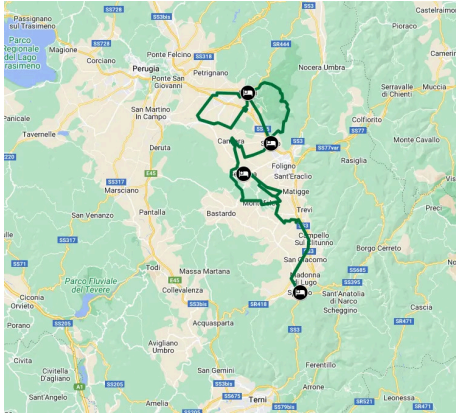


# Umbria - Una terra magica e mistica

7 giorni, € 747



## Introduzione



Arroccate sopra le verdi e gialle colline dell'Umbria, troverete città medievali conservate in modo affascinante come Montefalco, famosa per i suoi vini, **Assisi, dominata da San Francesco**, e la "città d'arte" Perugia. Pedalare attraverso la **valle del Tevere** e le **colline umbre** significa attraversare uliveti e campi di grano, splendidi panorami, buon vino e ottima cucina italiana, dove **il tartufo la fa da padrone**. L'ampia valle che si estende tra Assisi e Spoleto è una delle poche aree pianeggianti della regione, tuttavia gli antichi borghi in cui si soggiorna sono in cima a una collina. Il primo e l'ultimo giro sono caratterizzati da salite più lunghe e graduali, mentre gli altri giorni le salite sono più brevi, ma a volte molto ripide, fino a un 10% di pendenza. Alcuni tratti sono su strade non asfaltate.

*Questo viaggio richiede una condizione fisica adeguata a percorsi da principianti, poiché prevede per lo più una sola salita al giorno e tratte brevi (25-30 km al giorno), lasciando tutto il tempo necessario per visitare i luoghi più belli.*

Pedalate lungo il fiume Tevere e sulle verdi colline ricoperte di ulivi nei dintorni di Assisi

Bellissime città medievali come Collepinno, Bettona e Spello

I famosi vini di Montefalco

Ottimi piatti come il Brasato al tartufo e le Pappardelle al Sagrantino

## Itinerario

## Giorno 1 **Arrivo a Spello**

Oggi arrivate a Spello.

Se arrivate presto, potete godervi una passeggiata in questa **incantevole cittadina** e il meraviglioso tramonto dalla sua terrazza.

**Spello**, nascosta nel cuore dell'incantevole regione Umbria, una città che racchiude **storia, cultura e bellezze naturali**. Passeggiando per le sue **strade selciate**, sarete trasportati in un luogo dove il tempo sembra essersi fermato e ogni angolo rivela un nuovo strato del suo carattere affascinante. Le **antiche mura** della città, ornate da fiori che si riversano come una cascata di petali, ne creano un luogo caldo e invitante per i visitatori. Ogni paesaggio pieno di storia, dove **l'architettura medievale** di Spello racconta storie di generazioni passate.

### **Giornata extra a Spello**

Un trasferimento mattutino vi condurrà in un piccolo borgo situato sugli **Appennini**. Il viaggio panoramico **da Colfiorito a Spello** vi accompagnerà attraverso la splendida **campagna umbra**. Un percorso che vi farà viaggiare la **Riserva Naturale di Colfiorito**, che ospita animali selvatici, per poi iniziare la discesa panoramica verso Spello.

Distanza: 35 km, 520mt salita, 950 mt discesa

## Giorno 2 **Da Spello ad Assisi, 25 km**

L'itinerario ciclistico inizia con una breve ma impegnativa salita verso il piccolo **villaggio di Collepino**. Il percorso offre **viste incantevoli** della campagna italiana, con le sue dolci colline, i **vigneti e gli oliveti**. La zona inoltre ricca di storia e ospita diversi edifici e **chiese secolari**. Si prosegue poi sulla strada asfaltata principale costeggiando il **Monte Subasio** e si scollina infine ad **Assisi**, che appare con la sua **imponente fortezza** in tutta la sua unicità.

Distanza: 25 km, 575 mt salita, 440 mt discesa

### Giorno 3 **Giro ad anello da Torgiano a Bettona, 40km**

Inizierete il viaggio con una bella discesa che passa attraverso oliveti, con strade che vi guideranno attraverso la Valle d'Umbria. Continuando a pedalare lungo fiume, arriverete al grazioso villaggio di Torgiano.

La città medievale nota per il suo vino e l'olio d'oliva. Qui d'obbligo fare visita al famoso museo del vino che, a detta di molti, il più prezioso d'Italia ed annessa degustazione del suo famoso vino rosso. Tornate ad Assisi percorrendo strade tranquille di campagna ricoperte di girasoli.

Distanza: 40 km, 310 mt in salita, 310 mt in discesa

### Giorno 4 **Da Assisi a Bevagna, 30 km**

Inizierete con una bella discesa tra gli ulivi fino al borgo medievale di Cannara. Dopo una breve visita si prosegue sulla strada pianeggiante che costeggia il fiume Topino e che vi porterà a Bevagna. Passeggiate per le vie medievali di questa cittadina e ammirate le antiche mura e le porte della città. In lontananza potete già scorgere Montefalco, questa incantevole cittadina che vi visiterete all'indomani, posta sulle pendici delle colline umbre.

Distanza: 30 km, 150 mt in salita, 300 mt in discesa

### Giorno 5 **Viaggio ad anello a Montefalco, 30km**

Oggi vi aspetta la cosiddetta "Strada del Sagrantino". Così come il famoso Chianti appartiene alla Toscana, il Rosso di Montefalco e il Sagrantino di Montefalco appartengono all'Umbria.

Le colline dove questi eccellenti vini trovano la loro origine sono intorno al villaggio di Montefalco che si raggiungerà alla fine della giornata, dopo una ripida salita. Montefalco anche conosciuta come il "balcone dell'Umbria", per la sua splendida vista sulla campagna umbra.

Distanza: 30 km, 385 mt in salita, 385mt in discesa

### Giorno 6 **Da Bevagna a Spoleto, 38 km**

Salite in sella alla vostra bicicletta e seguite un piacevole percorso attraverso il verde paesaggio collinare umbro, tra girasoli e vigneti.

Il percorso breve e pianeggiante per permettervi di arrivare all'ora di pranzo e visitare la meta della giornata: Spoleto. Sorprendente città medievale dal ricco patrimonio artistico, nonché vivace centro culturale. Dal 1958, infatti, Spoleto ospita ogni anno il rinomato Festival dei Due Mondi, un evento internazionale di musica, arte, cultura e spettacolo. Prendetevi il tempo per visitare l'interessante centro storico con il Duomo e il Castello, che domina la città dall'alto. Infine, perdetevi il pregiato tartufo nero di Norcia o quello bianco della Val Tiberina, ingredienti base dei piatti della zona.

Distanza: 38 km, 250 m in salita, 135 m in discesa

### Giorno 7 **Arrivederci Spoleto!**

Il viaggio e i nostri servizi terminano qui dopo la prima colazione, a meno che non abbiate prenotato una o più notti opzionali a Spoleto o in un'altra città d'Italia.

## Prezzo, Date, Prenota

Prezzo per persona		€
Camera doppia, colazione	a partire da	747.00
Camera singola, colazione	01/04/2026 - 06/04/2026	1,230.00
	07/04/2026 - 16/04/2026	1,162.00
	17/04/2026 - 01/05/2026	1,230.00
	02/05/2026 - 26/05/2026	1,162.00
	27/05/2026 - 26/07/2026	1,215.00
	27/07/2026 - 30/09/2026	1,230.00
	01/10/2026 - 26/10/2026	1,162.00
supplemento stagionale		€
	01/04/2026 - 02/04/2026	37.00
	03/04/2026 - 04/04/2026	37.00
	05/04/2026 - 06/04/2026	37.00
	17/04/2026 - 18/04/2026	37.00
	19/04/2026 - 20/04/2026	37.00
	21/04/2026 - 22/04/2026	37.00
	23/04/2026 - 24/04/2026	37.00
	25/04/2026 - 26/04/2026	37.00
	27/04/2026 - 28/04/2026	37.00
	29/04/2026 - 30/04/2026	37.00
	01/05/2026 - 01/05/2026	37.00
	27/05/2026 - 28/05/2026	22.00
	29/05/2026 - 30/05/2026	22.00
	31/05/2026 - 01/06/2026	22.00
	02/06/2026 - 03/06/2026	22.00
	04/06/2026 - 05/06/2026	22.00
	06/06/2026 - 07/06/2026	22.00
	08/06/2026 - 09/06/2026	22.00
	10/06/2026 - 11/06/2026	22.00
	12/06/2026 - 13/06/2026	22.00
	14/06/2026 - 15/06/2026	22.00
	16/06/2026 - 17/06/2026	22.00
	18/06/2026 - 19/06/2026	22.00
	20/06/2026 - 21/06/2026	22.00
	22/06/2026 - 23/06/2026	22.00
	24/06/2026 - 25/06/2026	22.00
	26/06/2026 - 27/06/2026	22.00
	28/06/2026 - 29/06/2026	22.00
	30/06/2026 - 01/07/2026	22.00
	02/07/2026 - 03/07/2026	22.00
	04/07/2026 - 05/07/2026	22.00
	06/07/2026 - 07/07/2026	22.00
	08/07/2026 - 09/07/2026	22.00
	10/07/2026 - 11/07/2026	22.00
	12/07/2026 - 13/07/2026	22.00
	14/07/2026 - 15/07/2026	22.00
	16/07/2026 - 17/07/2026	22.00
	18/07/2026 - 19/07/2026	22.00
	20/07/2026 - 21/07/2026	22.00
	22/07/2026 - 23/07/2026	22.00
	24/07/2026 - 25/07/2026	22.00

	26/07/2026 - 26/07/2026	22.00
	27/07/2026 - 28/07/2026	37.00
	29/07/2026 - 30/07/2026	37.00
	31/07/2026 - 01/08/2026	37.00
	02/08/2026 - 03/08/2026	37.00
	04/08/2026 - 05/08/2026	37.00
	06/08/2026 - 07/08/2026	37.00
	08/08/2026 - 09/08/2026	37.00
	10/08/2026 - 11/08/2026	37.00
	12/08/2026 - 13/08/2026	37.00
	14/08/2026 - 15/08/2026	37.00
	16/08/2026 - 17/08/2026	37.00
	18/08/2026 - 19/08/2026	37.00
	20/08/2026 - 21/08/2026	37.00
	22/08/2026 - 23/08/2026	37.00
	24/08/2026 - 25/08/2026	37.00
	26/08/2026 - 27/08/2026	37.00
	28/08/2026 - 29/08/2026	37.00
	30/08/2026 - 31/08/2026	37.00
	01/09/2026 - 02/09/2026	37.00
	03/09/2026 - 04/09/2026	37.00
	05/09/2026 - 06/09/2026	37.00
	07/09/2026 - 08/09/2026	37.00
	09/09/2026 - 10/09/2026	37.00
	11/09/2026 - 12/09/2026	37.00
	13/09/2026 - 14/09/2026	37.00
	15/09/2026 - 16/09/2026	37.00
	17/09/2026 - 18/09/2026	37.00
	19/09/2026 - 20/09/2026	37.00
	21/09/2026 - 22/09/2026	37.00
	23/09/2026 - 24/09/2026	37.00
	25/09/2026 - 26/09/2026	37.00
	27/09/2026 - 28/09/2026	37.00
	29/09/2026 - 30/09/2026	37.00
<b>Noleggione biciclette</b>		<b>€</b>
Ibrida		110.00
Bici elettrica		210.00
<b>Servizi extra</b>		<b>€</b>
Vuoi prenotare il trasferimento di ritorno alla fine del viaggio?	a pezzo	154.00

## Informazione



6 pernottamenti



3\* hotel



Colazione inclusa



Descrizioni dettagliate del percorso, mappe e App



Possibilità di noleggio biciclette



24/7 assistenza telefonica



Trasporto bagaglio da hotel a hotel (max 1 bagaglio per persona, peso non superiore a 20kg)



Spello, Foligno, Spoleto



Tracce GPS disponibili