



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

### ACEA RUN ROME THE MARATHON 2020

Data – 29 marca 2020r. Godzina – 8.40

START I META na Fori Imperiali

Informacje szczegółowe: <https://www.runromethemarathon.com/>

*Maraton w Rzymie jest dużym maratonem europejskim, nie należącym do cyklu Abbott World Marathon Majors. Maraton w 2020r. będzie kolejną 26 edycją tego biegu.*

**Rejestracja biegaczy zostanie zamknięta w dniu 15 marca 2020r.**

**Wpisowe:** 80€ - dla zapisujących się do 28 lutego 2020

95€ - dla zapisujących się od 29 lutego 2020

**Pakiety startowe będą wydawane przez Acea Run Rome Marathon w piątek i w sobotę, a nawet w niedzielę rano – z Regulaminu dedukuję, że biuro organizatora zawodów będzie usytuowane w pobliżu strefy Startu-Mety.**

*Zgodnie z zapowiedzią, poniżej przedstawiamy, informacje okołomaratonowe, tj. podróż, noclegi, komunikacja na miejscu, zwiedzanie....*

**Informacje zwrotne mile widziane.**

### **PODRÓŻ**

**Myślę, że optymalny czas na podróż, to piątek, 27.03.2020r. – wtorek, 31.03.2020r.**

Z Gdańska do Rzymu nie ma lotów bezpośrednich.

Bez przesiadki można się do Rzymu dostać z Warszawy: Wizzair na trasie Chopin – Fiumicino, a Ryanair na trasie Modlin – Ciampino. I generalnie są to najtańsze loty, można trafić na cenę od 300zł w obie strony. Tyle, że trzeba się do Warszawy lub Modlina dostać i stamtąd wrócić.

Tym razem nie będę podawała żadnych przykładowych lotów, gdyż obaj przewoźnicy latają każdego dnia o innych godzinach, czasem są dwa loty dziennie, czasem jeden.

Trzeba to jeszcze skorelować z rozkładem jazdy PKP, chyba, że ktoś dojedzie do lotniska własnym samochodem.

Sporo drożej, bo od 700zł do nawet 1.400zł kosztują bilety z Gdańska z przesiadką. Można skorzystać z oferty KLM, SAS lub Lufthansy. Przy czym tańsze loty albo dłużej trwają, albo są w nieciekawych godzinach.

W Rzymie z lotniska Ciampino do dworca Termini kursują autobusy SIT, TERRAVISION, ROME AIRPORT BUS-SCHIAFFINI I ATRAL, a lotniska Fiumicino do dworca Termini jeździ pociąg Leonardo Express oraz autobusy COTRAL, SIT BUS SHUTTLE, T.A.M. Srl, TERRAVISION I ROME AIRPORT BUS-SCHIAFFINI.

Bilety na autobusy można kupić on-line na stronach poszczególnych przewoźników. Bilety na Leonardo Express kupuje się w sklepikach przed wejściem na perony.

Trzeba przyznać, że z Gdańska do Rzymu jest dość trudno dotrzeć.

Ale... do zdecydowanych i pozytywnie zakręconych należy świat. Próbuście.

### **MARATON**

**Start i meta maratonu znajdują się na Fori Imperiali, w pobliżu Koloseum.**

Mapę trasy znajdziecie tutaj <https://www.runromethemarathon.com/en/home-en/>

Trasa prowadzi od Koloseum do Term Karakali, dalej do Bazyliki św. Pawła za Murami, gdzie będzie nawrotka. Kolejno Piramida Cestiusza w Murach Aureliańskich, wyspa na Tybrze, Plac św. Piotra na



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

Watykanie, Zamek Anioła, kompleks sportowy Foro Italico, most Ponte Milvio, Plac del Popolo i Plac Hiszpański.

Okolo 40% trasy będzie przebiegało wzdłuż brzegów Tybru, raz z jednej, raz z drugiej strony.

**Ponieważ trasa maratonu stanowi dużą pętlę, myślę, że kibice mogliby się pokusić, żeby dopingować biegaczy w dwóch miejscach. Może to być najpierw w okolicy Watykanu, to będzie mniej więcej 18km. Następnie szybko przemieścić się do stacji Ottaviano San Pietro i metrem A przejechać 2 przystanki do stacji Flaminio (kier. Anagnina) i, na około 38km przy Placu del Popolo, zobaczyć ich powtórnie.**

### NOCLEGI

Proponuję w pobliżu dworca Termini. Z każdego lotniska dojeżdża się właśnie tutaj.

Przy dworcu jest ogromny węzeł komunikacyjny i stąd można dojechać wszędzie.

W najbliższych okolicach Termini jest mnóstwo hoteli, hotelików, pensjonatów i apartamentów na każdą kieszeń. Jest również sporo, mieszkających w Rzymie, Polaków, którzy wynajmują turystom pokoje lub całe mieszkania. Wystarczy wpisać w google: noclegi u Polaków w Rzymie. Moi znajomi mieszkali u EDYTY (w sąsiedztwie Termini) i bardzo sobie chwalili.

Na booking.com, w najbliższym sąsiedztwie Termini, wyświetla się ponad 200 hoteli 2, 3 i 4 gwiazdkowych oraz obiektów typu B&B w cenach – za 4 noce w pokoju 2-osobowym z prywatną łazienką – od 196€ do 1.298€. Wybór ogromny i w dniu 5 lutego w większości z nich są jeszcze wolne pokoje w wybranym terminie.

Okolice Termini to również centrum gastronomiczne, jest tu zatrzęsienie knajpek, pizzerii, cafeterii – włoskich, chińskich, hinduskich, arabskich etc.; nie da się być głodnym.

### KOMUNIKACJA MIEJSKA

Rzym posiada 3 linie metra A (czerwone), B (niebieskie) i C (zielone) oraz gęstą sieć połączeń autobusowych.

Tutaj mapa komunikacji <https://www.atac.roma.it/files/doc.asp?r=2>

Bilety są łączone na metro, autobusy i tramwaje.

Jednorazowy BIT 1,50€ ważny przez 100min. od skasowania, w metrze można zmieniać linię, ale bez wychodzenia przez bramki.

Dziesięcioprzejazdowy 10-BIT 15€.

Wieloprzejazdowe: ROMA 24H - 7€, ROMA 48H - 12,50 €, ROMA 72H - 18€, kasuje się raz, przy pierwszym przejeździe.

Bilety można kupić jeszcze na lotnisku, lub na dworcu Termini, a także w mieście, w kioskach z prasą i w sklepikach Tabacchi – prasa i papierosy.

Warto również, razem z biletami, kupić bardzo czytelną i pomocną mapę: METRO BUS TRAM TRASPORTI PUBBLICI. Mapa jest kilkunastokrotno powiększona, zawiera nie tylko trasy linii metra i autobusów, ale również – bardzo czytelną – lokalizację wszystkich najważniejszych dla turysty obiektów.

### ZWIEDZANIE

**Jak zawsze i wszędzie, warto jest mieć przy sobie mapę miasta** (zupełnie wystarczająca będzie mapa opisana w poprzednim zdaniu) **lub mały przewodnik, ewentualnie odpowiednią aplikację w smartfonie.**

### W dniu przyjazdu, tj. w piątek

Zależnie od pory przyjazdu do Rzymu, albo tylko zakwaterowanie, jakaś kolacja i nocleg, albo wycieczka w pobliże Koloseum, gdzie będą strefy STARTU i METY maratonu i, gdzie najprawdopodobniej, będzie można pobrać pakiety startowe.

*Metro B ze stacji Termini do stacji Colosseo (kier. Laurentina)*



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

A jeśli będziecie jeszcze mieli czas i ochotę, proponuję rozejrzeć się po **starożytnym Rzymie**, bo będzie w zasięgu pieszego spaceru. W godzinach nocnych wygląda to wszystko jeszcze piękniej.

Na początek **Colosseo i Arco di Constantino**, następnie spacer ulicą Fori Imperiali (stojąc przy wyjściu z metra twarzą do Koloseum, należy skrócić w prawo). Po lewej będzie **Foro Romano i Foro di Cesare**, po prawej **Foro Traiano**, a za nim łukowaty obiekt do **Mercati di Traiano** – najstarszy na świecie supermarket. Na wprost **Colonna Traiana**, a za nią dwa kościoły zwieńczone kopułami. Ten po prawej, pod wezwaniem Najświętszego Imienia Maryi, powstał jako wotum za zwycięstwo polskiego króla Jana III Sobieskiego nad Turkami pod Wiedniem, w 1683r.

Po lewej widać ogromny biały obiekt, to **Altare della Patria** – Ołtarz Ojczyzny, coś jak nasz Warszawski Grób Nieznanego Żołnierza. Przed nim **Piazza Venezia** – słynny Plac Wenecki. Obchodząc ten monument traficie na dwa ciągi schodów: lewe, strome i wysokie, prowadzące do kościoła i prawe, płaskie i eleganckie, prowadzące na **Campidoglio** – Kapitol, na którym mieściła się najstarsza siedziba władz Rzymu. Schody, plac i trzy pałace okalające plac, to dzieło Michała Anioła Buonarroti. Z tyłu, za pałacem na wprost, jest punkt widokowy na Foro Romano i Palatino.

Schodząc z Kapitolu tymi samymi schodami, wejdźcie w uliczkę na wprost. Za kilka kroków będzie na placu fontanna, a po jej lewej stronie przystanki autobusowe.

*Linie 40, 64 i H jadą do Termini, gdzie kończą bieg.*

### **W sobotę**

Biegacze raczej nie powinni się zbyt forsować, ale kibice, zdecydowanie mogą i powinni.

*Metro A z Termini do Spagna (kier. Battistini)*

Po wyjściu z metra znajdziecie się na **Piazza Spagna**, Placu Hiszpańskim. Idąc w lewo najpierw zobaczycie **Fontana della Barcaccia**, Fontannę Barka Piero Berniniego, a po jej lewej stronie **Scalinata di Trinita dei Monti**, bo to jest właściwa nazwa schodów, które popularnie nazywamy Schodami Hiszpańskimi – uwaga! nie wolno na nich jeść, pić, a nawet siadać!!!

Na Placu Hiszpańskim, wpiszcie sobie do nawigacji **Pompi Tiramisu** na via della Croce i tam pójście, na najlepsze na świecie Tiramisu w kilku różnych smakach. Naprawdę pycha.

Po słodkościach powrót do Schodów Hiszpańskich i dalej prosto, na końcu placu zobaczycie **Colonna dell'Immacolata**, na wysokiej kolumnie figura Matki Bożej Niepokalanej.

Zostawiając Kolumnę po prawej, wejdźcie w via dei Due Macelli i idźcie aż do dużego skrzyżowania ze światłami, na nim w prawo w via del Tritone. Za około 50m, po lewej stronie zobaczycie dwie zbiegające się przy przejściu dla pieszych uliczki, trzeba pójść prawą uliczką via della Stamperia. Tak dojdziecie do **Fonatana di Trevi**, Fontanny di Trevi. Trochę czasu trzeba tam spędzić, i – uwaga! nie można do wody wkładać rąk lub nóg!!!

Jak już się nacieszycie, proponuję dalszy spacer. Opierając się plecami o ścianę vis a vis Fontanny, obróćcie się w lewo i pójście w tym kierunku, to będzie via delle Muratte. Uliczka wpada w dużą, ruchliwą via del Corso. Trzeba przejść na drugą stronę i pójść w lewo, około 50m. Przy przystanku autobusowym, w prawo odchodzi via del Caravita, tą uliczką należy pójść do końca, czyli do Piazza di Sant' Ignazio.

Po lewej będzie **Chiesa di Sant' Ignazio di Loyola**, kościół św. Ignacego Loyoli, jest to najważniejsza świątynia Zakonu Jezuitów. Warto do niego wejść, jest ogromny, bogato zdobiony. W tym kościele są dwie ciekawostki przyciągające turystów: Niedaleko wejścia w nawie głównej ustawiono duże lustro, w którym łatwiej jest obejrzeć kunsztowne freski na sklepieniu, niż zadzierając do góry głowę. I kolejna, bliżej ołtarza głównego, to fałszywa kopuła. Podobno zabrakło już pieniędzy na budowę rzeczywistej kopuły, więc na sklepieniu namalowano krąg, a w nim widok, jaki dawałaby ta rzeczywista. Takie rzymskie ciekawostki.

Po wyjściu z kościoła skróćcie w lewo i wejdźcie w uliczkę stanowiącą jakby przedłużenie ściany frontowej kościoła, to via del Seminario. Na jej końcu będzie Piazza della Rotonda, i słynny rzymski



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

**Pantheon**, ufundowana przez cesarza Hadriana w 125r. świątynia ku czci siedmiu najważniejszych bogów rzymskich, a od 608r. jest to kościół katolicki Santa Maria ad Martyres, Matki Bożej od Męczenników. To kolejny obowiązkowy obiekt w Rzymie.

Ale to jeszcze nie koniec wycieczki.

W tej części Rzymu uliczki są wąskie, kręte, niektóre są ślepe i co kawałek mają inną nazwę, nie znając miasta trzeba bardzo uważać. Rzym jest dobrze oznakowany, co bardzo ułatwia poruszanie się.

Więc tak, trzeba przejść na przeciwległy do Panteonu kraniec placu i wejść w uliczkę idącą w lewo, czyli via Giustiniani, która za pierwszym skrzyżowaniem zmienia nazwę na via del Salvatore. Tak dojdziecie do dużej i ruchliwej corso del Rinascimento. Należy przejść na drugą stronę ulicy, skrócić w lewo i najbliższą w prawo. W ten sposób dojdziecie do kolejnego obowiązkowego miejsca, czyli **Piazza Navona**. Na Placu są 3 fontanny, najcenniejsza, środkowa to **Fontana dei Fiumi** Fontanna Rzek autorstwa Gian Lorenzo Berniniego, która przedstawia alegorię czterech dużych rzek świata: Nilu, Dunaju, Gangesu i Rio de La Plata. Fontanna stoi na tle fasady kościoła **Sant'Agnese in Agone**, której twórcą był inny wspaniały artysta tamtego okresu, Francesco Borromini.

Myślę, że na tym możecie zakończyć sobotnie zwiedzanie.

Trzeba wrócić na corso del Rinascimento, skrócić w prawo i dojść do najbliższego przystanku autobusowego. Na wprost, na końcu ulicy będzie widoczny kościół z kopułą.

*Autobusem 70 dojdziecie z Rinascimento w pobliże Termini – przystanki przy Santa Maria Maggiore, na via Gioberti, na via Filippo Turati i końcowy na via Giolitti.*

### **Dla katolików**

W rejonie dworca Termini znajduje się kilka kościołów. W soboty i w niedziele o godz. 18.00 jest Msza św. w bazylikach Santa Maria Maggiore, Santa Prassede, Santa Maria degli Angeli i Sacro Cuore di Gesu, a o godz. 18.30 w kościele Sant'Alfonso De Liguori.

Wystarczy wbić w Google Maps lub w nawigację nazwę kościoła, żeby do niego trafić.

### **W niedzielę**

Przed wszystkim Maraton, w którym uczestniczycie jako biegacze lub jako kibice.

Ale po wypoczynku i po posiłku można jeszcze sporo zobaczyć.

Proponuję wycieczkę na wzgórze Awentyn i na Zatybrze

*Przy Termini jest pętla tramwajowa linii 5 i 14. Każdym z nich można dojechać do węzła Porta Maggiore, i tam przesiąść się na tramwaj linii 3 jadący w kierunku Stazione Trastevere. Wysiadacie na przystanku Marmorata/Galvani.*

Przechodźcie na chodnik po prawej stronie, patrząc w kierunku jazdy tramwaju.

Przy samym przejściu jest mały placzyk z odchodzącymi w bok uliczkami. Idźcie uliczką prowadzącą łukiem w lewo po skosie, będzie to via Asinio Pollione, a przy najbliższym rozwidleniu trzymajcie się lewej uliczki via di Porta Lavernale, I tą uliczką idźcie w górę, do samego końca, czyli do Piazza dei Cavalieri di Malta. Jesteście na **Awentynie**. Na wprost zobaczycie okazałą bramę w wysokim zdobionym murze. Przed bramą, najprawdopodobniej, będzie stała kolejka turystów. Stańcie w niej, w tej bramie koniecznie trzeba zajrzeć przez dziurkę do klucza.

Następnie, patrząc na bramę, skręćcie w prawo i idźcie wzdłuż tego muru. Na końcu placu zaczyna się via di Santa Sabina.

Po lewej stronie będzie **Basilica dei Santi Bonifacio e Alessio**, popularnie bazylika św. Aleksego, jeden z kościołów ulubionych przez nowożeńców, z bardzo tutaj czczoną ikoną Matki Bożej, datowaną na XIIIw.

Kawałek dalej będzie **Basilica di Santa Sabina all'Aventino**, najważniejszy kościół Zakonu Dominikanów, w którym żył św. Dominik, założyciel tego zakonu. W tym kościele pierwszym polskim dominikaninem został św. Jacek Odrowąż. Przyjął habit zakonny bezpośrednio z rąk św. Dominika.



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

Przy placu przed bazyliką jest brama wejściowa do **Giardino di Aranci**, Ogrodu Pomarańczy. Zapraszam, w tym Ogrodzie jest, jeden z wielu w Rzymie, tarasów widokowych. Warto na Rzym z tej perspektywy popatrzeć.

Po powrocie na ulicę idziecie w lewo i w dół, aż do dużej arterii via del Circo Massimo. Skręćcie w lewo i kierujecie się w stronę rzeki Tybr i najbliższego mostu, Ponte Palatino, przez który przechodzicie na drugą stronę.

Tutaj zaczyna się **Trastevere**, czyli Zatybrze, stara dzielnica, w której powstawały pierwsze gminy chrześcijańskie w starożytnym Rzymie.

Zatybrze jest pełne krętych i ciasnych uliczek i klimatycznych knajpek na nich.

Za mostem przechodzicie na drugą stronę ulicy, gdzie będzie nieduży trójkątny plac. Odchodzi z niego trzy uliczki, proponuję pójść skrajną prawą, via della Lungarina (stanowi ona jakby przedłużenie linii mostu), która przy najbliższym skrzyżowaniu zmienia nazwę na via della Lungaretta. Tej ulicy się trzymajcie, aż dojdziecie do Piazza di Santa Maria in Trastevere.

Przy placu stoi **Basilica di Santa Maria in Trastevere**, wczesnochrześcijański kościół z przepiękną mozaiką w absydzie.

Po wyjściu z kościoła na plac skręćcie w prawo, traficie na Piazza di San Calisto. Z placu odchodzą trzy ulice, jedna z prawej i dwie rozwidlające się z lewej strony. Proponuję pójść via di San Francesco a Ripa, czyli środkową. W ten sposób dojdziecie do dużej arterii viale di Trastevere (z torami tramwajowymi). Na niej należy skręcić w prawo i dojść do przystanku tramwajowego, przy którym jest rozwidlenie torów. Wzdłuż viale di Trastevere, w obie strony, jeździ tramwaj linii 8, natomiast z naprzeciwka będzie nadjeżdżał tramwaj linii 3 i ten będzie skręcał w prawo.

*Tramwajem linii 3 dojdziecie do, znanego już, węzła Porta Maggiore i przesiądziecie się na linię 5 lub 14, żeby dojechać najbliżej hotelu.*

Jeżeli będziecie mieli ochotę na przepyszne lody, a szczerze zachęcam, to z tramwaju 5 lub 14 wysiądźcie już na pierwszym przystanku za Porta Maggiore, tj. na Principe Eugenio/Manzoni. Trzeba przejść na drugą stronę ulicy i pójść do przodu. W Fasadzie drugiego budynku za skrzyżowaniem zobaczycie troje dużych szklanych drzwi z łukami na górze. A na tych drzwiach napisy **G. FASSI** i 1880. Tam zapraszam. Najpierw zobaczcie „czym chata bogata”, a bogata niezmiernie. Następnie rączcie się tymi dobrami, ja proponuję **Sanpietrini**, to jest tutejszy hit.

*Tramwaj 5 lub 14 z Principe Eugenio/Manzoni do domu.*

### **W poniedziałek**

Być w Rzymie i Watykanu nie widzieć, to się nie godzi. A zatem, im wcześniej rano tym lepiej.

*Metro A z Termini do Ottaviano San Pietro*

Via Ottaviano (ulica z torami tramwajowymi) idziecie na południe, kolumnada otaczająca plac św. Piotra jest widoczna z daleka. W kolumnadzie są bramki wejściowe na teren Bazyliki św. Piotra, i, oczywiście, kolejka chętnych. Im później, tym dłuższa.

W portyku wejściowym można za kilka euro wypożyczyć audioguide, są też w języku polskim.

No i jesteście. **Basilica di San Pietro** w całej swojej okazałości. Największy kościół katolicki na świecie. Zaraz po prawej precudna Pieta dłuta Michała Anioła. Na przecięciu nawy i transeptu Baldachim ze złoczonego brązu wykonany przez Gian Lorenza Berniniego, pod nim ołtarz papieski, a kilka pięter poniżej autentyczny grób Świętego Apostoła Piotra. Ponad tym niezwykła i ogromna kopuła zaprojektowana przez Michała Anioła.

Trzeba to wszystko zobaczyć, a następnie zejść do **Grot Watykańskich**, gdzie widać pozostałości wcześniejszej bazyliki i, gdzie znajdują się groby bardzo wielu papieży.

Po powrocie na portyk, skręćcie w lewo, schodami w dół i znowu w lewo. Traficie na dziedziniec, gdzie w głębi będzie kasa biletowa. Tam można kupić bilety na **Cupola**, czyli kopułę. Bilet normalny z windą kosztuje 10€. Windą wjeżdża się (można też wejść schodami, wtedy bilet za 8€) na poziom dachu Bazyliki, można po nim pochodzić, a we wnętrzu jest wejście na galerię wokół podstawy kopuły. Dopiero



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

teraz widać jaki to kolos. Następnie krętymi i zwężającymi się schodami wchodzi się na małą galerię widokową na szczycie kopuły. Tu macie widok 360° na Rzym.

Z Bazyliki wychodzi się po przeciwnej stronie od wejścia. Teraz możecie obejrzeć fronton Bazyliki, kolumnadę oraz plac św. Piotra.

Jeżeli podczas tego pobytu chcielibyście zobaczyć **Musei Vaticani**, to proponuję kupić bilety on-line. Muzea są ogromne i prezentują niezliczoną ilość dzieł artystycznych z różnych epok. Tam są zawsze tłumy zwiedzających. Ale arcydzieła, jakim jest **Kaplica Sykstyńska** z freskami Michała Anioła, nie da się inaczej zobaczyć. Sykstyna jest na końcu trasy zwiedzania Muzeów.

Możecie oczywiście spróbować odstać swoje, może akurat nie będzie tak wielu chętnych.

Żeby dojść do wejścia do Muzeów, należy się wrócić, drogą, którą przyszlście rano. Po lewej stronie będziecie mieli mur watykański, należy się go trzymać, aż dojdziecie do stojących w kolejce do kas biletowych. Bez biletów tam się zatrzymujecie. Z biletami idziecie dalej, aż dotrzecie do wejścia.

Muzea są czynne od poniedziałku do soboty w godz. 9.00 – 18.00, ostatnie wejście o 16.00

Bilet normalny w cenie 17€ plus 4€ za rezerwację przy zakupie on-line.

Strona Muzeów <http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/en.html>

Powrót do hotelu

*Metro A z Ottaviano San Pietro do Termini.*

Jeśli jeszcze będziecie mieli siły i czas, to proponuję wysiąść z metra za 2 przystanki, czyli na Flaminio i przez bramę Porta del Popolo wejść na Piazza del Popolo.

**Porta del Popolo** była niegdyś częścią murów otaczających Rzym i do niej prowadziły drogi z północy Europy, również z Polski.

**Piazza del Popolo** to duży plac o eliptycznym kształcie. Na skrajach są fontanny, del Nettuno i della Dea di Roma, a po środku jest wysoki obelisk otoczony czterema fontannami, na których siedzą lwy. Wyjście z placu w kierunku miasta stanowią trzy promieniście rozchodzące się ulice, a pomiędzy nimi, tuż przy placu są dwie niemal bliźniacze świątynie.

Za fontanną po lewej stronie widać w tle arkadową zabudowę wzgórza **Pincio**. Na samym szczycie jest kolejny taras widokowy na miasto.

Całość stanowi piękne założenie architektoniczne, znać rękę mistrza.

*Metro A z Flaminio do Termini*

### We wtorek

Powrót do domu.

### **DLA AMATORÓW ŁĄCZENIA BIEGANIA ZE ZWIEDZANIEM**

Jeśli macie ochotę zostać w Rzymie trochę dłużej, mamy następującą propozycję:

#### **MUZEA**

**Kapitolińskie**, najstarsze publiczne muzeum świata, od 1471r., zawierające, m.in., duży zbiór rzeźb antycznych, warte obejrzenia.

Muzeum czynne codziennie w godzinach 9.30 – 19.30. Bilet kosztuje 11,50€, młodzież do 25 roku życia – 9,50€. Dojeżdża się z Termini autobusami 40 i 64 do Piazza Venezia.

Strona Muzeum <http://www.museicapitolini.org/>

**Koloseum, Forum Romanum i Palatyn**, najbardziej znane i największe odkryte zabytki starożytności. Koloseum – amfiteatr, Forum Romanum – główny polityczny, religijny i towarzyski ośrodek starożytnego Rzymu, Palatyn – miejsce najstarszej osady, początki Rzymu, później wzgórze z pałacami bogaczy i świątyniami. Warto to zobaczyć, rozmiar i rozmach robią wrażenie.



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

Muzeum czynne codziennie w godzinach 8.30 – 19.15 (ostatnie wejście 18.15). Bilet jest łączony i kosztuje 16€. Dojeżdża się z Termini metrem B do Colosseo.

Strona <https://parcocolosseo.it/visita/orari-e-biglietti/>

Są dwie kolejki: do kas i do bramek z wykrywaczem metali. Trochę to trwa. Warto kupić w kasie również audioguide, jest po polsku, czyta Andrzej Seweryn.

### BAZYLIKI PAPIESKIE

W Rzymie są cztery bazyliki papieskie, czyli tzw. Większe. Są to San Giovanni in Laterano, San Pietro in Vaticano, San Paolo Fuori le Mura oraz Santa Maria Maggiore. Te bazyliki same w sobie stanowią dzieła architektury, zarówno z zewnątrz, jak i wewnątrz. Zaś ich wnętrza mogą konkurować z wieloma wielkimi muzeami prezentującymi dzieła sztuki, głównie rzeźby i malarstwa.

U św. Piotra już byliście. Teraz proponuję dwie kolejne, położone w centrum

**Basilica Santa Maria Maggiore**, Matki Bożej Większej – niedaleko będziecie mieszkać.

Otwarta codziennie w godz. 7.00-18.45, wstęp wolny.

Vis a vis Bazyliki zaczyna się duża i ruchliwa ulica via Merulana. Wzdłuż tej ulicy, w obie strony jeździ autobus nr 714, który zaczyna bieg na węźle przy Termini, ale ma przystanek po lewej stronie Santa Maria Maggiore.

Na drugim końcu via Merulana jest olbrzymi plac i na nim

**Basilica San Giovanni in Laterano**. Ogromny kościół, stanowiący katedrę Biskupa Rzymu, czyli Papieża. Otwarty codziennie w godz. 7.00-18.30, wstęp wolny.

### JEDZENIE

W Rzymie najlepsza i najtańsza jest **pizza**, a pizzerii zatrząsienie. Warto wejść do takiej, gdzie pizzę pieką na miejscu, na dużych blachach i sprzedają na wagę. Obsługa kroi nożyczkami tyle, ile klient sobie życzy.

Oprócz tego **pasta**, czyli wszelkiego rodzaju makarony z dodatkami i sosami.

I, oczywiście, **lody** oraz **tiramisu**.

### ZAKUPY

Rzym słynie z dobrych ciuchów, butów, torebek, etc. Mnóstwo sklepów, w tym bardzo drogie, markowych, znajduje się w najbliższej okolicy Piazza Spagna, na sąsiadujących uliczkach. Także na obszarze pomiędzy Fontana di Trevi i Piazza Spagna. Przy Largo Chigi jest galeria handlowa Alberto Sordi, a przy via del Tritone – luksusowy dom towarowy Rinascente Roma.

Natomiast na Campo de Fiori jest codzienny rynek, głównie z żywnością, makarony, wędliny, sery, oliwy, owoce i warzywa, a także lokalne alkohole. Można zrobić zakupy dla domu lub na prezenty.

### UWAGI NA ZAKOŃCZENIE:

W Rzymie pije się wodę z fontann, są odrębne kraniki do napełniania butelek, a również w wielu miejscach na ulicach są punkty poboru wody. To jest zdrowa, czysta, zimna, góraska woda.

Właściciel strony preferuje i propaguje tryb życia zdrowy i proekologiczny. Wpisując się w te zasady, zwyczajowo proponuję korzystanie z komunikacji publicznej, wskazując jak się w danym mieście poruszać. Uważam ponadto, że korzystanie z miejscowej komunikacji publicznej ma walor edukacyjny.

---

ŻYCZĘ UDANEGO POBYTU, MNÓSTWA WRAŻEŃ I ZNAKOMITEGO WYNIKU SPORTOWEGO!



## 2020 – MARATONY ZAGRANICZNE, DUŻE I MAŁE

***Informacje szczegółowe, tj. godziny otwarcia, ceny biletów wstępu i komunikacyjnych, zawarte w tekście powyżej, są zaktualizowane na dzień jego sporządzenia, tj. 10 lutego 2020r.***

Właściciel strony i pomysłodawca cyklu: Karol Zalewski  
Przygotowała: Małgorzata Zalewska