



TREK A DOPPIA MERGHERITA TRA ASSISI, SPOLETO E LA VIA DI SAN FRANCESCO

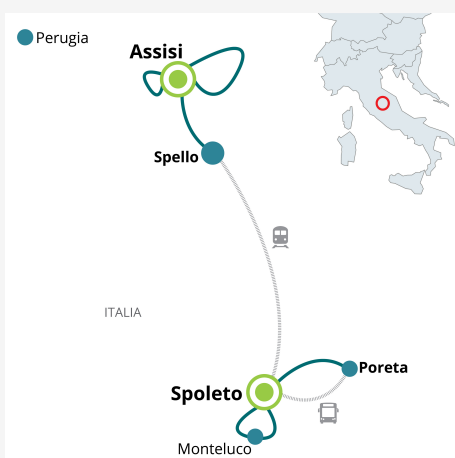
 viaggio individuale

 Trekking

 80-87 km

●●○ Media

Durata: 8 giorni / 7 notti



DESCRIZIONE

Il viaggio inizierà nella bellissima e affascinante città di Assisi, nota meta di pellegrinaggio, costruita alle pendici del Monte Subasio, e terminerà a Spoleto, città molto interessante con numerose piazze, vicioletti, negozietti con specialità e artigianato locali, ristoranti e molte cose da vedere. Assicuratevi di avere abbastanza tempo per visitare Assisi, costruita in posizione dominante su una collina affacciata sulla vallata. La Basilica di San Francesco è una vera perla, con i preziosi affreschi di Giotto, Cimabue, Simone Martini e molti altri artisti. Assisi non è il solo gioiello di questo viaggio, perché nella valle umbra ce ne sono molti altri. Infatti nei giorni seguenti camminerete e scoprirete Spello, Bevagna, Montefalco, Trevi e Spoleto.

PERCORSO DETTAGLIATO

📍 **Giorno 1: Assisi**

Arrivo individuale nel vostro hotel ad Assisi. Il tour parte da Assisi, cittadina d'arte, storia e spiritualità. In base all'ora di arrivo, dopo il rapido check-in in albergo * o * con piscina, situato a 900m dal centro storico, puoi scegliere di iniziare a percorrere le strade e i vicoli di questo borgo medioevale. Gli hotel hanno un parcheggio dove può restare la macchina. Nel caso avrete prenotato il ***hotel nel centro storico, non c'è parcheggio o piscina.

📍 **Giorno 2: Assisi - Spello**

(ca. 17,4 km, ca. dislivello +788 m/- 870 m, ca. 6 ore oppure ca. 10,8 km, ca. dislivello +270m/-359 m, ca. 3 ore)

Ci sono due itinerari per andare a Spello: uno più lungo in salita fino all'Eremo delle Carceri (830m) o uno più breve che passa tra gli oliveti alle pendici del Monte Subasio e più pianeggiante. L'itinerario più lungo va dalla porta Cappuccini (470 m) in salita fino all'Eremo delle Carceri costruito sul luogo dove S.Francesco e i suoi compagni erano soliti ritirarsi a meditare. Qui, dopo la morte del Santo, fu costruito un monastero. Dalla fonte 'Le Tre Fontane' (750 m) si scende all'abbazia di S.Benedetto. Camminando nel bosco e tra oliveti arrivate a Spello (300m) dove il tuo pernottamento è nel centro storico della città.

L'itinerario più corto e pianeggiante segue le pendici del Monte Subasio. Ci sono meno dislivelli, ma è una bella camminata tra oliveti con una splendida vista sulla Valle Umbra. Spello è posto sui primi declivi del Monte Subasio, su una piccola balza che si affaccia sulla Valle Umbra. La città è di origine Romana e testimonianze sono la porta Venere, i resti dell'anfiteatro romano e la Porta Consolare. Non dimenticare di visitare la chiesa di S.Maria Maggiore con i meravigliosi affreschi del Pinturicchio.

📍 **Giorno 3: Spello - Bevagna**

(ca. 16,3 km, ca. dislivello +81 m/- 176 m, ca. 4 1/2 ore)

Per oggi lasci le colline ed il Monte Subasio per scendere nella valle. Camminando su tranquille stradine di campagna passando campi, vigneti e fossi arrivate a Bevagna. Questa volta non ci sono colline, perché Bevagna, al contrario di tante città Umbre, non è costruita su una collina. Arrivi in questa città medievale e hai abbastanza tempo per visitarla. Bevagna è situata su un'ansa del fiume Timia. Ai tempi dei Romani la città era chiamata Mevania e visse un periodo di prosperità, perché situata sulla vecchia Via Flaminia. Caratteristiche sono le sue mura di 2 km di lunghezza (sec XIII e XIV). Il punto di incontro per gli abitanti è la 'Piazza Silvestri' con le sue due belle chiese romaniche. Vale la pena una visita ai mosaici romani, che sono un resto delle terme.

📍 **Giorno 4: Bevagna - Montefalco**

(ca. 12,5 km, ca. dislivello +395 m/- 166 m, ca. 4 ore)

Oggi sono ritornate le colline. Pian piano gli oliveti saranno sostituiti da vigneti. La zona dintorno a Montefalco è famosa per i suoi eccellenti vini, Sagrantino d.o.c.g. e Rosso di Montefalco d.o.c. Per arrivare alla città c'è una salita da conquistare, perché Montefalco è costruita su una collina (470m) ed offre un magnifico panorama sulla valle di Spoleto. Nella città sono nati non meno di otto santi e per questo Montefalco è anche chiamata lembo del cielo caduto in terra. Una visita al museo di S.Francesco vale certamente la pena. In questa chiesa puoi goderti gli affreschi del pittore fiorentino Benozzo Gozzoli, che ti raccontano la vita di S.Francesco, e di Pietro di Cristoforo Vannucci, detto il Perugino. Non dimenticare di assaggiare gli ottimi vini in una delle enoteche della città. Avete un pernottamento nel centro storico.

VIAGGIO A PIEDI: UMBRIA - DA ASSISI A SPOLETO

📍 **Giorno 5: Montefalco - Trevi**

(ca. 13,4 km, ca. dislivello +250 m/- 305 m, ca. 4 ore)

Passando attraverso una valle fertile e ricca di acqua arrivi a Trevi, chiamata anche "la Capitale dell'olio di Oliva". Trevi conserva ancora intatta la cinta muraria medioevale (XIII sec.) entro la quale sono custodite antiche case e palazzi.

📍 **Giorno 6: Trevi - Campello Alto**

(ca. 10,3 km, ca. dislivello +432 m/- 358 m, ca. 4 ore)

L'itinerario di oggi segue per gran parte la Via di San Francesco, una via per pellegrini che attraversa l'Umbria dal nord al sud. Camminate tra oliveti ed avete belle viste sulla Valle Umbra. Passerete uno dei "Borghi più belli dell'Umbria", il borgo di Campello Alto, completamente circondato dalle mura. Il pernottamento è ad un hotel ** con piscina vicino a Campello Alto o nel Borgo stesso Campello in un ex-convento.

📍 **Giorno 7: Campello Alto - Spoleto**

(ca. 17,5 km, ca. dislivello +541 m/- 664 m, ca. 5 ore)

Oggi camminate ancora lungo la via di San Francesco. Anche oggi, gli oliveti accompagneranno il Vostro cammino. Attraversate Eggi, un tipico 'Borgo' e raggiungete Spoleto, una bellissima città molto interessante dal punto di vista architettonico. E' famosa per il suo Festival di Spoleto, che ha luogo ogni estate (fine giugno-inizi luglio). A Spoleto vale la pena visitare il duomo, la fortezza, la casa romana, il teatro romano e i numerosi musei. Spoleto non è solo arte e cultura, ma anche enogastronomia! La città vanta alcuni graziosi negozietti con ottimi prodotti tipici, graziosi locali con terrazze e ristoranti eccellenti.

📍 **Giorno 7: Spoleto**

Partenza individuale o possibilità di estendere il soggiorno.

VIAGGIO A PIEDI: UMBRIA - DA ASSISI A SPOLETO

INFORMAZIONI GENERALI

- **Tipo di viaggio:** viaggio individuale
- **Durata:** 8 giorni / 7 notti
- **Lunghezza del percorso:** ca. 80-87 km
- **Punto di partenza:** Assisi
- **Arrivo:**

In treno: stazione di Assisi. Info e orari su <https://www.trenitalia.com/>.

In auto: itinerario programmabile su www.viamichelin.it, <https://www.google.com/maps/>

- **Alloggio:**

Standard: Hotel 3***, Spoleto 4****

Superior: Hotel 3***, occasionalmente 4****.

Attenzione: Eventuale tassa di soggiorno da pagare direttamente sul posto!

- **Parcheggio:**

da verificare in base all'hotel prenotato

- **Trasferimento:**

possibile transfer da Spoleto ad Assisi, da prenotare in anticipo ma da pagare in loco €50.00 (1-4 persone)

LA QUOTA COMPRENDE

- 7 pernottamenti con colazione
- 1 cena in Campello Alto
- Trasporto bagagli
- PDF con descrizioni (disponibile in Inglese o Italiano)
- Un accesso a camera per l'App Ride with GPS con tracce e tour informazioni
- 7 giorni su 7 assistenza clienti
- Incontro all'albergo di arrivo per briefing
- Assicurazione medico/bagaglio

LA QUOTA NON COMPRENDE

- Arrivo al punto di partenza del tour
- Viaggio di rientro a fine tour
- Tutti i pasti (pranzi e cene)
- Le bevande
- Tasse di soggiorno e tutti gli extra in genere
- Ingressi non indicati
- Biglietto dle treno o transfer Spello/Spoleto o altri mezzi pubblici
- Assicurazione facoltativa annullamento viaggio
- Tutto quanto non espressamente indicato alla voce "La quota comprende"

VIAGGIO A PIEDI: UMBRIA - DA ASSISI A SPOLETO

PARTENZE

 Disponibile - Arrivo possibile  Non Disponibile  Disponibile a partire da 6 persone e su richiesta

aprile

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

maggio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

giugno

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

luglio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

agosto

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

settembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

ottobre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

PREZZI

Standard (La Terrazza)

Quota in camera doppia 754 €

Quota alta stagione 754 €

Supplemento camera singola 245 €

Supplemento mezza pensione 165 €

Servizi supplementari

no bike 0 €

Superior

Quota in camera doppia Dal 01/04/2026 al 31/10/2026 913 €

Quota alta stagione Dal 01/04/2026 al 31/10/2026 913 €

VIAGGIO A PIEDI: UMBRIA - DA ASSISI A SPOLETO

Supplemento camera singola	369 €
Supplemento mezza pensione	175 €
Servizi supplementari	
no bike	0 €