Meravigliosa Umbria

Viaggio in bici con degustazioni di eccellenti vini umbri

Un viaggio in bicicletta di 4 o 5 giorni

Codice: CG 001 UMB



In questo viaggio avrete l'opportunità di esplorare la splendida Valle Umbra in tutta la sua autenticità. Questa verde e fertile vallata si estende da Assisi a Spoleto ed è da sempre un crocevia di civiltà, cultura e tradizioni. Fin dall'antichità, infatti, popoli e viaggiatori sono stati attratti da questo territorio unico, decidendo di stabilirsi tra le sue colline dolci e i suoi borghi senza tempo. È proprio in questa zona che si concentrano alcune delle città umbre più note, così come alcune delle aree vitivinicole più prestigiose della regione.
Tra le colline circostanti si trovano ben quattro denominazioni di origine tra D.O.C. e D.O.C.G.: Torgiano, Assisi, Montefalco e i Monti Martani. Un patrimonio enologico di altissimo livello, tutto da scoprire.
Quale modo migliore per vivere questa esperienza se non con una rilassante vacanza in bicicletta? Un viaggio che unisce natura, cultura e gusto, perfetto per chi ama esplorare con lentezza e stile.
Il tour prenderà il via da **Spello**, incantevole cittadina medievale di origine romana, adagiata sulle pendici del Monte Subasio. Qui, la prima sera, inizierete il vostro percorso nel gusto con una degustazione dei primi vini umbri, sapientemente abbinati a specialità locali.
Il giorno seguente, passando per **Foligno**, raggiungerete la suggestiva **Bevagna**, uno dei borghi più affascinanti della zona. Avrete tempo per esplorare il centro storico e godervi i sapori locali. Bevagna si trova nel cuore della zona vinicola di Montefalco, celebre per i suoi rossi strutturati, e offre molte opportunità per degustazioni nei ristoranti e nelle enoteche del centro.
Ripartiti in sella, pedalerete poi verso **Torgiano**, altra perla dell'Umbria vinicola. Qui sarete accolti dall'enoteca **Lungarotti**, punto di riferimento per la produzione di qualità in Umbria. La visita sarà accompagnata da una degustazione guidata dei loro migliori vini. A Torgiano potrete anche visitare l'interessante **Museo del Vino e dell'Olio**, per un ulteriore approfondimento sulla cultura enogastronomica della regione.
La giornata si concluderà con una cena tipica in un ristorante locale, dove non mancherà il celebre **tartufo umbro**, protagonista della cucina tradizionale.

L’ultima tappa in bicicletta vi condurrà nella straordinaria città di **Assisi**, città di San Francesco e Santa Chiara. Dedicate il giusto tempo alla visita di questo luogo unico al mondo, ricco di arte, spiritualità e panorami incantevoli. Prima del rientro a Spello, concluderete l’esperienza con la visita a una cantina locale nella zona vinicola **Assisi D.O.C.**, per un ultimo brindisi a questo viaggio tra natura, cultura e grandi vini.



Partenze: tutti i giorni dall’1 aprile a 31 ottobre (escluso 09/08- 23/08/2026)

Numero di partecipanti: minimo 2 persone

Livello: 1,5
Tour in bicicletta facile. Pedalerete attraverso la vallata circondata da dolci colline. L’unico tratto in salita sarà quello per raggiungere Assisi e un breve tratto di sali e scendi per andare a Spello. Una minima esperienza in bicicletta è richiesta.

Distanze giornaliere:
Tour di 5 giorni: fra 24 km e 33 km
Km complessivi 85 km

Tour di 4 giorni: fra 33 km e 52 km
Km complessivi: 85 km

Programma in breve (5 giorni / 4 notti)

Giorno 1 Arrivo a Spello
Ore 18.15: Menù degustazione presso il ristorante & wine-bar 'Properzio*
Giorno 2 A Bevagna passando per Foligno (24 km).
Giorno 3 Torgiano (28 km)
Arrivo in hotel intorno alle 15.30: visita della cantina e degustazione alla cantina Lungarotti
Ore 20.00: cena-degustazione al Ristorante Si.Ro
Giorno 4 A Spello, passando per Assisi (33 km)
Ore 16.00: degustazione alla Sportoletti
Ritorno a Spello
Giorno 5 Partenza dopo la prima colazione

Programma del viaggio di 4 giorni / 3 notti
Giorno 1 Arrivo a Spello
18.15 menu degustazione al wine-bar 'Properzio*
Giorno 2 A Torgiano passando per Bevagna (52 km; dislivello + 290m -360m)
Intorno alle 15.30: visita della cantina e degustazione alla cantina Lungarotti
Arrivo in hotel
Ore 20.00: cena al Ristorante Si.Ro
Giorno 3 A Spello, passando per Assisi (33 km)
Ore 16.00: degustazione vini in cantina Sportoletti nei pressi di Spello
Ritorno a Spello
Giorno 4 Partenza dopo la prima colazione

Programma giornaliero del viaggio di 5 giorni / 4 notti:

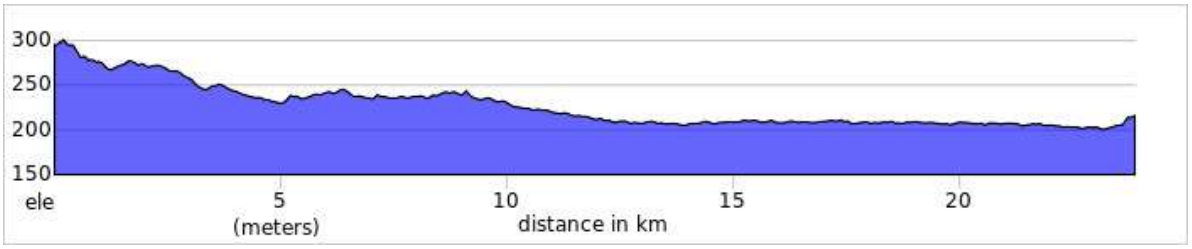
Giorno 1 Arrivo nel Vostro hotel a Spello
Il Vostro hotel *** o **** stelle è situato nel centro storico della città ed entrambi dotati di terrazza con una magnifica vista panoramica sulla Valla Umbra e le colline circostanti ricoperte da bellissimi oliveti. Nel tardo pomeriggio, briefing sull'itinerario e sistemazione biciclette.
Alle 18.15, menù degustazione in un ristorante/enoteca*:
- Bruschette con 2 diversi oli d'oliva e pomodori freschi / vino bianco Fendi*
-Tagliatelle al tartufo (se non vi piacciono le tagliatelle al tartufo con pomodorini freschi) / vino Brunello o Super Tuscan*
- Polpette di Chianina con insalata / vino Sagrantino 25 anni Caprai*
- Dolce, caffè e grappa

* vini o piatti possono cambiare nel caso non disponibile

Giorno 2 Spello – Foligno - Bevagna
La mattina seguente avrete tempo per visitare Spello; seguirà poi un giro in bicicletta attraverso la vallata variopinta e visita di Foligno. La cattedrale ed il museo archeologico a Palazzo Trinci sono interessanti e assolutamente da visitare. Oppure potrete scegliere di passeggiare nelle numerose vie dello shopping con le sue belle boutique. Via Gramsci è una via piena di graziosi ristoranti con menù per tutti i gusti! Tornati in sella, continuerete verso Bevagna, una città di origini romane

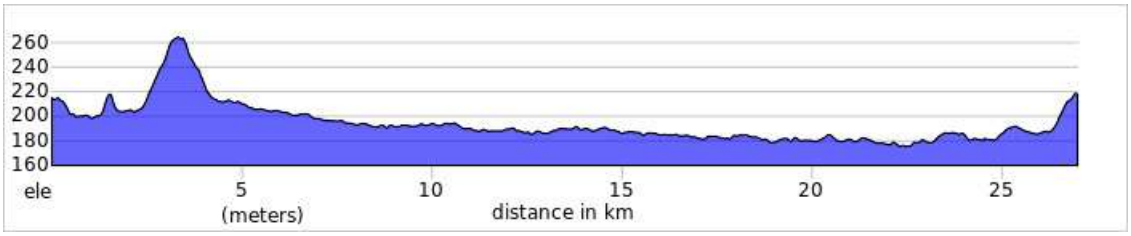
situata nella famosa zona vinicola del Sagrantino d.o.c.g. e del Rosso di Montefalco d.o.c. Il vostro pernottamento sarà nel centro storico della città*.

Pernottamento e prima colazione a Bevagna
Distanza: 24 km
Dislivello: + 104m – 184m



Giorno 3 Torgiano
Il giorno seguente, dopo la prima colazione, pedalerete verso Torgiano. Prima vi aspetterà una breve salita e poi passerete per il piccolo borgo fortificato di Torre del Colle, per poi iniziare la discesa verso la valle. Anche Torgiano, un tempo, era un borgo fortificato e la Torre Baglioni si erge ancora a testimonianza della sua storia gloriosa. La città è immersa in un paesaggio leggermente collinare, alla confluenza del fiumi Tevere e Chiascio. Nell'alto Medioevo, i benedettini piantarono olivi e viti su queste colline fertili, aprendo la strada a quella che è oggi una famosa zona d.o.c.g., dove viene prodotto il famoso Rosso Torgiano Riserva. Se avrete tempo, potrete visitare il museo del vino che si trova all'interno del Palazzo Graziani-Baglioni'. Qui al visitatore verrà fornita una panoramica delle varie tecniche associate alla viticoltura e alla vinificazione. Il museo ospita una ricca collezione d'arte dall'epoca etrusca fino all'età moderna. Nel pomeriggio, visiterete la cantina della famiglia Lungarotti e dopo assaggerete i loro eccellenti vini.
La sera avrete una cena molto speciale: degusterete alcuni piatti tipici umbri: aperitivi, primo piatto (pasta o risotto), secondo, contorno e caffè con grappa o altro digestivo). Gli amanti del tartufo nero potranno anche degustare alcuni piatti preparati con il famoso "diamante della cucina". Soggiorno in un *** hotel nel centro storico. Su richiesta è possibile un pernottamento in un ***** hotel

Pernottamento e prima colazione a Torgiano
Distanza: 28 km
Dislivello: + 190m – 187m



Giorno 4 In bici a Spello, passando per Assisi.

Il giorno seguente attraverserete la valle per raggiungere Assisi, pedalando lungo tranquille stradine di campagna…tuttavia, prima di entrare in città, dovrete prima affrontare la ripida salita che porta in cima alla collina dove è situata. Una volta arrivati, entrerete in questa magnifica città e sarete felici perché ne sarà valsa veramente la pena. Dopo la vostra visita, continuerete a pedalare verso Spello, ma prima di raggiungerla visiterete una cantina nella zona Assisi d.o.c.

I proprietari, gentili e ospitali, vi spiegheranno tutto il processo di vinificazione e degusterete alcuni vini eccellenti. Dopo la degustazione, continuerete la vostra pedalata fra gli oliveti e tornerete a Spello.

Pernottamento e prima colazione in un *** oppure **** hotel
Distanza: 33 km
Dislivello: + 398m – 320m

Giorno 5 Fine del tour
Dopo la prima colazione, fine di questo tour in bicicletta… assolutamente gustoso!

Hotels: ***** e **** hotel**

Prezzo a persona 2026: a partire da soli €499 p.p.
Vivi un'esperienza indimenticabile a partire da **€499 a persona**, in camera doppia o twin in hotel standard.

Pronto a partire? Richiedi subito il tuo **preventivo personalizzato** – saremo felici di preparare un'offerta su misura per te!

Il prezzo include:
- 3 o 4 soggiorni e prime colazioni
- 1 menu degustazione in enoteca a Spello (vino incluso)
- 1 degustazione vini a Torgiano
- App Ride with GPS con tracce, descrizioni e tour info. Su richiesta PDF con descrizione dell'itinerario e mappe mandato con email.
- 1 menù degustazione a Torgiano
- 1 degustazione vini in cantina vicino a Assisi/Spello
- Trasporto bagagli
- Assistenza clienti in caso di emergenza
- Briefing sull'itinerario nell'hotel di arrivo

Il prezzo non include:
- Tassa di soggiorno da pagare direttamente in hotel
- Tutto ciò che non si trova sotto ''il prezzo include''

Assicurazione furto bici a noleggio:
Per offrirti tranquillità, proponiamo un'assicurazione facoltativa contro il furto della bicicletta:

Le nostre bici a noleggio: E-bike Lombardo, KTM or MTF

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