

## Mittelalterliches Umbrien Wandern durch Geschichte und Schönheit (W 001 UMB)

Eine Wanderreise von Assisi nach Spoleto in 6, 8 oder 9 Tagen



Diese Wanderreise vereint auf wunderbare Weise den Besuch der charmanten mittelalterlichen Städte Umbriens mit entspannten Spaziergängen durch farbenfrohe, abwechslungsreiche Landschaften. Seit der Römerzeit wird Umbrien für seine reine, unberührte Schönheit gelobt – für sein sattes Grün, seine Seen, Flüsse, Quellen und Wasserfälle.

Die Reise beginnt in **Assisi**, der faszinierenden Stadt an den Hängen des Monte Subasio. Als Stadt des **Heiligen Franziskus** ist Assisi ein Ort der Pilgerfahrt und der Inspiration. Nehmen Sie sich Zeit, durch die stimmungsvollen Gassen zu schlendern, und besuchen Sie die beeindruckende **Basilika des Heiligen Franziskus**, geschmückt mit weltberühmten Fresken von **Giotto**, **Cimabue**, **Simone Martini** und anderen großen Künstlern.

Von Assisi aus führt der Weg durch das Herz des **Valle Umbra**, wo Sie Tag für Tag ein neues künstlerisches und historisches Kleinod entdecken: **Spello**, **Bevagna**, **Montefalco**, **Trevi** und schließlich **Spoleto**. Jede dieser Städte ist ein Schatz mittelalterlicher Architektur, Kunst und Tradition.

Die Etappen sind angenehm kurz, sodass Sie genügend Zeit haben, die alten Stadtzentren zu erkunden, lokale Spezialitäten zu probieren und bei einem Glas feinen umbrischen Weins auf einem gemütlichen Platz zu entspannen.

Die Tour endet in **Spoleto**, einer ganz besonderen Stadt mit malerischen Straßen, lebhaften Plätzen, Kunsthandwerksläden und zahlreichen Sehenswürdigkeiten.

Entdecken Sie Umbrien – wo jeder Schritt eine Geschichte erzählt und jeder Ausblick zum Verweilen einlädt.

**Termine:** Täglich von 01 April bis 31 Oktober, (außer 09/08 - 23/08/2026)

**Teilnehmer:** mindestens eine Person

**Schwierigkeit:** 2

Durchschnittlich mit einigen anspruchsvolleren Wanderungen. Sie wandern in einer hügeligen Landschaft, mit nicht zu vielen Anstiegen und Abstiegen. Es gibt genug Zeit, die mittelalterlichen Städte auf dem Weg zu besichtigen.


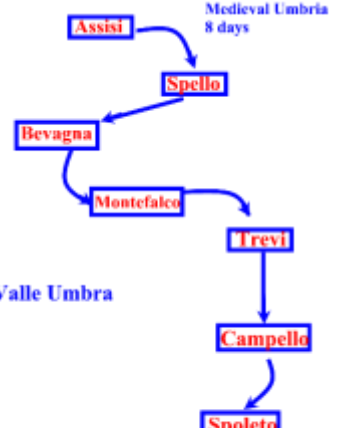
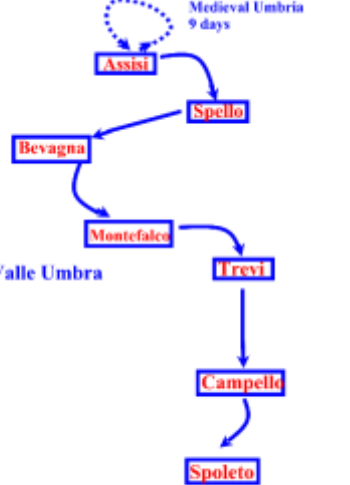
Man wandert ungefähr 4 - 6 Stunden/Tag; tägliche Entfernungen zwischen 12 und 20 km mit durchschnittlich 3-4 km/Stunde. Wandern Erfahrung ist notwendig.

Gesamtlänge zu Fuß:

Tour von 6 Tagen: mindestens 50 km und höchstens 60 km.

Tour von 8 Tagen: mindestens 78 km und höchstens 89 km.

Tour von 9 Tagen: mindestens 100 km und höchstens 109 km.

 <p>Medieval Umbria 6 days</p> <p>Assisi</p> <p>Spello</p> <p>Bevagna</p> <p>Montefalco</p> <p>Trevi</p> <p>La Valle Umbra</p>	<p><b>Programm 6-Tage:</b></p> <p>Tag 1 Individuelle Anreise nach Assisi</p> <p>Tag 2 Spello (17,4 km oder 10,8km)</p> <p>Tag 3 Bevagna (16,5 km)</p> <p>Tag 4 Montefalco (12,4 km)</p> <p>Tag 5 Trevi (13,4 km)</p> <p>Tag 6 Ende der Tour nach dem Frühstück</p>
 <p>Medieval Umbria 8 days</p> <p>Assisi</p> <p>Spello</p> <p>Bevagna</p> <p>Montefalco</p> <p>Trevi</p> <p>Campello</p> <p>Spoletto</p> <p>La Valle Umbra</p>	<p><b>Programm 8-Tage:</b></p> <p>Tag 1 Individuelle Anreise nach Assisi</p> <p>Tag 2 Spello (17,4 km oder 10,8 km)</p> <p>Tag 3 Bevagna (16,5 km)</p> <p>Tag 4 Montefalco (12,4 km)</p> <p>Tag 5 Trevi (13,4 km)</p> <p>Tag 6 Campello Alto (10,3 km/12,3 km)</p> <p>Tag 7 Spoleto (17,5 km/19 km)</p> <p>Tag 8 Ende der Tour nach dem Frühstück</p>
 <p>Medieval Umbria 9 days</p> <p>Assisi</p> <p>Spello</p> <p>Bevagna</p> <p>Montefalco</p> <p>Trevi</p> <p>Campello</p> <p>Spoletto</p> <p>La Valle Umbra</p>	<p><b>Programm 9-Tage:</b></p> <p>Tag 1 Individuelle Anreise nach Assisi</p> <p>Tag 2 Kulturelle Wanderung oder nach dem Einsiedelei Eremo delle Carceri(12 km)</p> <p>Tag 3 Assisi-Spello (17,4 km oder 10,8 km)</p> <p>Tag 4 Spello-Bevagna (16,5 km)</p> <p>Tag 5 5 Bevagna-Montefalco (12,5 km)</p> <p>Tag 6 Montefalco-Trevi (13,4 km)</p> <p>Tag 7 Campello alto (10,3 km/12,3 km)</p> <p>Tag 8 Poreta-Spoletto (17,5 km/19 km)</p> <p>Tag 9 Ende der Tour nach dem Frühstück</p>

## Tägliches Programm 6-Tage / 5-Nächte

### Tag 1 Individuelle Anreise nach Assisi

Ihr Hotel \*\*\* befindet sich im neuen Teil der Stadt, nur 900 Meter vom historischen Zentrum entfernt. Das Hotel bietet klimatisierte Zimmer mit Privat Badezimmer, einen kostenlosen Parkplatz, eine Bar, ein Restaurant und ein Schwimmbad. Das Upgrade-Hotel\*\*\*\* befindet sich im alten Stadtzentrum und verfügt nicht über ein Gratis Parkmöglichkeit.

Wenn Sie mit dem Zug oder dem Auto nach Assisi ankommen, sehen Sie das Städtchen von weitem. Es befindet sich auf einem Hügel in einer beherrschenden Lage über dem umbrischen Tal mit der beeindruckenden Basilika und dem Kloster von San Francesco. Wenn Sie früh ankommen, können Sie die Altstadt zu Fuß durch die Straßen und zahlreichen Gassen erkunden. Sie können bei einer Bar oder Lokal sitzen und ein gutes Eis, Cappuccino oder ein Glas Wein probieren während Sie die Atmosphäre der Stadt genießen. Assisi, ein berühmter Wallfahrtsort, ist reich an Denkmälern, die mit dem Leben der beiden berühmtesten Heiligen, Francesco und Chiara, in Verbindung stehen. Die Basilika von San Francesco, die Basilika Santa Chiara und die Wallfahrtskirche San Damiano sind auf jeden Fall einen Besuch wert.

Übernachtung in Hotel \*\*\* oder \*\*\*\* Sterne.

### Tag 2 Assisi - Spello

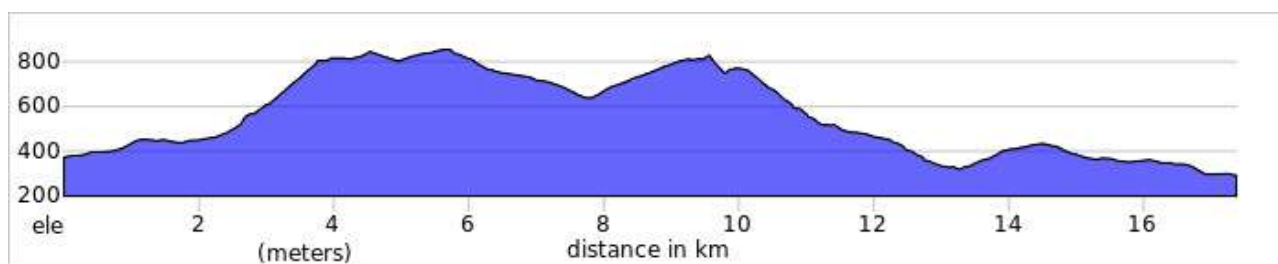
Heute verlassen Sie Assisi und wandern Richtung Spello. Es gibt zwei Routen nach Spello, eine längere Route bergauf zur Einsiedelei Eremo delle Carceri oder eine kürzere durch Olivenhainen, entlang einer Seite von Monte Subasio. Von Porta Cappuccini, führt ein Wanderweg zur Einsiedelei, die 830 Metern ü.d.M. liegt. Das ist wo sich der heilige Franziskus im Gebet mit seinen Brüdern zurückzog. Nach dem Tod des Heiligen, wurde ein Kloster hier gebaut. Sie passieren die Quelle 'Tre Fontane' (Drei Brunnen) und die Abtei von S. Benedetto und Sie werden bergab nach Spello wandern: zuerst in den Wald und danach durch Olivenhainen.

Übernachtung in Hotel \*\*\* oder \*\*\*\* Sterne in der Altstadt.

Höhenunterschied: + 788m -870m

Wanderzeit: 6 Stunden

Länge: 17,4 km



Die kürzere Route folgt den Hängen von Monte Subasio und hat wenigen Steigungen. Es ist auch sehr schön, durch Olivenhainen und mit ausgezeichneten Ausblicken, zu wandern.

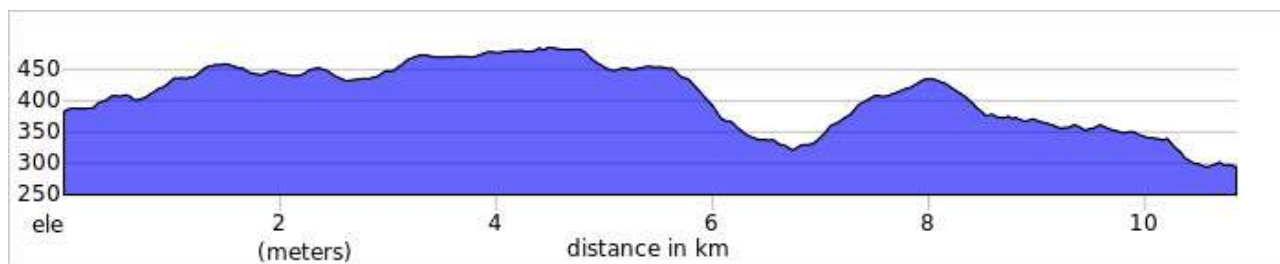
Spello liegt an den Hängen von Monte Subasio. Diese kleine Stadt hat römische Ursprung und es gibt viele Beweise dafür: die Porta Venere und die Porta Consolare, zwei Stadttore und die Ruinen eines römischen Theaters aus den Stadtmauern. Vergessen Sie nicht, die bunten Fresken von Pinturicchio in der Kirche von S. Maria Maggiore zu bewundern.

Übernachtung in Hotel \*\*\* oder \*\*\*\* Sterne in der Altstadt.

Höhenunterschied: + 270m -359m

Wanderzeit: 3 Stunden

Länge: 10,8 km



### Tag 3 Spello - Bevagna

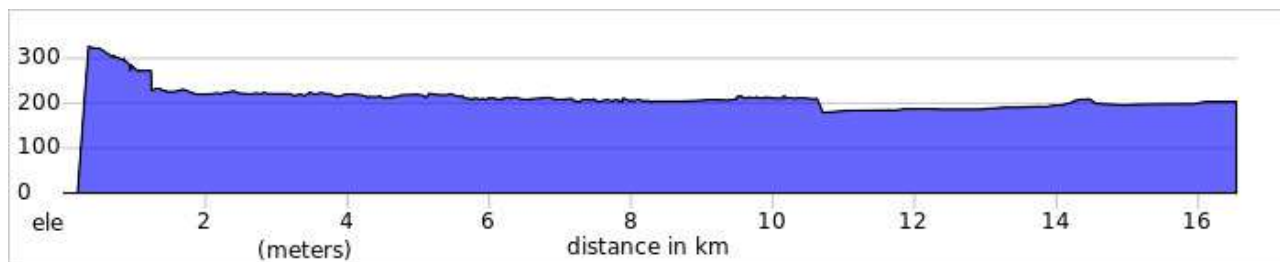
Sie werden die Hügel für eine Weile verlassen und Sie werden zum Tal „Valle Umbra“ bergab gehen. Sie wandern auf kleine und ruhige Landstraßen und kommen nach Bevagna an, die, im Gegenteil von der Mehrheit der umbrischen Stäten, nicht auf einem Hügel liegt, sondern an der Mündung der Flüsse Timia und Topino. In römischer Zeit war die Stadt Mevania genannt und hatte eine Blütezeit, weil sie sich auf der alten Weg Flaminia befand. Seine Mauern sind 2 Km lang (XIII und XIV-Jahrhundert). Der Treffpunkt für die Einwohner ist 'Piazza Silvestri' mit seinen zwei schönen Romanischen Kirchen. Es lohnt sich, die römischen Mosaiken zu besichtigen, die Resten von Heilbädern waren.

Ihr B&B oder Hotel \*\*\* befindet sich im historischen Zentrum oder gerade aus dem Zentrum.

Höhenunterschied: + 81m - 176 m

Wanderzeit: 4 ½ Stunden

Länge: 16,5 km



### Tag 4 Bevagna-Montefalco

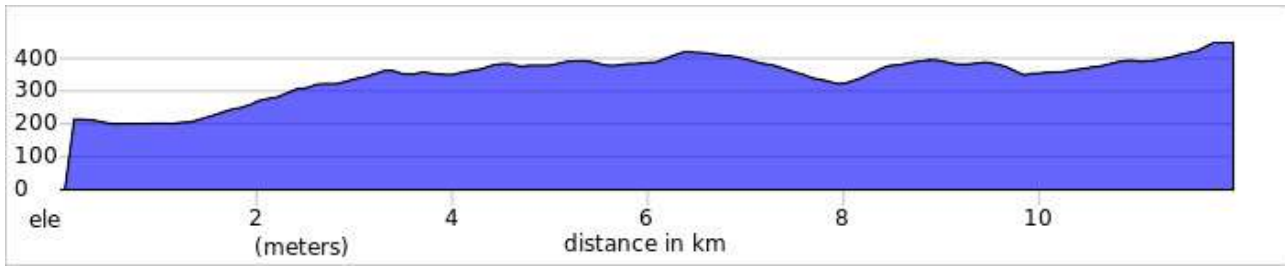
Heute werden Sie nochmal durch eine durchschnittlich hügelige Landschaft wandern: Olivenhainen werden bald Weg an Weinbergen geben. Den Hügeln, die Montefalco umgeben, sind für die Produktion von ausgezeichneten Weinen bekannt: Sagrantino und Rosso di Montefalco. Um die Stadt zu erreichen, sollen Sie einen steilen Anstieg machen, weil Montefalco natürlich auf einem Hügel liegt. Die Stadt ist auch, wegen ihrer schönen Ausblicke, „Balkon von Umbrien“ genannt. Künstler wie Benozzo Gozzoli und Perugino schmückten die Kirche San Francesco, heute ein Museum, mit herrlichen Fresken aus dem 15. und 16. Jahrhundert. Es ist fast unmöglich, Montefalco zu verlassen, ohne seine ausgezeichneten Weine in einer der vielen Weinstuben zu probieren.

Übernachtung in Hotel \*\*\* oder \*\*\*\* Sterne in der Altstadt.

Höhenunterschied: + 395m -166m

Wanderzeit: 4 Stunden 10 min.

Länge: 12,5 km



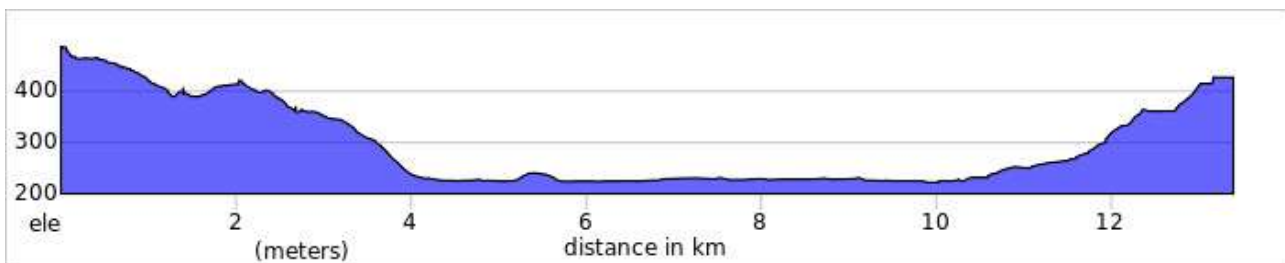
### Tag 5 Montefalco - Trevi

Auf dem Weg nach Trevi (420 M. ü.d.M.), auf der unteren Flanke des Mt. Serano mit Blick auf die weite Ebene des Flusses Clitunno, wandern Sie durch ein fruchtbares Tal reich an Wasser und kommen nach Trevi an, die auch als "Hauptstadt von Olivenöl" genannt ist. Trevi hat Dutzende mittelalterlicher Kirchen: die wichtigste ist die Kathedrale S. Emiliano (romanische Kirche), die Kapelle der Madonna delle Lacrime, die für ein Fresko von Perugino bekannt ist, und die ehemalige Kirche von San Francesco, die heute ein Museum ist. Ihre Übernachtung ist in einem Hotel \*\*\* oder B&B im historischen Zentrum.

Höhenunterschied: +250m -305m

Wanderzeit: 4 Stunden

Länge: 13,5 km



### Tag 6 Ende der Reise nach dem Frühstück

Ende der Tour im wunderschönen umbrischen Tal. Der Bahnhof von Trevi befindet sich 4 km von Ihrem Hotel.

## Tägliches Programm der Tour 8-Tage / 7-Nächte

### Tag 1 Individuelle Ankunft nach Assisi

Siehe Tag 1 der 6-tägigen Reise

### Tag 2 Assisi - Spello

Siehe Tag 2 der 6-tägigen Reise

### Tag 3 Spello - Bevagna

Siehe Tag 3 der 6-tägigen Reise

### Tag 4 Bevagna-Montefalco

Siehe Tag 4 der 6-tägigen Reise

### Tag 5 Montefalco - Trevi

Siehe Tag 2 der 6-tägigen Reise

### Tag 6 Trevi - Campello Alto

Von Trevi aus nehmen Sie den Pilgerweg "Via di San Francesco", der in La Verna in der Toskana beginnt, Umbrien durchquert und in Rom endet. Die Straße führt Sie durch Olivenhaine mit einem wunderschönen Panoramablick auf die „Valle Umbra“. Sie werden eines der "schönsten Dörfer Umbriens" passieren, Campello Alto, das von Mauern umgeben ist. Sie übernachten hier oder im "Le Fontanelle" und müssen einen letzten Aufstieg machen, um dieses Berghotel mit Swimmingpool und Restaurant zu erreichen.

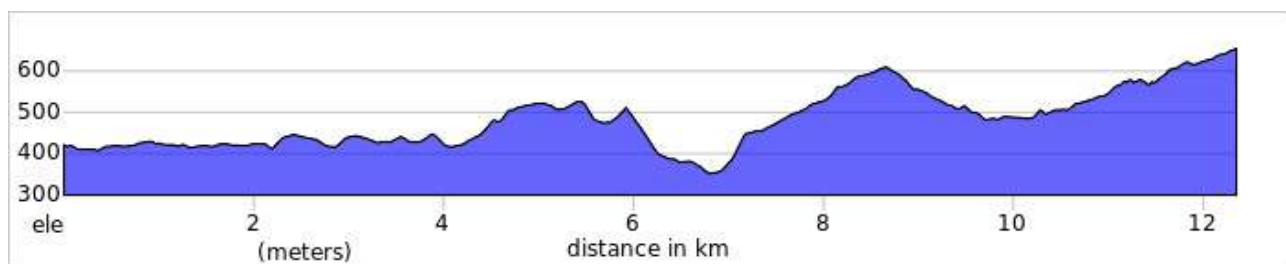
Übernachtung im Hotel \*\* mit Schwimmbad oder \*\*\* Hotel oder in einem Relais.

Höhenunterschied: 432m -358m (Relais Borgo Campello Alto) oder + 593m -359m (Hotel le Fontanelle Campello alto)

Wanderzeit: 4 Stunden (Borgo Campello), 4 Stunden 30 Minuten (Le Fontanelle)

Länge: 10,3 km (Borgo Campello) oder 12,3 km (Albergo le Fontanelle)

Trevi - Le Fontanelle



### Tag 7 Campello alto - Spoleto

Sie verlassen Ihr Hotel und wandern nochmal auf dem Franziskusweg. Auch heute, werden Sie von Olivenhainen begleitet. Sie überqueren Eggi, ein typisches mittelalterliches Dorf und Sie erreichen Spoleto, eine schöne Stadt mit einer ausgezeichneten Architektur. Sie ist für das Festival der zwei Welten bekannt, das jeden Sommer in Spoleto stattfindet (Ende Juni, Anfang Juli).

In Spoleto soll man die Kathedrale, die Festung, das römische Haus, das römische Theater und die viele Museen besuchen. Spoleto ist nicht nur Kunst, Kultur, aber auch Essen und Wein! Die Stadt bietet einige hübsche kleine Geschäfte mit exzellenten lokalen Produkten, schöne Bars und Lokalen mit Terrassen und exzellente Restaurants.

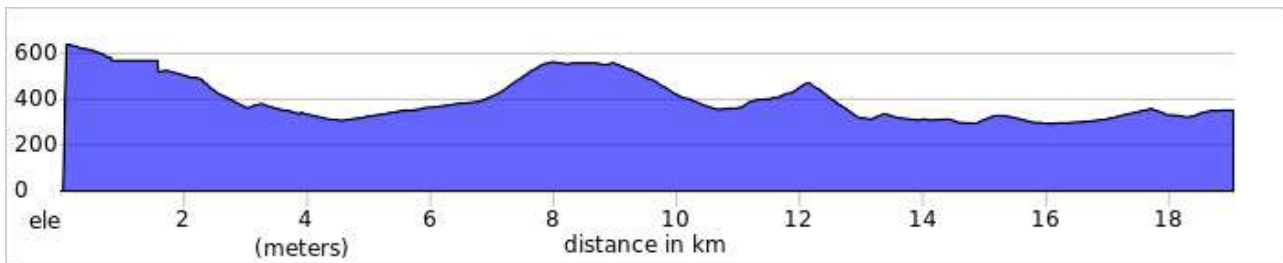
Übernachtung in Hotel \*\*\* oder \*\*\*\* Sterne in der Altstadt oder ausserhalb.

Höhenunterschied: +541m -664m (Campello Alto) oder +487m - 771m (Le Fontanelle)

Wanderzeit: 5 Stunden 10 Minuten (Campello Alto) oder 5 Stunden 50 Minuten (Le Fontanelle)

Länge: 17,5 km (Campello Alto) oder 19 km (Le Fontanelle)

Fontanelle Spoleto



### Tag 8 Ende der Tour nach dem Frühstück

Ende der Reise im wunderschönen umbrischen Tal. Spoleto hat einen Bahnhof, der 3 km von Ihrem Hotel ist. Wenn Sie ein Auto in Assisi haben, können wir auch einen Rücktransfer organisieren.

### Tägliches Programm der Reise 9 Tage / 8 Nächte

Das Programm für diese Tour ist das gleiche wie für die 8-Tage / 7-Nächte-Reise. Der einzige Unterschied ist eine zusätzliche Nacht in Assisi mit der Möglichkeit einer Kulturreise in Assisi oder einer Wanderung auf den umliegenden Hügeln.

Sie können zwischen zwei Routen auswählen:

**1. Kulturelle Wanderung in Assisi:** dieser kulturelle Spaziergang in der Stadt führt Sie zur Entdeckung der wichtigsten Denkmäler von Assisi, die größtenteils mit dem Leben vom Heiligen Franziskus und von der Heiligen Klara verbunden sind; beide Heiligen wurden hier geboren und Sie haben in Assisi gelebt.

Vom Hotel wandern Sie bergauf zur Porta Cappuccini (470m ü.d.M.), dem obersten Tor in Assisi. Sie wandern durch die vielen engen Gassen und überqueren schöne mittelalterliche Plätze, Sie passieren die Rocca, die Basilika San Francesco, das Minerva-Tempel, die Chiesa Nuova und die Basilika Santa Chiara. Wenn Sie zum Kloster von San Damiano ankommen, können Sie wählen, ob Sie zu Ihrem Hotel zurückkehren oder Sie bergab in Richtung S. Maria degli Angeli gehen, um die beeindruckende Basilika zu besichtigen. Von hier, werden Sie einen Lokalbus nach Assisi nehmen.

Wanderzeit: 3 - 4 ½ Stunden

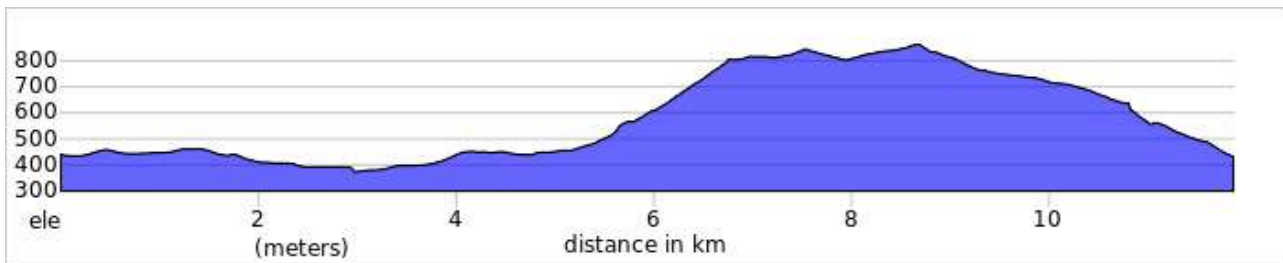
**2. Die kürzere oder längere Wanderung durch den Nationalpark Monte Subasio:**

Eine wunderschöne Wanderung im Schatten der Wälder von Monte Subasio. Von Porta Cappuccini wandern Sie bergauf zur Einsiedelei Eremo delle Carceri (830m ü.d.M.) auf dem Monte Subasio, ein Ort voller Spiritualität, an dem sich der heilige Franziskus zum Gebet zurückzog. Dann wandern Sie zurück nach Assisi, zwischen Olivenhainen und ruhigen Landwegen.

Höhenunterschied: + 544m -544m oder + 740m - 745m

Länge: 12 km oder 16,5 km

Wanderzeit: 4 Stunden oder 5,5 stunden



**Hotels:** \*\*\* oder \*\*\*\* hotels und B&B

**Preise pro Person 2026:** Ab 450 € pro Person im Doppelzimmer. Fordern Sie ein Preisangebot für die Etappe(n) Ihrer Wahl an.

**Verlängerungsnächte sind möglich**

**Leistungen:**

- 5/7/8 Nächte mit Frühstück
- Für die Tour von 8 und 9 Tagen in Campello Alto 1 x Abendessen
- Gepäcktransport
- Ride with GPS-App mit Gps Daten, Wegbeschreibungen und tour info (auf Englisch oder Italienisch)
- Kundenservice im Notfall- Hotline
- Briefing in Hotel am Ankunftstag, bei Buchung für Hotel Fontebella \*\*\*\* / Il Palazzo \*\*\* in Assisi Briefing am 18.00 – 18.30 oder am nächsten Morgen zwischen 9.00-9.30 Uhr
- Tour-Informationen
- Kostenloses Parken nur bei Hotels la Terrazza und Da Angelo

**Der Preis beinhaltet nicht:**

- Exklusive der ortsüblichen Kurtaxe, die direkt im Hotel zu entrichten ist. Die Zuschläge sind abhängig von den Hotelkategorien
- Alles was unter "Leistungen" nicht spezifiziert wird

**Reiseinformationen:** Anfang Assisi / Ende Trevi (6 Tage Reise) Anfang Assisi – Ende Spoleto (8- oder 9 Tage Reise)



**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

