

MTB tour met gids op de Monte Subasio

Een boeiende 3- of 4-daagse tour in nauw contact met de natuur

Code tour: C 011 UMB



Deze begeleide MTB-tour is perfect voor diegenen die een unieke ervaring willen beleven en een berg willen ontdekken waar natuur en spiritualiteit nauw met elkaar verbonden zijn. De berg Subasio, de heilige berg tussen Assisi en Spello waar St. Franciscus en zijn eerste volgelingen zich terugtrokken voor langere perioden om te mediteren en voor contemplatie. Er is echter niet alleen de diepe spiritualiteit van deze heilige plaatsen, ook het Mediterraanse landschap van deze fascinerende berg zal een hoofdrol spelen. De routes lopen door de ongerepte natuur van het Regionale Park dat dezelfde naam draagt als de berg. Je fietst door schaduwrijke bossen, over bergweiden en door olijfboomgaarden, volgen onverharde wegen en avontuurlijke smalle bergpaden. Ongekende plaatsen zullen ontdekt worden, middeleeuwse dorpjes ondergedompeld in het prachtig landschap met uitzichten die zich uitstrekken over de hele Umbrische vallei, van Perugia tot Spoleto. Beide MTB routes vertrekken vanuit het fascinerende Spello, waar restanten van belangrijke Romeinse monumenten bewaard zijn gebleven, zoals de Porta Venere, de Porta Consolare en de mozaïeken van een Romeinse Villa. Een ander hoogtepunt is het kleine maar mooie ommuurde dorp Collepino dat op de zuidelijke hellingen van de berg oprijst. Spello is echter niet de enige parel van deze reis. Tijdens de

tour is er de mogelijkheid om Assisi te bezoeken, een bedevaartsoord dat rijk is aan historische en artistieke rijkdommen van onschatbare waarde. Het imposante uiterlijk van de stad met zijn prachtige fort, torens en middeleeuwse gebouwen, manifesteert zich al van verre.

Assisi, nauw verbonden met de heiligen Franciscus en Clara, heeft kleine steegjes en betoverende straten en pleinen. Als je vroeg arriveert op de dag van aankomst, zou je de stad al kunnen bezoeken. Een must om te zien zijn zeker de Basiliek van de H. Franciscus, de Basiliek van de H. Clara, de musea waaronder het Forum Romanum onder het centrale plein, Piazza del Comune, de Tempel van Minerva en het fort 'La Rocca'.

De routes van deze reis hebben twee niveaus: een eenvoudigere, zowel in niveauverschillen en technische moeilijkheidsgraad en een meer veeleisende versie met meer bergop en bergaf fietsen over smalle bergpaden.

De fietstochten op de berg beslaan een halve dag zodat er tijd overblijft om de steden Spello en Assisi te bezoeken, maar ook interessante omliggende plaatsen, zoals de wijnstad Montefalco en Perugia, de hoofdstad van Umbrië.

Niveau 3:

Matig - moeilijk niveau. Voor wie houdt van technisch gematigde heuvel- en bergroutes over onverharde wegen of muilezelpaden zonder al te veel technische moeilijkheden en op niet al te hobbelig oppervlak. Naast het kunnen fietsen op onverharde wegen zijn een goede fysieke conditie en een goede training vereist. Deze tour is niet geschikt voor personen onder de 18 jaar. Er zijn behoorlijk veeleisende niveauverschillen (800-900 m).

Dagelijkse afstanden: circa 25 Km

Totaal: 50 km

Totale niveauverschillen: + 1.670m - 1.670m

Niveau 4:

Moeilijk en technisch. Voor wie houdt van meer uitdagende routes op heuvelachtig en bergachtig terrein. Naast de passage over onverharde wegen en muilezelpaden, zullen er delen van de route over smallere en onregelmatige paden zijn. Een goede atletische voorbereiding en de techniek om te fietsen over oneven oppervlakken met hellende delen zijn vereist. Deze reis is niet geschikt voor personen onder de 18 jaar.

Er zijn dagelijks aanzienlijke hoogteverschillen (1100-1250 m.).

Dagelijkse afstanden: circa 28 Km

Totaal: 56 km

Totale niveauverschillen: +2.390m -2.390m

Periode:

Iedere dag van 1 april tot eind oktober, op verzoek gedurende de wintermaanden.

Deelnemers: vanaf 1 tot 8 personen. Grotere groepen op verzoek.

Deze tour is niet geschikt voor jongeren onder 18 jaar, tenzij ze erg goed getraind zijn.

Programma in het kort 3 dagen / 2 nachten

Dag 1 Individuele aankomst in Spello in de morgen en eerste MTB rit op de berg monte Subasio

Dag 2 MTB rit en vrije middag

Dag 3 Einde van het arrangement na het ontbijt

Programma in het kort 4 dagen / 3 nachten

Dag 1 Individuele aankomst in Spello

Dag 2 MTB rit en vrije middag

Dag 3 MTB rit en vrije middag

Dag 4 Einde van het arrangement na het ontbijt



Dagelijkse programma van de 4 dagen/ 3 nachten reis

Dag 1 Individuele aankomst in het hotel in Spello

Aankomst en accommodatie in het *** of **** hotel in Spello met de mogelijkheid om deze prachtige stad te bezoeken, die op de hellingen van de berg gebouwd is. Op het gebied van stedenbouw, architectuur en kunst is Spello een uiterst interessante stad, met verschillende getuigenissen uit de Romeinse tijd. Spello wordt ook wel de bloemenstad genoemd vanwege de kleurrijke steegjes versierd met planten en bloemen. De stad staat bekend om zijn Infiorata ter gelegenheid van Corpus Domini.

Overnachting en ontbijt in Spello.

Dag 2

Na het ontbijt ontmoeting met de gids Cristiano en vertrek van het hotel voor de eerste begeleide rit

Niveau 3 route:

Een rit over secundaire wegen omringd door olijfboomgaarden die het landschap domineren. Eenmaal bij Assisi aangekomen begint de klim naar de bosrand, trappend op een onverharde weg met een prachtig uitzicht over de vallei beneden. Na de klim op de hellingen van Subasio is er een welverdiende afdaling langs de zuidelijke helling naar het schattige dorp Collepinno. Na een korte pauze verder dalen naar Spello. Vrije middag.

Overnachting en ontbijt in Spello.

Afstand: 26 km

Hoogteverschillen: + 850m -850m



Niveau 4 route:

Na een warming-up begint de klim op de Calvarone heuvel, eerst door olijfboomgaarden en dan door de bossen. Een lange klim eindigt op de bergweide en passeert het kleine kerkje Madonna della Spella. Vanaf hier nog een kleine klim en wordt bijna op de top de Mortaro Grande bereikt. Hier heb je een fantastisch weids uitzicht over een groot deel van Umbrië. Nu begint er een afdaling over smalle paden naar het ommuurde dorp Collepinno. Na een korte pauze weer verder dalen langs de route van het Romeinse aquaduct tot Spello. Vrij middag.

Overnachting en ontbijt in Spello.

Afstand: 27 km

Hoogteverschillen: + 1140m -1140m



Dag 3

Na het ontbijt weer in het zadel voor de tweede MTB rit.

Niveau 3 route:

Na een paar kilometers opwarmen beginnen we de Ciano-heuvel te beklimmen vanwaar we een prachtig uitzicht op Foligno hebben. Het is een landschap dat wordt gekenmerkt door weelderige weiden en bossen. Zodra we bijna de top van de heuvel hebben bereikt, nabij het dorp Cupacci, beginnen we te dalen om weer terug te keren naar Spello. Vrije middag.

Overnachting en ontbijt in Spello.

Afstand: 24 km

Hoogteverschillen: + 820m -820m



Niveau 4 route:

Via de Via degli Olivi fietsen we richting Assisi. Eenmaal aan de rand van de stad beginnen we resoluut door het bos te klimmen tot we de bergweiden op de top bereiken bij de Stazzi. Van daaruit fietsen we door de Vallocchia-vallei over paden door weilanden richting Sasso Piano, een plek vol spiritualiteit met een adembenemend uitzicht op de vallei beneden. We beginnen dan af te dalen naar Spello langs een reeks steile wandel- en muilezelpaden tussen de meest suggestieve plaatsen van het Monte Subasio-park.

Overnachting en ontbijt in Spello.

Afstand: 29,5 km

Hoogteverschillen: + 1250m -1250m



Dag 4 Einde van deze door een gids begeleide MTB- tocht
 Na het ontbijt eind aan de reis.



Prijzen per persoon 2023:

Personen	3 dagen Hotel ***	Euro
1 persoon	In eenpersoonskamer alleenreizende	395
2 personen	In tweepersoonskamer	230
	In eenpersoonskamer	275
3-4 personen	In tweepersoonskamer	190
	In eenpersoonskamer	235

5 personen	In tweepersoonskamer	170
	In eenpersoonskamer	215
6-7 personen	In tweepersoonskamer	160
	In eenpersoonskamer	205
8 personen	In tweepersoonskamer	150
	In eenpersoonskamer	205
3 ^e persoon	In driepersoonskamer	65
Personen	4 dagen Hotel ***	Euro
1 persoon	In eenpersoonskamer alleenreizende	450
2 personen	In tweepersoonskamer	280
	In eenpersoonskamer	330
3-4 personen	In tweepersoonskamer	240
	In eenpersoonskamer	290
5 personen	In tweepersoonskamer	220
	In eenpersoonskamer	270
6-7 personen	In tweepersoonskamer	210
	In eenpersoonskamer	260
8 personen	In tweepersoonskamer	200
	In eenpersoonskamer	250
3 ^e persoon	In driepersoonskamer	90
Personen	3 dagen superior Hotel ****	Euro
1 persoon	In eenpersoonskamer alleenreizende	460
2 personen	In tweepersoonskamer	270
	In eenpersoonskamer	340
3-4 personen	In tweepersoonskamer	230
	In eenpersoonskamer	300
5 personen	In tweepersoonskamer	210
	In eenpersoonskamer	280
6-7 personen	In tweepersoonskamer	200
	In eenpersoonskamer	270
8 personen	In tweepersoonskamer	190
	In eenpersoonskamer	260
3 ^e persoon	In driepersoonskamer	95
Personen	4 dagen superior Hotel ****	Euro
1 persoon	In eenpersoonskamer alleenreizende	550
2 personen	In tweepersoonskamer	335
	In eenpersoonskamer	430
3-4 personen	In tweepersoonskamer	295
	In eenpersoonskamer	390
5 personen	In tweepersoonskamer	275
	In eenpersoonskamer	370
6-7 personen	In tweepersoonskamer	265

	In eenpersoonskamer	360
8 personen	In tweepersoonskamer	255
	In eenpersoonskamer	350
3 ^e persoon	In driepersoonskamer	130

Inbegrepen in de reis:

- Tourinformatie
- 2 of 3 nachten in de verkozen hotel categorie
- ontbijt
- een expert en geautoriseerde MTB gids (Italiaans / Engelstalig)

Niet inbegrepen in de reis

- alles wat niet vermeld wordt onder 'Inbegrepen in de reis'



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

