

De schatten van een groene Vallei

Een 7 daagse (C006 UMB) of 8 daagse fietsreis (C007 UMB)



Dit is pas echt ontspannen fietsen over rustige landwegen tussen de kleurrijke velden, met een achtergrond van heuvels bedekt met zilvergroeene olijfboomgaarden en vruchtbare wijngaarden. Deze niet al te zware fietstocht brengt u naar de levendige, middeleeuwse dorpen en steden van de groene vallei 'Valle Umbra', zoals Assisi, Spello, Spoleto, Montefalco, Bevagna en Perugia. Dankzij de kortere dagafstanden heeft u genoeg tijd om deze steden te bezoeken.

De tour start en eindigt in Assisi, een pelgrimsstadje dat op een uitloper van de Monte Subasio ligt.

Niveau: 2

Het landschap is veelal glooiend tot heuvelachtig. Tijdens deze tocht zijn de steile hellingen kort en de langere hellingen niet steil. De dag afstanden zijn beperkt en liggen tussen de 35 en 50 km. Er is enige fietservaring vereist. Kinderen hebben fietservaring nodig.

7 daagse reis:

Dag afstanden tussen 25 en 53 km

Totale km: minimum 172 km en maximum 200 km

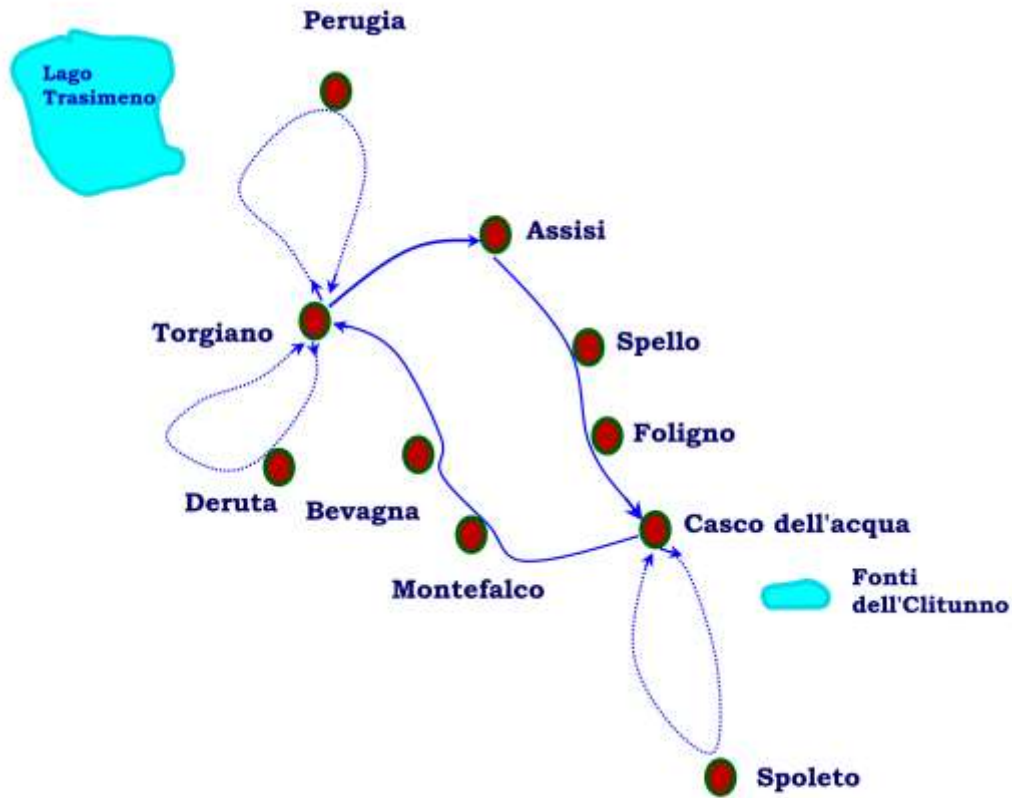
8 daagse reis:

Dag afstanden tussen 25 en 53 km

Totale km: minimum 172 km en maximum 200 km

Periode: van 1 april tot 31 oktober (uitgesloten 07/08-20/08).

Treasures of the green valley



Deelnemers: vanaf 1 persoon

Programma's in het kort

7 dagen / 6 nachten

Dag 1 Aankomst in Assisi

Dag 2 Naar Casco dell'Acqua (26 km)

Dag 3 Rondrit naar Spoleto. Overnachting in Casco dell'Acqua (51 of 44 km)

Dag 4 Naar Torgiano (53 km)

Dag 5 Rondrit in de omgeving van Torgiano (45 of 30 km) of een bezoek aan Perugia: fietsen + trein (24 km) / rondrit fietsen naar Perugia (32 km). Overnachting in Torgiano

Dag 6 Naar Assisi (25 km)

Dag 7 Einde reis na het ontbijt

8 dagen / 7 nachten

Dag 1 Aankomst in Assisi

Dag 2 Naar Casco dell'Acqua (26 km)

Dag 3 Rondrit naar Spoleto. Overnachting in Casco dell'Acqua (51 of 44 km)

Dag 4 Naar Bevagna (29 km)

Dag 5 Naar Torgiano (30 km)

Dag 6 Rondrit in de omgeving van Torgiano (45 of 30 km) of een bezoek aan Perugia: fietsen + trein (24 km) / rondrit fietsen naar Perugia (32 km). Overnachting in Torgiano

Dag 7 Naar Assisi (25 km)

Dag 8 Einde reis na het ontbijt

Programma 7-daagse reis dag per dag

Dag 1 Individuele aankomst in Assisi

Assisi is een beroemd bedevaartsoord gelegen op de hellingen van Monte Subasio met uitzicht op de groene Umbrische vallei. In het stadje leven geschiedenis, traditie en kunst harmonieus samen. Als u vroeg aankomt, zou u alvast deze prachtige middeleeuwse stad kunnen bezoeken met zijn smalle straatjes en gezellige pleintjes met uitnodigende terrasjes. Er zijn veel bezienswaardigheden die de moeite waard zijn om te bezoeken, zoals de basiliek van San Francesco en de basiliek van Santa Chiara, de Rocca, de musea en het Forum Romanum.

Overnachting in een *** of **** sterren hotel.

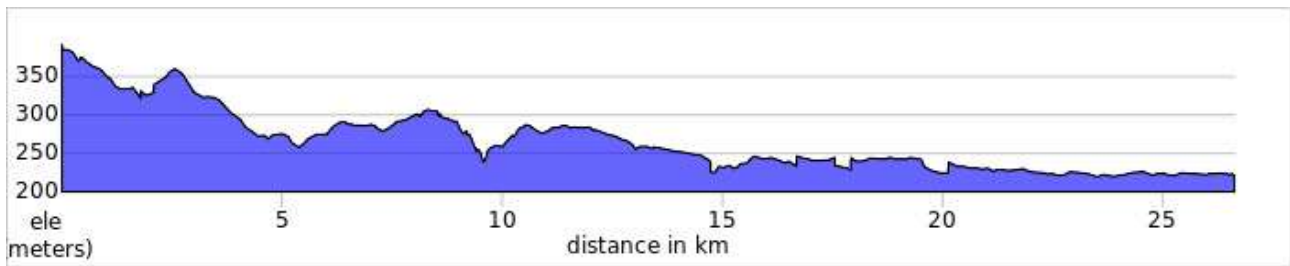
Dag 2 Assisi - Spello - Foligno - Casco dell'Acqua

Over een mooie golvende panoramische weg tussen de olijfboomgaarden bereikt u Spello, een charmant oud stadje dat gebouwd is tegen de zuidelijke flank van de Monte Subasio. Cultureel gezien is Spello een interessant plaatsje met nog meerdere restanten uit de Romeinse tijd. Dat Spello ook wel de stad van de bloemen genoemd wordt, zal u meteen begrijpen wanneer u door de kleurige met bloemen opgefleurde steegjes slentert. Erg bekend is het feest op Corpus Domini, wanneer de bewoners de straten met bloemmozaïeken versieren. Na een bezoek aan Spello daalt u af naar het in de vallei gelegen Foligno. Fietsend langs het plein met de prachtige domkerk en door de belangrijkste winkelstraat wordt het centrum van Foligno weer verlaten.

Overnachting met ontbijt in Casco dell'Acqua

Afstand: 26 km

Niveaoverschillen: +166m - 329m



Dag 3 Casco dell'Acqua - Spoleto - Casco dell'Acqua

Vanochtend staat er een bezoek aan Spoleto op het programma. Weer fietsend door de vallei en door olijfboomgaarden ziet men het oude stadscentrum al van verre liggen. Het centrum wordt voor een groot deel nog omringd door de middeleeuwse stadsmuren en heeft de groene bossen van de Monteluco als decor. Spoleto is erg bekend vanwege het muziekfestival 'festival dei due mondi' dat in eind juni, begin juli wordt gehouden.

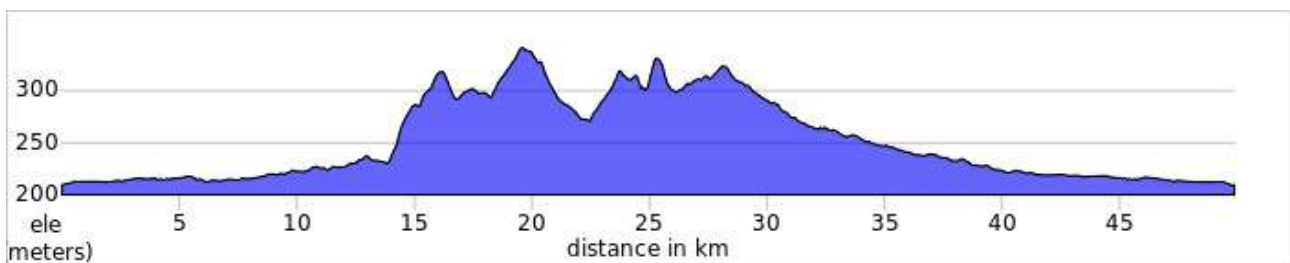
De domkerk opgesierd met prachtige fresco's van de Florentijnse schilder Filippo Lippi en Pinturicchio. De terugtocht naar het Country House in Casco dell'Acqua gaat over het Assisi-Spoleto fietspad. U kunt ook de route inkorten door zowel heen als terug over het zelfde fietspad naar Spoleto te fietsen.

Overnachting met ontbijt in Casco dell'Acqua

Lange tocht

Afstand: 51 km

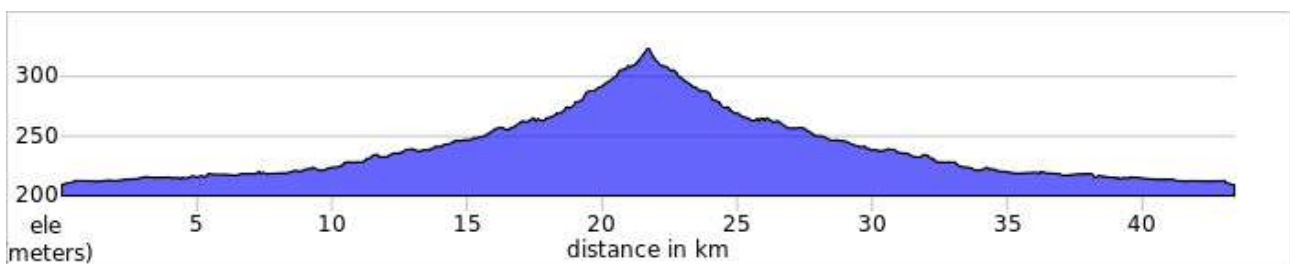
Niveaunderschil: +292m - 292m



Korte tocht

Afstand: 44 km

Niveaunderschil: +146m -146m



Dag 4 Naar Bevagna en Torgiano, passerende facultatief Montefalco

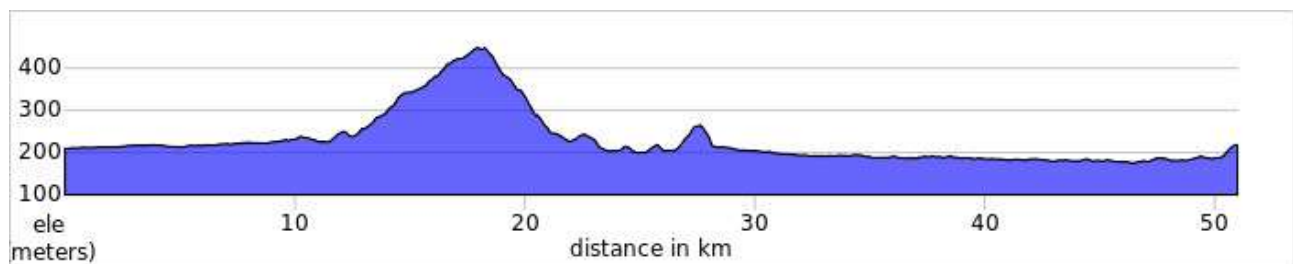
Fietsend door een licht heuvelachtig landschap ziet men Montefalco al van verre liggen. Aan de voet van de heuvel waarop de stad gebouwd is kan gekozen worden om verder fietsend door de vallei meteen naar Bevagna te gaan of om zich aan de stevige klim te wagen en zo Montefalco te bereiken. Montefalco wordt ook wel het 'balkon van Umbrië' genoemd, vanwege het fantastische uitzicht over de vallei. De sobere Franciscaanse kerk, nu een museum, is geheel gedecoreerd met mooie fresco's door schilders uit de 15^e en 16^e eeuw, zoals de Florentijnse Benozzo Gozzoli en de Perugino. Montefalco is erg bekend vanwege de uitstekende wijnen, de Rosso di Montefalco d.o.c. en de Sagrantino d.o.c.g, die komen van de met wijngaarden begroeide zonnige heuvels rondom de stad. Montefalco verlaten zonder deze bijzondere wijnen geproefd te hebben is natuurlijk niet mogelijk. Freewheelend de heuvel af komt u in Bevagna. Het is een klein, maar levendig stadje met een mooi plein waaraan twee romaanse kerken liggen. U verlaat Bevagna en na een laatste heuvel gaat het via de vallei naar Torgiano, dat aan de samenvloeiing van de rivieren de Chiascio en de Tiber (Tevere) ligt. Fietsend door de vallei passeert u Cantalupo en Cannara. Torgiano is net als Montefalco bekend vanwege de heerlijke wijnen die er vandaan komen. Het *** of ***** hotel ligt in het centrum van de stad

Overnachting met ontbijt in Torgiano

Hoge route langs Montefalco

Afstand: 51 km

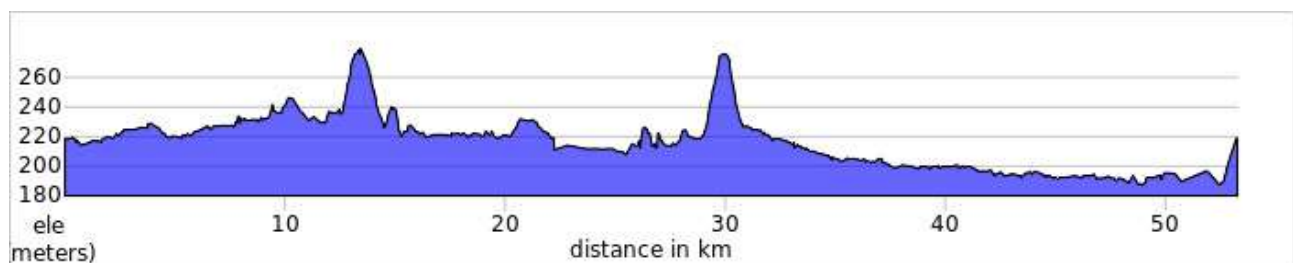
Niveaoverschillen: +438m - 430m



Lage route niet langs Montefalco

Afstand: 53 km

Niveaoverschil: +250m - 272m



Dag 5 Torgiano - Perugia - Torgiano of Torgiano - Deruta - Torgiano

Vandaag zijn er verschillende mogelijkheden:

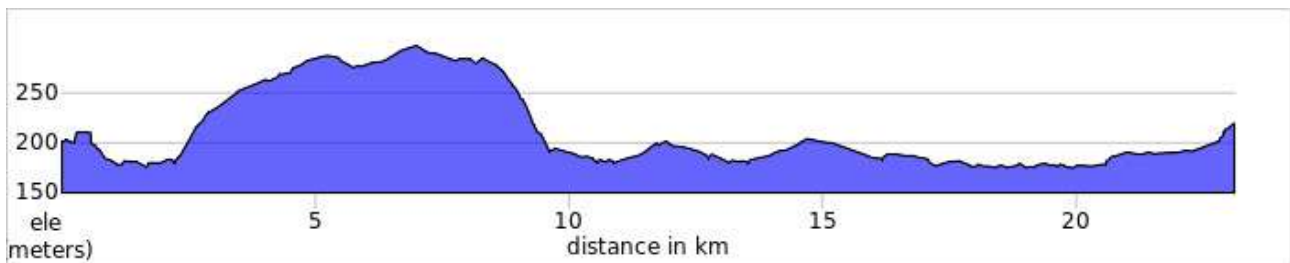
1. Een bezoek aan Perugia: fietsen en trein

Een korte tocht op de fiets brengt u naar het station van het voorstadsje Ponte S.Giovanni dat aan de voet van Perugia ligt. Vanaf hier kunt u de trein naar het hoofdstation in Perugia nemen of de bus naar het centrum van Perugia, dat hoe kan het ook anders ook weer op een heuvel gebouwd is. Het centrum maakt met zijn middeleeuwse pleinen en steegjes, Renaissance paleizen, kerken en gezellige winkelstraten een onvergetelijke indruk. De stad is vol leven en er is erg veel te zien, zoals het schilderijmuseum de Galleria Nazionale dell'Umbria, het archeologische museum in de kloostergebouwen van de S.Domenico kerk en de frescoes van Perugino in het Collegio del Cambio. Met de trein / bus weer terug naar Ponte S.Giovanni en op de fiets naar Torgiano voor een laatste overnachting.

Overnachting met ontbijt in Torgiano

Afstand: 24 km

Niveaueverschil: +218m - 212m

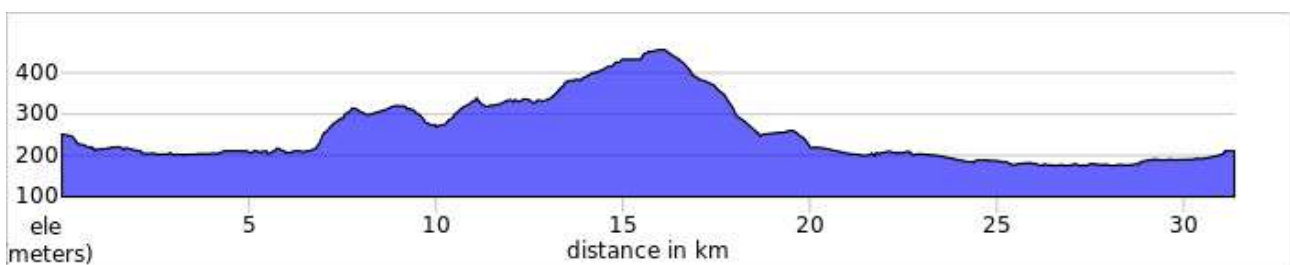


2. Bezoek aan Perugia: fietsen naar het oude stadscentrum

Deze fietstocht brengt u naar de provinciehoofdstad Perugia, dat bereikt wordt over rustige landwegen. Eenmaal in de stad, brengt een steile klim u naar het oude stadscentrum met zijn kleine steegjes en karakteristieke stadspaleizen. Er is veel te zien: renaissance paleizen, middeleeuwse kerken, museums en kunstgalerijen Na uw bezoek weer in het zadel en een welverdiende afdaling brengt u terug naar Torgiano.

Afstand: 32 km

Niveaueverschillen: +400m - 442m



3. Een tocht door de omgeving van Torgiano

Dicht bij Torgiano ligt het plaatsje Deruta. Deruta is al van oudsher bekend vanwege de uitstekende kwaliteits aardewerk. In het nieuwe stadsdeel zijn er vele aardewerk laboratoria te zien en in het oude centrum is een mooi keramiekmuseum waar vele

verschillende stijlen bewonderd kunnen worden. De volgende stop is het Sanctuarium della Madonna dei Bagni. Het kerkje is gebouwd na aanleiding van een wonder in 1657. Binnen zijn er meer dan 600 votief tegels te zien, geheel in de traditie van de ceramiek uit Deruta. U kunt kiezen om de heuvels in te gaan en te genieten van prachtige uitzichten over een typisch Umbrische landschap of om meteen via de Tibervallei weer terug te keren naar Torgiano.

Langere en hogere route

Afstand: 45 km /

Niveaoverschillen: +508m - 546m



Kortere en lagere route

Afstand: 30 km

Niveaoverschillen: +217m - 215m

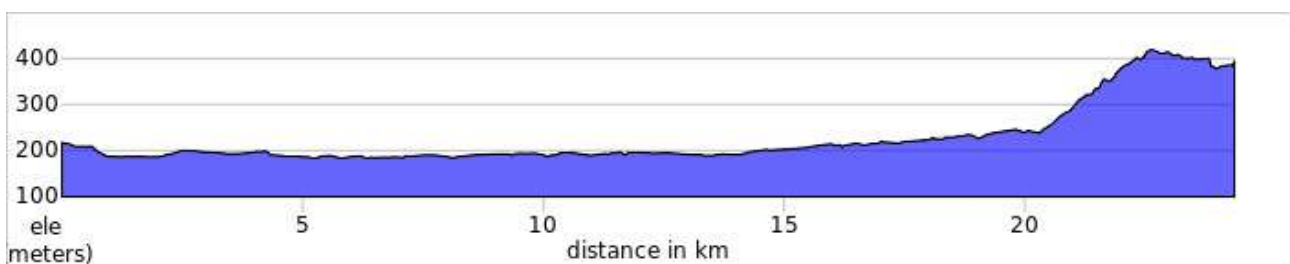


Dag 6 Assisi

Na het ontbijt verlaat u Torgiano en steekt u de vallei over. Fietsend over rustige landweggetjes ziet u het indrukwekkende Assisi liggen, gebouwd tegen de Monte Subasio. Om het historische centrum te bereiken moet er eerst een stevige maar korte klim overwonnen worden. Maar eenmaal in het oude centrum van Assisi, weet u dat deze klim zeker de moeite waard was. U overnacht weer in het *** of **** hotel waar uw tocht begonnen is.

Afstand: 25 km

Niveaoverschillen: +251m - 54m



Dag 7 Einde van de reis na het ontbijt

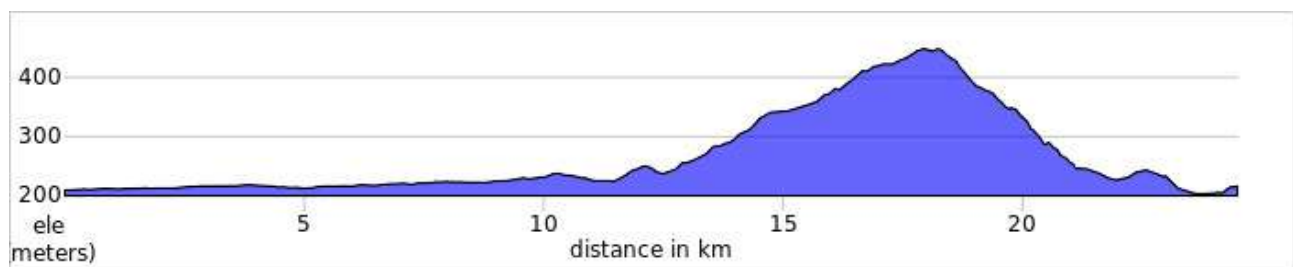


DE 8 DAAGSE TOER. Deze toer heeft een extra nacht in Bevagna, waardoor de route van Casco dell'Acqua naar Torgiano opgedeeld wordt in twee kortere trajecten
Casco dell'Acqua - Bevagna

Hogere route langs Montefalco

Afstand: 26 km

Niveaunderschillen: +290m - 284m



Lagere route niet langs Montefalco

Afstand: 28 km

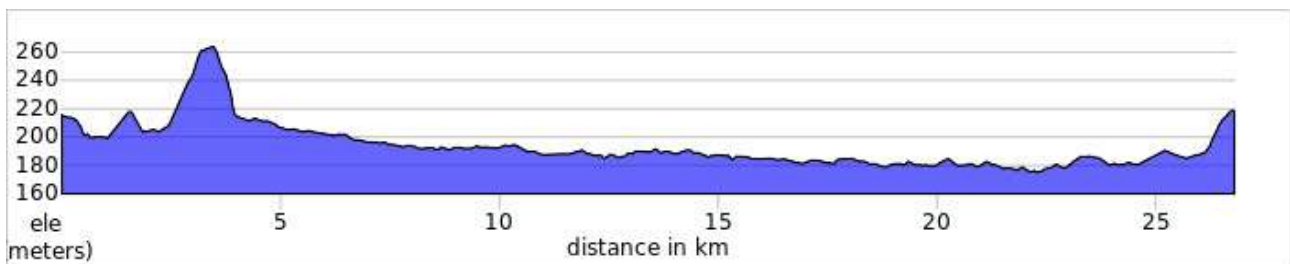
Niveaunderschillen: +162m - 148m



Bevagna - Torgiano

Afstand: 30 km

Niveaueverschillen: +151m - 147m



Hotels:

Standaard of superior

Prijzen p.p. 2023

7 dagen / 6 nachten ** (900m van Assisi centrum)	Euro
In tweepersoonskamer B&B	489
Eenpersoonskamer B&B	644
Alleenreizend B&B	644 + 35
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	295
Kind 0-2 jaar in kinderbedje	55
Halfpensiontoeslag	144
7 dagen / 6 nachten *** (3 km van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	512
Eenpersoonskamer B&B	663
Alleenreizend B&B	663 + 35
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	313
Kind 0-2 jaar in kinderbedje	55
Halfpensiontoeslag	154
7 dagen / 6 nachten *** (900m van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	544
Eenpersoonskamer B&B	707
Alleenreizend B&B	707 + 35
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	342
Kind 0-2 jaar in kinderbedje	85

Halfpensiontoeslag	158
7 dagen / 6 nachten superior hotel	Prijzen
In tweepers. kamer B&B	697
Eenpersoonskamer B&B	1.000
Alleenreizend B&B	1.000 + 35
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	419
Kind 0-2 jaar in kinderbedje	55
Halfpensiontoeslag	219
fietshuur	80
E bike	165
Kinderfiets, trailer	45
Helm	5
kinderzitje	18
8 dagen / 7 nachten ** (900m van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	537
Eenpersoonskamer B&B	713
Alleenreizende B&B	713 +45
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	313
Kind 0-2 jaar in kinderbedje	55
Halfpensiontoeslag	170
8 dagen / 7 nachten *** (3 km van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	559
Eenpersoonskamer B&B	744
Alleenreizend B&B	744 + 45
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	322
Kind 0-2 jaar in kinderbedje	55
Halfpensiontoeslag	180
8 dagen / 7 nachten *** 900m van Assisi centrum	
In tweepers. kamer B&B	598
Eenpersoonskamer B&B	794
Alleenreizend B&B	794 + 45
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	357
Kind 0-2 jaar in kinderbedje	85
Halfpensionstoeslag	183
8 dagen / 7 nachten superior hotel	
In tweepers. kamer B&B	815
Eenpersoonskamer B&B	1.175
Alleenreizend B&B	1.175 + 45
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	475

Kind 0-2 jaar in kinderbedje	75
Halfpensiontoeslag	257
fietshuur	85
E bike	190
Kinderfiets, trailer	50
Kinderzitje	20
Helm	5

In de reis is inbegrepen:

- 6 of 7 overnachtingen met ontbijt
- avondmaaltijden wie voor de halfpension versie geboekt heeft
- uitgebreide routebeschrijvingen in Nederlands met kaartmateriaal
- gps tracks op verzoek kunnen via email toegestuurd worden
- bagagetransport van hotel naar hotel
- Nederlandstalige assistentie
- toerinformatie
- route briefing op avond van aankomst

Niet inbegrepen in de reis:

- Toeristenbelasting, die direct in het hotel betaald moet worden

Fietsverhuur

Hybride trekking fietsen of E-bikes



Ecologico Tours & Meravigliosa Umbria
www.ecologicotours.com
www.meravigliosaumbria.com
 e-mail info@meravigliosaumbria.com
 tel. (0039) 346 3254167 & (0041) (0) 79 2457505

