Borgo di Campodimele: Guida Segreta a 5 Meraviglie



Immagine illustrativa generata con Intelligenza Artificiale (Regolamento UE 2024/1689, art. 50): non ritrae necessariamente il luogo reale. DIARIO.BIZ

S SCHEDA RAPIDA

Dove:	Campodimele, Lazio
Periodo migliore:	Maggio-giugno e settembre-ottobre
Durata consigliata:	1-2 giorni
Come arrivare:	In auto tramite la via Appia o l'autostrada A1 uscendo a Ceprano o Cassino, proseguendo poi lungo la strada panoramica verso i Monti Aurunci.
Budget:	Economico

P PERCHE' ANDARCI

Rinomato a livello internazionale per la straordinaria longevità dei suoi abitanti, questo centro arroccato conserva una cinta muraria circolare perfetta e una biodiversità protetta.

T TAPPE E ESPERIENZE

Tappa 1: Passeggiata lungo la cinta muraria e il centro storico

Cammina lungo il camminamento ad anello che collega le dodici torri medievali e sali fino alla Chiesa di San Michele Arcangelo.

Tappa 2: Escursione spirituale al Monastero di Sant'Onofrio

Raggiungi l'antico convento immerso nei boschi di lecci per godere del silenzio e dei sentieri naturalistici circostanti.

Tappa 3: I sapori della longevità

Assapora le specialità della cucina aurunca, come le zuppe di fave e legumi antichi, nei locali caratteristici del borgo.

C CONSIGLI PRATICI

- Indossa scarpe da trekking o ginnastica con buona aderenza per percorrere le ripide vie lastricate in pietra calcarea.
- Lascia l'auto nei parcheggi ai piedi della cinta muraria, poiché il centro antico è totalmente pedonale.
- Combina la visita con un'escursione pomeridiana a Itri o sulle spiagge di Sperlonga, distanti meno di un'ora di guida.

? CURIOSITA'

L'aspettativa di vita a Campodimele è stata oggetto di approfonditi studi epidemiologici da parte dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e di diverse università, che hanno documentato una frequenza di centenari eccezionalmente superiore alla media europea.