

De schatten van een groene Vallei

Een 7 daagse of 8 daagse fietsreis in Umbrië

Code tour: ITUMB06C



Dit is pas echt ontspannen fietsen ! Een fietstocht over rustige landwegen tussen de kleurrijke velden, met een prachtige achtergrond van heuvels bedekt met zilvergroene olijfboomgaarden en vruchtbare wijngaarden. Umbrië wordt al sinds de Romeinse tijd geprezen om zijn pure schoonheid, vanwege zijn groenheid, vele meren, rivieren, verfrissende bronnen, bergbeekjes en watervallen. Deze niet al te zware fietstocht brengt u naar de levendige, middeleeuwse dorpen en steden van de groene vallei 'Valle Umbra', zoals Assisi, Spello, Spoleto, Montefalco, Bevagna en Perugia. Dankzij de kortere dagafstanden is er genoeg tijd om deze steden te bezoeken.

De tour start en eindigt in Assisi, een prachtige pelgrimsstadje dat op een uitloper van de Monte Subasio uitrijst. Het hoogste punt, waar het kasteel zich bevindt, is 505 m boven zeeniveau. Dit bedevaartsoord met zijn smalle steegjes, gezellige pleinen en vele middeleeuwse monumenten zal een onvergetelijke indruk op je maken. Op de eerste fietsdag passeer je het middeleeuwse stadje Spello, zeker de moeite waard om tijd aan te besteden. Weer in het zadel daal je af naar het oude centrum van Foligno met zijn indrukwekkende Domkerk. Een schilderachtige route slingert zich door de vruchtbare vallei tot Casco dell'Acqua, gelegen aan het verfrissende Clitunno-riviertje en hier wordt je ondergedompeld in een betoverende oase van rust. De tweede dag maakt je een rondrit tussen de olijfboomgaarden naar Spoleto. Er is genoeg tijd om deze interessante stad te bezoeken. De stad heeft een echte Italiaanse levendigheid, met veel pleinen, mooie kleine straatjes en vele bezienswaardigheden om te bezoeken, zoals de Duomo met de fresco's van de Florentijnse schilder Filippo Lippi, het Romeinse theater en de middeleeuwse brug en aquaduct Ponte delle Torri.

Het tweede deel van de tour gaat naar de wijnstad Montefalco, het middeleeuwse Bevagna, Torgiano en Perugia, de hoofdstad van de provincie, met zijn plechtige renaissancistische paleizen, musea, indrukwekkende kerken en strak kronkelende winkelstraten. De laatste dag brengt een korte rit over de rustige landwegen van de vallei je weer terug naar Assisi.



Niveau: 2

Het landschap is veelal glooiend tot heuvelachtig. Tijdens deze tocht zijn de steile hellingen kort en de langere hellingen niet steil. De dag afstanden zijn beperkt en liggen tussen de 35 en 50 km. Er is fietservaring vereist. Kinderen, die zelf fietsen, hebben ruime fietservaring nodig, want het terrein is heuvelachtig.

7 daagse reis:

Dag afstanden tussen 25 en 53 km

Totale km: minimum 172 km en maximum 200 km

8 daagse reis:

Dag afstanden tussen 25 en 53 km

Totale km: minimum 172 km en maximum 200 km

Periode: Iedere dag het gehele jaar door (beste periode van half april tot half oktober)

Deelnemers: vanaf 1 persoon



Programma's in het kort

7 dagen / 6 nachten

Dag 1 Aankomst in Assisi

Dag 2 naar Casco dell'Acqua (26 km)

Dag 3 rondrit naar Spoleto. Overnachting in Casco dell'Acqua (51 of 44 km)

Dag 4 naar Torgiano (53 km)

Dag 5 rondrit in de omgeving van Torgiano (45 of 30 km) of een bezoek aan Perugia: fietsen + trein (24 km) / rondrit fietsen naar Perugia (32 km). Overnachting in Torgiano

Dag 6 naar Assisi (25 km)

Dag 7 Einde reis na het ontbijt

8 dagen / 7 nachten

Dag 1 Aankomst in Assisi

Dag 2 naar Casco dell'Acqua (26 km)

Dag 3 rondrit naar Spoleto. Overnachting in Casco dell'Acqua (51 of 44 km)

Dag 4 naar Bevagna (29 km)

Dag 5 naar Torgiano (30 km)

Dag 6 rondrit in de omgeving van Torgiano (45 of 30 km) of een bezoek aan Perugia: fietsen + trein (24 km) / rondrit fietsen naar Perugia (32 km). Overnachting in Torgiano

Dag 7 naar Assisi (25 km)

Dag 8 Einde reis na het ontbijt

Programma 7-daagse reis dag per dag

Dag 1 Individuele aankomst in Assisi

Assisi is een beroemd bedevaartsoord gelegen op de hellingen van Monte Subasio met uitzicht op de groene Umbrische vallei. In het stadje leven geschiedenis, traditie en kunst harmonieus samen. Bij een vroege aankomst, kan alvast deze prachtige middeleeuwse stad met zijn smalle straatjes en gezellige pleintjes met uitnodigende terrasjes bezocht worden. Er zijn veel bezienswaardigheden die de moeite waard zijn om te bezoeken, zoals de basiliek van San Francesco en de basiliek van Santa Chiara, de Rocca, de musea en het Forum Romanum.

Overnachting in een **, *** of **** sterren hotel.

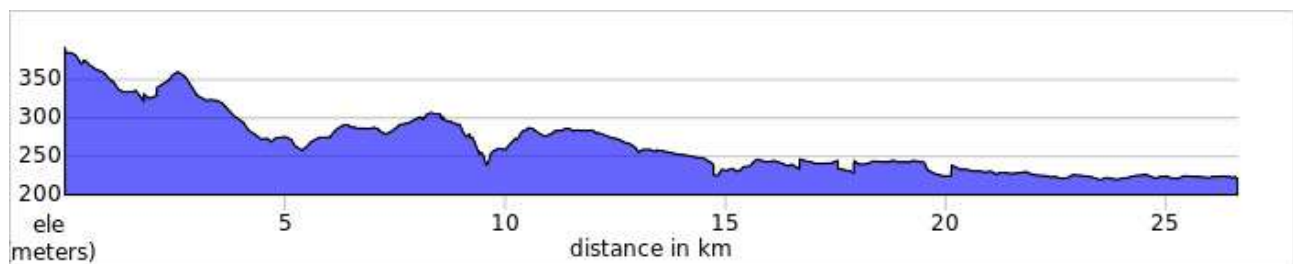
Dag 2 Assisi - Spello - Foligno - Casco dell'Acqua

Over een mooie golvende panoramische weg tussen de olijfboomgaarden bereik je Spello, een charmant oud stadje dat gebouwd is tegen de zuidelijke flank van de Monte Subasio. Cultureel gezien is Spello een interessant plaatsje met nog meerdere restanten uit de Romeinse tijd. Dat Spello ook wel de stad van de bloemen genoemd wordt, is meteen duidelijk wanneer je door de kleurige met bloemen opgefleurde steegjes slentert. Erg bekend is het feest op Corpus Domini, wanneer de bewoners de straten met bloemmozaïeken versieren. Na een bezoek aan Spello daalt de route af naar het in de vallei gelegen Foligno. Fietsend langs het plein met de prachtige domkerk en door de belangrijkste winkelstraat wordt het centrum van Foligno weer verlaten.

Overnachting in ontbijt in Casco dell'Acqua

Afstand: 26 km

Niveaueverschillen: +166m - 329m





Dag 3 Casco dell'Acqua - Spoleto - Casco dell'Acqua

Vanochtend staat er een bezoek aan Spoleto op het programma. Weer fietsend door de vallei en door olijfboomgaarden ziet men het oude stadscentrum al van verre liggen. Het centrum wordt voor een groot deel nog omringd door de middeleeuwse stadsmuren en heeft de groene bossen van de Monteluco als decor. Spoleto is erg bekend vanwege het muziekfestival 'festival dei due mondi' dat in eind juni, begin juli wordt gehouden.

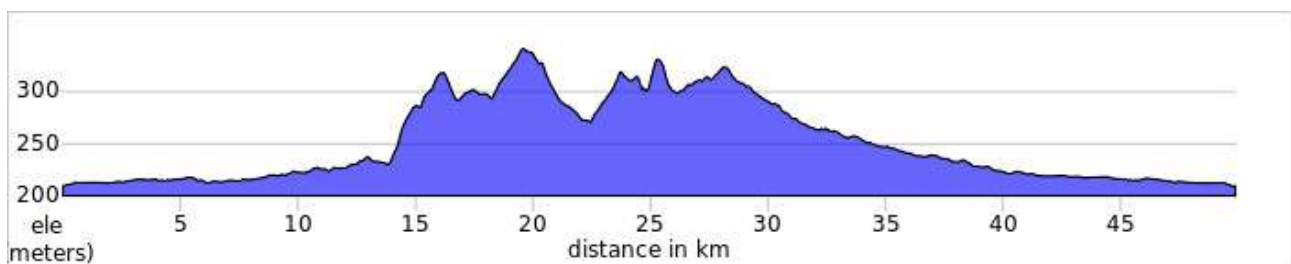
De domkerk opgesierd met prachtige fresco's van de Florentijnse schilder Filippo Lippi en Pinturicchio. De terugtocht naar het Country House in Casco dell'Acqua gaat over het Assisi-Spoleto fietspad. De route kan ook ingekort worden door zowel heen als terug over het zelfde fietspad naar Spoleto te fietsen.

Overnachting met ontbijt in Casco dell'Acqua

Lange tocht

Afstand: 51 km

Niveaueverschil: +292m - 292m



Korte tocht

Afstand: 44 km

Niveaueverschil: +146m -146m



Dag 4 Naar Bevagna en Torgiano, passerende facultatief Montefalco

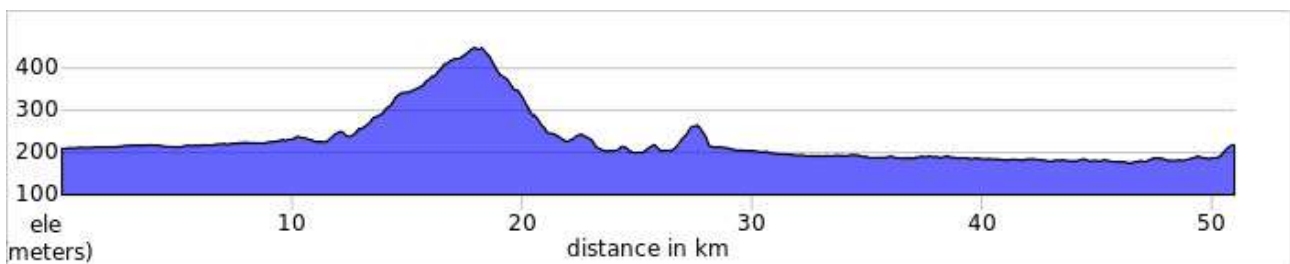
Fietsend door een licht heuvelachtig landschap ziet men Montefalco al van verre liggen. Aan de voet van de heuvel waarop de stad gebouwd is kan gekozen worden om verder fietsend door de vallei meteen naar Bevagna te gaan of om zich aan de stevige klim te wagen en zo Montefalco te bereiken. Montefalco wordt ook wel het 'balkon van Umbrië' genoemd, vanwege het fantastische uitzicht over de vallei. De sobere Franciscaanse kerk, nu een museum, is geheel gedecoreerd met mooie fresco's door schilders uit de 15^e en 16^e eeuw, zoals de Florentijnse Benozzo Gozzoli en de Perugino. Montefalco is erg bekend vanwege de uitstekende wijnen, de Rosso di Montefalco d.o.c. en de Sagrantino d.o.c.g, die komen van de met wijngaarden begroeide zonnige heuvels rondom de stad. Montefalco verlaten zonder deze bijzondere wijnen geproefd te hebben is natuurlijk niet mogelijk. Freewheelend de heuvel af kom je in Bevagna, een klein, maar levendig stadje met een mooi plein waaraan twee romaanse kerken liggen. Je verlaat Bevagna en na een laatste heuvel gaat het via de vallei naar Torgiano, dat aan de samenvloeiing van de rivieren de Chiascio en de Tiber (Tevere) ligt. Fietsend door de vallei passeert de route Cantalupo en Cannara. Torgiano is net als Montefalco bekend vanwege de heerlijke wijnen die er vandaan komen. Het *** of ***** hotel ligt in het centrum van de stad

Overnachting met ontbijt in Torgiano

Hoge route langs Montefalco

Afstand: 51 km

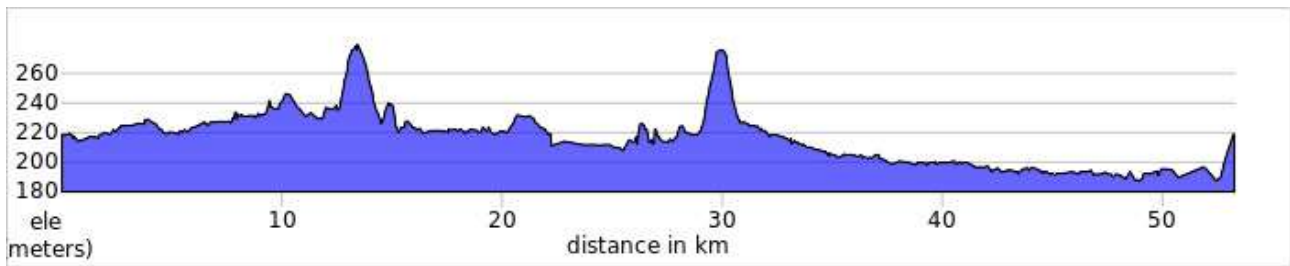
Niveaoverschillen: +438m - 430m



Lage route niet langs Montefalco

Afstand: 53 km

Niveaoverschil: +250m - 272m



Dag 5 Torgiano - Perugia - Torgiano of Torgiano - Deruta - Torgiano

Vandaag zijn er verschillende mogelijkheden:

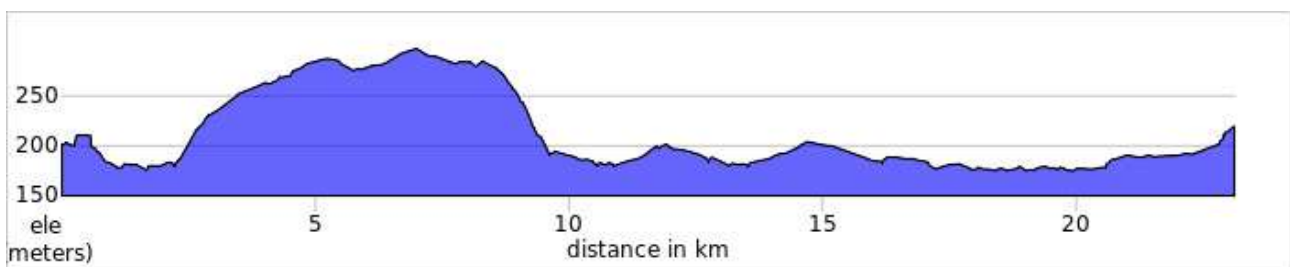
1. Een bezoek aan Perugia: fietsen en trein

Een korte tocht op de fiets brengt je naar het station van het voorstadsje Ponte S.Giovanni dat aan de voet van Perugia ligt. Vanaf hier kan de trein naar het hoofdstation in Perugia nemen of de bus naar het centrum van Perugia genomen worden, dat hoe kan het ook anders ook weer op een heuvel gebouwd is. Het centrum maakt met zijn middeleeuwse pleinen en steegjes, Renaissance paleizen, vele kerken en gezellige winkelstraten een onvergetelijke indruk. De stad is vol leven en er is erg veel te zien, zoals het schilderijmuseum de Galleria Nazionale dell'Umbria, het archeologische museum in de kloostergebouwen van de S.Domenico kerk en de fresco's van Perugino in het Collegio del Cambio. Met de trein / bus weer terug naar Ponte S.Giovanni en op de fiets naar Torgiano voor een laatste overnachting.

Overnachting met ontbijt in Torgiano

Afstand: 24 km

Niveaueverschil: +218m - 212m

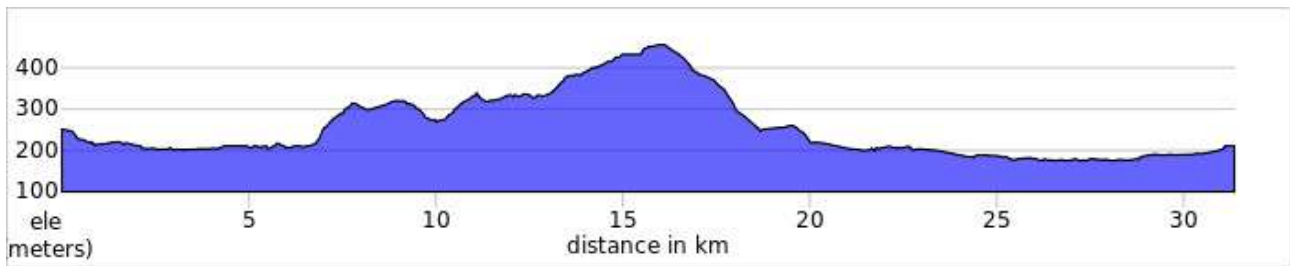


2. Bezoek aan Perugia: fietsen naar het oude stadscentrum

Deze route brengt je op de fiets naar de provinciehoofdstad Perugia, dat bereikt wordt over rustige landwegen. Eenmaal in de stad, brengt een steile klim je naar het oude stadscentrum met zijn kleine steegjes en karakteristieke stadspaleizen. Er is veel te zien: renaissance paleizen, middeleeuwse kerken, museums en kunstgalerijen Na het bezoek weer in het zadel en een welverdiende afdaling brengt je terug naar Torgiano.

Afstand: 32 km

Niveaueverschillen: +400m - 442m



3. Een tocht door de omgeving van Torgiano

Dicht bij Torgiano ligt het plaatsje Deruta. Deruta is al van oudsher bekend vanwege de uitstekende kwaliteit aardewerk. In het nieuwe stadsdeel zijn er vele aardewerk laboratoria te zien en in het oude centrum is een mooi keramiekmuseum waar vele verschillende stijlen bewonderd kunnen worden. De volgende stop is het Sanctuarium della Madonna dei Bagni. Het kerkje is gebouwd na aanleiding van een wonder in 1657. Binnen zijn er meer dan 600 votief tegels te zien, geheel in de traditie van de ceramiek uit Deruta. Je kan kiezen om de heuvels in te gaan en te genieten van prachtige uitzichten over een typisch Umbrische landschap of om meteen via de Tibervallei weer terug te fietsen naar Torgiano.

Langere en hogere route

Afstand: 45 km

Niveaunderschillen: +508m - 546m



Kortere en lagere route

Afstand: 30 km

Niveaunderschillen: +217m - 215m



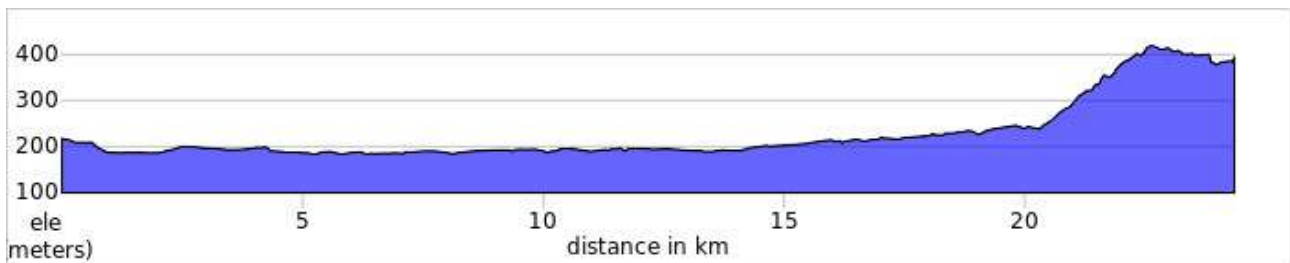
Dag 6 Assisi

Na het ontbijt afscheid van Torgiano en steekt de route de vallei over. Fietsend over rustige landweggetjes ziet je het indrukwekkende Assisi liggen, gebouwd tegen de Monte Subasio. Om het historische centrum te bereiken moet er eerst een stevige maar korte klim

overwonnen worden. Maar eenmaal wandelend door het oude centrum van Assisi, weet je dat deze klim zeker de moeite waard was. Overnachting weer in het **, *** of **** hotel waar de tocht begonnen is.

Afstand: 25 km

Niveaunderschillen: +251m - 54m



Dag 7 Einde van de reis na het ontbijt

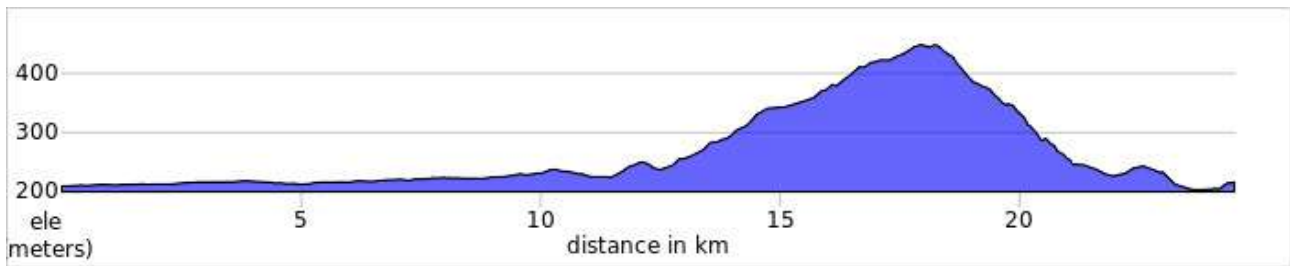


DE 8 DAAGSE TOER. Deze toer heeft een extra nacht in Bevagna, waardoor de route van Casco dell'Acqua naar Torgiano opgedeeld wordt in twee kortere trajecten
Casco dell'Acqua - Bevagna

Hogere route langs Montefalco

Afstand: 26 km

Niveaunderschillen: +290m - 284m



Lagere route niet langs Montefalco

Afstand: 28 km

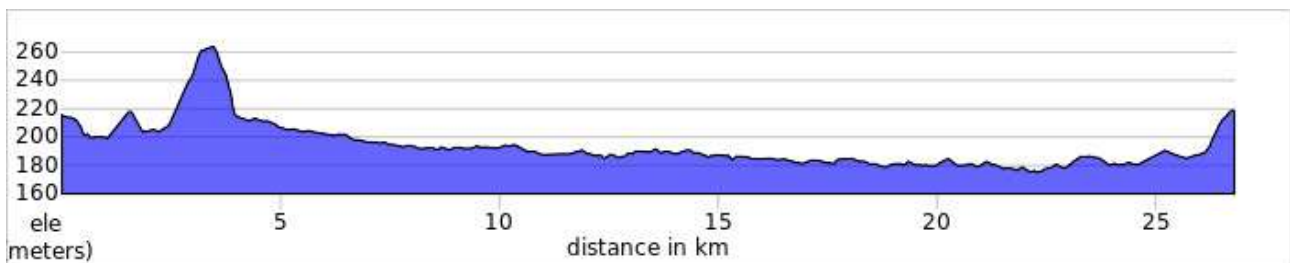
Niveauverschillen: +162m - 148m



Bevagna - Torgiano

Afstand: 30 km

Niveauverschillen: +151m - 147m



Prijzen p.p. 2021

7 dagen / 6 nachten Hotel ** (900m van Assisi centrum)	Prijzen
In tweepersoonskamer B&B	468
Eenpersoonskamer B&B	590
Alleenreizend B&B	625
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	275
Halfpensiontoeslag	131
7 dagen / 6 nachten Hotel *** (3 km van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	497
Eenpersoonskamer B&B	630
Alleenreizend B&B	665
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	325

Halfpensiontoeslag	135
7 dagen / 6 nachten Hotel *** (900m van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	520
Eenpersoonskamer B&B	660
Alleenreizend B&B	695
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	375
Halfpensiontoeslag	148
7 dagen / 6 nachten superior hotel	
In tweepers. kamer B&B	625
Eenpersoonskamer B&B	875
Alleenreizend B&B	910
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	377
Halfpensiontoeslag	188
fietshuur	80
E bike	160
Kinderfiets, trailer	45
kinderzitje	18
8 dagen / 7 nachten Hotel ** (900m van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	510
Eenpersoonskamer B&B	660
Alleenreizend B&B	695
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	300
Halfpensiontoeslag	160
7 dagen / 6 nachten Hotel *** (3 km van Assisi centrum)	
In tweepersoonskamer B&B	538
Eenpersoonskamer B&B	710
Alleenreizend B&B	755
3 ^e persoon in drie persoonskamer B&B	335
Halfpensiontoeslag	162
8 dagen / 7 nachten Hotel *** 900m van Assisi centrum	
In tweepers. kamer B&B	580
Eenpersoonskamer B&B	745
Alleenreizend B&B	790
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	385
Halfpensionstoeslag	176
8 dagen / 7 nachten superior hotel	
In tweepers. kamer B&B	735
Eenpersoonskamer B&B	988
Alleenreizend B&B	1.033
3 ^e persoon in drie pers. kamer B&B	435
Halfpensiontoeslag	225
fietshuur	70

E bike	190
Kinderfiets, trailer	45
Kinderzitje	20

*** Vraag altijd een preventief, want in sommige perioden zijn er speciale kortingen**

In de reis is inbegrepen:

- 6 of 7 overnachtingen met ontbijt
- avondmaaltijden wie voor de halfpension versie geboekt heeft
- uitgebreide routebeschrijvingen in Nederlands met kaartmateriaal
- gps tracks op verzoek kunnen via email toegestuurd worden
- bagagetransport van hotel naar hotel
- Nederlandstalige assistentie
- toerinformatie
- route briefing op avond van aankomst

Niet inbegrepen in de reis:

- Toeristenbelasting, die direct in het hotel betaald moet worden (Assisi € 1,50- 2,50 per persoon per nacht, Kinderen tot 11 jaar gratis)
- Alles wat niet vermeld wordt onder 'Inbegrepen in de reis'

Reisinformatie:

Individuele aankomst en vertrek van Assisi

Per vliegtuig:

Florence, Amerigo Vespucci Airport – 180 km van Assisi

Pisa, Galileo Galilei Airport – 250 km van Assisi

Rome, Leonardo da Vinci International (Fiumicino) airport – 190 km van Assisi

Umbria, Sant'Egidio Regional Airport – 12 km van Assisi (vluchten vanaf Charleroi door Ryan air en vanaf Rotterdam door Transavia)

Per trein:

Vanuit het noorden: Florence – Terontola - Passignano sul Trasimeno – Perugia – Bastia - Assisi

Vanuit het Zuiden: Rome – Orte – Terni – Spoleto – Foligno – Assisi

Treintijden op [Treni Italia](#)

Fietsverhuur

Meravigliosa Umbria verhuurt hybride fietsen met 3 x 8 versnelling. De fietsen worden verhuurd met fietstas, reparatiekit, pomp, reserve binnenband, kilometerteller (1 per kamer), kaarthouder (1 per kamer) en slot



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

