

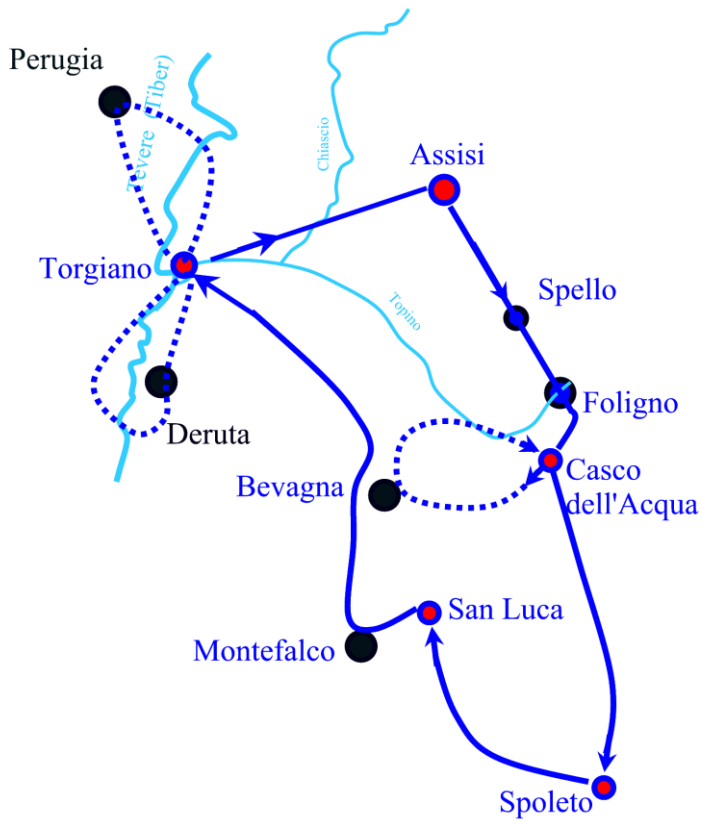
## De schatten van een groene Vallei

Een of 8 daagse fietsreis (C007 UMB)

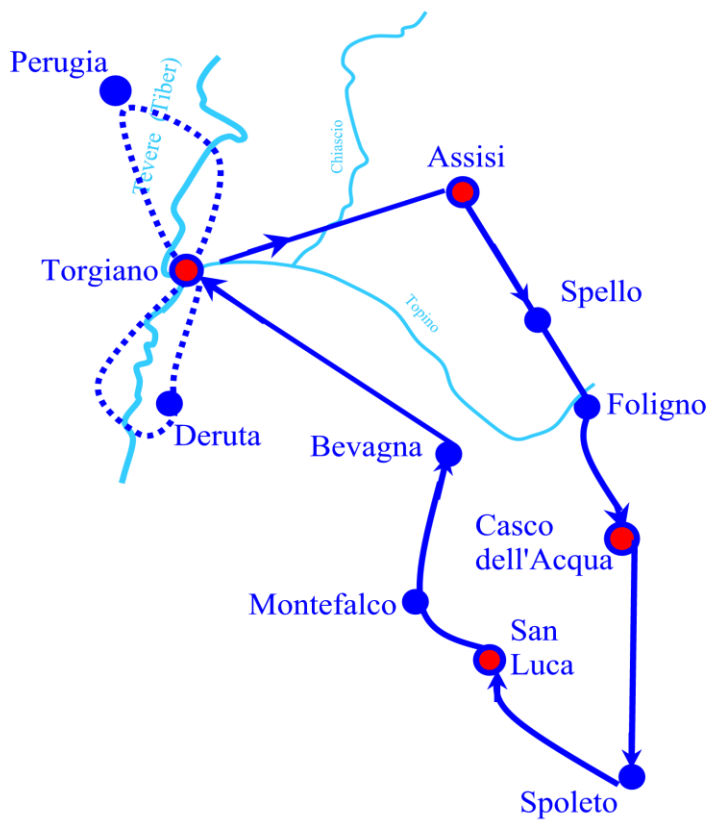


Dit is pas echt ontspannen fietsen ! Een fietstocht over rustige landwegen tussen de kleurrijke velden, met een prachtige achtergrond van heuvels bedekt met zilvergroene olijfboomgaarden en vruchtbare wijngaarden. Umbrië wordt al sinds de Romeinse tijd geprezen om zijn pure schoonheid, vanwege zijn groenheid, 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 heeft u 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 u maken. Op de eerste fietsdag passeert u het middeleeuwse stadje Spello, zeker de moeite waard om tijd aan te besteden. Weer in het zadel daalt u 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 u ondergedompeld in een betoverende oase van rust. De tweede dag maakt u een rondrit tussen de olijfboomgaarden naar Spoleto. U heeft genoeg tijd om deze interessante stad te bezoeken. De stad heeft een echte Italiaanse levendigheid, met pleinen, 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 brengt u 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 u weer terug naar Assisi, dat u al van ver ziet liggen.

## Programma A



## Programma B



**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 enige fietservaring vereist. Kinderen hebben fietservaring nodig.

Dag afstanden tussen 25 en 53 km

Totale km: circa minimum 172 km en maximum 200 km

**Periode:** van 1 april tot 31 oktober (uitgesloten 04/08-18/08/2024).

**Deelnemers:** vanaf 1 persoon

**Er zijn twee verschillende programma's, die verschillen in dag 2-4**

**PROGRAMMA A: minder hotels en meer hotels met zwembad**

**Dag 1** Aankomst in Assisi

**Dag 2** Naar Casco dell'Acqua (26 km)

**Dag 3** Rondrit naar Bevagna. Overnachting in Casco dell'Acqua (34 km)

**Dag 4** Naar San Luca passerende Spoleto (45,7 km)

**Dag 5** Naar Torgiano (37 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 B: meer hotels, minder zwaar en minder hotels met zwembad**

**Dag 1** Aankomst in Assisi

**Dag 2** Naar Casco dell'Acqua (26 km)

**Dag 3** Naar Spoleto (28 km)

**Dag 4** Naar Montefalco (29 km)

**Dag 5** Naar Torgiano passerende Bevagna (34 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 A 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. Als u vroeg aankomt, zou u alvast deze prachtige middeleeuwse stad kunnen bezoeken met zijn

smalle straatjes en gezellige pleintjes met uitnodigende terrasjes. 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.

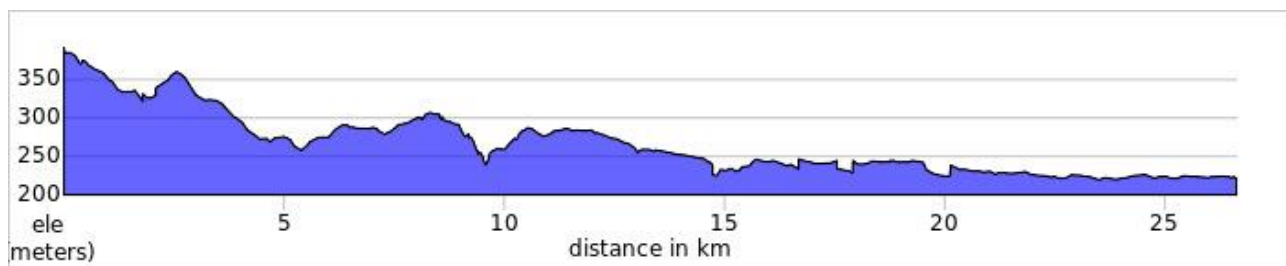
### Dag 2 Assisi – Spello – Foligno - Casco dell'Acqua

Over een mooie golvende panoramische weg tussen de olijfboomgaarden bereikt u 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, zal u meteen begrijpen wanneer u 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 u 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 met ontbijt in Casco dell'Acqua

Afstand: 26 km

Niveaueverschillen: +166m – 329m

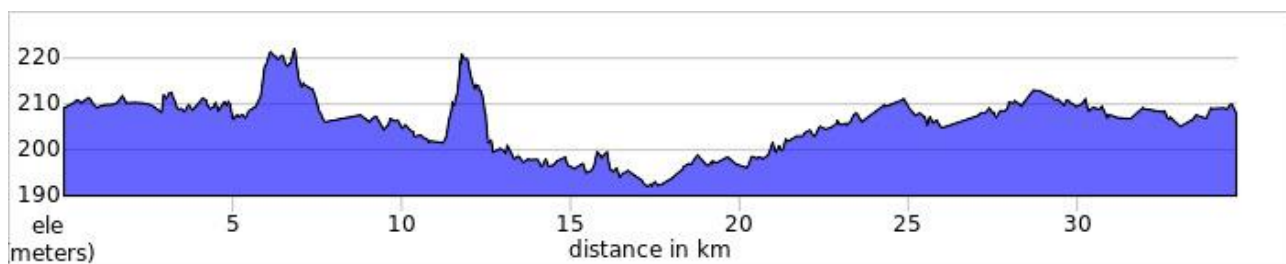


### Dag 3 Rondrit naar Bevagna

Vandaag een rondrit over rustige landwegen naar Bevagna, dat aan het riviertje de Teverone ligt, aan de voet van de Monte Martani. Gedurende de Romeinse tijd heette het plaatsje Mevania. Het was een periode van voorspoed, want het lag aan een tak van de drukke handelsroute de Via Flaminia. Bevagna heeft een romantisch plein met een mooie fontein, een echt ontmoetingspunt voor de inwoners, waar het Palazzo dei Consoli en de romaanse kerken S.Silvestro en S.Michel Arcangelo liggen. Erg interessant is ook het Romeinse mozaïek met zeedieren, gemaakt met witte en zwarte tesserae. Bevagna ligt in een bekend wijngebied waar de Sagrantino d.o.c.g. en Montefalco Rosso d.o.c. vandaan komen. Na uw bezoek keert u weer terug naar Casco dell'Acqua.

Afstand: 34 km

Hoogteverschillen: +108m – 109m



### Dag 4 Casco dell'Acqua - Spoleto – San Luca

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

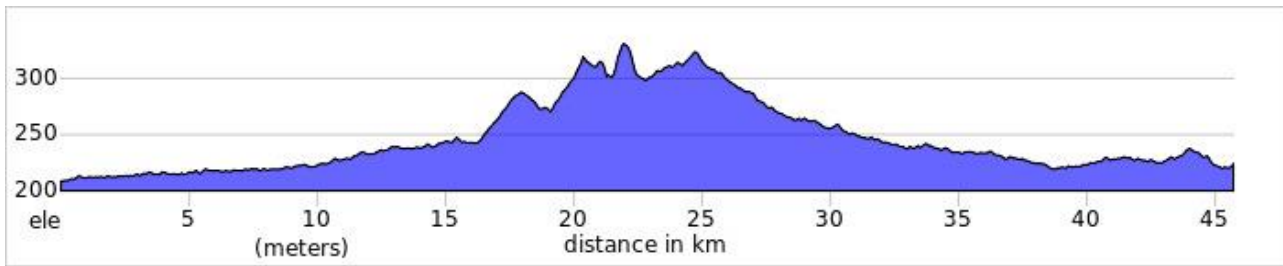
voor een groot deel nog omringd door de middeleeuwse stadsmuren en heeft de groene bossen van de Monteluco als decor. Spoleto is erg bekend vanwege het muziekfestival 'festival dei due mondi' dat in eind juni, begin juli wordt gehouden.

De domkerk opgesierd met prachtige fresco's van de Florentijnse schilder Filippo Lippi en Pinturicchio. Dan fietst u verder naar San Luca dat aan de voet van Montefalco ligt. het hotel is een mooie villa met zwembad.

Overnachting met ontbijt in San Luca

Afstand: 46 km

Niveaoverschil: +292m - 247m



### Dag 5 Naar Torgiano

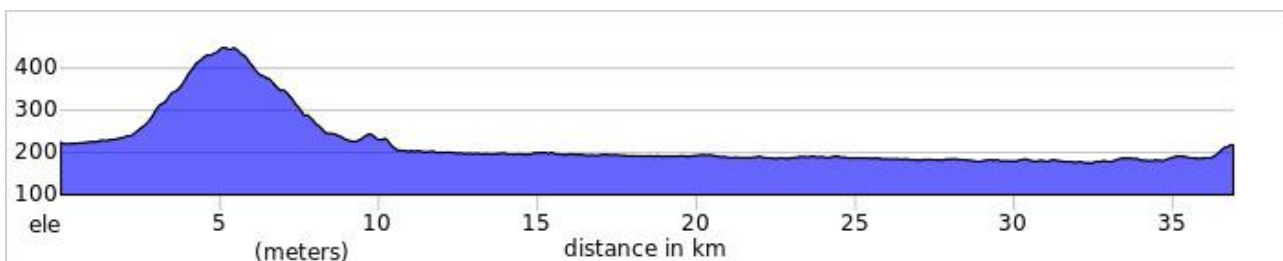
Er zijn twee routes: een vlakke direct naar Torgiano of u bezoekt Montefalco, dat met een klim bereikt wordt. Montefalco wordt ook wel het 'balkon van Umbrië' genoemd, vanwege het fantastische uitzicht over de vallei. De sobere Franciscaanse kerk, nu een museum, is geheel gedecoreerd met mooie fresco's door schilders uit de 15<sup>e</sup> en 16<sup>e</sup> 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 en door de vallei bereikt u Torgiano, dat aan de samenvloeiing van de rivieren de Chiascio en de Tiber (Tevere) ligt. 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: 37 km

Niveaoverschillen: +339m - 344m

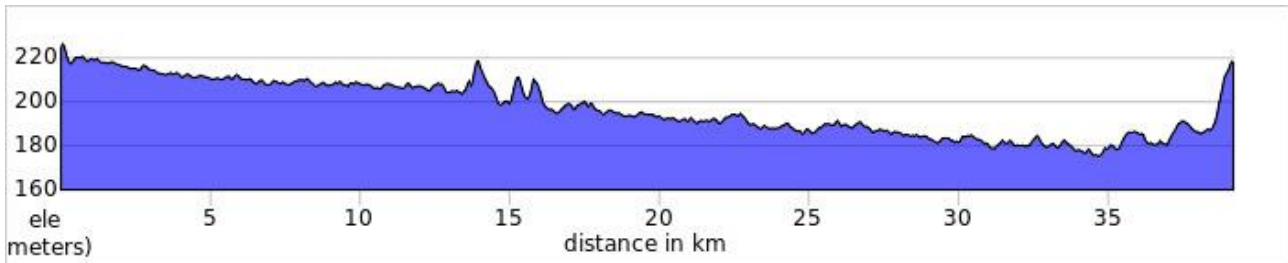


### Lage route niet langs Montefalco

Afstand: 39 km

Niveaoverschil: +179m -186m





## Dag 6 Torgiano - Perugia - Torgiano of Torgiano - Deruta - Torgiano

Vandaag zijn er verschillende mogelijkheden:

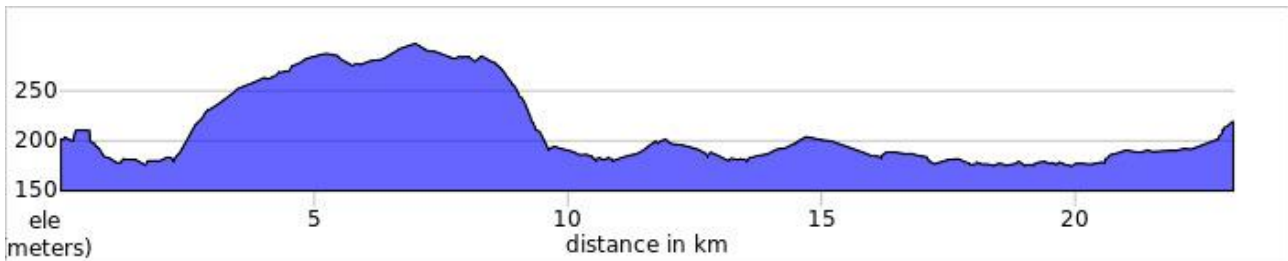
### 1. Een bezoek aan Perugia: fietsen en trein

Een korte tocht op de fiets brengt u naar het station van het voorstadje Ponte S.Giovanni dat aan de voet van Perugia ligt. Vanaf hier kunt u de trein naar het hoofdstation in Perugia nemen of de bus naar het centrum van Perugia, dat hoe kan het ook anders ook weer op een heuvel gebouwd is. Het centrum maakt met zijn middeleeuwse pleinen en steegjes, Renaissance paleizen, 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 frescoes 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

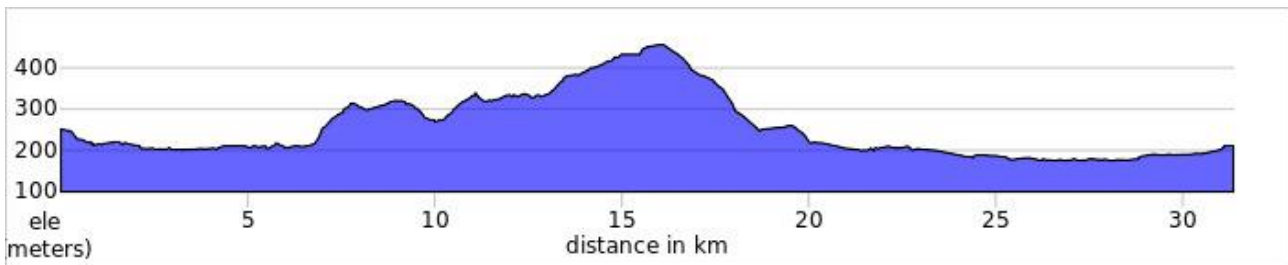


### 2. Bezoek aan Perugia: fietsen naar het oude stadscentrum

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

#### Langere en hogere route

Afstand: 45 km /

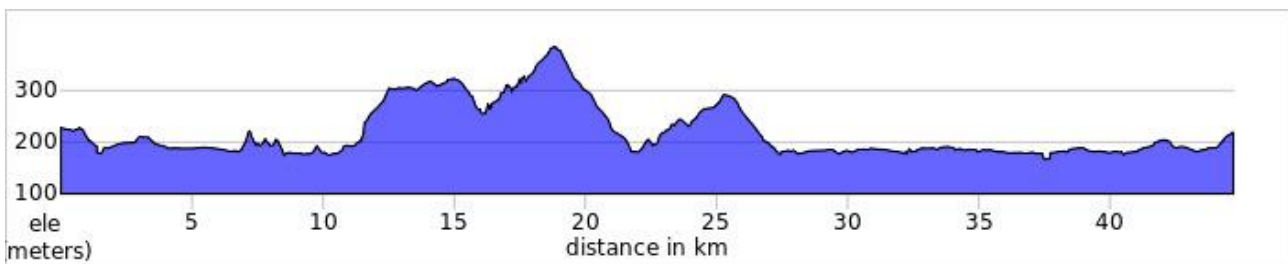
Niveaunderschillen: +508m - 546m



#### Kortere en lagere route

Afstand: 30 km

Niveaunderschillen: +217m - 215m

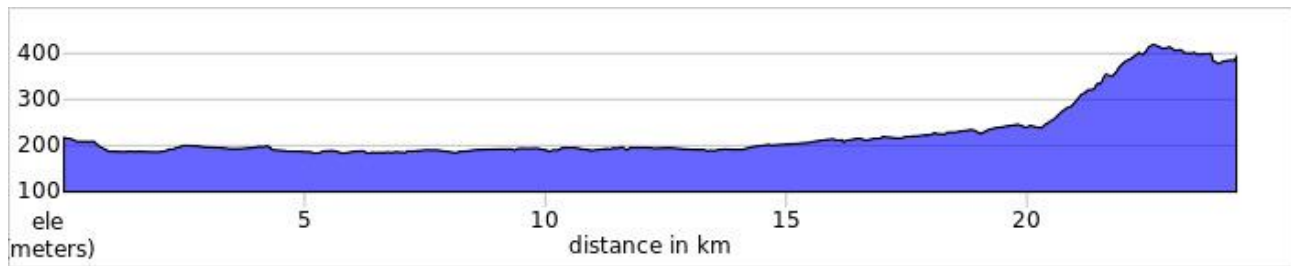


### Dag 7 Assisi

Na het ontbijt verlaat u Torgiano en steekt u de vallei over. Fietsend over rustige landweggetjes ziet u 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 in het oude centrum van Assisi, weet u dat deze klim zeker de moeite waard was. U overnacht weer in het \*\*\* of \*\*\*\* hotel waar uw tocht begonnen is.

Afstand: 25 km

Niveaunderschillen: +251m - 54m



## Dag 8 Einde van de reis na het ontbijt



### **PROGRAMMA B**

#### **Dag 1 Individuele aankomst in Assisi**

Zie dag 1 programma A

#### **Dag 2 Naar Casco dell'Acqua**

Zie dag 2 programma A

#### **Dag 3 Naar Spoleto**

Vanochtend staat er een bezoek aan Spoleto op het programma. Weer fietsend door de vallei en door olijfgaarden 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 muziektfestival '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.

Overnachting met ontbijt in Spoleto

Afstand: 28 km

Niveaunderschil: +332m -162m



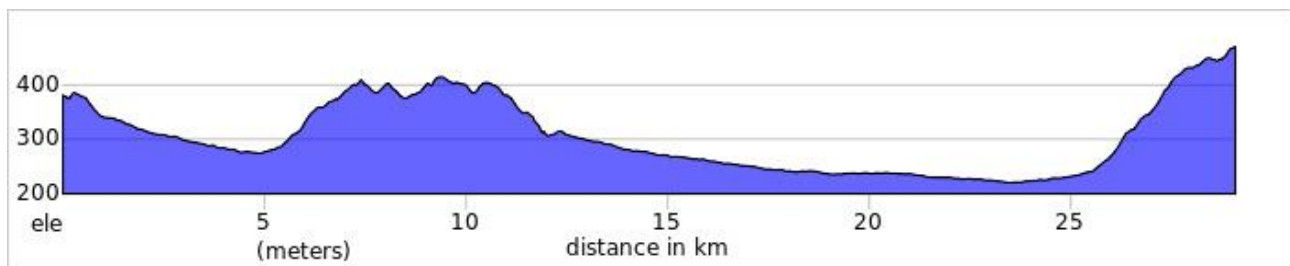


#### Dag 4 naar Montefalco

Vanmorgen een rit door een heuvelslandschap. Montefalco ziet u al van een afstand liggen. Om deze wijnstad te bereiken wacht u een klim Het stadje ligt op 472 m hoogte en is bekend als ' het balkon van Umbrië' vanwege het weidse uitzicht over de vallei. De Franciscaanse kerk, nu een museum, heft fresco's uit de 15e en 16e eeuw. Hier hebben met name Benozzo Gozzoli en Perugino gewerkt. Montefalco is bekend vanwege de uitstekende wijnen: Rosso di Montefalco d.o.c. en Sagrantino d.o.c.g , die geproduceerd worden op de zonnige hellingen rond de stad. Heel apart is de zoete versie van de sagrantino 'Sagrantino passito'. De wijnen kunnen in iedere wijnbar of restaurant geproefd worden.

Afstand: 29,1 km / 18 mi

Hoogteverschillen: +457m - 367m



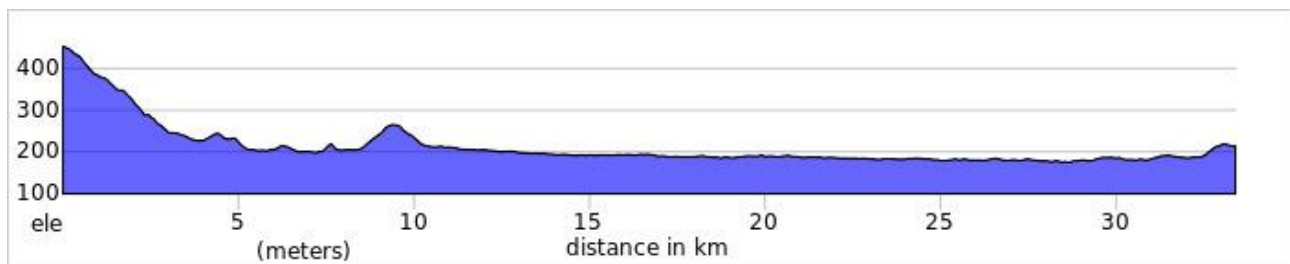
#### Dag 5 Montefalco - Torgiano

De route begint met een heerlijke afdling in de valley. Langs rustige landwegen bereikt u Torgiano, een klein 'borgo' dat aan de samenvloeiing van de rivieren Chiascio en Tiber (Tevere) ligt. Ook deze stad ligt in een wijngedied en in het centrum is een interessant wijn- en olijfmuseum.

Overnachting met ontbijt in Torgiano

Afstand: 34 km

Niveauverschillen: +193m - 430m



#### Dag 6 Rondrit in de omgeving van Torgiano

Zie dag 6 programma A

## Dag 7 Terug naar Assisi

Zie dag 7 programma A

## Dag 8 Einde van de reis na het ontbijt

**Hotel:** standard en superior

### Prijzen p.p. 2024

<b>PROGRAMMA A Hotel da Angelo ** (900m van Assisi centrum) of Hotel Viole (3 km)</b>	<b>Euro</b>
In tweepersoonskamer B&B	619
Eenpersoonskamer B&B	838
Alleenreizend B&B	888
3 <sup>e</sup> persoon in drie persoonskamer B&B	342
Halfpensiontoeslag	205
<b>Hotel la Terrazza *** (900m van Assisi centrum)</b>	
In tweepersoonskamer B&B	675
Eenpersoonskamer B&B	907
Alleenreizend B&B	957
3 <sup>e</sup> persoon in drie pers. kamer B&B	369
Halfpensiontoeslag	211
<b>superior hotel</b>	
In tweepers. kamer B&B	795
Eenpersoonskamer B&B	1.265
Alleenreizend B&B	1.315
3 <sup>e</sup> persoon in drie pers. kamer B&B	402
Toeslag Hotel la Terrazza 2 persoonskamer superior (2 nachten)	35
Toeslag Hotel la Terrazza 1 persoonskamer superior (2 nachten)	65
<b>PROGRAMMA B Hotel da Angelo ** (900m van Assisi centrum) of Hotel Viole (3 km)</b>	<b>Euro</b>
In tweepersoonskamer B&B	582
Eenpersoonskamer B&B	807
Alleenreizend B&B	857
3 <sup>e</sup> persoon in drie persoonskamer B&B	348
Halfpensiontoeslag	180
Spoletto festival toeslag p.p.p.n.	19
<b>Hotel la Terrazza *** (900m van Assisi centrum)</b>	
In tweepersoonskamer B&B	663
Eenpersoonskamer B&B	874
Alleenreizend B&B	924
3 <sup>e</sup> persoon in drie pers. kamer B&B	367
Halfpensiontoeslag	190
Spoletto festival toeslag p.p.p.n.	19

<b>superior hotel</b>	
In tweepers. kamer B&B	815
Eenpersoonskamer B&B	1.200
Alleenreizend B&B	1.250
3 <sup>e</sup> persoon in drie pers. kamer B&B	507
Toeslag Hotel la Terrazza 2 persoonskamer superior (2 nachten)	35
Toeslag Hotel la Terrazza 1 persoonskamer superior (2 nachten)	65
Papieren routeboek en kaarten	10
fietsuur	80
E bike	165
Kinderfiets, trailer	45
Helm	5
kinderzitje	18

### In de reis is inbegrepen:

- 7 overnachtingen met ontbijt
- avondmaaltijden wie voor de halfpension versie geboekt heeft
- App Ride with GPS met QR code toegang: gps tracks, routebeschrijvingen in Engels en toerinfo. Wie uitgebreide papieren routebeschrijvingen in Nederlands met kaartmateriaal wil hebben kan dit bij de boeking opgeven Toeslag € 10
- gps tracks voor een gps
- 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

### Reisinformatie:

Individuele aankomst en vertrek van Assisi

**Fietsverhuur** hybride fietsen en E-bike



**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

