

DE LA CAFFARELLA À L'APPIA ANTICA EN VÉLO

Le *Parco Regionale dell'Appia Antica* est le plus grand parc de la ville de Rome. Il se déploie tout au long du premier tronçon de la Via Appia, l'un des principaux axes de la Rome Ancienne, et il comprend aussi la vallée de l'Almone, une rivière considérée une divinité et vénérée par les Anciens Romains. La Caffarella correspond à la partie du Parc qui s'enfonce dans le centre ville.

Que l'on soit cycliste expert ou amateur, la visite en vélo représente une expérience unique et mémorable. Sa singularité est due à la double âme du parc : réserve naturelle, où l'authentique campagne romaine accueille une grande variété végétale et animale (surtout oiseaux, visibles au point de birdwatching), et zone archéologique, où se dressent de nombreux monuments et ruines de plusieurs époques (distribués au fil de la Via Appia Antica ou dans la vallée de l'Almone).

Pour votre visite, une fois quittée la *Casa del Parco (Casale Vigna Cardinali)* nous vous conseillons de traverser la rivière à la hauteur de la ferme dite *Vaccareccia*, un *casale* bâti à la Renaissance qui annexe une tour médiéval. Passé le pont, après cent mètres vous serez face à un croisement : le chemin de gauche mène au prétendu *Ninfeo di Egeria*, alors que le chemin de droite conduit au cénotaphe autrement connu sous le nom de *Sepolcro di Annia Regilla* (ou bien de *Tempio del dio Redicolo*, ouvert le samedi et le dimanche).

Pour rejoindre la Via Appia Antica il faudra donc tourner à droite et dépasser le mausolée : après environ un kilomètre vous parviendrez au portail qui marque la sortie de la Caffarella ; parcouru un bref tronçon de route goudronné, voilà enfin l'Appia Antica ! Sur votre droite, vous trouverez l'église du *Domine Quo Vadis* (ou église de *S. Maria in Palmis*) : ici il faut choisir votre direction.

En continuant vers le centre ville, sur votre gauche vous remarquerez d'abord un point d'info du Parc, puis la *Cartiera Latina* (une ex papeterie industrielle qui aujourd'hui accueille le siège institutionnel du Parc) ; plus loin, dépassé les viaducs, s'ouvre *Porta San Sebastiano*, qui abrite le *Museo delle Mura* (ouvert de 9h à 14h, entrée libre, fermé le lundi).

En revanche, pour visiter les autres monuments de la Via Appia Antica il faut s'éloigner du centre ville. Devant l'église du *Domine Quo Vadis* se trouve l'une des entrées des *Catacombe di San Callisto* (visite guidée des catacombes 8 €, fermé tous les mercredis et pendant le mois de février) : nous vous invitons à la traverser et à monter le chemin en rejoignant ainsi le tronçon suivant de la Via Appia Antica, afin d'éviter la route extérieure, étroite et soumise à la circulation. En revenant sur la Via Appia à la fin du chemin vous aurez sur votre droite les *Catacombe di San Sebastiano* (visite guidée des catacombes 8 €, fermé tous les dimanches et pendant le mois de décembre), puis certains parmi les monuments les plus anciens et remarquables du site : le *Circo di Massenzio* avec le *Mausoleo di Romolo* (entrée libre, fermé le lundi), et surtout la *Tomba di Cecilia Metella* (entrée 6 €, fermé le lundi).

Si vous souhaitez visiter les monuments archéologiques, n'oubliez pas de nous demander des cadenas pour verrouiller vos vélos !

Nous vous demandons de retourner vos vélos à la Casa del Parco avant le coucher du Soleil.

Bon/ne randonnée/promenade/visite/amusement!



