

B VIA BENE DICTI



1ª Tappa [1 · 2] Subiaco-Altipiani di Arcinazzo

Il percorso ha inizio da Subiaco, nel territorio del Parco Naturale Regionale dei Monti Simbruini. Dai ruderi della Villa di Nerone (453 m.) si sale al Monastero di Santa Scolastica, l'unico rimasto dei 12 monasteri voluti da San Benedetto nella zona. Da visitare, in particolare, il Chiostro dei Cosmati e la chiesa. Nel 1465 vi fu impiantata la prima tipografia italiana. Si prosegue salendo al Sacro Speco o Monastero di San Benedetto (626 m.). Costruito fra l'XI ed il XII sec. sopra la grotta dove il Santo visse i primi anni di vita monastica, il Sacro Speco (definito da Petrarca “soglia del paradiso”) è un insieme suggestivo di edifici che comprende due chiese, numerose cappelle e grotte collegate da scalinate, il tutto sopra nove alti archi e sotto una parete di roccia strapiombante. Si scende quindi per costeggiare un lungo tratto dell'alto corso del fiume Aniene fino alla località Comunaque (552 m.), confluenza tra i fiumi Aniene e Simbrivio, nei cui pressi si può ammirare la suggestiva Cascata. Con una breve ripida salita si raggiungono gli Altipiani di Arcinazzo (841 m.).

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

The course starts in Subiaco, in the area of the Natural Regional Park of the Monti Simbruini. From the ruins of the Nerone Villa (453 m), it ascends to the Saint Scholastic Monastery, the only one left of the 12 monasteries made by St. Benedict in the area. In particular, it is important to visit the Chiostro dei Cosmati and the church. In 1465 the first Italian printing house was established. The course continues by ascending to the Sacro Speco, or the Saint Benedict Monastery (626 m). Built between the XI and XII century above the grotto where the Saint lived for the first few years of his monastic life, the Sacro Speco (defined by Petrarch as the “threshold to paradise”) is a suggestive scenario of buildings including two churches, numerous chapels and grottos connected by stairs, all above nine high arches and underneath a wall of overhanging rock. The course proceeds downhill, along a long section of the path of the river Aniene, to the area of Comunaque (552 m), the confluence between the rivers Aniene and Simbrivio, where the suggestive Waterfall can be admired. With a brief and steep ascent, the Altipiani di Arcinazzo can be reached (841 m).

Per saperne di più	
Monasteri Benedettini di Subiaco	www.benedettini-subiaco.org
Parco Naturale Regionale Monti Simbruini	www.simbruini.it.
Comune di Subiaco	www.comune.subiaco.rm.it
Pro Loco di Subiaco	www.prolocosubiaco.it
Comune di Trevi nel Lazio	www.comune.trevinellazio.fr.it
Pro Loco Altipiani di Arcinazzo	www.prolocoaltipianiarcinazzo.it

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

Il Cammino delle Abbazie da Subiaco a Montecassino sulle orme di San Benedetto

2ª Tappa [2 · 3] Altipiani di Arcinazzo · Guarcino

Dagli Altipiani di Arcinazzo (841 m.) si sale leggermente, tra boschi e radure con interessanti scorci panoramici, fino ad imboccare la Valle delle Macchie che scende al fontanile di Capo d'Acqua (745 m.). Dopo aver superato alcuni campi coltivati, si risale all'Arco di Trevi (977 m.), suggestivo arco di età romana che si erge improvviso tra i boschi. Attraversata la SR 411 Sublucense, si raggiunge la bella e panoramica Valle di Pratalonga e poi, seguendo il tracciato di un'antica strada, si incontra la chiesa della Madonna della Neve per giungere infine a Guarcino (625 m.).

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

From the Altipiani di Arcinazzo (841 m) there is a slight ascent, among forests and clearings with interesting panoramic glimpses, until reaching the Valle delle Macchie that descends to the fountain of Capo d'Acqua (745 m.). After having gone past several cultivated fields, the ascent continues towards the Trevi Arch (977 m), a suggestive arch dating back to the Roman age that unexpectedly rises among the forests. Once the SR 411 Sublucense road is crossed, the beautiful and panoramic Pratalonga Valley is reached and then, following the course of an ancient road, the Madonna della Neve church can be seen, finally arriving in Guarcino (625m.).

Per saperne di più	
Comune di Trevi nel Lazio	www.comune.trevinellazio.fr.it
Pro Loco Altipiani di Arcinazzo	www.prolocoaltipianiarcinazzo.it
Comune di Guarcino	www.comune.guarcino.fr.it
Pro Loco Guarcino-Campocatio	www.prolocoguarcino.it

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati

Il percorso della Via Benedicti, con la grotta di Subiaco e il chiostro dei Cosmati