

Alla scoperta dei borghi più belli dell'Umbria (W006 UMB)

Un viaggio a piedi di 7 giorni per camminatori più esperti



Questo viaggio speciale a piedi per escursionisti più esperti vi porterà alla scoperta di borghi e cittadine più e meno conosciuti, ma sempre molto affascinanti. Camminerete lungo tranquille strade di campagna circondate da bellissimi paesaggi caratterizzati da colline ricoperte di ulivi verde argento e fertili vigneti. L'Umbria, fin dall'epoca romana, è stata lodata per la sua genuina bellezza, per la sua natura verde, i numerosi laghi, i fiumi, sorgenti rinfrescanti, torrenti di montagna e cascate. Questo percorso a piedi, non troppo faticoso in quanto si sviluppa principalmente nella valle e sulle basse colline che circondano la valle umbra, vi porterà alla scoperta di vivaci borghi e città medievali come Assisi, Spello, Foligno, Bevagna, Collemancio, Torgiano e Perugia. Avrete anche tempo per visitare i vari luoghi, godendovi la loro atmosfera accogliente.

Il tour inizierà ad Assisi, che sorge su uno sperone del Monte Subasio, il cui punto più alto, dove si trova la Rocca Maggiore, è a 505 m s.l.m.

Questa bellissima città, meta di pellegrinaggio, con i suoi vicoli stretti, le piazze accoglienti, le numerose testimonianze romane e i poderosi monumenti medievali, lascerà in voi ricordi indelebili. Da Assisi, la Via di San Francesco vi condurrà a Spello. Si tratta di un percorso bellissimo lungo sentieri di montagna, attraverso l'Eremo delle Carceri.

Il percorso lungo il suggestivo acquedotto romano vi condurrà invece al borgo di Collepinio e, scendendo sempre lungo i sentieri del Monte Subasio, tornerete a Spello, dove riprenderete la Via di San Francesco fino a Foligno. Questa vivace città vanta una magnifica cattedrale e a Palazzo Trinci si possono visitare due interessantissimi musei. La seconda parte del tour vi condurrà alla scoperta di altri grandi o piccoli centri dell'Umbria: la cittadina medievale di Bevagna, la città

vinicola di Montefalco, il piccolo paesino collinare di Collemancio, la città del vino di Torgiano e infine Perugia, la destinazione finale del tour e capoluogo di regione.

Perugia è una città con bellissimi palazzi medievali e rinascimentali, numerosi musei e chiese imponenti: invita i suoi visitatori a esplorare le sue piccole strade, vicoli, ristoranti, bar e a dedicare un po' di tempo allo shopping.

Borghi più belli dell'Umbria 7 days



Partenze: Dall' 1 aprile al 31 ottobre tutti i giorni della settimana tranne:

Viaggio di 7 e 8 giorni: non giovedì e venerdì

10 giorni: non martedì e mercoledì

Escluse le partenze nelle date comprese fra il 07/08 ed il 20/08

Partecipanti: a partire da 1 persona

Livello: 3

Un tour a piedi per camminatori esperti con una buona condizione fisica. I dislivelli non saranno eccessivi, ma il n. di km giornalieri sarà significativo, tra i 17 km e i 22 km.

Km complessivi a piedi: 96 km



Programma del tour di 7 giorni in breve:

Giorno 1 Arrivo individuale ad Assisi

Giorno 2 Spello (17,4 km)

Giorno 3 Spello - Collepino - Foligno (19,7 km)

Giorno 4 Foligno - Bevagna - Montefalco (19,8 km)

Giorno 5 Montefalco - Bevagna - Collemancio (22 km)

Giorno 6 Collemancio - Bettona - Torgiano (17 km) e transfer per Perugia

Giorno 7 Fine del tour dopo la prima colazione

Programma giornaliero 7-giorni / 6-notti

Giorno 1 Arrivo individuale ad Assisi

Arrivo individuale nel vostro hotel ad Assisi.

Il vostro tour a piedi inizierà da Assisi. Se arriverete in prima giornata, potrete già visitare questa incantevole città medievale, ma che vanta tuttavia origini romane. C'è molto da vedere: molti monumenti sono stati realizzati in onore dei Santi Francesco e Chiara che qui sono nati e vissuti. L'esempio più noto è la Basilica di San Francesco con i meravigliosi affreschi di Giotto, Simone Martini, Cimabue e Pietro Lorenzetti. Nel tardo pomeriggio briefing sull'itinerario e consegna del materiale informativo.

Pernottamento e prima colazione in hotel **, *** o **** stelle.

Giorno 2 Assisi - Spello

Oggi lascerete Assisi e camminerete lungo la Via di San Francesco fino a Spello. L'itinerario passa per l'Eremo delle Carceri', che si trova a 830m di altitudine.

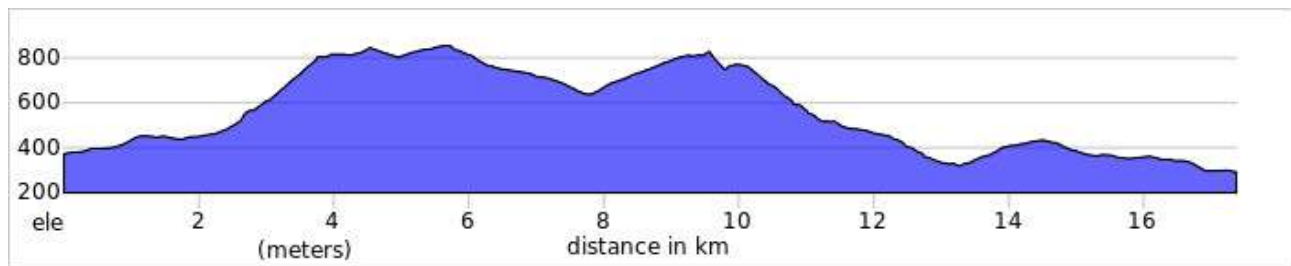
Questo eremo è costruito nel luogo in cui San Francesco e i suoi compagni si ritiravano in preghiera, nella quiete dei boschi. Si possono visitare le grotte dove hanno soggiornato. Il percorso seguirà i sentieri del Parco Naturale del Monte Subasio e infine lungo tranquille stradine sterrate tra uliveti fino a raggiungere Spello. Pernottamento in Hotel *** o **** stelle nel centro storico di Spello.

Pernottamento e prima colazione a Spello

Dislivello: + 900m - 980m

Durata: 6 ore

Distanza: 17,4 km



Giorno 3 Spello - Collepino - Foligno

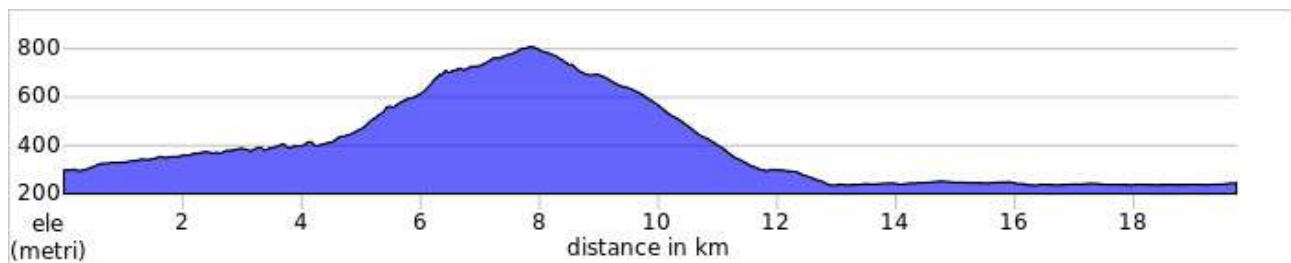
Questa mattina lascerete Spello e, percorrendo un bellissimo sentiero che costeggia un antico acquedotto romano, si arriverà a Collepino, un grazioso borgo situato su di una collina sopra Spello. Poi vi attenderà una breve salita seguita da una discesa tra gli uliveti e giungerete nuovamente a Spello. Attraversando il centro storico prenderete la via di San Francesco, che vi condurrà a Foligno, situata a valle. Si arriverà alla piazza principale con la sua bellissima cattedrale, che presenta una facciata romanica. Interessante è anche Palazzo Trinci, che ospita ben due musei. Si potrà fare una passeggiata lungo le vivaci vie dello shopping, cenare in uno dei tipici ristoranti locali e visitare gli interessanti musei e palazzi barocchi. Pernottamento in hotel *** o **** stelle.

Pernottamento e prima colazione a Foligno

Dislivello: + 555m - 605m

Durata: 6 ore

Distanza: 19,7 km



Giorno 4 Foligno - Bevagna - Montefalco

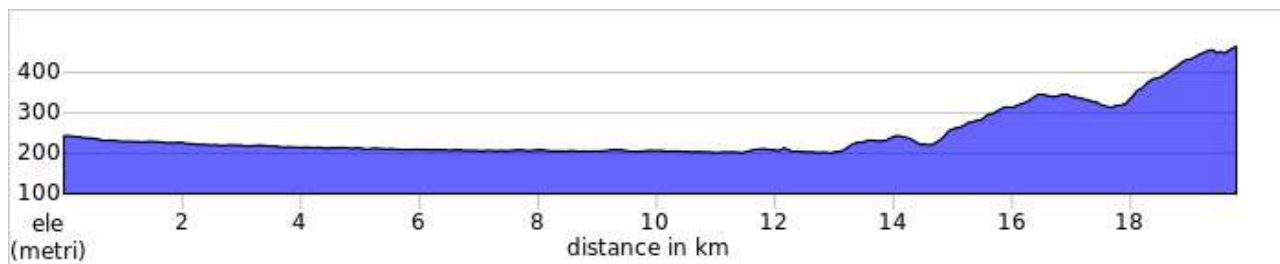
Il tratto fino a Bevagna sarà completamente pianeggiante. L'itinerario seguirà per un po' il fiume Topino e poi tranquille strade di campagna. Attraverserete la valle per raggiungere Bevagna, l'antica città romana di Mevania. Questa città ha una bella piazza medievale con una fontana e due chiese romaniche. La città vanta anche importanti resti di epoca romana, come i mosaici di un bagno termale. Il percorso proseguirà in un paesaggio collinare caratterizzato da uliveti e dai vigneti della zona di Montefalco Docg. Montefalco è una città vinicola collinare famosa per il suo Sagrantino, vino rosso prodotto sia in variante secca che dolce. Nelle enoteche e nei ristoranti del paese si possono degustare vini eccellenti. Montefalco ha un museo molto grazioso, ospitato nella ex chiesa di San Francesco. Qui potrete ammirare veri capolavori di Benozzo Gozzoli e del Perugino. Pernottamento nel centro storico in hotel ***, in una Guesthouse con Spa oppure in Hotel **** con Spa

Pernottamento e prima colazione a Montefalco

Dislivello: + 347m - 127m

Durata: 6,5 ore

Distanza: 19,8 km



Giorno 5 Montefalco - Bevagna - Collemancio

Oggi procedete in discesa verso Bevagna con delle bellissime vedute del paesaggio circostante. Attraversate il centro storico medievale e proseguite verso il piccolo borgo di Collemancio, prima in pianura e poi in salita, verso le colline che circondano la Valle Umbra.

Il paese di Collemancio sorge su una piccola collina nei pressi di Cannara e domina la vallata. Collemancio ha origini romane: ne è testimonianza il sito archeologico di Urvinum Hortense, il cui antico Municipium romano si trovava in una posizione incantevole, con una magnifica vista panoramica. All'interno del castello di Collemancio, con il suo possente Cassero la principale porta urbana, meritano una visita la chiesa di Santo Stefano e il Palazzo del Podestà.

Pernottamento in hotel *** stelle, B&B o Agriturismo a Collemancio.

Dislivello: + 574m - 536m

Durata: 7 ore

Distanza: 22 km

Giorno 6 Collemancio - Bettona - Torgiano & Transfer per Perugia

Una bella passeggiata tra le colline della valle, lungo tranquille strade di campagna, vi condurrà alla città del vino di Torgiano, famosa per i suoi ottimi vini rossi e bianchi. Tuttavia, prima di raggiungere Torgiano, passerete per Bettona, una piccola città collinare circondata da bellissime mura, con un interessante museo da visitare. Scendendo tra gli uliveti, arriverete a Torgiano. C'è un magnifico museo del vino e dell'olio d'oliva e, proprio accanto, un'enoteca, dove si possono degustare ottimi vini.

Nel tardo pomeriggio, trasferimento a Perugia e pernottamento in hotel ****.

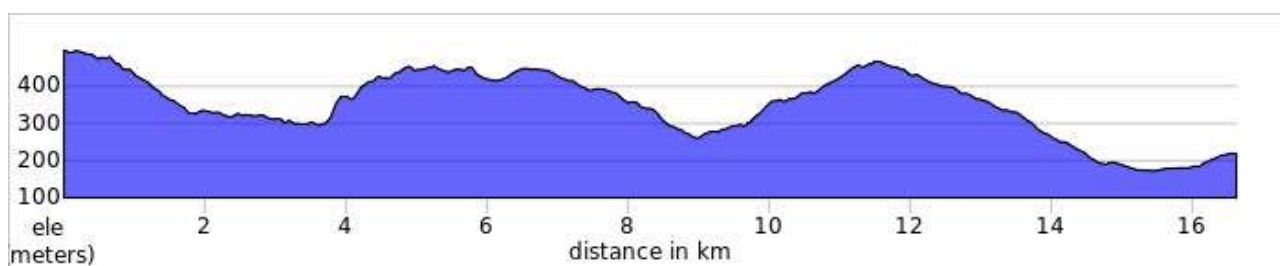
Su richiesta, il pernottamento potrà essere anche a Torgiano.

Pernottamento e prima colazione a Perugia

Dislivello: + 427 m - 702m

Durata: 6 ore

Distanza: 17 km



Giorno 7 Fine del tour dopo la prima colazione

Dopo la prima colazione, siete giunti al termine di questo bellissimo tour a piedi attraverso i borghi più belli dell'Umbria.

Hotel:

Standard:

** , *** o **** stelle

Superior:

*** o **** stelle hotel

Prezzi per persona 2023 in Euro e Franchi Svizzeri*:

Tour 7 giorni: hotel ** in Assisi	Prezzo in Euro	Prezzo in CHF
In camera doppia B&B	550	550
In camera singola B&B	745	745
Viaggiatore singolo B&B	820	820
3° persona in camera tripla	275	275
Supplemento mezza pensione (5 cene: a Perugia solo prima colazione)	132	132
Tour 7 giorni: hotel *** ad Assisi		
In camera doppia B&B	573	573
In camera singola B&B	777	777
Viaggiatore singolo B&B	852	852
3° persona in camera tripla	310	310
Supplemento mezza pensione (5 cene: a Perugia solo prima colazione)	135	135
Tour 7 giorni hotel superior / camere superior		
In camera doppia B&B	747	747
In camera singola B&B	1.007	1.007
Viaggiatore singolo B&B	1.082	1.082
3° persona in camera tripla	320	320
Supplemento mezza pensione (4 cene: a Foligno e Perugia solo prima colazione)	127	127

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

* A Perugia su richiesta e con supplemento: Pasqua 07/04 - 10/04, 29-30/04 e Perugia Jazz Festival 07/07 - 16/07

Il prezzo include:

- 6 pernottamenti e prime colazioni
- 5 o 4 cene se si prenoterà la mezza pensione

- Trasporto bagagli
- Transfer da Torgiano a Perugia
- Informazioni dettagliate sull'itinerario e mappe
- Tracce Gps gratuite disponibili su richiesta
- Assistenza in caso di emergenza
- Briefing in hotel la sera di arrivo
- Informazioni sul tour

Il prezzo non comprende:

- Tassa di soggiorno da pagare direttamente in hotel
- Tutto quanto non specificato alla voce "il prezzo include"



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

