

Middeleeuwse dorpen en een fascinerend meer

Een 5- of 7-daagse fietstocht

Tour code: C010UMB



Herontdek de **authentieke schoonheid** van **Umbrië** tijdens deze onvergetelijke **fietsvakantie**, een reis die je onderdompelt in het groene hart van Italië. Deze **fietstocht** geeft een compleet en inspirerend overzicht van de **Valle Umbra**, een vruchtbare vallei omgeven door heuvels, olijfgaarden en wijngaarden. Perfect voor een ontspannende en schilderachtige **fietservaring**. De regio staat bekend om zijn middeleeuwse stadjes zoals **Assisi**, **Spoletto**, **Bevagna** en **Spello**, evenals vele kleinere, even charmante dorpen. De reis begint in Assisi, waar middeleeuwse monumenten, oude stenen huizen en het imposante fort boven de stad je meteen in het rijke verleden van de regio brengen. Wandel door smalle straatjes, steegjes en pittoreske pleinen met fontein en historische gebouwen en voel de magie van het oude Umbrië.

De eerste etappe brengt je naar **Spello**, via een panoramische weg omzoomd met olijfbomen. Bekend als de "bloemenstad", behoudt Spello zijn Romeinse oorsprong en middeleeuwse karakter met grote elegantie. Vanaf hier daal je af naar de **Valle Umbra**, eerst naar **Foligno** en daarna naar het prachtig bewaarde middeleeuwse **Bevagna**, beroemd om het levendige Piazza Silvestri en de Romaanse kerken. De terugweg naar Assisi volgt deels het schilderachtige **fietspad Assisi-Spoletto**.

De reis gaat verder naar **Torgiano**, een beroemde wijnstad met uitstekende DOC- en DOCG-wijnen en een interessant wijnmuseum. Dichtbij is San Martino in Campo een uitstekende

uitvalsbasis voor een extra nacht in Perugia, gemakkelijk bereikbaar met de bus. Perugia's rijke mix van Etruskisch, Romeins, middeleeuws en renaissance-erfgoed is een hoogtepunt van de tour. Terug op de fiets volg je de **Perugia-Lago Trasimeno fietsroute**, een mix van fietspad en rustige landwegen, tot je **Castiglione del Lago** bereikt, een spectaculaire stad boven het meer. Hier kun je genieten van een vrije dag of een rondrit maken naar de oude Etruskische stad Chiusi.

De laatste etappe volgt de oevers van Lago Trasimeno naar **Passignano sul Trasimeno**, een charmant meerdorp. Wandel langs de promenade of neem een boot naar het rustige Isola Minore – de perfecte afsluiting van deze immersieve fietstocht door het **groene Umbrië**.



Periode: dagelijks van 1 april tot 31 oktober (behalve vertrek van 09/08 tot en met 23/08/2026)

Deelnemers: Minimum 1 persoon

Niveau: 2 (gemiddelde zwaarte) De routes volgen grotendeels rustige landwegen en fietspaden. U fietst in een heuvellandschap met een licht op- en neer fietsen. Enige fietservaring en training is nodig. Dagelijkse afstanden tussen 23 km en 55 km
Totale km fietsreis: 5 dagen 137 km en 7 dagen 208 km

Programma in het kort:

5 dagen / 4 nachten:

Dag 1 Aankomst in Assisi

Dag 2 Rondrit naar Spello en Bevagna (43,4 km)

Dag 3 Assisi – Torgiano- S. Martino in Campo (43 km or 43,2 km)

Dag 4 S. Martino in Campo – Passignano sul Trasimeno (49 km of 56,8 km)

Dag 5 Einde reis na het ontbijt

7 dagen / 6 nachten:

Dag 1 Aankomst in Assisi

Dag 2 Rondrit naar Spello en Bevagna (43,4 km)

Dag 3 Assisi – Torgiano- S. Martino in Campo (43 km or 43,2 km)

Dag 4 S. Martino in Campo – Castiglione del Lago (55 km of 63,8 km)

Dag 5 Rondrit naar Chiusi (42 km)

Dag 6 Castiglione del Lago - Passignano sul Trasimeno (23 km)

Dag 7 Einde reis na het ontbijt

Programma dag per dag van de 5-daagse reis

Dag 1: Aankomst in Assisi – Start van jouw fietsvakantie in Umbrië

Jouw fietstocht door Umbrië begint in **Assisi**, de prachtige middeleeuwse stad op de hellingen van de **Monte Subasio**, met uitzicht over de groene Valle Umbra. Als UNESCO-werelderfgoed is Assisi de ideale plek om geschiedenis, cultuur en tradities te ontdekken.

Na aankomst kun je op je gemak door de smalle straatjes wandelen, de sfeervolle pleinen verkennen en genieten van een cappuccino, een ijsje of een glas lokale wijn in een van de gezellige bars. Bezienswaardigheden zijn onder andere de **Basiliek van Sint-Franciscus**, de **Basiliek van Sint-Clara**, het kasteel **Rocca Maggiore**, het Romeinse Forum en diverse musea.

Aan het einde van de middag heb je een **fietsafstelling en briefing**, zodat je goed voorbereid aan je fietsvakantie kunt beginnen.

Overnachting met ontbijt in Assisi

Dag 2 Spello - Bevagna

Na het ontbijt stap je meteen op de fiets voor een prachtige rit door de groene Valle Umbra. Via de panoramische *Via degli Olivi* bereik je eerst **Spello**, een van de meest charmante middeleeuwse dorpjes van Umbrië. In de smalle straatjes en kleurrijke pleintjes, gevuld met bloemen, voel je meteen de authentieke sfeer. Spello staat ook bekend om de **Infiorate**, de indrukwekkende bloementapijten die elk jaar voor Sacramentsdag worden gemaakt.

Laat je fiets even staan en verken het historische centrum te voet. Bezoek de **kerk van Santa Maria Maggiore** met de schitterende Baglioni-kapel van Pinturicchio, de **kerk van Sant'Andrea**, de kunstgalerij, de Romeinse mozaïeken en de **Porta Consolare**.

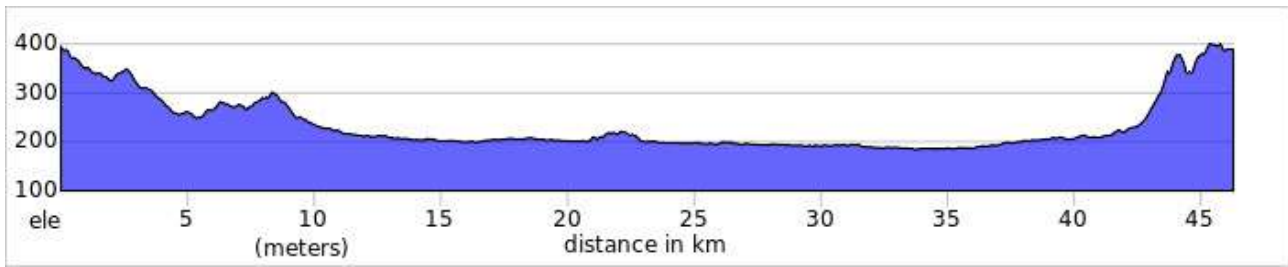
Daarna fiets je verder door de vallei langs velden met graan, zonnebloemen, wijngaarden en olijfbomen. Via de vriendelijke stad **Foligno** bereik je **Bevagna**, een bijzonder stadje omdat het – in tegenstelling tot de meeste steden in Umbrië – niet op een heuvel ligt maar in de vlakte. Bevagna heeft zowel een Romeins verleden als een sfeervolle middeleeuwse uitstraling. De **Piazza Silvestri**, met het Palazzo dei Consoli en twee romaanse kerken, is een van de mooiste pleinen van Umbrië. Andere aanraders zijn de Romeinse badmozaïeken en een middeleeuws huis.

Je fietst terug naar Assisi over een rustig stuk van het **Assisi-Spoleto fietspad**, omringd door natuur en uitzicht op het Umbrische landschap.

Overnachting met ontbijt in Assisi

Afstand: 43,4 km

Niveaueverschillen: + 366m – 366m



Dag 3 Assisi - Torgiano - S. Martino in Campo

Vandaag fiets jij door het groene hart van Umbrië, via rustige landelijke weggetjes van Assisi naar Torgiano en verder naar San Martino in Campo. De eerste stop is **Santa Maria degli Angeli**, waar de indrukwekkende basiliek de **Portiuncula** beschermt - het kleine kapelletje waar Sint-Franciscus leefde en stierf.

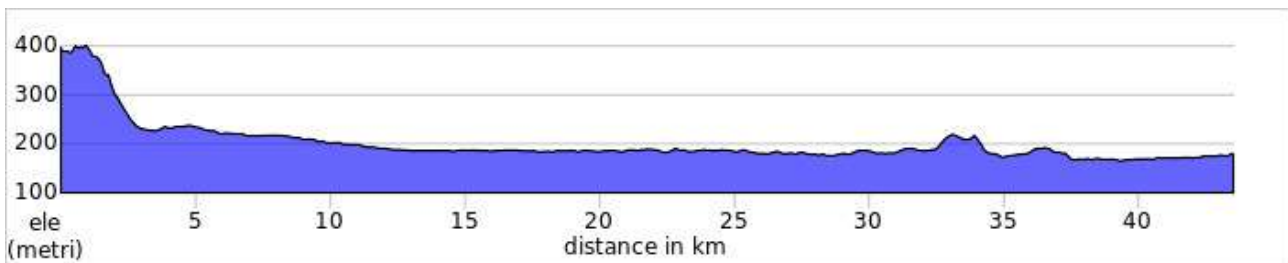
Daarna fiets je door het open landschap naar **Torgiano**, een charmant wijndorp dat vroeger een belangrijke rivierhaven was. Omgeven door olijfgaarden en wijngaarden is Torgiano een van de bekendste wijngebieden van Umbrië en de eerste regio die de **DOC-status** voor haar wijnen kreeg. In het historische centrum kun je het **Wijnmuseum** en het **Olijf- en Oliemuseum** bezoeken - echte aanraders voor liefhebbers van cultuur en gastronomie.

Vanuit Torgiano fiets je nog een kort stuk door de rustige velden tot je aankomt in **San Martino in Campo**, waar je heerlijk kunt ontspannen te midden van het Umbriase landschap.

Overnachting met ontbijt in San Martino in Campo

Afstand: 43 km

Niveaueverschillen: + 155m - 365m

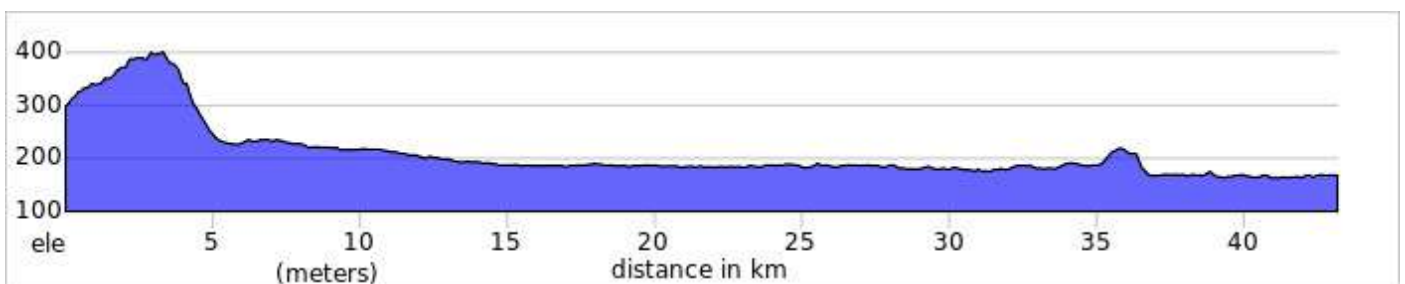


Country House Case Coloniche

Overnachting met ontbijt

Afstand: 43,2 km

Niveaueverschillen: + 231m - 365m



Dag 4 S. Martino in Campo - Passignano sul Lago Trasimeno

Vandaag fiets je over rustige landelijke wegen tot je de panoramische fietsroute Perugia-Lago Trasimeno bereikt. De route is gemakkelijk, met slechts twee korte klimmen aan het begin, en onderweg geniet je van prachtige uitzichten op olijfgaarden, akkers en de zachte Umbrische heuvels.

Zodra je het meer bereikt, volg je bijna volledig het fietspad langs de oever tot aan Passignano sul Trasimeno. Vanuit het historische centrum vertrekken veerboten naar Isola Maggiore, het enige bewoonde eiland van het meer - een perfecte bestemming voor een ontspannen middag.

's Avonds kun je heerlijk wandelen over de promenade en dineren in een van de vele restaurants met uitzicht op het water.

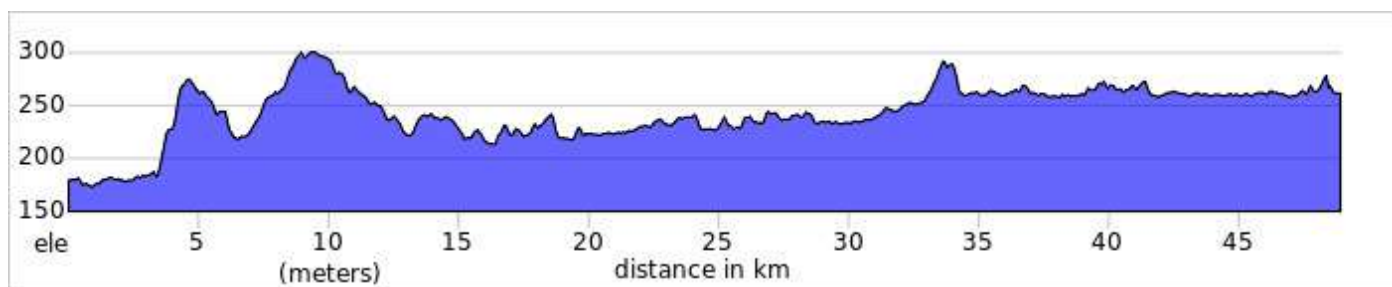
Overnachting in een *** of **** sterren hotel

Vanaf San Martino in Campo

Overnachting met ontbijt in Passignano sul Trasimeno

Afstand: 49 km

Niveaunderschillen: + 488m - 406m

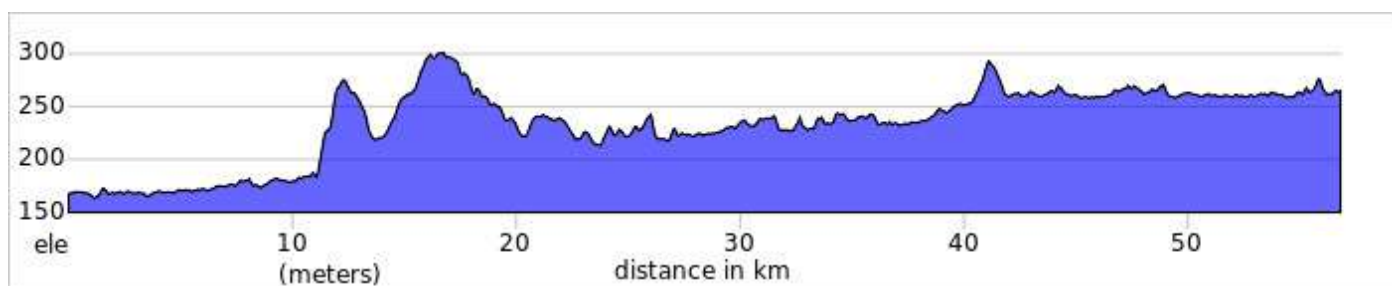


Vanaf Case Coloniche (Deruta)

Overnachting met ontbijt in Passignano sul Trasimeno

Afstand: 56,8 km

Niveaunderschillen: + 516m - 419m



Dag 5 Einde reis na het ontbijt

De fietsreis tour om de Umbrische vallei en het meer van Trasimeno te ontdekken is ten einde. Na het ontbijt vertrek en einde van onze diensten.

Programma dag per dag van de 7- daagse reis

Dag 1 Aankomst in Assisi

Zie dag 1 van het 5-daagse programma

Dag 2 Spello - Bevagna

Zie dag 2 van het 5-daagse programma

Dag 3 Assisi - Torgiano - S. Martino in Campo

Zie dag 3 van het 5-daagse programma

Dag 4: S. Martino in Campo - Castiglione del Lago - Fietsen naar het Trasimeense Meer

Vandaag maak je een heerlijke, ontspannen rit door het rustige Umbrische platteland. Je begint op stille landweggetjes en sluit daarna aan op het **fietspad Perugia-Lago Trasimeno**. De route is eenvoudig, met twee langere klimmetjes aan het begin, en trakteert je op prachtige uitzichten over olijfgaarden, velden en glooiende heuvels.

Zodra je het **Trasimeense Meer** bereikt, volg je voornamelijk het fietspad langs de oever tot aan **Castiglione del Lago**, een sfeervol stadje op een landtong aan de noordpunt van het meer, vlakbij de grens met Toscane.

Bij het kleine haventje vertrekken veerboten naar de eilanden (Maggiore, Minore en Polvese). In het historische centrum geniet je van mooie panorama's over het meer en de eilanden. Je vindt er ook sporen van de **Etruskische en Romeinse geschiedenis**, evenals het indrukwekkende 13e-eeuwse kasteel **Rocca del Leone**, gebouwd door keizer Frederik II. De gezellige pleinen en cafés maken dit een ideale plek om te ontspannen.

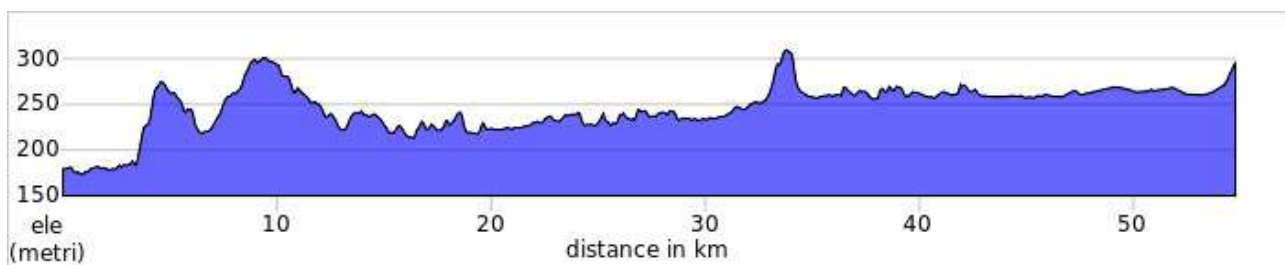
Je overnacht in het historische centrum in een *** hotel of een charmante B&B.

Vanaf San Martino in Campo

Overnachting met ontbijt in Castiglione del Lago

Afstand: 55 km

Niveaunderschillen: + 557m - 442m

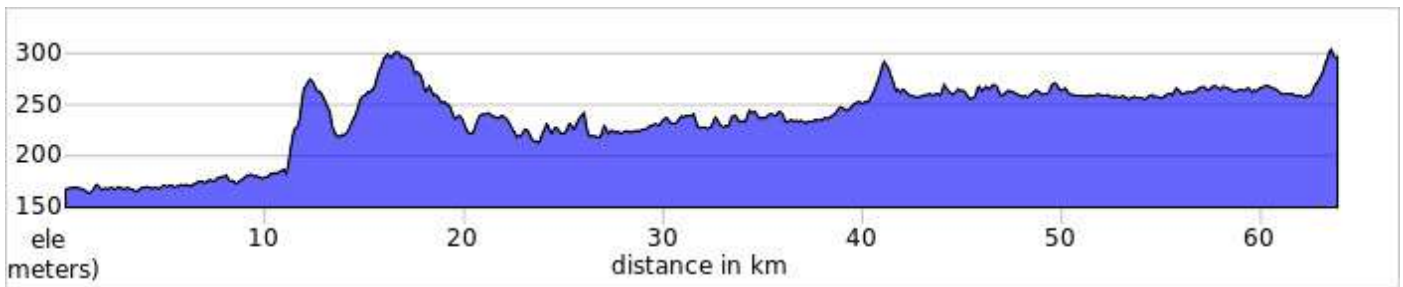


Vanaf Case Coloniche (Deruta)

Overnachting met ontbijt in Castiglione del Lago

Afstand: 63,8 km

Niveaunderschillen: + 578m - 449m



Dag 5: Rondrit naar Chiusi – Fietsen tussen twee meren vol Etruskische geschiedenis

Vandaag maak jij een prachtige fietstocht door het heuvelachtige landschap tussen het **Meer van Trasimeno** en het **Meer van Chiusi** – een perfecte route voor liefhebbers van natuur, cultuur en relaxed fietsen. Je doel is **Chiusi**, een stadje op een heuveltop met mooi uitzicht over de Val di Chiana.

Chiusi beleefde zijn glorieperiode onder de beroemde **Etruskische koning Porsenna** (6e eeuw v.Chr.). De stad bewaart nog altijd veel **Etruskische en Romeinse resten**. Je kunt het indrukwekkende **Etruskisch Museum** bezoeken of de bijzondere **ondergrondse stad** ontdekken: een netwerk van gangen vol oude grafstenen.

Ook de **Kathedraal van San Secondiano**, een van de oudste kerken van Toscane, is een aanrader. Op de terugweg passeer je de **Tomba della Pellegrina** en de **Tomb of the Monkey** (het "Aapgraf"). Tijdens het fietsen terug naar Castiglione del Lago geniet je voortdurend van panoramische vergezichten over zowel het Meer van Chiusi als het Meer van Trasimeno.

Overnachting met ontbijt in Castiglione del lago

Afstand: 42 km

Niveaunderschillen: + 585m – 483m



Dag 6 Castiglione del Lago – Passignano sul Trasimeno

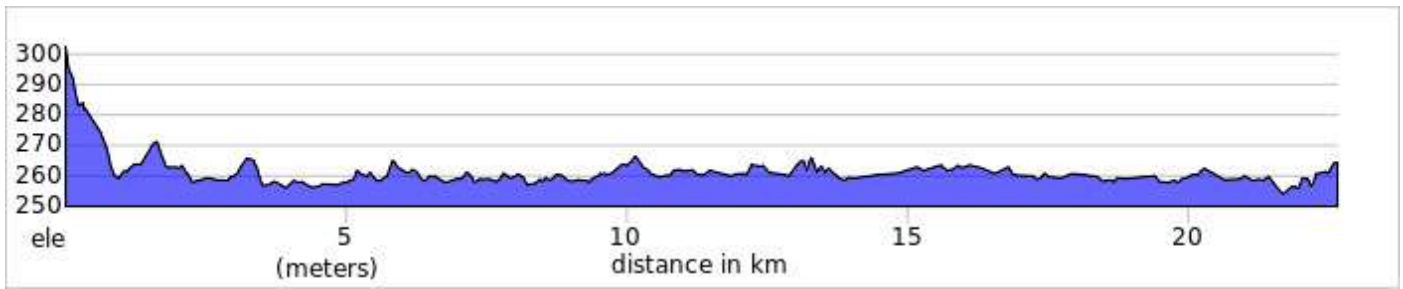
Vandaag fiets je over een van de mooiste delen van het **fietspad rond het Trasimeense Meer**. De route volgt het rustige wandel- en fietspad direct langs het water, met prachtige uitzichten op het meer, de rietvelden en de omliggende heuvels.

Omdat dit een korte etappe is, heb je ruim de tijd om het charmante dorpje Passignano sul Trasimeno te ontdekken. Je kunt ontspannen op de kleine strandjes, door het historische centrum slenteren of de veerboot nemen naar **Isola Maggiore**, het enige bewoonde eiland van het meer. 's Avonds is het heerlijk wandelen over de boulevard en kun je genieten van de gezellige sfeer in de wijnbars en visrestaurants aan het water.

Overnachting met ontbijt in Passignano sul Trasimeno

Afstand: 23 km

Niveaunderschillen: + 80m – 114m



Dag 7 Einde reis na het ontbijt

Uw tour om de Umbrische vallei en het meer van Trasimeno te ontdekken is ten einde. Na het ontbijt vertrek en einde van onze diensten.

Hotels: *** o **** standaard of superior

Prijzen per persoon 2026: Beleef een onvergetelijke reis vanaf € 415 per persoon, op basis van een tweepersoonskamer in comfortabele standaardhotels.

Klaar om te vertrekken? Vraag vandaag nog je **persoonlijke prijsvoorstel** aan – we stellen met plezier een reis op maat voor je samen!

Inbegrepen in de reis:

- 4 of 6 dagen met ontbijt
- Bagagetransport
- PDF Routebeschrijvingen in Engels op verzoek
- App Ride with Gps, QR code download: tracks gps and toerinformatie
- Assistentie
- Informatie over de reis
- Gratis parkeergelegenheid bij eerste hotel in Assisi (niet voor superior hotel in Santa Maria degli Angeli)
- Briefing bij starthotel

Niet inbegrepen in de reis

- Toeristenbelasting (te betalen in hotel)

De huurfietsen: hybride trekkingfietsen, E-bike of gravel bike

Reisinformatie: Individuele aankomst in Assisi en einde reis in Passignano



Ecologico Tours & Meravigliosa Umbria

www.meravigliosaumbria.com

www.ecologicotours.com

e-mail info@meravigliosaumbria.com

tel. (0039) 346 3254167 & (0041) (0) 79 2457505

