

## Short break in Umbria (CG 009 UMB)

Un breve viaggio in bicicletta in Umbria di 4 o 5 giorni



Questo viaggio vi darà la possibilità di attraversare la bellissima Valle Umbra.

Questa verde e fertile vallata si estende da Assisi a Spoleto.

Nel corso della storia, questo è sempre stato un luogo molto attraente in cui stabilirsi, ed è sempre qui che troviamo le città umbre più importanti e affascinanti.

Il viaggio inizierà a Spello, una cittadina medievale di origini romane. Spello è caratterizzata da bellissimo vicoli con balconi fioriti. Da Spello pedalerete verso la valle in direzione Foligno, una bella città anche per fare shopping: troverete anche una via interamente dedicata a bar e ristoranti, adatti ad ogni esigenza. La successiva cittadina che visiterete sarà Bevagna, molto interessante dal punto di vista culturale. Vi sarà molto da vedere e da... gustare. Bevagna è situata nella zona vinicola di Montefalco e si potranno infatti degustare i suoi deliziosi vini nei numerosi ristoranti ed enoteche cittadine. Di nuovo in sella, raggiungerete Torgiano, un'altra cittadina famosa per i suoi vini. Davvero interessante è il Museo del Vino e dell'Olio, che vi consigliamo di visitare. Nel vostro ultimo giorno, tornerete in bici a Spello, ma avrete tempo per ammirare la splendida Assisi, la città dei famosi Santi Francesco e Chiara. Prendetevi il tempo necessario per visitare bene Assisi, con il suo meraviglioso centro storico.



**Date del tour:** Tutti i giorni da 1 aprile al 31 ottobre, escluso 07/08-20/08/2023.

**Partecipanti:** minimo 1 persona

**Livello: 1,5**

Tour in bicicletta, facile. Il 2° giorno del tour di 4 giorni sarà leggermente più impegnativo poiché la vostra pedalata sarà diretta a Torgiano invece che pernottare a Bevagna, quindi la tratta in bicicletta sarà più lunga. Attraverserete la Valle Umbra circondati da dolci colline.

L'unico tratto in collina sarà quello che vi condurrà ad Assisi e poi in un dolce sali e scendi fino a raggiungere Spello. Esperienza in bici è sempre necessario.

Distanze giornaliere:

Tour di 5 giorni: fra i 24 km ed i 33 km

Km complessivi: 85 km

Tour di 4 giorni: fra i 33 km ed i 52 km

Km complessivi: 85 km

### **Programma in breve tour di 4 giorni / 3 notti**

Giorno 1 Arrivo a Spello

Giorno 2 In bici a Torgiano, passando per Bevagna (52 km)

Giorno 3 In bici a Spello, passando per Assisi (33 km)

Giorno 4 Partenza dopo la prima colazione

### **Programma in breve tour di 5 giorni / 4 notti**

Giorno 1 Arrivo a Spello

Giorno 2 In bici a Bevagna passando per Foligno (24 km)

Giorno 3 In bici a Torgiano (28 km)

Giorno 4 In bici a Spello, passando per Assisi (33 km)

Giorno 5 Partenza dopo la prima colazione



### **Programma giornaliero del tour 5 giorni / 4 notti:**

#### **Giorno 1 Arrivo individuale a Spello**

L'hotel \*\*\* o \*\*\*\* stelle sarà situato nel centro storico della città e sarà dotato di una terrazza panoramica, con una magnifica vista sulla Valle Umbra e sulle colline circostanti ricoperte da oliveti.

Nel tardo pomeriggio, briefing sull'itinerario e consegna biciclette.

Pernottamento e prima colazione a Spello

#### **Giorno 2 Spello - Foligno - Bevagna**

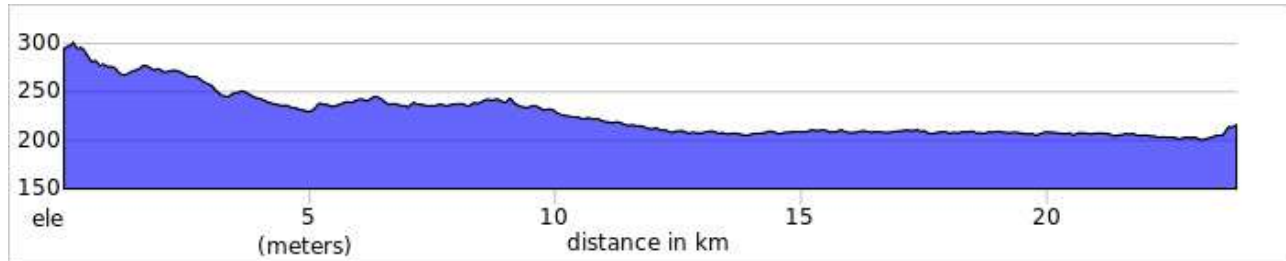
La mattina seguente avrete del tempo per visitare Spello. Poi proseguirete in bicicletta verso la valle variopinta per visitare Foligno. Interessanti da visitare: la cattedrale ed il museo archeologico a Palazzo Trinci. Altrimenti potrete semplicemente passeggiare lungo le sue bellissime vie, perfette per lo shopping. Via Gramsci inoltre è una via piena di accoglienti ristoranti, ce n'è per

tutti i gusti! Tornando in sella e pedalerete verso Bevagna, una città di origini romane situata nella famosa zona vinicola del Sagrantino DOCG e del Rosso di Montefalco DOC. Il vostro pernottamento sarà nel centro storico della città.

Pernottamento e prima colazione a Bevagna

Distanza: 24 km

Dislivello: +107m - 187m



### Giorno 3 Bevagna - Torgiano

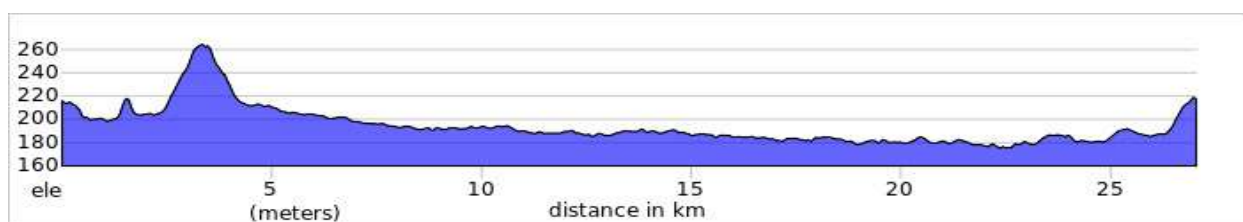
Questa mattina, dopo la prima colazione, pedalerete verso Torgiano.

Dapprima vi aspetterà una breve salita attraverso il borgo fortificato di Torre del Colle e poi una discesa verso la valle. Anticamente, anche Torgiano era una città fortificata e la Torre Baglioni è ancora lì a testimonianza della sua antica storia gloriosa. La città è immersa in un paesaggio collinare alla confluenza dei fiumi Tevere e Chiascio. Nell'Alto Medioevo, i Benedettini piantarono uliveti e vigneti in queste fertili vallate e prepararono la terra per la famosa regione vinicola di oggi, dove viene prodotto il Torgiano Rosso Riserva, un vino molto noto. Dedicherete un po' di tempo alla visita del museo del vino, situato nel palazzo Graziani-Baglioni. Qui il visitatore avrà un'interessante panoramica delle diverse tecniche di vinificazione. Il museo ha una ricca collezione artistica dal periodo etrusco fino all'età contemporanea. Pernottamento in Hotel \*\*\* o \*\*\*\*\* stelle.

Pernottamento e prima colazione a Torgiano

Distanza: 28 km

Dislivello: +189m - 186m



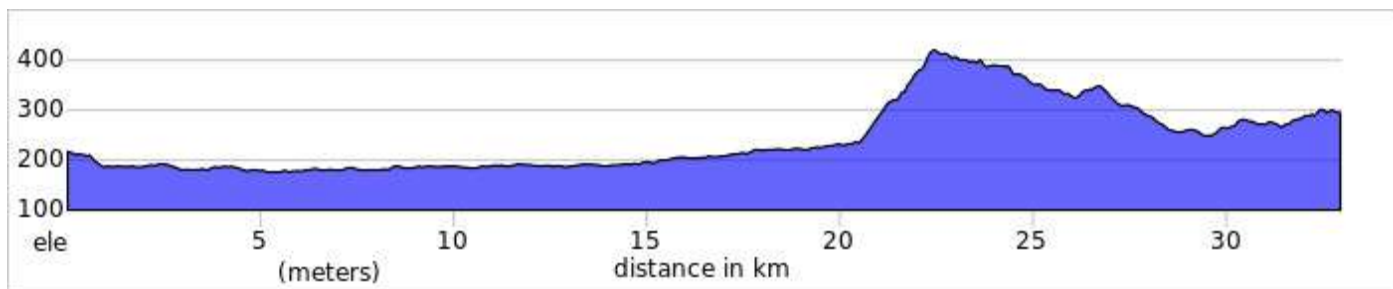
### Giorno 4 Torgiano - Spello, passando per Assisi.

Oggi attraverserete la valle e raggiungerete Assisi, pedalando su tranquille stradine di campagna. Prima di arrivare in città, dovrete affrontare una ripida salita, poiché Assisi è situata su di una collina. Una volta giunti in città, tuttavia, direte che ne sarà proprio valsa la pena. Dopo la vostra visita di Assisi, continuerete in bici verso Spello, percorrendo un itinerario panoramico fra bellissimi oliveti.

Pernottamento e prima colazione a Spello

Distanza: 33 km

Dislivello: +398 - 320m



## Giorno 5 Fine del Tour

Prima colazione e termine di questo breve ma intenso viaggio in bici!

### Hotel Standard

Standard oppure superior

### Prezzi per persona in Euro o Franchi Svizzeri\* 2023:

<b>Hotel Superior 5 giorni</b>	<b>Prezzo in Euro</b>	<b>Prezzo in CHF</b>
In camera doppia	570	570
In camera singola	774	774
Viaggiando da solo	799	799
3° persona in camera tripla	282	282
Supplemento mezza pensione	163	163
<b>Hotel Classic</b>	<b>Prezzo in Euro</b>	<b>Prezzo in CHF</b>
In camera doppia	357	357
In camera singola	462	462
Viaggiando da solo	487	487
3° persona in camera tripla	190	190
Supplemento mezza pensione	94	94
<b>Extra</b>	<b>Prezzo in Euro</b>	<b>Prezzo in CHF</b>
Noleggio bici elettrica	115	115
Noleggio bicicletta	70	70
Noleggio casco	5	5
<b>Hotel Superior 4 giorni</b>	<b>Prezzo in Euro</b>	<b>Prezzo in CHF</b>
In camera doppia	445	445
In camera singola	587	587
Viaggiando da solo	612	612
3° persona in camera tripla	232	232
Supplemento mezza pensione	120	120
<b>Hotels Classic</b>	<b>Prezzo in Euro</b>	<b>Prezzo in CHF</b>
In camera doppia	304	304
In camera singola	377	377
Viaggiando da solo	402	402



3° persona in camera tripla	165	165
Supplemento mezza pensione	68	68
<b>Extra</b>	<b>Prezzo in Euro</b>	<b>Prezzo in CHF</b>
Noleggio bici elettrica	90	90
Noleggio bicicletta	60	60
Noleggio casco	5	5

**\* I prezzi in Franchi Svizzeri possono subire variazione dovuta al tasso di cambio Euro-CHF.**

#### Il prezzo include:

- 3 o 4 pernottamenti e prime colazioni
- Descrizioni dell'itinerario e mappe dell'itinerario menzionato nel programma. Tracce GPS disponibili su richiesta.
- Trasporto bagaglio
- Assistenza
- Briefing sull'itinerario nell'hotel di arrivo

#### Non incluso nel prezzo:

- Tasse di soggiorno ove previste
- Tutto ciò non espressamente menzionato sotto "il prezzo include"

#### Le nostre bici a noleggio:

Bici ibride da trekking oppure E-bike



**Ecologico Tours & Meravigliosa Umbria**  
[www.ecologicotours.com](http://www.ecologicotours.com)  
[www.meravigliosaumbria.com](http://www.meravigliosaumbria.com)  
 e-mail [info@meravigliosaumbria.com](mailto:info@meravigliosaumbria.com)  
 tel. (0039) 346 3254167 & (0041) (0) 79 2457505

