



1

L'isola sotto
tutela

2

Una cattedrale
sotterranea

3

Dal **gozzo**
al catamarano



Break primaverili
Isole pontine

Meraviglie dietro l'angolo

L'arcipelago che sorveglia la costa laziale mette d'accordo tutti: si sceglie Ponza per vita mondana e cucina stellata, o si fa rotta verso Ventotene e Palmarola, per quiete e puro relax

Foto e testi di **Emanuela De Santis**

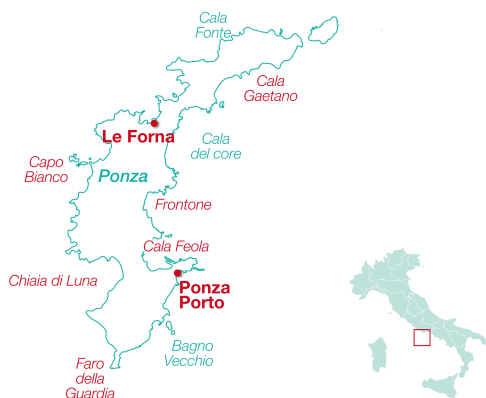


Il mare cristallino, la natura mediterranea, i paesini abbracciati da insenature e porticcioli, la cucina di tradizione schietta: ecco il segreto di un pugno di isole di pescatori diventate meta ambita ed esclusiva di un'estate che si fa sempre più vicina. Schegge di roccia tufacea scagliate davanti alla costa laziale, le **Isole Pontine** mettono d'accordo tutti: chi ama la vita mondana e la cucina stellata si ferma a **Ponza**; chi vuole solo relax e riposo fa rotta su **Ventotene**; a **Palmarola** approdano i novelli Robinson Crusoé, in cerca di solitudine, silenzio e lunghe passeggiate.

L'isola maggiore

A **Ponza**, la sorella maggiore dell'arcipelago, si danno appuntamento velisti e appassionati di sport acquatici, fanatici dell'outfit in stile isolano, gourmet alla ricerca di raffinate rielaborazioni della cucina marinara, insonni e tiratardi che adorano fare le ore piccole nei cocktail bar a pelo d'acqua. In piena estate, una miriade di vele bianche nasconde la vista delle scogliere dell'isola, mentre traghetti e aliscafi fanno spola ininterrotta con Anzio o con Formia. Ma appena comincia a far buio e qualche timida luce si accende giù al porto, tutto sembra calmarsi. Gli ultimi lampi di tramonto accarezzano i faraglioni e si insinuano nella





Arrivare e muoversi

Ponza può essere raggiunta in aliscafo dai porti di Formia, Terracina e Anzio con i traghetti **Laziomar** (www.laziomar.it); da Anzio e Terracina, in periodo estivo, partono anche gli aliscafi della **Vetor** (www.vetor.it) e della **NLG** (www.navlib.it). **Musella Viaggi** a Ponza (tel. 0771 80 98 86 | www.musellaviaggi.it) offre un servizio transfer collettivo dagli aeroporti di Napoli Capodichino e Roma Fiumicino fino ai porti d'imbarco di Formia e Terracina (35 euro a persona); il porto di Anzio si raggiunge invece in treno, con i regionali che partono ogni ora dalla stazione di Roma Termini. Partenze anche da San Felice Circeo con le motonavi della **Pontina Navigazione** (tel. 0773 54 41 57 | www.circeoponza.it | prezzo 46 euro a persona).

A Ponza nei mesi estivi è **vietata la circolazione** alle automobili dei non residenti; chi raggiunge i porti d'imbarco in auto, dovrà lasciare la macchina in uno dei tanti parcheggi custoditi a disposizione dei viaggiatori.



traffittura di roccia della **baia di Chiaia di Luna**, per il languido piacere di chi è impegnato a sorseggiare aperitivi da una delle innumerevoli terrazze ponzesi. A poco a poco si spegne anche lo struscio serale tra le vetrine di moda isolana, un mix di brio e semplicità il cui stile all'insegna del "less is more" è dettato dalle boutique di **corso Pisacane**, tra cotone candidi e lini grezzi, come quelli di **Brezza di Mare**, o fragili bijoux come quelli di **Cala Corallo**. Spalle abbronzate e tubini bianchi volteggiano sulle terrazze con i calici in mano, in attesa di riempire i tavoli di **O' Ristorante**, di **Acqua Pazza** o **Eea** e poi terminare la serata assaporando un "Vecchia Ponza", cocktail dalla formula segreta a base di rum Brugal Branco, zenzero fresco, finocchietto selvatico e limone inventato da **Valeria**, simpaticissima proprietaria di **Au bord de l'eau**, romantico bar in riva al mare. Per dormire, si può scegliere una delle comode e deliziose ospitalità in paese, tra cui il **B&B La Limonaia**, dimora d'epoca sul porto, con terrazza e giardino. Chi preferisce un'atmosfera più appartata si rifugia tra le mura immacolate di **Foria** o marcia sui vicoli che portano a **Santa Maria**, dove da una veranda sul bagnasciuga, **Pazzaria**, si sfornano pizze veraci e manicaretti a base di pesce locale.

I rari mattinieri si avventurano sulla cima del **Monte**

In questa pagina, dall'alto verso il basso, il **porto di Ponza**, **Corso Carlo Pisacane** e un'immagine dell'**hotel Chiaia di Luna**.

Nella pagina precedente, un'altra foto dell'hotel e la **baia di Chiaia di Luna**. In apertura, il mare cristallino dell'isola e un vicolo sul porto





Natura

L'isola sotto tutela

Presidiata dalle guardie forestali del **Parco Nazionale del Circeo**, Zannone è la più remota delle Pontine. Rinomata per la bellezza dei fondali, paradiso italiano del birdwatching, l'isola è un universo botanico di piante rare tra le quali scorazzano i mufloni a suo tempo importati dalla Sardegna. Un sentiero scosceso conduce ai ruderi di un convento cistercense e alla villa, ormai in abbandono, dei marchesi **Casati Stampa**. Zannone è accessibile ai visitatori per lo spazio di un giorno, dall'arrivo mattutino alla partenza serale; bisogna accreditarsi presso la direzione del Parco (tel. 0773 512240, www.parcocirceo.it) oppure prenotare una delle visite guidate dell'**Onlus Pangea**, presso il Centro Visitatori di Sabaudia (via Carlo Alberto 192, tel. 0773 511352, www.istpangea.it; quote da 62 euro a persona).



Guardia; lungo il percorso, il sentiero svela la magnifica geografia dell'isola, i vigneti terrazzati d'uve **Falanghina** e **Biancolella**, la guglia minacciosa di **capo Bianco**, la fessura della **grotta di Circe**, la lama di roccia che culmina nel **faro della Guardia**. La discesa conduce direttamente al bancone di **Gennaro**, al bar **Maga Circe**, per una insolita colazione a base di brioches e granita di mandorla. Una rapida occhiata alla mappa dell'isola permette di individuare le location ideali dove dare inizio alla giornata di mare. Anche se **Chiaia di Luna**, la baia ad anfiteatro simbolo di Ponza, resta inagibile a causa dei crolli di roccia, per tuffarsi nelle acque smeraldine serve soltanto un po' di voglia di scarpinare: sono 300 gli scalini per

raggiungere lo splendido mare di **Cala Gaetano**, da dove un sentiero tortuoso porta poi in visita alla necropoli romana accanto alla **spiaggia di Bagno Vecchio**. Chi non si adegua all'uso ponzese di noleggiare un gozzo, dovrà faticare prima di arrivare a **Frontone**, la spiaggia ai piedi di una roccia bianca a forma di frontespizio di tempio greco, oppure di immergersi nelle piscine naturali scavate nella pietra sotto l'abitato delle **Forna**. A mezzogiorno si mangia con i piedi nell'acqua tra gli scogli di **cala Feola**, serviti dai vecchi lupi di mare della trattoria **La Marina**, poi si va ad aspettare il tramonto sulla **spiaggia di Lucia Rosa**. A fine serata, si va a dormire nella tranquillità di case accoglienti, con piacevoli viste sul mare e ambienti

Sopra, il **B&B La Limonaia**.

Nella pagina precedente, un'altra immagine di **Corso Pisacane**

Le spiagge top a Ponza

Lungo i 41 km di costa ponzese, si trovano molte spiagge e piccole calette bellissime. Ecco la lista delle imperdibili:

LA PARATA E BAGNO VECCHIO

Spiaggia di sassi e ghiaia che custodisce resti di una antica necropoli romana.

CHIAIA DI LUNA

La più famosa spiaggia dell'isola è accessibile sia via mare che via terra attraverso un tunnel di epoca romana, che si unisce alla strada provinciale.

CALA FEOLA

Insenatura naturale e unica spiaggia interamente sabbiosa in tutta l'isola ad essere interamente sabbiosa. La cala comprende il complesso delle piscine naturali, di origine vulcanica, chiamate Fontone.

CALA DELL'ACQUA

Così chiamata per le zone scavate nella roccia da cui filtra acqua, è accessibile sia via terra, con accesso nei pressi della frazione di Le Forna, sia via mare con imbarcazioni private o servizio navetta dal porto di Ponza.

CALA FELCI

Raggiungibile solo via mare, prende il nome dalle numerose piante che arrivano fin sulla spiaggia in sabbia e sassi, con acqua limpidissima.

CALA GAETANO

È accessibile esclusivamente via mare, con imbarcazioni private e servizi navetta dal porto di Ponza. Da non perdere la splendida Punta dell'ebreo, con belle spiaggette.

CALA DELLO SCHIAVONE

Il nome viene dall'omonima collina che domina questa distesa di sassi e ghiaia, raggiungibile solo via mare.

CALA INFERNO

La baia è sovrastata da un'alta parete bianca a picco sul mare, con case abitazioni e stradine a gradoni scavate nella roccia nel XVIII secolo per raggiungere il mare. Si può ammirare un cunicolo dell'acquedotto greco-romano e il relitto di una nave mercantile.

SPIAGGIA DEL CORE

Piccola baia con una roccia in cui è impresso un cuore.

BAIA DEL FORTINO

Una graziosa spiaggia riparata da scogli di tufo e famosa per la presenza di un forte del 1813.

SPIAGGIA DI FRONTONE

Una delle spiagge più famose, deve il suo nome alla forma della roccia bianca antistante, simile al frontone di un tempio greco. Raggiungibile via mare, con imbarcazioni private o servizio navetta dal porto, o via terra con un sentiero di difficile percorrenza.





Qui, **Cala dell'Acqua**;
a destra, il ristorante
La Marina
di **Cala Feola**



Archeologia

Una cattedrale sotterranea

Tra i vari siti d'età romana a Ponza - le **Grotte di Pilato**, la necropoli del **Bagno Vecchio** - il più suggestivo è forse la **cisterna di via Dragonara**. Simile ad una cattedrale scavata nel tufo, paragonabile per maestosità alle grandi cisterne romane di Bacoli, in Campania (la **Piscina Mirabile** e le **Cento Camerelle**), il **serbatoio** presenta più corridoi a volta su file parallele che si incrociano con sei navate perpendicolari, in un'ingegnosa architettura che consentiva di raccogliere 6.000 metri cubi di acqua piovana senza bisogno di pilastri di sostegno, che avrebbero sottratto volume al bacino di raccolta. Ora aperta al pubblico, si visita da aprile a settembre prenotandosi presso la Pro Loco ponzese (tel. 0771 80031, www.prolocodiponza.it).



Qui, il panorama da **Monte Guardia**; in basso, il cocktail bar **Au Bord de l'Eau**. Nella pagina precedente, un'altra immagine del **B&B La Limonaia**



in stile marinaro, come **Il Gabbiano**, con tre camere ognuna munita di terrazzo privato, e **Casa Silvia**, villa che può ospitare fino a 5 persone, sopra Cala dell'Acqua, alla quale si arriva con 100 scalini. Perfetta la grande terrazza per un aperitivo al tramonto.

Tra relax e storia

Appena un'ora di barca separa Ponza da **Ventotene**. Eppure la differenza tra le due isole è enorme: tanto la prima è modaiola, tanto l'altra è tranquilla, segnata da una sonnecchiante atmosfera da villeggiatura d'altri tempi. Il vecchio porto romano conserva la sua aria d'antan; tra un bar e un negozio di souvenir sopravvive qualche ambulante che vende capperi o lenticchie, le specialità dell'isola. Si può ancora intravedere la peschiera romana sotto al blocco di tufo su cui è piantato il vecchio faro, mentre le case dei pescatori e i

Gite in barca

Dal gozzo al catamarano

Per godere al meglio le bellezze delle isole Pontine la barca è d'obbligo. Gozzi e piccole lance, con o senza marinaio, si noleggiavano da **Cocò** (tel. 338 8941314, www.ponzanoleggio.com), che effettua anche servizio navetta per la spiaggia di Frontone (3 euro a persona). Per chi preferisce il gommone ci sono **Diva Luna** (tel. 338 2347608, www.divaluna.com) o **Sfizio di Mare** a Le Forna (tel. 349 7437857, www.sfiziodimare.it); i prezzi partono da 50 euro al giorno. Al porto romano di **Ventotene**, **Ciro** (tel. 0771 85122) garantisce passaggi per Santo Stefano e organizza giri della costa. Anche la **Cooperativa Barcaioli Ponzesi** (tel. 0771 809929, www.barcaioliPONZA.it) offre tour delle isole su vecchi pescherecci riadattati al trasporto; si parte alle 11 dal molo Musco e si rientra il pomeriggio (27,50 euro a persona, pranzo a bordo incluso). Da Gaeta parte la minicrociera per Ponza e Ventotene con l'**Adriatic Princess**, che prevede anche il pasto a bordo con pescato del giorno (www.blunavycrociere.com). Una vacanza sempre sottovento su una delle vele di **Magacharter** (www.magacharter.it) o a bordo dei lussuosi catamarani di **Suncat** (www.suncat.it), con o senza skipper, con imbarco al porto di Nettuno. I fondali delle isole pontine sono un paradiso per i sub; immersioni a vari livelli di difficoltà con il **Diving Center** di Ponza (tel. 337 808485, www.ponzadiving.it) o con la **Diving Academy** (tel. 0771 85094, www.ventotenediving.it) e il **Diving World** di Ventotene (tel. 0771 85178, www.dwventotene.com); i prezzi partono mediamente da 40 euro a persona.

In questa foto,
la villa **Casa Silvia**





In questa pagina, in senso
antiorario, l'hotel **Villa Julia**,
un piatto del ristorante
Mast'Aniello
e **Piazza Castello**



palazzetti signorili si accavallano lungo la salita, fra minuscoli ristoranti e botteghe-bazar dove trovare di tutto, dalle pinne al copricostume. Chi viene a Ventotene si adatta a un'ospitalità senza fronzoli, ripagato dai ritmi di vita di un'isola in cui tutto sembra essersi fermato a cinquant'anni fa: la spiaggia, i radi ombrelloni, la trattoria ruspante dove assaggiare la zuppa di lenticchie e il polpo appena pescato tra gli scogli, come al **Ristorante Mast'Aniello**. Per alloggiare, hotel non di lusso ma comunque confortevoli, come **Villa Julia**: poche camere con vista mare, di fronte alla spiaggia. L'archeologia resta una delle attrazioni di punta di Ventotene. L'isola ospitava una delle ville imperiali di **Augusto**, le cui rovine si estendono sul promontorio di **Punta Eolo**. Dal porto antico i gommoni salpano verso **Santo Stefano**, l'isolotto sul

quale si visita l'ex-carcere in cui fu rinchiuso, tra gli altri, anche **Sandro Pertini** e che, con la sua forma circolare e la torretta al centro, sembra quasi una plaza de toros.

Rifugio di pace

Palmarola è invece un paradiso quasi privato. Oggi è disabitata per la maggior parte dell'anno, ma fino a mezzo secolo fa i terreni sconosciuti erano coltivati a legumi e vigneti e i pochi abitanti vivevano di baratto con i pescatori. A farla conoscere ai rari visitatori estivi è stato **Giuseppe Tagliamonte** detto "**O' Francese**", pioniere del turismo a Palmarola, che sull'isola ha aperto il suo ristorante. All'inizio, dal **Francese** si mangiavano solo spaghetti al pomodoro e frittata con i "purchiacchielli" (un'insalata selvatica). Oggi il



In questa pagina, sopra e in basso, foto di **Palmarola**; a sinistra, il ristorante **O' Francese**



ristorante ha arricchito il menù, si è dotato di qualche camera ed è una delle due costruzioni dell'isola: l'altra è **Nuoto Latino**, la villa enclave personale di **Alda**, una delle sorelle **Fendi**, che nella vicina Ponza hanno inaugurato un b&b e una dimora di charme. Pochi i fortunati che riescono ad accaparrarsi per l'estate le ultime case-grotta scavate dai contadini d'un tempo. Chi sceglie di soggiornare a Palmarola sa che qui il cartellone della giornata sarà scandito da abitudini slow e da ritmi semplici, spartani: solo ozio, riposo e passeggiate in riva al mare, assieme agli uccelli che in picchiata sfiorano gli scogli, ai falchi che dondolano su invisibili colonne d'aria calda, alle capre e ai conigli selvatici che, nascosti nel groviglio di macchia mediterranea, attendono che passi anche questa estate per ridiventare i padroni assoluti di un'isola che, a ragione, il grande naturalista **Folco Quilici** ha definito una delle più belle del mondo.



Terrazze panoramiche, **piatti marinari** e shopping bijoux

DORMIRE

PONZA

HOTEL CHIAIA DI LUNA

In splendida posizione sulla baia simbolo dell'isola, un classico hotel con 76 camere, terrazze panoramiche, piscina con acqua di mare. Il porto si raggiunge a piedi in dieci minuti o col servizio navetta offerto dall'albergo. Prezzi: doppia da 140 euro.

Via Panoramica | tel. 0771 80 113
www.hotelchiaiadiluna.com

B&B LA LIMONAIA A MARE

Due rampe di scaloni salgono da corso Pisacane e conducono in questa fasciosa dimora d'epoca sul porto; terrazza pensile, giardino e quattro stanze chic, con arredi d'antiquariato, mobili di vimini e divani in muratura. Prezzi: doppia da 105 euro.

Via Dragonara | tel. 0771 80 98 86
www.ponzaviaggi.it

B&B IL GABBIANO

Romantico, isolato tra i borghi di Ponza e Le Forna, con appena tre camere, ognuna col proprio terrazzo affacciato a mare e vista sull'isola di Palmarola. Prezzi: da 105 euro.

Via Panoramica
tel. 0771 80 98 86
www.ilgabbianoaponza.it

CASA SILVIA

Villa a Le Forna, affacciata su Cala dell'Acqua, con grande terrazza. Una camera matrimoniale con bagno, una camera doppia, un soggiorno con angolo cottura e divano letto, un bagno.

Via Roma 2 | tel. 0771 80 98 86
www.turistcasa.it

TURIST CASA

Un catalogo di alloggi e appartamenti d'ogni tipo – isolati, panoramici, charmant – da affittare settimanalmente con la famiglia o in gruppo per chi anche in vacanza non rinuncia all'indipendenza e alle comodità della casa. Prezzi da 50 euro a persona.

Via Roma 2 | tel. 0771 80 98 86
www.turistcasa.it

VENTOTENE

HOTEL MEZZATORRE - FOTO 1

L'antica torre d'avvistamento dell'isola, poi trasformata in abitazione, è oggi un albergo con poche camere semplici ma di gusto, tutte affacciate sulla spiaggia di Calanave. Prezzi: da 110 euro.

Piazza Castello 5/6 | tel. 0771 85 294
| www.mezzatorreventotene.com

HOTEL VILLA JULIA

15 camere con balconcino e vista mare, in un edificio settecentesco in posizione strategica sulla piazza principale del paese e di fronte all'unico arenile dell'isola. Prezzi: da 105 euro.

Piazza XX Settembre 2 | tel. 0771 85 40 38 | www.hotelvillaiulia.it

MANGIARE

PONZA

ACQUA PAZZA

Una stella Michelin premia la cucina a km zero del ristorante gourmet per eccellenza dell'arcipelago: zuppa di cicala di mare, tagliolini con calamaretti, parmigiana di alici. Prezzi: da 70 euro.

Piazza Pisacane 10 | tel. 0771 80 643
www.acquapazza.com

EEA

Terrazza panoramica sul porto e sulle luci di Santa Maria, con ricette di pescato locale, come le alici marinate in panzanella. Prezzi: da 55 euro.

Via Umberto I
tel. 0771 80 100 | www.mondoea.it

ORESTORANTE

Storica tavola ponzone in cui il patròn Oreste Romagnolo crea i suoi piatti di cucina tradizionale rivisitati con estro e fantasia. Prezzi: da 60 euro.

Via Dietro la Chiesa 3
tel. 0771 80 338 | www.orestorante.it

ORESTERIA

Il "ridotto" del più celebrato e costoso Orestorante offre piatti e sfizi marinari ideali per uno spuntino, un'aperitivo, una cena veloce o un pranzo leggero tra un tuffo e l'altro. Prezzi: da 15 euro.

Via Carlo Pisacane 51
tel. 347 30 11 376

LA MARINA

Verace taverna di pescatori in una calletta protetta dal vento, dove gustare la murena, il pesce bandiera e i totani, in tutte le declinazioni della cucina isolana. Prezzi: da 40 euro.

Loc. Cala Feola
tel. 0771 80 86 14
www.ristorantelamarinaponza.it

A CASA DI ASSUNTA

Assunta Scarpati, ponzone doc, propone la cucina del territorio della sua isola; menù rigorosamente di tradizione a base di pesce povero. Prezzi: da 35 euro.

Via Panoramica | tel. 0771 82 00 86
www.acasadiassunta.com

PAZZARIA

Deliziosi piatti marinari e soffici pizze napoletane in questo locale di romantica atmosfera familiare, in un giardino sulla rada di Ponza. Prezzi: da 30 euro.

Via Panoramica | tel. 0771 82 00 86
www.acasadiassunta.com

VENTOTENE

MAST'ANIELLO

Lungo la scalinata che da piazza Castello porta alla spiaggia di Calanave; da assaggiare, la zuppa di lenticchie e i gamberi mandorlati. Prezzi: da 35 euro.

Spiaggia di Calanave, Ventotene
tel. 0771 85 40 07

PALMAROLA

O' FRANCESE

Semplice e rustica cucina casalinga nella cornice dell'isola, a un quarto d'ora di gozzo da Ponza. Prezzi: da 35 euro.

Spiaggia di Palmarola
tel. 0771 80 080

BAR E NIGHTLIFE

PONZA

MAGA CIRCE

Qui si viene per i gelati, i migliori dell'isola, e per l'imperdibile mojito.

Piazza Carlo Pisacane 11
tel. 335 75 45 259

AU BORD DE L'EAU

Qui si ordina il "Vecchia Ponza", il cocktail fresco e delicato preferito dai tiratardi

della movida ponzone.

Via Molomusco, Ponza
tel. 373 73 96 232

SHOPPING

PONZA

CALA CORALLO

Bijoux in argento e bronzo e sandali in cuoio cucito a mano.

Corso Pisacane 72
tel. 0771 820 093
www.calacorallo.com

BOTTEGA BRANDINA

Shop dedicato a borse e accessori realizzati col tessuto dei lettini da mare.

Corso Pisacane 15
tel. 346 52 42 528
www.brandinatheoriginal.it

IMAGINARIUM

Gli abiti e gli accessori che dettano lo stile della moda ponzone.

Corso Pisacane 95 | tel. 0771 80 398

BREZZA DI MARE

S sofisticate mises da barca e colorati veli etno-chic.

Corso Pisacane 28 | tel. 0771 80 588

BOUTIQUE L'AMANTE

La giovane designer Ludovica L'Amante propone la sua linea beachwear.

Corso Pisacane
www.ludovicalamante.it

VENTOINPOPPIA - FOTO 2

Coperativa con i prodotti artigianali del territorio ponzone.

Corso Pisacane | tel. 338 87 46 904

AZIENDA AGRICOLA TAFFURI

POUCHAIN

Tra i vini prodotti in cantina un must è il Don Ferdinando brut, uvaggio di chardonnay, malvasia e biancolella d'Ischia.

Salita Giances | tel. 0824 81 51 96

VENTOTENE

EVASO.NET

Uno dei pochi spazi fashion di Ventotene; la loro t-shirt è diventata un cult isolano.

Via Pozzo di Santa Candida
tel. 0771 85 40 50 | www.evaso.net