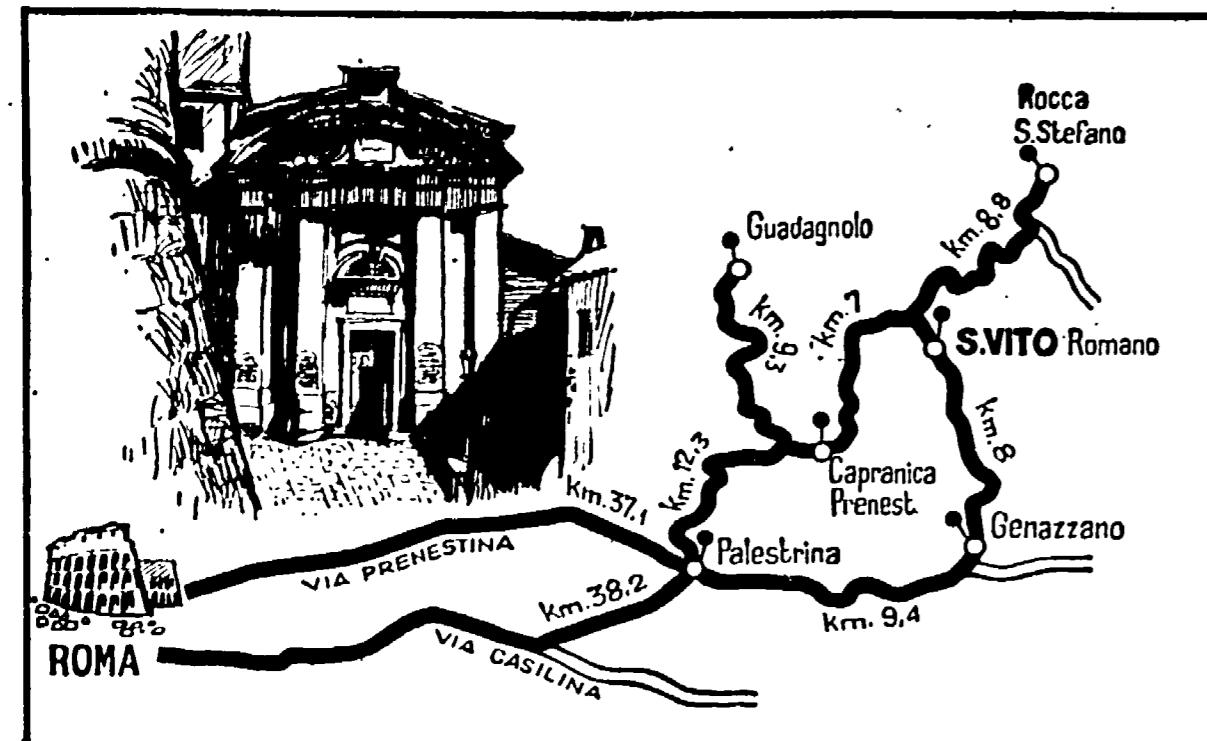


UNA GITA OGNI DOMENICA

A Guadagnolo, il paese più alto del Lazio, attraverso Capranica e San Vito Romano



Questa gita ci condurrà, con il favore di un mite ottobre, verso la parte più alta della provincia di Roma, tra paesaggi quasi alpini.

Possiamo uscire dalla città per la via Casilina o per la Prenestina nuova. In ogni caso la nostra prima tappa è Palestrina, la vetusta Prenesta, celebre per i suoi templi ma da noi già visitata in altre occasioni. Da questo centro storico si distacca una strada a serpentino che sale a Castel Pietra dove sorgeva l'acropoli dell'antica Prenesta.

Lasciato questo pittoresco paese, prendiamo la carrozzabile che corre in cresta a una appendice del monte Guadagnolo e giungiamo a Capranica Prenestina. Qui possiamo percorrere le caratteristiche rive scale e visitare la chiesa della Maddalena, che si dice costruita su disegno di Michelangelo.

Le trattorie del luogo ci offrono gustosi abbacchio di montagna e polli alla "capranicotta". Come vini possiamo scegliere tra quelli dei Castelli, di Olevano e di Genazzano.

Dopo Capranica, seguendo l'itinerario preparato in collaborazione con l'Ente provinciale per il turismo, raggiungiamo San Vito Romano, a metri 693. Il paese fu feudo dei Colonna, dei Massimo e dei Theodoli. Consta di una parte antica e di una più recente costruita dal cardinale Mario Theodoli nel 1619. Il palazzo Theodoli è decorato da af-

freschi di Crescenzo D'Onofri. Interessante è la chiesa di S. Maria in Arce.

Dopo San Vito raggiungiamo Rocca Santo Stefano (metri 665) paese serrato attorno alla cinta di un castello. Nella chiesa parrocchiale sono affrescati del '400. Anche qui, se non abbiamo già fatto colazione, potremo trovare offrono cibi genuini e gustosi.

Bisognerà ritornare a Capranica per poi risalire a Guadagnolo, il paese più elevato del Lazio (m. 1218) sui monti Prenestini: è frequentato per la sua salubrità e per la bellezza dei panorami che offrono sulla valle dell'Aniene e su quelli del Sacco, nonché sui monti Simbruini, Lepini, Ernici, Laziali, Sabini.

Dall'abitato in 30 minuti si può compiere una passeggiata al convento della Mentrella posta a strapiombo su una parte di roccia. Vi dimora un sacerdote palermitano che presenta la grotta che ospita S. Eustachio e le reliquie conservate nella chiesetta.

Il paese di Guadagnolo, posto in località montana, è stato fino ai tempi recenti privo di collegamenti stradali (vi si giunge solo a dorso di mulo) ed ha conservato integre le sue caratteristiche medioevali.

Una piacevole variante nella via del ritorno potrebbe essere fatta scendendo a Genazzano, se la visita di Guadagnolo l'avremo fatta all'inizio del nostro itinerario.

Sport

CALCIO

Stadio Flaminio, ore 15: LAZIO - ATALANTA. Stadio di Acilia, ore 10.30: Acilia-Rieti. Campo di Frascati, ore 15: Frascati-Civitavecchia. Campo Macarese, ore 15: Macarese-Mariolina. Campo Nistri, ore 10.30: STEFER Alm. Campi Pio XII (Albano Laziale) Cynthia-Bolsena. Campo Attigliano, ore 10.30: ATAC-Acciarello. Campo Ina Caserta, ore 10.30: Attilio-Frigg. Campo Almendra Lusignano, ore 10.30: Astrae-Fosina. Campo Antinella, ore 15: Antinella-Sora. Campo Netuno, ore 15: Netuno-Pro Cisterna. Campo Tivoli, ore 15: Tivoli-Sezze. Campo Quarticcioli, ore 10: ABETE-Artiglio. Campo S. Tarcisio, ore 10.30: Ostiene-S. Marianna. Campo Berti, ore 10.30: Flaminio-Forestale. Campo Rainoni, ore 10.30: San Lorenzo-Ager. Campo Almas (via Lusignano), ore 15: Libertas-Campidoglio-Torquattanara. Campo Torre in Pietra, ore 15: Torre in Pietra-Fregene. Campo Lavori Pubblici, ore 10.30: Altalateresteve-Ospedale. S. Salvatore. Campo Ladispoli, ore 15: Ladispoli-Ina. Campo Bagni di Tivoli, ore 10: Albano-Latona. Campo Casella, ore 10.30: Casella-Civitavecchia. Campo Tornabuoni, ore 10: Tornabuoni-F.R. Costantino. Campo S. Francesco-Tiburtino, ore 10.30: Haarlem-Centrale. Campo Pomelia-Albano. Campo Portuense, ore 10.30: Roma-Gas-Wertex. Campo Marino, ore 15: Pro Marino Achillea. Campo Velletri, ore 15: Velletri-Volosini. Campo Stella Polare, ore 10.30: Sidus OM-Vedettes.

ATLETICA

Incontro fra rappresentative maschili (al limite dei 20 anni) Italia e Repubblica Federativa Russa allo stadio Olimpico ore 14.30. Da via Sisto IV n. 42 (Pineta Sacchetti) partenza alle ore 10.30: Corsa podistica organizzata dall'ISP. Percorso km. 6 in circuito.

IPPICA

ippodromo delle Cappelle, ore 14. Corsa principale: Premio Handicap d'autunno, metri 1.800, lire 3.000.000.

AUTOMOBILISMO

All'autodromo di Vallelunga (Campagnano), inizio gare ore 14 (proseguono la mattina alle ore 9.15). Cupa Sette Colli. Tutte le classi e classifiche sono affericate del '400. Anche qui, se non abbiamo già fatto colazione, potremo trovare offrono cibi genuini e gustosi.

Bisognerà ritornare a Capranica per poi risalire a Guadagnolo, il paese più elevato del Lazio (m. 1218) sui monti Prenestini: è frequentato per la sua salubrità e per la bellezza dei panorami che offrono sulla valle dell'Aniene e su quelli del Sacco, nonché sui monti Simbruini, Lepini, Ernici, Laziali, Sabini.

Dall'abitato in 30 minuti si può compiere una passeggiata al convento della Mentrella posta a strapiombo su una parte di roccia. Vi dimora un sacerdote palermitano che presenta la grotta che ospita S. Eustachio e le reliquie conservate nella chiesetta.

Il paese di Guadagnolo, posto in località montana, è stato fino ai tempi recenti privo di collegamenti stradali (vi si giunge solo a dorso di mulo) ed ha conservato integre le sue caratteristiche medioevali.

Una piacevole variante nella via del ritorno potrebbe essere fatta scendendo a Genazzano, se la visita di Guadagnolo l'avremo fatta all'inizio del nostro itinerario.

Venerdì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi e dalle 10 alle 13 in quelli di mercoledì.

Mercoledì alle 19.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 72, telef. 843.66) è aperto dalle 10 alle 13 e dalle 18 alle 19 nei giorni festivi.

Mercoledì alle 21.30 inizio gare di pallanuoto, con le prime serate di gare alle 19.30 e le ultime messe in vendita. L'ufficio abbonamento (via Firenze, 7