

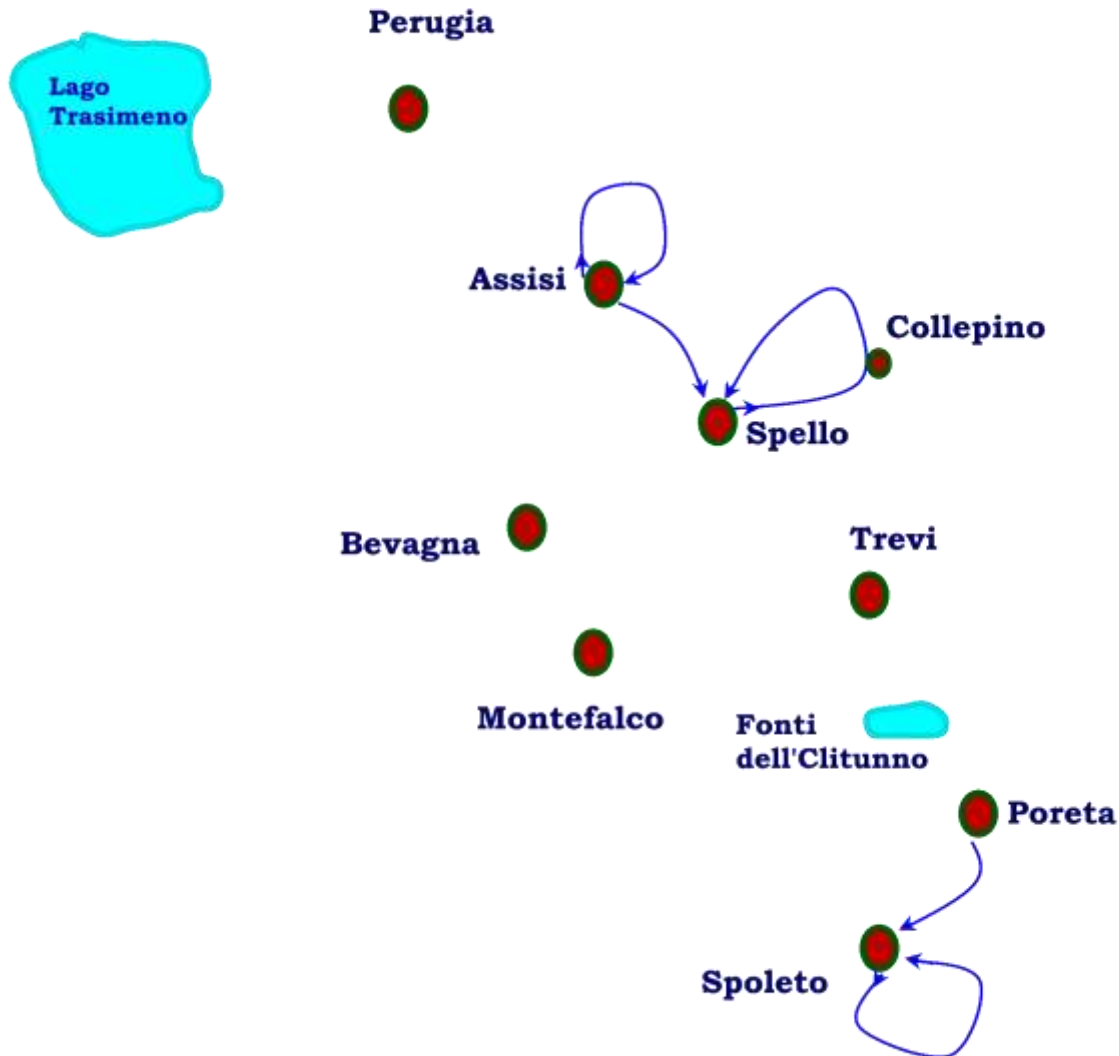
## Twee schitterende Umbrische steden: Assisi - Spoleto (W 003 UMB)

Een 7 daagse twee standplaatsen wandelvakantie



Deze tocht is ideaal voor wie niet iedere keer van hotel wil veranderen. Naast een mooie natuur biedt deze tocht ook veel cultuur. Wandelen is een ideale manier om het unieke en gastvrije Umbrië te ontdekken. Umbrië laat een onvergetelijke indruk achter met zijn ongerepte bergland, glooiende heuvels bedekt met bossen, wijngaarden en zilvergroene olijfboomgaarden afgewisseld door kleurige, vruchtbare akkervelden, de kleine pittoreske stadjes gebouwd op heuveltoppen. Deze tocht begint in het middeleeuwse Assisi, de pelgrimsstad gebouwd op een dominerende positie met als achtergrond de groene Monte Subasio. Assisi is niet alleen erg belangrijk vanuit religieus, maar ook vanuit artistiek en cultureel oogpunt. Het verleden en heden van de stad zijn onverbreekelijk verbonden met de heilige Franciscus en Clara, die hier geboren zijn en er grotendeels van hun leven gewoond hebben. In Assisi is een stadswandeling uitgezet, waarbij u de meest belangrijke monumenten van de stad passeert. Verder kunt u kiezen uit twee mooie wandelingen in de omgeving van de stad en wandelt u naar Spello, vanwaar u per trein naar Spoleto gaat. Spoleto is een gezellige stad met vele kleurige winkeltjes, galerieën, terrasjes en gezellige restaurantjes. Er is ook veel te bezichtigen, zoals de domkerk met zijn kleurige fresco's van Filippo Lippi, een Romeins huis, verscheidene musea, de middeleeuwse aquaduct brug Ponte delle Torri en natuurlijk de indrukwekkende burcht, die statig hoog boven de stad uittorent. In Spoleto zijn twee mooie wandelingen uitgezet: één op de Monteluco en één over het 'sentiero degli olivi' U overnacht in het historische centrum van Spoleto

## Two wonderful Umbrian Towns



**Niveau:** 2/3

Voor wandelaars met wandelervaring. De routes lopen door middel/hoge berglandschappen en door heuvels met zo nu en dan langere steile hellingen. De dagelijkse afstanden liggen tussen de 10-20 km met een gemiddelde wandeltijd van 3 km per uur. U wandelt over wandelpaden en rustige gravel of asfalt landwegen. Op sommige dagen is er de keuze om een kortere wandeling te maken. Totale km min 50 km en max. 64 km

**Deelnemers:** vanaf 2 personen (alleenreizende op verzoek)

Met gids: op verzoek

**Periode:**

Individueel: van 1 april tot 31 oktober (exclusief 07/08-20/08)

## **Programma in het kort**

Dag 1 aankomst in Assisi

Dag 2 stadswandeling langs de monumenten van de stad

Dag 3 een langere of kortere wandeling in de omgeving van Assisi (19,5 km of 12 km)

Dag 4 langere of kortere wandeling naar Spello en per trein naar Spoleto (17,4 km or 10,8 km)

Dag 5 wandeling over Monteluco (10,7 km)

Dag 6 na het ontbijt een transfer naar Poreta en wandelen over de olijfgaarden route terug naar Spoleto (15,8 km)

Dag 7 na ontbijt einde van de reis



## **Dagelijkse programma:**

### **Dag 1 Aankomst in Assisi**

Individuele aankomst in uw \*\*, \*\*\* of \*\*\*\* hotel. 's Avonds of de volgende morgen heeft u een briefing en zullen de routebeschrijvingen en kaarten overhandigd worden

Overnachting met ontbijt in Assisi

### **Dag 2 De Stadswandeling door Assisi**

De 'ontdek Assisi' stadswandeling passeert de belangrijkste culturele monumenten van Assisi. Veel van de monumenten in Assisi zijn verbonden met het leven van de HH. Franciscus en Clara, die beide in Assisi geleefd hebben. De route begint bij de hoogst gelegen stadspoort van de stad, Porta Cappuccini (470m). Vanaf deze stadspoort volgt de route via een wirwar van kleine middeleeuwse steegjes en pleinen langs de stadsburcht (506m), die hoog boven de stad uittorent, de S. Franciscus-basiliek, de tempel van Minerva, de chiesa Nuova, de basiliek van de H. Clara om daarna af te dalen naar het klooster S. Damiano (310m), dat buiten de stadsmuren ligt.

Duur ca. 3 of 4,5 uur wandelen (pauze om monumenten te bezoeken niet meegerekend).

Afstand: 7 km

Asfalt: 100%

Overnachting met ontbijt in Assisi

### Dag 3 Een wandeling door het natuurpark van Monte Subasio:

Deze wandeling over de Monte Subasio is schaduwrijk. Vanaf de stadspoorten Porta Cappuccini gaat u het bos in en is er de keuze om naar de bergweiden op de top van de berg te klimmen of naar de hermitage Eremo delle Carceri te gaan.

Hier trokken Franciscus en zijn metgezellen zich terug in de bossen om te mediteren. De langere route heeft een extra loop over de bergweides Een afdaling over wandelpaden terug naar Assisi voor een derde overnachting

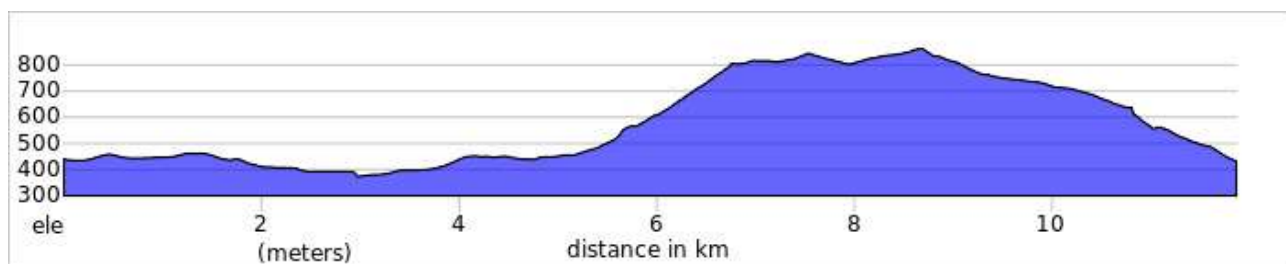
Overnachting met ontbijt in Assisi

Afstand: 12 km of 16 km

Duur: 4 uur of 5 uur

Hoogteverschillen: +544m - 544m of +731 m -744 m

Asfalt: 27%



### Dag 4 Assisi-Spello of een rondwandeling vanuit Spello / met de trein naar Spoleto

Vandaag zijn er twee mogelijkheden om naar Spello te gaan: via de hermitage Eremo delle Carceri of een lagere route, die door de olijfboomgaarden loopt. Vanaf porta Cappuccini (470m) loopt de wandelroute naar de hermitage 'Eremo delle Carceri (830m). De H. Franciscus en zijn metgezellen trokken zich hier terug om te mediteren in de bossen. Na zijn dood is hier een klooster gebouwd. Via de bron de Tre Fontane (750m) daalt u en passeert u de abdij S.Benedetto. Door het bos en daarna door olijfboomgaarden bereikt u Spello (300m).

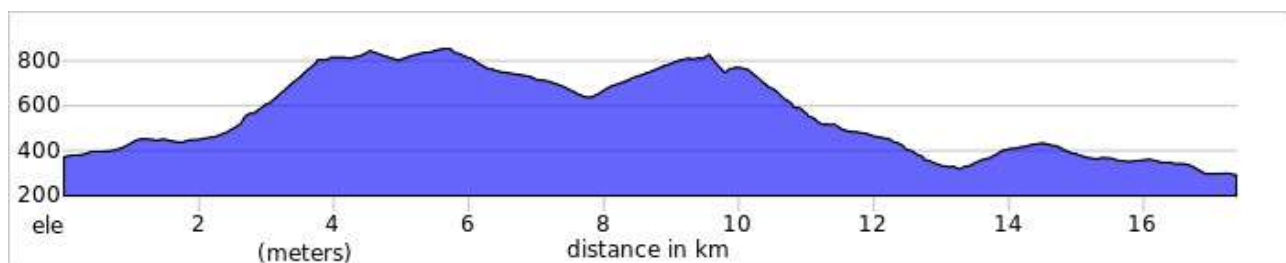
Overnachting met ontbijt in Spoleto

Duur: 6 uur

Afstand: 17,4 km

Hoogteverschillen: + 788m -870m

Asfalt: 28%



De lagere route volgt de flank van de Monte Subasio. Er zijn minder niveauverschillen, maar het is een mooie wandeling langs olijfboomgaarden met mooie vergezichten over de vallei.

Spello is gebouwd tegen de helling van Monte Subasio. Het plaatsje is nog van Romeinse oorsprong en aan dit verre verleden herinneren nog de porta Venere, de restanten van het

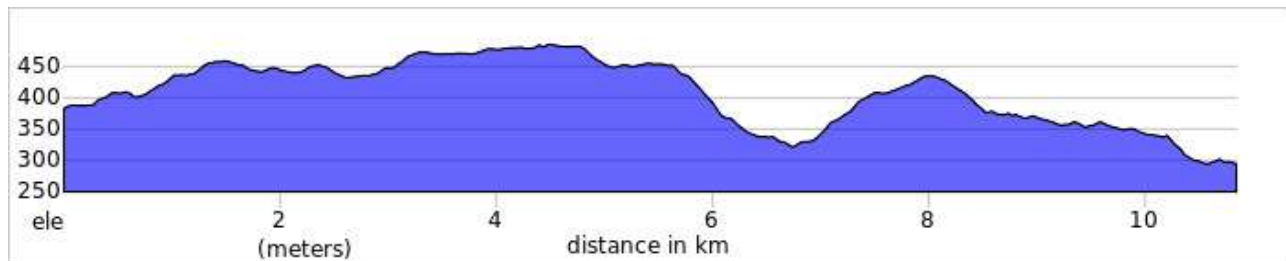
Romeinse theater, de stadspoort 'Porta Consolare' en de mozaïeken van een Romeinse Villa. Vergeet niet de kleurige fresco's van de schilder Pinturicchio in de kerk S.Maria Maggiore te bewonderen.

Duur: 3 uur

Afstand: 10,8 km

Hoogteverschillen: + 270m - 359m

Asfalt: 49%



Een rondwandeling vanuit Spello

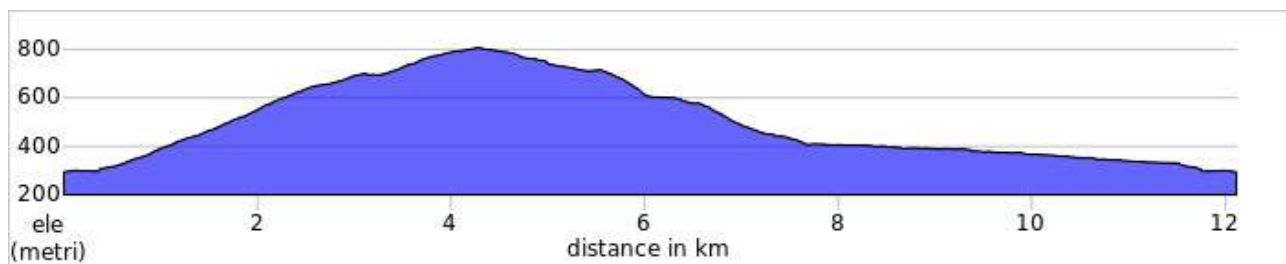
Met de trein of de auto naar Spello en vanaf de Porta Montanara begint de rondwandeling door olijfboomgaarden en bossen. De route volgt de oude Romeinse aquaduct naar Collepino, een klein bergdorpje volledig omsloten door stadsmuren. Nog even verder stijgen en dan daalt de route door olijfboomgaarden terug naar Spello. De vegetatie op de hellingen van de berg Subasio is gevarieerd en omvat olijfbomen, brem, eiken, mediterrane eik, haagbeuk, es, esdoorn, beuk en steeneik. Het pad van het aquaduct slingert door een prachtig landschap gekenmerkt door tarwevelden, olijfbomen en mediterrane struikgewassen. Afdalend is er altijd een spectaculair uitzicht op Spello en de omliggende heuvels.

Totaal hoogteverschillen: + 505m - 506m.

Wandeltijd: 4 uur

Afstand: 12 km

Asfalt: 12%



Aan het einde van de wandeling gaat u per trein naar Spoleto of wie voor de transfer geboekt heeft wordt per auto gebracht. Uw \*\*\* of \*\*\*\* hotel ligt in het centrum van de stad.

## Dag 5 Een wandeling over de Monteluco

Vandaag maakt u een wandeling op de berg Monteluco. 'Lucu' (lucus) betekent heilig bos en inderdaad de Monteluco werd in de oudheid al als een heilige plaats beschouwt en sinds de 5<sup>e</sup> eeuw vestigde zich hier ook de eerste christelijke kluizenaars, die volgens de Benedictijnse Regel leefde. Ook de Franciscanen bouwden hier een klooster. Het immer groene eikenbos is altijd erg

belangrijk voor de stad geweest en daarom was het in de middeleeuwen een beschermd gebied. De bossen worden bewoond door een Afrikaanse soort stekelvarken, de wilde kat, de hazelmuis, de eekhoorn, de zeven slaper en de das.

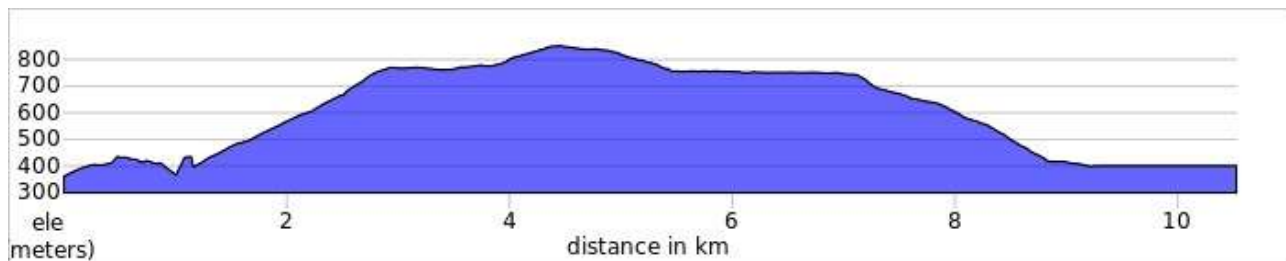
Overnachting met ontbijt in Spoleto

Wandeltijd: 4 uur

Afstand: 10,7 km

Hoogteverschillen: + 510m - 583m

Asfalt: 29%



### Dag 6 Sentiero degli Olivi / Weg van Franciscus

Vandaag na het ontbijt om 9.00 uur heeft u een korte transfer naar Poreta en vanaf hier maakt u een wandeling over de bekende wandelroute 'sentiero degli olivi' (de olijfboomgaardenroute) en de pelgrimsroute de Weg van Franciscus, die van Assisi naar Spoleto loopt. De route passeert kleine dorpjes, die meestal op heuveltoppen gebouwd zijn, zoals Eggi en Bazzano. De route kan eventueel korter gemaakt worden door de transfer te hebben naar Bazzano Superior

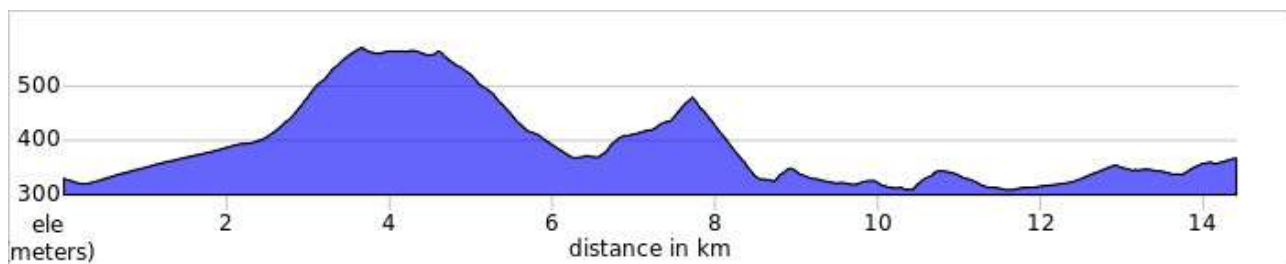
Overnachting met ontbijt in Spoleto

Wandeltijd: 4,5 uur

Afstand 15 km (Poreta Village)

Hoogteverschillen: + 475m -436m

Asfalt: 64%



### Dag 7 einde reis na het ontbijt

Vandaag na het ontbijt is de reis door een groene Umbrische landschap en langs middeleeuwse steden beëindigd.

#### Standaard hotels:

Assisi:

\*\* of \*\*\* sterren

Spoleto:

\*\*\* of \*\*\*\* sterren

## Superior hotels:

### Assisi:

\*\*\* of \*\*\*\* sterren

### Spoletto:

\*\*\*\* sterren

## Prijs p.p. 2023

<b>standaard hotels Hotel Da Angelo ** Assisi</b>	<b>Prijs in Euro</b>
In tweepersoonskamer	420
In eenpersoonskamer	555
3e persoon in driepersoonskamer	225
Alleen reizen toeslag bagagetransfer en transfer	+50
Toeslag Spoleto festival 23/06-09/07 & Pasen 07-10/04	48
Toeslag halfpension	119
<b>standaard hotels Hotel la Terrazza *** Assisi</b>	
In tweepersoonskamer	480
In eenpersoonskamer	630
Alleen reizen toeslag bagagetransfer en transfer	+50
3e persoon in driepersoonskamer	280
Toeslag Spoleto festival 23/06-09/07 & Pasen 07-10/04	48
Toeslag halfpension	145
<b>Superior Hotels</b>	
In tweepersoonskamer	630
In eenpersoonskamer	990
Alleen reizen toeslag bagagetransfer en transfer	+50
Transfer van Spello naar Spoleto ipv trein	55
Korting zonder bagagevervoer	25

## Inbegrepen in de prijs:

- 6 overnachtingen met ontbijt
- Bagagetransport Assisi- Spoleto
- routebeschrijvingen in het Nederlands en kaartmateriaal
- gps tracks op verzoek
- tourinformatie
- Nederlandstalige assistentie
- Transfer naar Poreta

## Niet inbegrepen in de prijs:

- treinkaartje naar Spoleto
- toeristenbelasting direct af te rekenen in de hotels van Assisi en Spoleto
- alles wat niet vermeld is onder 'inbegrepen in de prijs'



**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

