Überraschendes Umbrien (W002UMB)

Charakteristische Städte, atemberaubende Natur und köstliche typische Küche

Eine Wandertour von 8 oder 10 Tagen



Meravigliosa Umbria

Entdecke das echte Umbrien – Wanderreise durch das grüne Herz Italiens

Erlebe die authentische Schönheit Umbriens auf dieser unvergesslichen **Wanderreise durch das grüne Herz Italiens**. Entdecke verborgene Winkel, charmante mittelalterliche Städte, idyllische Hügellandschaften und eine köstliche, traditionelle Küche.

Diese **Wanderreise in Umbrien** (wahlweise 8 oder 10 Tage) zeigt dir die vielen Facetten der Region: Spiritualität, Tradition und das echte italienische Alltagsleben.

Von Spello nach Spoleto – Schritt für Schritt durch Geschichte und Natur

Deine Reise beginnt in **Spello**, einer faszinierenden mittelalterlichen Stadt am Hang des Monte Subasio. Enge blumengeschmückte Gassen, kleine Plätze und römische Bauwerke verleihen ihr einen ganz besonderen Charme. Ein Spaziergang durch silbrig schimmernde **Olivenhaine** führt dich nach **Assisi**, dem spirituellen Herz Umbriens, dessen imposante Türme und Stadtmauern schon von weitem sichtbar sind. In den folgenden Tagen wanderst du auf stillen Wegen und Landstraßen durch die abwechslungsreichen Landschaften des **Naturparks Monte Subasio** und des unteren Apennins. Höhepunkte sind die **Altolina-Wasserfälle**, die **Benediktinerabtei von Sassovivo** und die **Franziskanereinsiedelei Eremo delle Carceri**.

Du besuchst **Trevi**, die „Hauptstadt des Olivenöls“, und folgst einem Abschnitt des **Franziskuswegs**. Das Ziel deiner Wanderung ist **Spoleto**, eine lebendige Stadt voller Kunst, Kultur und kulinarischer Genüsse. Genieße ihre Plätze, Handwerksläden und die authentische **umbrische Küche**. Übernachtet wird in **familiären Hotels und traditionellen Agriturismi**, wo dich herzliche Gastgeber erwarten. Genieße hervorragende **Weine und Spezialitäten Umbriens** in einer gastfreundlichen Atmosphäre.

Diese **Wanderreise durch Umbrien** ist die perfekte Möglichkeit, das **unbekannte Italien** mit all seiner Geschichte, Natur und Authentizität zu entdecken.

Die Reise in Kürze



Teilnehmer: Ab a 1 Person

Termine: Täglich von 01 April bis 31 Oktober 2027 (exklusiv 08/08 - 22/08/2027)

8-tägige Tour: kein Start am Sonntag möglich, weil Restaurant il Tartufaro am Dienstag geschlossen ist) und mit Start am Donnerstag, in Vescia wird das Abendessen wegen des wöchentlichen Ruhetags im Hotel geliefert statt im Restaurant serviert wird

10-tägige Tour: kein Start am Samstag möglich (gleicher Grund der 8-tagige Reise) und mit Start am Mittwoch, in Vescia wird das Abendessen wegen des wöchentlichen Ruhetags im Hotel geliefert statt im Restaurant serviert wird

Schwierigkeit: 3
Für geübte und erfahrene Wanderer, gut trainiert und in guter körperlicher Verfassung. Die Routen sind mittelschwer / schwer, die Routen sind hügelig mit deutlichen Anstiegen und Abstiegen. Tägliche Länge zwischen 11 und 23 km. Durchschnittlich 3 km/Stunde. Sie wandern auf hügeligen Bergpfaden, Wegen in den Wäldern und ruhigen Feldwegen.

8-Tage Reise: min.105 km und max. 112 km.
10-Tage Reise: min.124 km und max. 141 km

Programmüberblick 8-Tage
Tag 1 Anreise nach Spello
Tag 2 Assisi (11 km oder 17,5 km)
Tag 3 Balciano über den Park von Monte Subasio (20,5 km)
Tag 4 Vescia (23 km)
Tag 5 Kurze transfer nach Anfang Wanderung und wandern nach Trevi über die Abtei von Sassovivo (19 km)
Tag 6 Campello Alto (12 km)
Tag 7 Spoleto (19,5 km)
Tag 8 Abreise

Programmüberblick 10-Tage
Tag 1 Anreise nach Spello
Tag 2 Assisi (11 km oder 17,5 km)
Tag 3 Rundwanderung in der Umgebung von Assisi (von 6,5 km bis 17 km)
Tag 4 Balciano über den Naturpark von Monte Subasio (20,5 km)
Tag 5 Vescia (23 km)
Tag 6 Kurze transfer nach Anfang Wanderung und wandern nach Trevi über die Abtei von Sassovivo (19 km)
Tag 7 Campello Alto (12 km)
Tag 8 Spoleto (19,5 km)
Tag 9 Rundwanderung auf dem Berg Monteluco (12 km)
Tag 10 Abreise

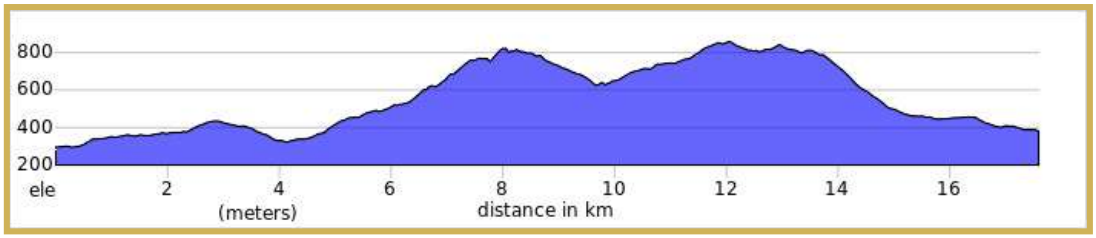
Das Tagesprogramm

Tägliches Programm Reise 8–Tage/ 7-Nächte

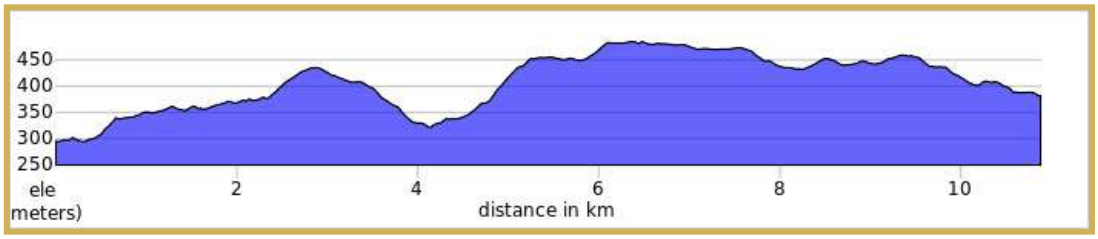
Tag 1| Ankunft in Spello
Deine Wanderreise in Umbrien beginnt in Spello, einem der schönsten mittelalterlichen Orte Italiens. Am Abend erhältst du eine ausführliche Begrüßung und kannst alle Details deiner Tour besprechen.
Spello verzaubert mit seinen engen, blumengeschmückten Gassen und seiner authentischen Atmosphäre. Besonders sehenswert sind die Via Torre di Properzio mit der römischen Porta Venere, die römischen Mosaike im Museum und die Kirche Santa Maria Maggiore mit den berühmten Fresken von Pinturicchio.
Übernachtung in einem *** oder **** Hotel im historischen Zentrum mit Frühstück in Spello.

Tag 2| Von Spello nach Assisi
Heute wanderst du durch den grünen Naturpark Monte Subasio von Spello nach Assisi. Die Route bietet verschiedene Varianten. Zunächst führt der Weg durch die silbrig schimmernden Olivenhaine an den Hängen des Monte Subasio.
Nach etwa 8 km (475 m ü.d.M.) hast du die Wahl: Entweder bleibst du auf dem ebenen Weg direkt nach Assisi oder du steigst hinauf zum Eremo delle Carceri (830 m ü.d.M.), einer stillen Einsiedelei, in der Franz von Assisi oft meditierte. Danach geht es durch den Wald hinunter zum Stadttor Porta Cappuccini.
Das mittelalterliche Stadtbild von Assisi ist beeindruckend gut erhalten. Fast alle Gebäude sind aus dem rosafarbenen Stein des Monte Subasio erbaut.
Übernachtung mit Frühstück in Assisi.

Lange Route:
Übernachtung mit Frühstück in Assisi
Länge: 17,5 km
Höhenunterschied: +873m -786m
Asphaltiert: 34%; Unbefestigt: 66%

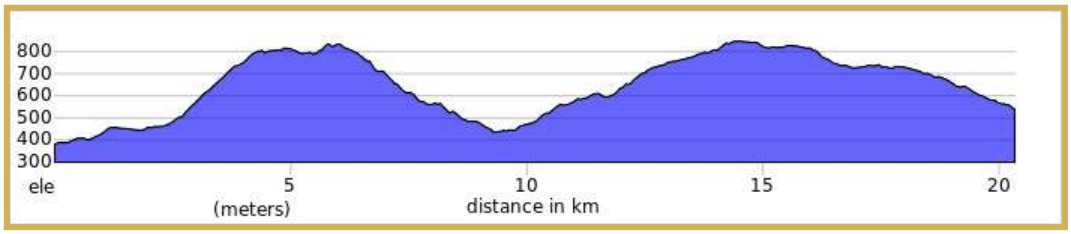


Kurze Route:
Übernachtung mit Frühstück in Assisi
Länge: 11 km
Höhenunterschied: +348m -262m
Asphaltiert: 41%; Unbefestigt: 59%



Tag 3| Von Assisi nach Balciano
Heute erwartet dich eine besonders reizvolle Etappe durch den Naturpark Monte Subasio. Du folgst dem Franziskusweg Nr. 351, der dich durch stille Wälder und sanfte Olivenhaine führt. Ein Höhepunkt ist der Fosso del Marchetto, eine kleine Schlucht, sowie die Kapelle von Satriano, die an die letzte Reise des Heiligen Franziskus erinnert.
Dein Weg führt weiter durch ruhige Landschaften bis zu deinem Landhotel, wo du dich im Swimmingpool entspannen kannst. Zum Abendessen erwartet dich eine hervorragende Küche – das Restaurant ist auf Trüffelgerichte spezialisiert.

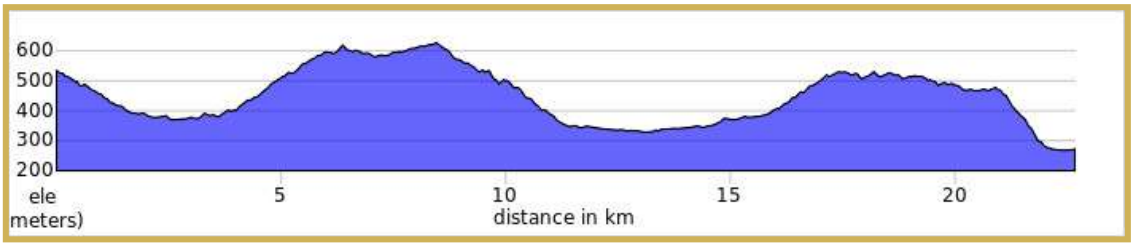
Übernachtung mit Frühstück in Balciano
Länge: 20,5 km
Höhenunterschied: +903m -743m
Asphaltiert: 48%; Unbefestigt: 52%



Tag 4| Von Balciano nach Vescia
Auch heute wanderst du durch wunderschöne Olivenhaine mit atemberaubenden Ausblicken auf die Hügellandschaft Umbriens.
Vom Hotel steigst du zunächst in das Tal des Topino-Flusses hinab, bevor du zum Castello Il Poggio aufsteigst. Anschließend führt der Weg hinunter ins Dorf Capodacqua. Ein letzter Anstieg bietet großartige Ausblicke auf den Monte Subasio und die umliegenden Hügel, bevor du nach Vescia hinabsteigst.
Du übernachtest in einer besonderen Unterkunft – einer alten Ölmühle (Frantoio), in dem noch heute hochwertigen Olivenöl hergestellt wird. Das Abendessen genießt du in einem traditionellen Restaurant in der Nähe.

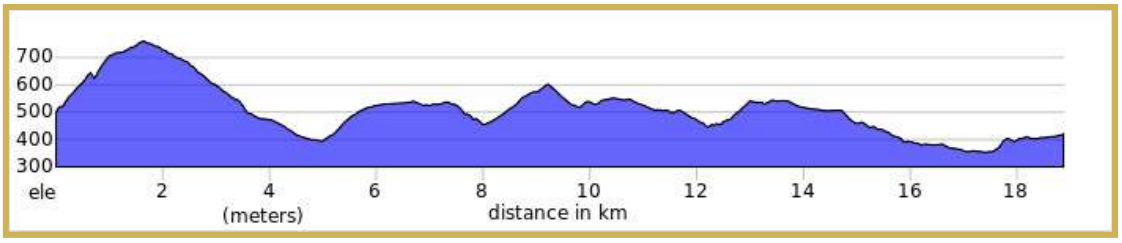
Übernachtung mit Frühstück und Abendessen in Vescia

Länge: 23 km
Höhenunterschied: +509m -766m
Asphaltiert: 74%; Unbefestigt: 26%



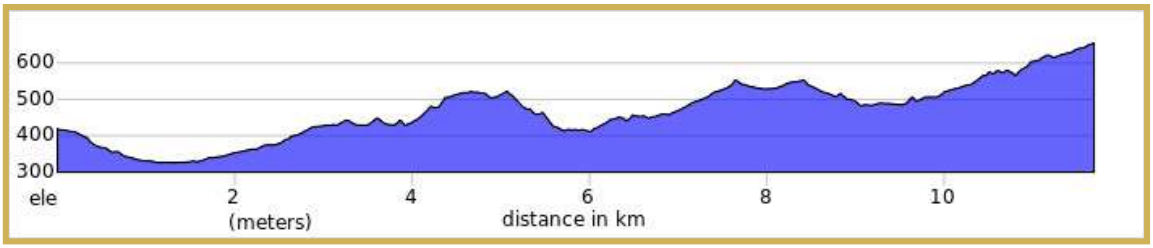
Tag 5| Von Vescia nach Trevi
Heute führt dich eine wunderschöne Etappe durch die Olivenhaine Umbriens. Um 9:00 Uhr (oder auf Wunsch früher) erfolgt ein kurzer Transfer nach Pale oder zur Benediktinerabtei Sassovivo aus dem 11. Jahrhundert.
Zur Zeit des Heiligen Franziskus war dieses Kloster eines der einflussreichsten in Mittelitalien. Besonders sehenswert ist der romanische Kreuzgang mit seinen doppelten Säulenreihen und lilienförmigen Kapitellen – ein wahres architektonisches Juwel.
Von hier wanderst du durch Wälder und Olivenhaine hinunter nach Trevi, das malerisch an den Hängen des Monte Serano liegt. Trevi gilt als die „Hauptstadt des Olivenöls". Sehenswert sind der Dom und die Franziskanerkirche, die ein kleines Museum beherbergt.

Übernachtung mit Frühstück in Manciano
Länge: 18,9 km (Anfang Pale) oder 15,8 km (Anfang der Abtei)
Höhenunterschied: +692m -791m (Pale)
Asphaltiert: 33%; Unbefestigt: 67%



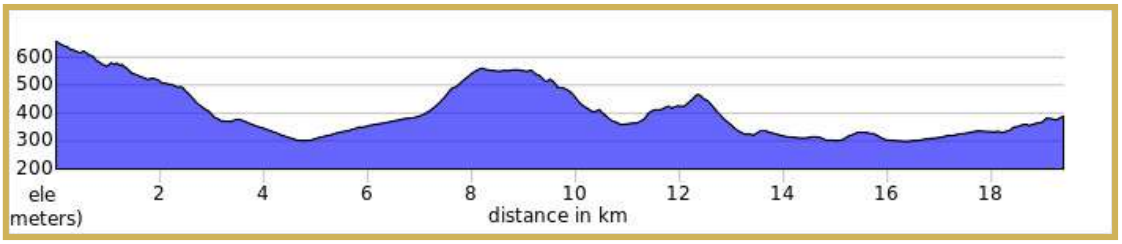
Tag 6| Von Trevi nach Campello Alto
Du verlässt Trevi und folgst weiterhin der Via di San Francesco, dem bekannten Pilgerweg von La Verna nach Rom. Der Weg führt dich zwischen Olivenhainen zu deinem heutigen Ziel, dem ummauerten Dorf Campello Alto, das herrliche Ausblicke auf das Umbriatal bietet.
Übernachtung in einem komfortablen Hotel mit Swimmingpool oder – auf Wunsch – in einem ehemaligen Kloster oder einem eleganten 4-Sterne-Relais mit Spa.

Übernachtung mit Frühstück und Abendessen in Campello Alto
Länge: 11,7 km
Höhenunterschied: +510m -273m
Asphaltiert: 46%; Unbefestigt: 54%



Tag 7| Campello Alto – Spoleto
Heute folgst du weiterhin dem Olivenweg und dem Franziskusweg in Richtung der historischen Stadt Spoleto. Wie der Name schon sagt, führt der Weg überwiegend durch Olivenhaine an den Hängen der umliegenden Hügel und Berge Umbriens.
Unterwegs kommst du an mehreren malerischen Dörfern vorbei, darunter Bazzano und Eggi, die beide auf Hügeln liegen und herrliche Ausblicke bieten.
Dein Ziel, Spoleto, zählt zu den kulturellen Höhepunkten Umbriens. Besonders sehenswert sind der Dom Santa Maria Assunta mit den Fresken von Filippo Lippi und Pinturicchio, ein römisches Haus und ein römisches Theater. Außerhalb der Stadt lohnt sich der Besuch der Kirche San Pietro und der berühmten Brücke Ponte delle Torri, einem imposanten mittelalterlichen Aquädukt mit spektakulären Ausblicken.
Spoleto lädt außerdem zum gemütlichen Bummeln ein – mit kleinen Geschäften, Cafés und Restaurants in den charmanten Altstadtgassen.

Von hotel Fontanelle
Übernachtung mit Frühstück in Campello Alto
Länge: 19,5 km
Höhenunterschied: +481m -745m
Asphaltiert: 64%; Unbefestigt: 36%



Tag 8| Ende der Reise nach dem Frühstück.
Heute endet Ihre Wanderung durch die spektakuläre umbrische Natur.

Die 10-tägige Reise hat eine zusätzliche Nacht in Assisi und Spoleto

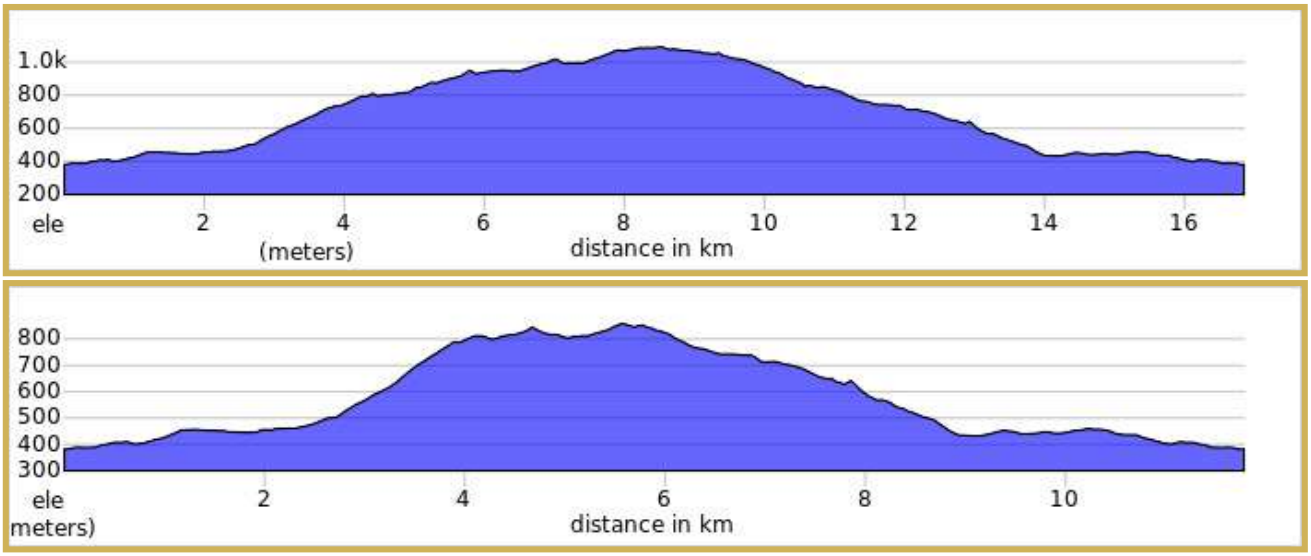
Die 10-tägige Variante dieser Wanderreise beinhaltet einen **zusätzlichen Tag in Assisi** sowie eine **Rundwanderung ab Spoleto** – ideal für alle, die noch mehr von Umbriens Kultur und Natur entdecken möchten.

Stadtspaziergang in Assisi – Auf den Spuren des Heiligen Franziskus
Diese **kulturelle Wanderung** führt dich zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten von **Assisi**, die eng mit dem Leben der **Heiligen Franziskus** und **Klara** verbunden sind.
Vom Hotel aus gehst du hinauf zum **Stadttor Porta Cappuccini** (470 m ü.d.M.) und schlenderst anschließend durch ein Labyrinth aus engen mittelalterlichen Gassen. Du siehst die **Überreste des römischen Amphitheaters**, die **Festung Rocca Maggiore** (506 m), die **Basilika des Heiligen Franziskus**, den **Tempel der Minerva**, die **Chiesa Nuova** und die **Basilika der Heiligen Klara**, bevor du zum **Kloster San Damiano** (310 m) hinabsteigst.

Strecke: Zwischen 6,5 km und 9,5 km (je nach Ausgangspunkt)

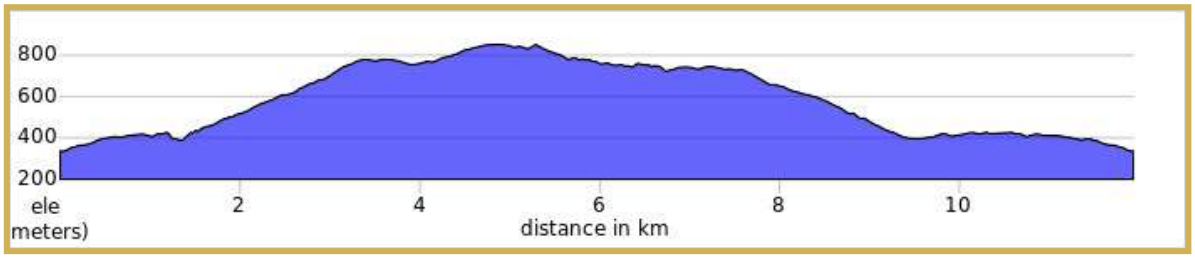
Wanderung im Naturpark Monte Subasio
Alternativ kannst du eine **Naturwanderung** durch die stillen Wälder des **Monte Subasio** unternehmen – ein wunderschöner, schattiger Weg mit herrlichen Ausblicken.
Vom **Porta Cappuccini** aus steigst du zum **Eremo delle Carceri** (830 m) hinauf, einem heiligen Ort, an dem **Franz von Assisi** oft meditierte. Danach führt der Weg auf ruhigen Pfaden und Landstraßen zurück nach Assisi. Die **längere Variante** der Tour führt über zusätzliche Schleifen auf den Hängen des Monte Subasio.

Übernachtung mit Frühstück in Assisi
Länge: 12 km oder 17 km
Höhenunterschied: +530m -532m o +757m -759m
Asphaltiert: 53% oder 32%%; Unbefestigt: 47% oder 68%



Zusätzliche Nacht in Spoleto – Der heilige Wald von Monteluco
Mit einer zusätzlichen Übernachtung in **Spoleto** kannst du eine **Rundwanderung auf den Monteluco (Monte Luco)** unternehmen – einen mystischen Ort voller Geschichte.
Der Name *Lucu* (*lucus*) bedeutet *heiliger Wald* und verweist auf die Zeit, als der Berg als heiliger Ort galt. Seit dem 5. Jahrhundert lebten hier Eremiten unter der Benediktinerregel, später gründeten auch die Franziskaner ein Kloster.
Der **immergrüne Eichenwald** steht seit dem Mittelalter unter Schutz und beherbergt heute Wildtiere wie **Stachelschweine**, **Wildkatzen**, **Dachse** und **Eichhörnchen**.

Übernachtung mit Frühstück in Spoleto
Länge: 12 km
Höhenunterschied: +578m -580m
Asphaltiert: 32%; Unbefestigt: 68%



Hotels & Preise

Hotel: ** oder * oder ****

Preise pro Person 2027: Ab 748€

Stornierungsbedingungen

- Bis 30 Tage: € 50,00 Verwaltungskosten
- 29-21 Tage vor Reisebeginn: 30% der Gesamtkosten
- 20-14 Tage vor Reisebeginn: 40% der Gesamtkosten
- 13-6 Tage vor Reisebeginn: 75% der Gesamtkosten
- 5 Tage -Anfange der Reise: 100% der Gesamtkosten

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
- 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

Start der Tour: Assisi / **Ende der Tour:** Spoleto

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