell'assassinio del vescovo Cristoforo Giarda, messo del Papa Innocenzo X, da parte dei sicari di Ranuccio II Farnese.
Il lago di Monterosi è un piccolo cratere di forma circolare con un diametro di appena 600 metri, 2 km di circonferenza e una superficie di circa 30 ha. Ha una profondità media intorno ai 7 metri ed è immerso in una cornice verdeggiante ricca di prati e pascoli che lo rendono di grande interesse geologico e naturalistico. E' alimentato da una falda acquifera del sottosuolo, dalle piogge e dalla sorgente "Papallione" (dal nome del papa Leone X che fece costruire la fontana incanalando le acque sorgive). Da sempre frequentato da pescatori, è stato recentemente bonificato da un'invasione di fiori di loto, che lo avevano quasi eutrofizzato, con interventi compatibili con l'ambiente per permetterne una migliore fruizione turistica, facilitata dalla nascita nelle vicinanze di strutture ricettive e di ristorazione.

DA VISITARE

Gradevole è l'ingresso della città lungo la Via Roma dove si trova la Chiesa di San Giuseppe che risale al XVI secolo. Nel centro storico si erge la chiesa di Santa Croce del 500 che attrae l'attenzione per la sua bella architettura in stile barocco con la particolarità di avere un campanile a vela sul lato sinistro. All'interno si conservano le reliquie dei SS. Vincenzo e Anastasio.
Nella attigua via principale sorge il Palazzo Cardinalizio in Piazza Principe del Drago costruito nel XVII secolo sui resti di un edificio conventuale appartenuto ai monaci cistercensi. Fu residenza del cardinale Alessandro Farnese, nipote di Paolo III e fu occupato dalle truppe napoleoniche.

Via Francesco Cocco Ortu n° 22 – 00139 Roma
Telefono 06-87138314 email : lazio@ascsport.it pec: lazio@pec.ascsport.it
Codice fiscale 97691910588 partita IVA 14985621003 codice IBAN IT31O0510403210CC0520002643

A.S.C.
Attività Sportive Confederate
Comitato Regionale Lazio
ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

domenica 13 marzo 2022
presso "IL CLUB-INO"
Via dello Sport snc – Monterosi (VT)
partecipazione gratuita
comprensiva di copertura assicurativa

con il supporto tecnico:

- Cappetti Tiziana
- Marinelli Maurizio
- Polizzi Silvia

Tecnici A.S.C. iscritti nell'Albo Tecnico Nazionale

programma:

- ore 10,30 Incontro partecipanti e accreditamento (presentare tessera sanitaria per attivare la copertura assicurativa)
- ore 10,45 Briefing introduttivo
- ore 10,50 inizio attività didattica
- ore 11,30 inizio attività sportiva
- ore 12,30 termine attività
- ore 12.40 consegna diploma e saluti finali

per ulteriori info: 334-5449612

NOTA: si consiglia un abbigliamento comodo e funzionale con scarpette ginniche e tuta

ATTENZIONE: si stanno definendo delle convenzioni che consentiranno a tutti i tesserati A.S.C. (previa esibizione della tessera) di degustare specialità enogastronomiche in alcuni ristoranti della zona.

Via Francesco Cocco Ortu n° 22 – 00139 Roma
Telefono 06-87138314 email : lazio@ascsport.it pec: lazio@pec.ascsport.it
Codice fiscale 97691910588 partita IVA 14985621003 codice IBAN IT31O0510403210CC0520002643

Le altre tappe delle giornate olistiche
(date da definire - seguirà ulteriore informativa)

2^ TAPPA (Comitato Provinciale Roma)

- ROMA OSTIA ANTICA PINETA DI CASTELFUSANO LOCALITA' LONGARINA

3^ TAPPA (Comitato Provinciale Frosinone)

- CITTA' DI FIUGGI

4^ TAPPA (Comitato Provinciale Latina)

- CITTA' DI SERMONETA

5^ TAPPA (Comitato Provinciale Rieti)

- CITTA' DI ANTRODOCO

IL PRESIDENTE
Massimo Boiardi