Wandelen in een verrassend Umbrië (W 002 UMB)

Sfeervolle stadjes, een verbluffend mooie natuur en een overheerlijke keuken

Een 8- of 10-daagse wandelreis



Meravigliosa Umbria

Ontdek het echte Umbrië – Wandelvakantie door het groene hart van Italië

Ervaar de authentieke schoonheid van Umbrië tijdens deze onvergetelijke **wandelvakantie door het groene hart van Italië**. Ontdek verborgen hoekjes, sfeervolle middeleeuwse stadjes, glooiende heuvels en de heerlijke traditionele Italiaanse keuken.

Deze **wandelreis in Umbrië**, beschikbaar in een 8- of 10-daagse versie, laat je de vele gezichten van de regio zien: spiritualiteit, traditie en het echte Italiaanse dagelijks leven.

Van Spello naar Spoleto – stap voor stap door geschiedenis en natuur

De reis begint in **Spello**, een betoverend middeleeuws stadje op de hellingen van de Monte Subasio. De bloemenrijke steegjes, pleintjes en Romeinse overblijfselen zorgen voor een bijzondere sfeer. Een wandeling door **olijfgaarden** brengt je naar **Assisi**, het spirituele hart van Umbrië, dat met zijn torens en stadsmuren al van ver te zien is.

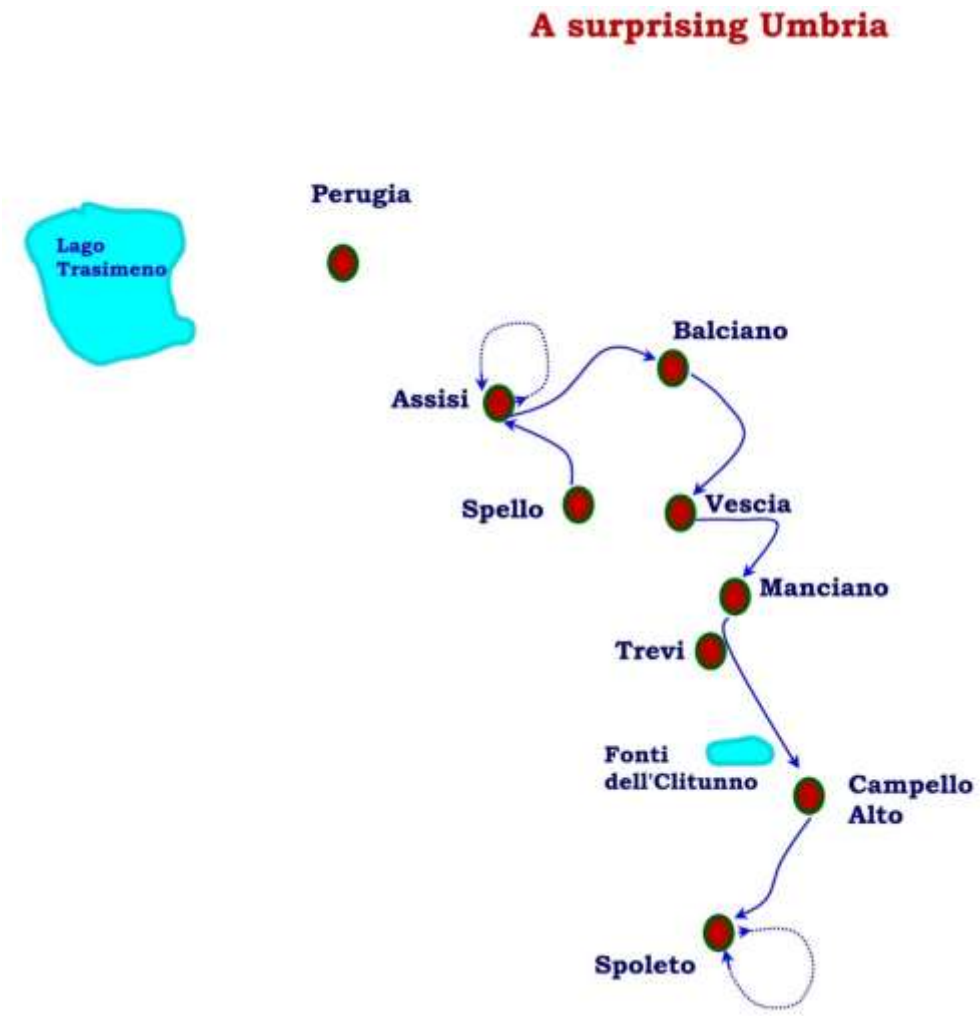
De volgende dagen wandel je over rustige paden en landwegen door het afwisselende landschap van het **Monte Subasio Natuurpark** en de uitlopers van de Apennijnen. Hoogtepunten zijn de **watervallen van Altolina**, de **benedictijnenabdij van Sassovivo** en de **Franciscaanse kluizenarij Eremo delle Carceri**.

Je bezoekt **Trevi**, de "hoofdstad van de olijfolie", en loopt een deel van de **Sint-Franciscusroute**. De wandelreis eindigt in **Spoleto**, een levendige stad vol kunst, cultuur en gastronomie. Geniet van de pleinen, ambachtelijke winkeltjes en de authentieke **Umbrische gerechten**.

Je verblijft in **kleinschalige familiehotels en landelijke B&B's**, waar je hartelijk wordt ontvangen. Proef heerlijke **Umbriase wijnen en specialiteiten** in een warme en gastvrije sfeer.

Deze **wandelvakantie in Umbrië** is de ideale manier om het **onbekende Italië** te ontdekken – vol natuur, geschiedenis en oprechte gastvrijheid.

De reis in het kort



Deelnemers: Minimum 1 persoon

Periode: van 1 april tot 31 oktober 2027 (exclusief 08/08 - 22/08/2027)

8-daagse tour geen start op zondag (restaurant il Tartufaro is op dinsdag gesloten) en bij start op donderdag wordt in Vescia het diner in het hotel bezorgd ipv dat het geserveerd wordt in het restaurant i.v.m. wekelijkse sluitingsdag

10-daagse tour geen start op zaterdag (zelfde reden als voor de 8-daagse reis) en met een start op woensdag wordt in Vescia het diner in het hotel bezorgd ipv dat het geserveerd wordt in het restaurant i.v.m. wekelijkse sluitingsdag

Moeilijkheidsgraad: niveau 3
Voor wandelaars met ervaring, getraind en een goede fysieke conditie. De routes lopen door middel/hoge heuvel / berglandschappen met aanzienlijk bergop en bergaf wandelen. De dagelijkse afstanden liggen tussen de 11-23 km met een gemiddelde wandeltijd van 3 km per uur. U wandelt over berg- en bospaden en over rustige gravel en geasfalteerde landwegen.

Totale km te wandelen gedurende de reis:
8-daagse tour: minimum 105 km en maximum 112 km.
10-daagse tour: minimum 124 km en maximum 141 km.

Programma 8 dagen in het kort
Dag 1 Aankomst in Spello
Dag 2 Wandeling naar Assisi (11 km of 17,5 km)
Dag 3 Wandeling naar Balciano door het natuurpark van Monte Subasio (20,5 km)
Dag 4 Wandeling naar Vescia (23 km)
Dag 5 Korte transfer naar startpunt wandeling en wandelen naar Trevi passerende de abdij van Sassovivo (19 km)
Dag 6 Wandeling naar Campello alto (12 km)
Dag 7 Wandeling naar Spoleto (19,5 km)
Dag 8 Vertrek

Programma 10 dagen in het kort
Dag 1 Aankomst in Spello
Dag 2 Wandeling naar Assisi (11 km of 17,5 km)
Dag 3 Rondwandeling in de omgeving van Assisi of culturele wandeling in Assisi (Van 6,5 km tot 17 km)
Dag 4 Wandeling naar Balciano door het natuurpark van Monte Subasio (20,5 km)
Dag 5 Wandeling naar Vescia (23 km)
Dag 6 Korte transfer naar startpunt wandeling en wandelen naar Trevi passerende de abdij van Sassovivo (19 km)
Dag 7 Wandeling naar Campello alto (12 km)
Dag 8 Wandeling naar Spoleto (19,5 km)
Dag 9 Rondwandeling op de Monteluco (12 km)
Dag 10 Vertrek

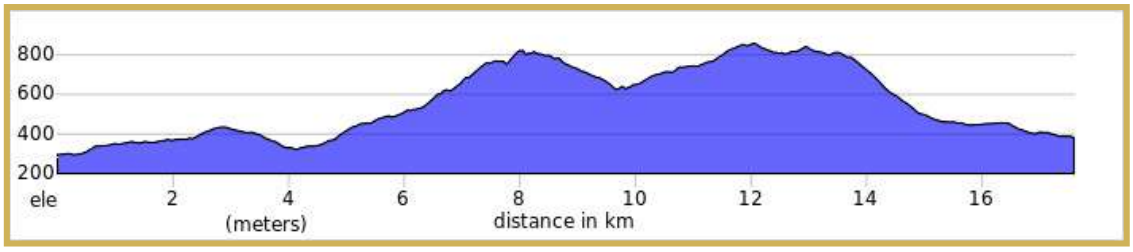
Het Dagprogramma

Dagelijkse programma van de 8–daagse/ 7-nachten wandeltocht

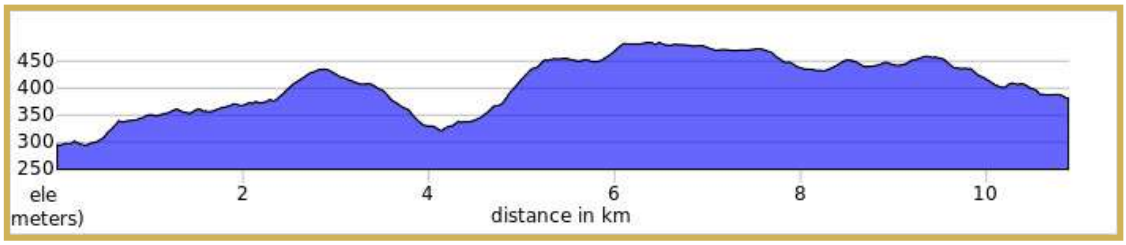
Dag 1| Aankomst in Spello
Je wandelvakantie in Umbrië begint in Spello, een van de meest charmante middeleeuwse stadjes van Italië. In de avond krijg je een welkomstbriefing en kun je je reis rustig bespreken.
Spello is een stad vol karakter met smalle straatjes versierd met bloemen en planten. Bezoek zeker de Via Torre di Properzio die eindigt bij de Romeinse Porta Venere, de Romeinse mozaïeken in het museum en de Santa Maria Maggiore-kerk met de prachtige fresco's van Pinturicchio.
Je overnacht in een sfeervol *** of **** hotel in het middeleeuwse centrum.
Overnachting met ontbijt in Spello.

Dag 2| Van Spello naar Assisi
Vandaag wandel je van Spello naar Assisi door het prachtige landschap van het Monte Subasio Natuurpark. De route kent verschillende varianten. Het eerste deel voert je door olijfgaarden langs de hellingen van de Monte Subasio.
Na ongeveer 8 km (475 m boven zeeniveau) kun je kiezen: of je blijft op een vlak pad rechtstreeks naar Assisi, of je maakt een klim naar de Eremo delle Carceri (830 m), de kluizenarij waar Sint Franciscus zich vaak terugtrok om te mediteren. Vervolgens daal je door het bos af naar de stadspoort Porta Cappuccini.
Assisi heeft zijn middeleeuwse sfeer prachtig bewaard. De huizen, kerken en torens zijn gebouwd van de roze-witte steen van de Monte Subasio.

Overnachting met ontbijt in Assisi.
Langere route:
Afstand: 17,5 km
Niveauverschil: +873m -786m
Verhard: 34% ; Onverhard: 66%

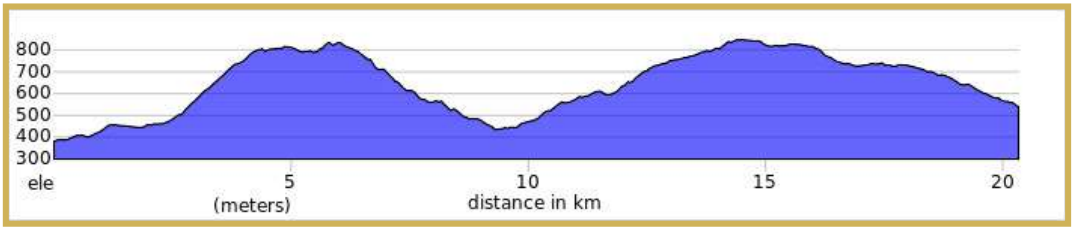


Kortere route:
Afstand: 11 km
Niveauverschil: +348m -262m
Verhard: 41%; Onverhard: 59%



Dag 3| Van Assisi naar Balciano
Vandaag maak je een van de mooiste wandelingen van de reis, door het Monte Subasio Natuurpark. Je volgt het Franciscaanse pad nr. 351, dat door bossen en olijfgaarden slingert. Onderweg kom je langs de Fosso del Marchetto, een kleine kloof, en de kapel van Satriano, die herinnert aan de laatste reis van Sint Franciscus.
De wandeling eindigt bij je landelijke hotel, waar je kunt ontspannen met een verfrissende duik in het zwembad. 's Avonds geniet je van een heerlijke maaltijd – het restaurant staat bekend om zijn truffelgerechten.

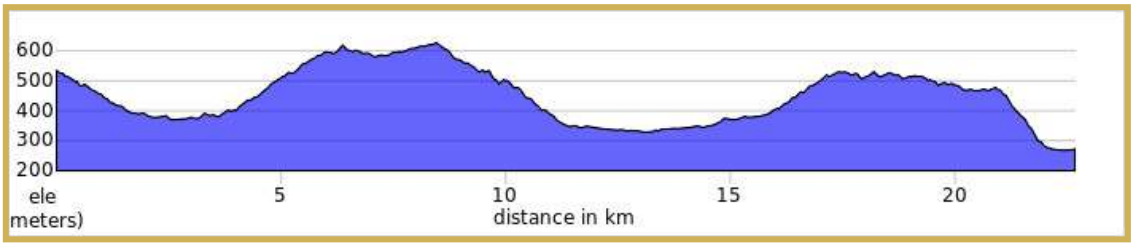
Overnachting met ontbijt in Balciano
Afstand: 20,5 km
Niveauverschil: +903m -743m
Verhard: 48%; Onverhard: 52%



Dag 4| Van Balciano naar Vescia
Ook vandaag wandel je door olijfgaarden met prachtige vergezichten over het groene heuvellandschap van Umbrië.
Vanaf het hotel daal je af naar de vallei van de rivier de Topino, klimt daarna omhoog naar het kasteel Il Poggio, en daalt weer af naar het dorp Capodacqua. Een laatste klim met panoramisch uitzicht op de Monte Subasio wordt gevolgd door een afdaling naar Vescia.
Je overnacht in een bijzondere accommodatie: een oude olijfmolen (frantoio) waar nog steeds hoogwaardige olijfolie wordt geproduceerd. Het diner wordt geserveerd in een gezellig lokaal restaurant in de buurt.

Overnachting met ontbijt en diner in Vescia

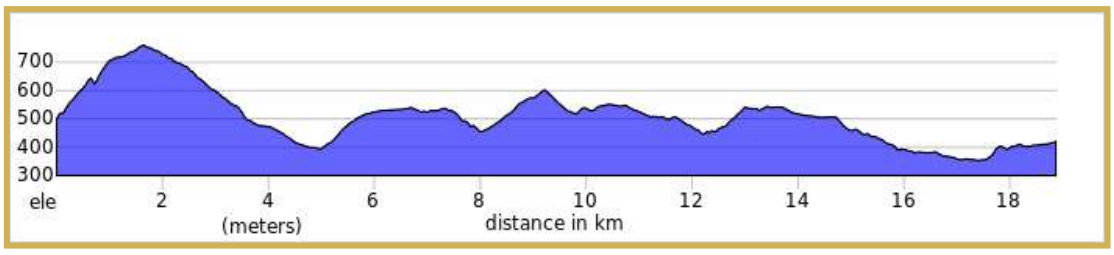
Afstand: 23 km
Niveauverschil: +509m -766m
Verhard: 74%; Onverhard: 26%



Dag 5| Van Vescia naar Trevi
Vandaag wandel je door een prachtig olijfgaardenlandschap in het hart van Umbrië. Om 9.00 uur (of eerder op verzoek) krijg je een transfer naar Pale of naar de benedictijnenabdij van Sassovivo, gesticht in de 11e eeuw.
In de tijd van Sint Franciscus had deze abdij grote invloed en bezittingen verspreid over heel Midden-Italië. Het hoogtepunt is de romaanse kloostergang met dubbele zuilenrijen en kapitelen in de vorm van lelies – een meesterwerk van middeleeuwse architectuur.
Vanuit de abdij wandel je door bossen en olijfgaarden naar Trevi, gelegen aan de voet van de Monte Serano. Trevi staat bekend als de "hoofdstad van de olijfolie" en heeft een sfeervol middeleeuws centrum. Bezoek zeker de kathedraal en de Sint-Franciscuskerk met haar kleine museum.

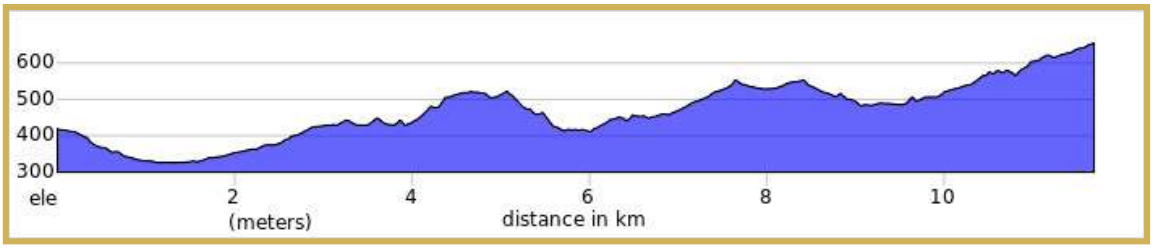
Overnachting met ontbijt in Trevi
Afstand: 19 km (vanaf Pale) of 15,8 km (vanaf de abdij van Sassovivo)
Niveauverschil: +692m -791m (Pale)
Verhard: 33% ; Onverhard: 67%

Vanaf Pale



Dag 6| Van Trevi naar Campello Alto
Vandaag volg je opnieuw de Sint-Franciscusroute, het beroemde pelgrimspad van La Verna naar Rome.
Je wandelt door olijfgaarden naar Campello Alto, een ommuurd dorp op een heuvel met schitterende uitzichten over de valleien van Umbrië.
Overnachting in een comfortabel hotel met zwembad of – op aanvraag – in een voormalig klooster of een luxe 4-sterrenrelais met wellness.

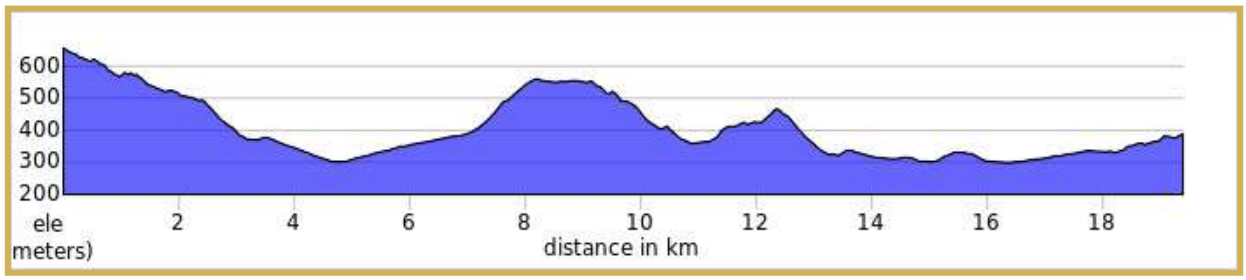
Overnachting met ontbijt en diner in Campello Alto
Afstand: 11,7 km
Niveauverschil: +510m -273m
Verhard: 46% ; Onverhard: 54%



Dag 7 | Campello Alto – Spoleto
Vandaag wandel je verder langs het Olijfgaardenpad en de Sint-Franciscusroute richting de historische stad Spoleto. Zoals de naam al doet vermoeden, voert de route grotendeels door olijfgaarden over de hellingen van de Umbrische heuvels.
Onderweg kom je langs enkele sfeervolle heuveldorpen, zoals Bazzano en Eggi, waar de tijd lijkt stil te staan.
Je eindbestemming, Spoleto, is een van de culturele parels van Umbrië. Bezienswaardigheden zijn onder andere de indrukwekkende kathedraal van Santa Maria Assunta met fresco's van Filippo Lippi en Pinturicchio, een Romeins huis en een Romeins theater. Net buiten de stad vind je de prachtige kerk van San Pietro en het beroemde aquaduct Ponte delle Torri, met adembenemende uitzichten over de vallei.
Spoleto is bovendien een heerlijke stad om doorheen te slenteren, met gezellige straatjes, lokale winkeltjes en restaurants en cafés waar je kunt genieten van de Umbrische sfeer.
Overnachting in een *** of **** hotel in Spoleto.

Overnachting met ontbijt in Spoleto

Vanaf hotel Le Fontanelle
Afstand: 19,5 km
Niveauverschil: +481m -745m
Verhard: 64% ; Onverhard: 36%



Dag 8 | Einde van de reis na het ontbijt.
Vandaag eindigt uw wandelreis door een spectaculaire Umbrische natuur**.**

De 10-daagse reis heeft een extra nacht in Assisi en Spoleto

perfect voor wie meer van Umbrië wil ontdekken.

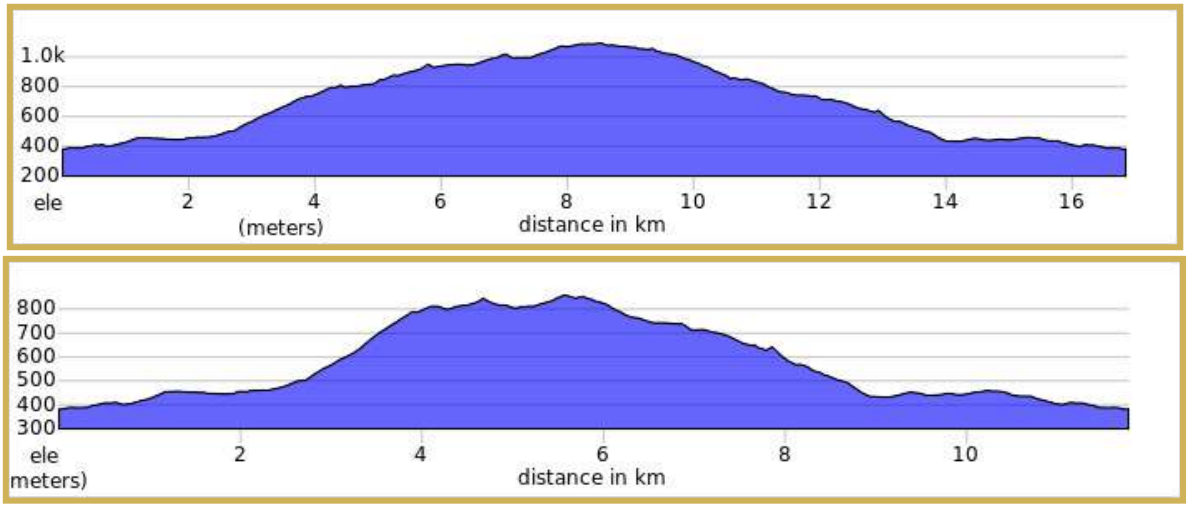
Stadswandeling in Assisi – In de voetsporen van Sint-Franciscus
Tijdens deze culturele wandeling ontdek je de belangrijkste monumenten van Assisi, die allemaal verbonden zijn met het leven van Sint-Franciscus en Sint-Clara.
Vanaf je hotel wandel je omhoog naar de Porta Cappuccini (470 m), en dwaal je door een doolhof van smalle straatjes en middeleeuwse pleinen. Je passeert de resten van het Romeinse amfitheater,

de Rocca Maggiore, de Basiliek van Sint-Franciscus, de Tempel van Minerva, de Chiesa Nuova en de Basiliek van Sint-Clara, waarna je afdaalt naar het klooster van San Damiano (310 m).

Afstand: Tussen 6,5 km en 9,5 km (afhankelijk van het vertrekpunt)

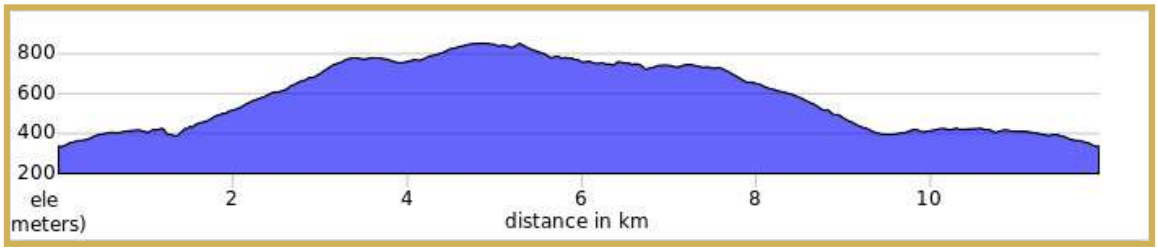
Wandeling door het natuurpark Monte Subasio
Of kies voor een natuurwandeling door het bosrijke Monte Subasio Nationaal Park, met verkoelende schaduw en prachtige uitzichten.
Vanaf de Porta Cappuccini wandel je omhoog naar de Eremo delle Carceri (830 m), de heilige plek waar Sint-Franciscus zich vaak terugtrok om te mediteren. Vervolgens daal je via stille bospaden en landelijke wegen terug naar Assisi.
De langere variant van deze route maakt een extra lus over de berghellingen van Monte Subasio.

Afstand: 12 km of 17 km
Niveauverschillen: +530m -532m o +757m -759m
Verhard: 53% of 32%; Onverhard: 47% of 68%



Extra nacht in Spoleto – De heilige bossen van Monteluco
Met een extra overnachting in Spoleto kun je een luswandeling op Monteluco (Monte Luco) maken – een spirituele plek vol geschiedenis.
De naam *Lucu* (*lucus*) betekent *heilig bos* en verwijst naar de tijd dat deze berg als heilig werd beschouwd. Vanaf de 5e eeuw leefden hier kluizenaars onder de Benedictijnen, later bouwden de Franciscanen er een klooster.
Het altijd groene eikenbos is sinds de middeleeuwen beschermd en herbergt dieren als stekelvarkens, wilde katten, dassen en eekhoorns.

Overnachting met ontbijt in Spoleto
Afstand: 12 km
Niveauverschil: +578m -580m
Verhard: 32%; Onverhard: 68%



Hotels & Prijzen & Info

Hotels: ** of * of ******

Prijzen per person 2027: **Vanaf 748€**

Annuleringsvoorwaarden

- Tot 30 dagen: € 50 administratiekosten
- 29-21 dagen voor begindatum: 30% van de totale reissom
- 20-14 dagen voor begindatum: 50% van de totale reissom
- 13-6 dagen voor begindatum: 75% van de totale reissom
- 5 dagen-start van de reis: 100% van de totale reissom

Inbegrepen in de prijs

- 7 of 9 overnachtingen met ontbijt
- 2 diners (Vescia en Campello Alto)
- Op verzoek PDF Routebeschrijving (in Engels of Italiaans) en kaarten
- Toegang tot de APP Ride with GPS waar u de Gps- tracks, routebeschrijvingen en tour informatie in het Engels vindt
- Bagagetransport
- Transfer van Vescia naar de start van de wandeling naar Trevi
- Assistentie
- Tourinformatie
- Ontmoeting met lokale agent in beginhotel

Niet inbegrepen in de prijs

- Lokale belastingen
- Alles wat niet vermeld is onder 'in de prijs is inbegrepen'

Begin van de rondleiding: Assisi / **Einde van de rondleiding:** Spoleto

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