Cultura

I laghi della provincia pontina

Laghi di acqua dolce e salmastra, spesso separati dal mare da una lingua di terra offrono ospitalità a moltissimi uccelli migratori e panorami mozzafiato per tutti i visitatori amanti della natura

La provincia pontina offre una ricchissima varietà di paesaggi, perché ricchissima e varia è la sua conformazione che va dai monti alla collina, dalla pianura alla spiaggia, dalla duna alle zone lacustri. Una varietà che incanta e permette una serie di attività a seconda dei luoghi che si visitano.

I laghi costieri

La zona costiera caratterizzata dal Parco Nazionale del Circeo ospita ben quattro laghi: due più grandi il Lago di Fogliano e il Lago di Paola, conosciuto anche come lago di Sabaudia; e due più piccoli: il lago dei Monaci e il lago di Caprolace.
Tutti e quattro i laghi sono separati dal mare da strisce di terra e vedono la conformazione attuale ridisegnata durante la bonifica delle paludi pontine, per queste loro caratteristiche sono classificati come Zone umide d'interesse internazionale.
Il **lago di Fogliano** ha un perimetro di circa 11 km e una larghezza di circa 1,5 km, la profondità non supera i 2 o 3 metri. L'area è stata abitata dall'uomo sin dalla preistoria, ma ha avuto il suo massimo splendore nel Settecento quando i Caetani costruirono un piccolo borgo di pescatori attorno al loro casino di caccia e Villa Fogliano, splendide costruzioni ancora oggi visitabili. La zona è arricchita inoltre da un orto botanico nel quale le specie vegetali non autoctone sono riuscite ad adattarsi al clima. Le sponde del lago sono percorribili quasi interamente sia a piedi che in bicicletta, lungo esse è possibile scorgere, oltre alle bufale al pascolo, anche uccelli di varie specie in quanto la zona è

luogo di sosta di molteplici tipologie di migratori.
Il **lago di Paola, o di Sabaudia** è più grande, si estende per un area di circa 3,9 kmq, un perimetro di circa 20 km e una profondità media di 4,5 metri anche se in alcuni punti arriva anche a 10 metri. Il lago si estende tra terra e mare in lunghi bracci frastagliati che formano insenature incredibilmente affascinanti. Anche qui, come per il lago di Fogliano, ci sono tracce dell'uomo risalenti al periodo preistorico. Un punto di interesse da visitare è sicuramente il santuario della Soresca, edificato dai monaci benedettini tra il XII e il XIV secolo. Anche qui la macchia mediterranea prevale, nel lago ci sono allevamenti ittici di vario genere in particolare mitili e ostriche. Sebbene sul lago sia proibita la navigazione a motore, sono rinomate le gare di canottaggio di livello anche internazionale.
I **laghi dei Monaci e di Caprolace** sono molto più piccoli e meno conosciuti, il loro paesaggio infatti risulta più selvaggio e incontaminato, ma altrettanto ricco di specie animali e vegetali. Anche qui è possibile praticare il birdwatching e immergersi in splendide passeggiate.

Lago di San Puoto, Lago Lungo e il Lago di Fondi

Il **lago di San Puoto** (conosciuto anche come lago di San Potito) e il **Lago lungo**, si trovano vicino Sperlonga, sono collegati da un canale e anch'essi come i Laghi del Parco del Circeo sono vicini al mare, ma mentre il Lago Lungo è di acqua salmastra come gli altri, il Lago di San Puoto, vista la sua origine carsica, è di acqua dolce e ha una forma circolare quasi perfetta.
Il **lago di Fondi** un tempo era conosciuto col nome di Amyclanus, come la città che sorgeva nei pressi di Sperlonga, si trova all'interno del Parco Naturale Regionale dei Monti Ausoni e Lago di Fondi. Ha una superficie di circa 4,5 Kmq e un perimetro di oltre 25, ha una curiosa forma a mezzaluna e delle coste molto frastagliate. La tipologia delle sue acque sia dolci che salmastre lo rendono un modello di ecosistema costiero di transizione dove si trovano a coesistere specie vegetali ed animali di diversi habitat naturali. È un lago molto pescoso in cui si trovano soprattutto cefali, tinche e anguille.

Lago di Giulianello, il Lago di Ninfa e i laghetti del Vescovo

Il piccolo **Lago di Giulianello**, conosciuto anche come Lago La Torre, si trova al limitare tra la provincia pontina e i Colli Albani, è un lago di origine vulcanica di forma ovale, ha un perimetro di circa 1,8 km ed è circondato da un paesaggio incantevole che ospita moltissime specie vegetali e animali, è stato riconosciuto come Monumento Naturale.
Il **laghetto di Ninfa** prende origine dall'omonimo fiume di acqua sorgiva ed è ospitato nell'incantevole e celebre giardino, che riesce a far convivere la fauna e la flora con importanti ruderi della città perduta nel medioevo proprio grazie ai tanti ruscelletti che si intersecano. Anche l'Oasi di Ninfa è stata riconosciuta come Monumento Naturale e nel 2015 eletta come giardino più bello d'Italia.
I **laghetti del Vescovo** sono più che altro degli specchi d'acqua che affiorano ai piedi dei Monti Lepini sconosciuti ai più, che dagli abitanti del luogo vengono chiamati Triciglia. Sono specchi d'acqua di poche centinaia di metri, alcuni caratterizzati da acque sulfuree e dall'incredibile colore celeste. Sono un gruppo di quattro laghetti: il lago di San Carlo, il gruppetto di specchi d'acqua denominati del Vescovo e il lago Mazzocchio. Hanno origine grazie al riaffiorare delle acque sorgive che scendono dai monti, circondati da canneti ed eucalipti sono nascosti agli occhi dei passanti, e hanno un aspetto più selvaggio.

La provincia pontina offre dunque una incredibile varietà di paesaggi, che ospitano uccelli, pesci e natura incontaminata da visitare rispettando l'ambiente.