



APN Voyages
3, rue St-Victor
1227 Carouge
022 301 01 50
apn@bluewin.ch
www.apnvoyages.ch

Le cœur de l'Ombrie



En 8 jours, ce tour vous permet d'apprécier les richesses souvent ignorées de l'Ombrie car il touche les centres les plus importants de cette région. C'est une terre de grande sérénité qui jouit d'une aura mystique; serait-ce un hasard si les fondateurs de deux des ordres monastiques les plus importants, Saint Bernard et Saint François en sont originaires?

Des paysages aux couleurs douces : le rose de la pierre dont sont bâties les maisons et le vert gris des oliviers rendent cette terre reposante et l'on s'abandonne volontiers à son charme discret.

Jour1 - Arrivée à la gare de Perugia; un petit train (Minimetro) vous mène directement au centre de la ville à environ 300 mètres de votre hôtel. Nuit à l'hôtel.

Jour 2 - Valfabbrica /Assisi - 4 heures : Transfert de Perugia jusqu'au début du sentier qui, après une montée assez raide dans les bois, devient plus facile pour ensuite descendre vers Assisi au milieu des oliviers. Arrivée très spectaculaire sur Assisi. Votre hôtel est à deux pas de la basilique.

Jour 3 - Assisi/Assisi - 3 heures : A vous de choisir si vous voulez flemmer en visitant cette belle ville qui cache bien des trésors au delà de sa basilique, avec les merveilleuses fresques de Giotto portraying la vie de Saint François. Si par contre vous vous sentez d'attaque, vous pouvez monter à l'Eremo delle Carceri, la retraite sereine où le saint se retirait en méditation. Le chemin n'est pas

long, mais assez raide ; au sommet des bancs et des tables invitent à un pique-nique. La redescente se fait sur le goudron, mais il y a très peu de trafic.

Jour 4 - Assisi/ Spello - 5 heures : Traversez la ville puis 2 km de goudron avant de prendre un joli sentier qui serpente entre les oliviers. C'est la région qui produit une des meilleures huiles d'Italie! Vous êtes dans le Parc du Mt Subasio, à l'autre extrémité duquel se trouve Spello, une petite bourgade au charme moyenâgeux, avec ruelles pavées et petites places tranquilles; bien moins touristique que Assisi. Votre hôtel est simple, mais offre de belles vues sur la vallée et une excellente cuisine.

Jour 5 Spello /Spello 4 heures : La balade d'aujourd'hui est un anneau dans le parc du Subasio. La première partie se déploie dans les bois jusqu'au petit hameau de Collepino alors qu'au retour le sentier longe un aqueduc romain.

Jour 6 – Collemancio - Bevagna 5 heures : Un court transfert vous mène à Collemancio (20 minutes en voiture) d'où part une très belle route qui mène à Bevagna. Vous êtes sur le versant viticole de la vallée; ici on produit le Sagrantino di Montefalco, le vin d'excellence de la région; en route une halte est prévue chez Dionigi une ferme de production à conduction familiale; l'accueil y est chaleureux et le vin est excellent! Nuit à Bevagna.



Jour 7 Bevagna – Montefalco : Un anneau au cœur de la région viticole la plus fameuse de l'Ombrie : visitez Bevagna, l'une de seules villes fortifiée qui soit dans la plaine ! La marche se poursuit entre les vignobles jusqu'à Montefalco, une ville très intéressante où abondent les « Cœnothèques » qui avec un verre de vin offrent des intéressants plateaux de fromages et charcuteries locales.

Jour 8 - Après le petit-déjeuner, transfert à la gare de Foligno d'où l'on peut prendre un train soit pour Rome soit pour Florence.