

## La Via di San Francesco da Firenze a Roma: Tour di Gruppo

---

La Via di San Francesco unisce tesori di grande interesse storico culturale ai luoghi della vita di San Francesco di Assisi. Questo tour è ideale per coloro che hanno già fatto l'esperienza del pellegrinaggio a Santiago e ora cercano un viaggio altrettanto intenso dal punto di vista spirituale ma con percorsi meno affollati. L'itinerario prevede pause per godersi le cittadine umbre arroccate sulle colline, e si conclude con il memorabile arrivo alla Basilica di San Pietro a Roma. Ispirato all'esperienza di San Francesco di Assisi, il più amato dei Santi, l'itinerario permette ai pellegrini di toccare con mano i luoghi in cui egli visse, pregò e lavorò. In Umbria, luogo di nascita di San Francesco, la sua presenza è particolarmente forte e sentita: tutto ci parla di lui, dell'amatissimo santo di Assisi. Naturalmente, una delle maggiori attrazioni di questo tour è la graziosa cittadina di Assisi, dove inizia un tratto della Via di Roma, e precisamente alla tomba di San Francesco nella omonima Basilica, uno dei luoghi sacri più celebri della Cristianità.



<b>Tratto A (Firenze – Assisi):</b>	dal 22 aprile al 6 maggio e 9 al 23 settembre (290 km, 15 gg / 14 notti - 13 tappe)
<b>Tratto B (Firenze – La Verna):</b>	dal 22 al 28 aprile e 9 al 15 settembre (95 km, 7 gg / 6 notti - 5 tappe)
<b>Tratto C (La Verna - Assisi):</b>	dal 27 al 6 maggio e 14 al 23 settembre (185 km, 10 gg / 9 notti - 8 tappe)
<b>Tratto D (Assisi - Roma):</b>	dal 5 al 18 maggio e dal 22 settembre al 5 ottobre (253 km/14 giorni / 13 notti- 12 tappe)
<b>Tratto E (Assisi-Rieti):</b>	dal 05 al 13 maggio e dal 22 al 30 settembre (144 km/9 giorni - 8 notti - 7 tappe)
<b>Tratto F (Rieti-Roma):</b>	dal 12 al 18 maggio - dal 29 settembre-5 ottobre (109 km/7 giorni /6 notti - 5 tappe)

**Difficoltà:** 3/4 (medio-difficile)

- Gli itinerari giornalieri si snodano su terreni collinari, di campagna e moderatamente di montagna. In alcuni giorni il dislivello e il numero di salite e discese è abbastanza considerevole. I km da percorrere giornalmente vanno dai 15 ai 28 (una media di 3-4 ore di cammino al giorno). L'itinerario richiede una buona esperienza di cammino

e familiarità con sentieri di montagna. Sono necessarie una buona condizione fisica e attitudine, nonché abitudine a camminare.

#### **Caratteristiche dell'itinerario:**

- o L'itinerario prevede circa 290 km da Firenze ad Assisi e 253 Km fra Assisi e Roma, seguendo il percorso della "Via Francigena di San Francesco", conosciuta anche come "La Via di Roma". Si tratta di una delle più antiche rotte di pellegrinaggio verso Roma, presumibilmente la stessa seguita da San Francesco e i suoi compagni nel 1212.
- o Camminare da un luogo all'altro, lasciando il vostro hotel e raggiungendo il prossimo direttamente a piedi, al termine di ogni tappa giornaliera.
- o La Via è caratterizzata da segnaletica speciale; Il passaporto del pellegrino (su cui apporre timbri giornalmente lungo il percorso) viene fornito a tutti i partecipanti, insieme a mappe dettagliate dei percorsi, piantine e informazioni utili.
- o Scelta dell'itinerario completo oppure di una o più tappe, in modo da ottenere il certificato che attesta il pellegrinaggio, il "Testimonium".



#### **Programma Firenze-Assisi:**

##### **1° giorno: Firenze**

Arrivo individuale all'albergo a Firenze. Incontro con la guida che accompagna il gruppo per tutta la durata del viaggio, aperitivo di benvenuto e riunione preliminare con distribuzione delle credenziali e del materiale informativo.

##### **2° giorno. Firenze-Pontassieve (22 Km, agevole).**

Lasciamo la bella città di Firenze seguendo il percorso dell'antica "Strada dei Sette Ponti", che attraversa le colline sull'Arno. Dopo Settignano, con le sue ville storiche, camminiamo tra oliveti e vigneti e seguiamo il fiume per finire la giornata nella città fortificata medicea di Pontassieve.

##### **3° giorno. Pontassieve-Consuma (19 Km, impegnativa).**

In salita attraversiamo le vigne del Chianti Rufina e poi attraversiamo le foreste della vicina Abbazia di Vallombrosa per arrivare al Passo della Consuma.

#### **4° giorno. Consuma-Stia (16 Km, media).**

Oggi una bella camminata: attraversiamo le montagne casentinesi, i boschi di conifere, querce e castagni. Scendiamo nell'alta Valle dell'Arno e il ns. pernottamento è nella accogliente cittadina di Stia.

#### **5° giorno. Stia-Badia Prataglia (21 Km, impegnativa).**

Di nuovo saliamo per raggiungere le foreste del parco nazionale casentinese che circondano il Sacro Eremo di Camaldoli; dopo la visita, seguiamo tra foreste di abeti e faggi scavalcando il punto più alto del nostro viaggio (1354m) prima di scendere nella cittadina montana di Badia Prataglia.

#### **6° giorno. Badia Prataglia-La Verna (17 Km, impegnativa).**

Anche oggi ci accompagnano le montagne. Dopo la salita iniziale, affrontiamo una lunga discesa fino a Rimbocchi, nella "Valle Santa" casentinese; risaliamo verso il Monte Penne e raggiungiamo il "crudo sasso" su cui sorge il Santuario della Verna. Qui termina il percorso del primo tratto ed inizia quello del secondo tratto.

#### **7° giorno. La Verna-Passo Viamaggio (26 Km, impegnativa).**

Cominciamo con una piacevole discesa verso l'alta Valtiberina e facciamo una breve sosta a Pieve Santo Stefano. Proseguiamo in una salita impegnativa verso l'Eremo di Cerbaiolo ed il Passo Viamaggio.

#### **8° giorno. Passo Viamaggio-Sansepolcro (24 Km, media).**

Scavalchiamo una vetta ed entriamo nella Riserva Naturale dell'Alpe della Luna. Dopo aver attraversato l'altopiano, camminiamo verso l'Eremo di Montecasale, dove vive ancora una piccola comunità francescana. Infine, scendiamo ad uno dei più bei borghi medievali, Sansepolcro.

#### **9° giorno. Sansepolcro-Le Burgne (16 Km, media).**

Il tratto di oggi comincia in pianura attraversando la Valtiberina; scavalcata la collina del piccolo borgo Citerna, attraversiamo il fondo valle e un'ultima salita ci porta sopra la prossima collina da dove abbiamo una bella vista sulla valle.

#### **10° giorno. Le Burgne-Città di Castello (15 Km, media).**

Oggi un cammino su e giù per le colline sul versante Ovest della Valtiberina, passiamo l'Eremo del Buonriposo e riscendiamo verso il Tevere per fermarci a Città di Castello, la prima delle splendide città d'arte dell'Umbria sul nostro cammino.

#### **11° giorno. Città di Castello-Pietralunga (30 Km, impegnativa).**

Una tappa lunga ma non troppo ardua: dopo un buon tratto poco ondulato, iniziamo a salire sui bassi monti pre-appenninici per raggiungere Passo Candeggio; scendiamo poi gradualmente, passando per l'antica Pieve di Saggi e poi risaliamo per arrivare alla bella cittadina medievale di Pietralunga con i suoi resti di un castello longobardo.

#### **12° giorno. Pietralunga-Gubbio (26 Km, media).**

Proseguiamo il percorso attraverso i boschi pre-appenninici. Superato il Monte Spesce, iniziamo la discesa verso l'altopiano di Gubbio. Raggiungiamo la bellissima "città di pietra", ai piedi del Monte Ingino e del Santuario di S.Ubaldo. Vale la pena di dedicarvi al centro storico medievale di Gubbio !

#### **13° giorno. Gubbio-Biscina (22 Km, media).**

Le ultime due tappe della nostra marcia verso Assisi corrispondono al "Sentiero Francescano della Pace". È un itinerario pieno di luoghi visitati da San Francesco. Per prima passiamo la Chiesa della Vittorina, dove ebbe luogo il celebre episodio del lupo. Dopodiché attraversiamo la pianura e saliamo verso i bassi monti della Valdichiascio. Abbiamo viste spettacolari sul Castello di Biscina, meta di oggi, Monte Subasio, meta di domani e le montagne che ci circondano. Lungo il percorso in saliscendi, troviamo la chiesetta della Madonna delle Ripe, l'Eremo di San Pietro in Vigneto e l'antico convento di Caprignone. Un'ultima salita ci porta ai resti del Castello di Biscina ed all'Agriturismo dove trascorreremo la

notte.

**14° giorno. Biscina-Assisi (27 Km, impegnativa).**

Ancora una tappa lunga, ma di grande soddisfazione. Si inizia scendendo verso il fondo valle che raggiungiamo nei pressi del piccolo Borgo Sambuco; superata la diga, proseguiamo in piano dallo storico Podere Barcaccia alla cittadina di Valfabbrica. Superato un colle, presto abbiamo la prima vista della rocca di Assisi e poco dopo anche la Basilica di San Francesco. Attraversato il Fiume Tescio, saliamo attraverso il "Bosco di San Francesco" del FAI e raggiungiamo la Basilica di San Francesco, dove passiamo a ritirare il meritato "Testimonium".

**Programma Assisi-Roma:**

**1° giorno. Arrivo ad Assisi**

Arrivo individuale al vostro hotel in Assisi, il punto di partenza del vostro viaggio. Incontro con gli altri partecipanti e briefing con la guida che accompagnerà il gruppo.

**2° giorno. Assisi-Foligno (21 Km, impegnativa)**

Iniziate la prima tappa partendo direttamente dall'hotel. Attraversate il Monte Subasio e visitate il Santuario dell' "Eremo delle Carceri" sulla Via, poi Spello, una bellissima cittadina medievale; proseguite in pianura e raggiungete il vostro hotel nella ridente cittadina di Foligno.

**3° giorno. Foligno – Campello alto (22 Km, media)**

La seconda tappa prevede un percorso in pianura verso il Castello di Sant'Eraclio, poi di nuovo verso le colline ricoperte da bellissimi uliveti; la prossima cittadina, Trevi, su una collinetta che domina la valle, vale senz'altro una visita; continuate salendo e scendendo lungo sentieri montuosi e arrivate al vostro nuovo hotel a Castello di Campello.

**4° giorno. Campello Alto-Spoleto (20 Km, media)**

La terza tappa prevede sali e scendi su sentieri montuosi che si snodano fra uliveti: passerete piccoli e graziosi paesini come Poretta con il suo castello, Bazzano ed Eggi; giungete infine a Spoleto, una delle città storico-culturali più importanti di tutto l'itinerario, ricca di tesori artistici.

**5° giorno. Spoleto –Ferentillo (21 Km, impegnativa)**

La quarta tappa inizia dall'imponente castello di Spoleto, la Rocca di Albornoz, e sale fino al bosco sacro di Monteluco e al santuario francescano dell' Eremo delle Grazie. Attraversate il monte e scendete verso la stretta valle del fiume Nera (Valnerina), passando fra i pittoreschi paesini di Pontuglia and Ceselli; attraversate il fiume e seguite il suo corso, scendendo fino a un altro grazioso paese, Ferentillo, dove è previsto il pernottamento.

**6° giorno. Ferentillo – Lago di Piediluco (24 Km, agevole)**

La quinta tappa continua lungo il fiume Nera, scendendo fino ad Arrone e Castel di Lago, poi sale lungo un sentiero ripido accanto alle magnifiche Cascate delle Marmore, per giungere al paesino di Marmore e poi al lago di Piediluco e al vostro hotel .





### **7° giorno. Lago di Piediluco - Poggio Bustone (21 Km, impegnativa)**

La sesta tappa vi conduce alla cittadina feudale di Labro, perfettamente conservata e situata su una collinetta con vista sul lago di Piediluco. Si prosegue poi verso Morro Reatino e in salita nei boschi per raggiungere il punto più alto di tutto l'itinerario (1100m) con lo straordinario "Faggio di San Francesco"; poi si scende di nuovo verso il villaggio rurale di Cepparo, si prosegue costeggiando la montagna fino al santuario francescano e alla cittadina di Poggio Bustone e alla fine si giunge in hotel.

### **7° giorno. Poggio Bustone – Rieti (17 Km; media)**

La settima tappa inizia scendendo verso la valle, poi costeggiando la montagna verso i paesini di San Liberato e di Cantalice, costruiti sulla roccia. Poi, gradualmente, si scende verso il santuario di La Foresta, e si prosegue verso un'altra importante città storica, Rieti.

### **9° giorno. Rieti – Poggio San Lorenzo (22 Km, media)**

L'ottava tappa inizia da Rieti e prosegue in una stretta vallata; camminate lungo un piccolo ruscello fino in cima, attraversando un antichissimo ponte di epoca romana; proseguite in salita sulle colline della Sabina, coperte da boschi e uliveti. Passate Ornaro e Torricella e raggiungete il vostro nuovo hotel vicino a Poggio San Lorenzo.

### **10° giorno. Poggio San Lorenzo – Ponticelli Santa Maria delle Grazie (24 Km, impegnativa)**

La nona tappa continua attraverso colline, boschi, vigneti e uliveti, intervallati da piccoli villaggi medievali. Monteleone Sabino, con il sito archeologico di epoca romana di Trebula Mutuesca e la chiesa di Santa Vittoria; proseguendo, la cittadina di Poggio Moiano e il villaggio di Ponticelli; qui dovrete lasciare il percorso per il santuario francescano di "Santa Maria delle Grazie" e raggiunger il ns. alloggio.

### **11° giorno. Ponticelli – Monterotondo (30 Km; impegnativa)**

La decima tappa inizia a Ponticelli. Attraversate colline coperte da uliveti, sormontate dal maestoso Castello Orsini, che domina la vasta pianura che si estende in lontananza; il sentiero poi è caratterizzato da un sali e scendi verso colline più basse: si passa il paesino di Acquaviva di Nerola e la cittadina di Montelibretti, poi, attraverso alberi di pesco, vigneti e campi di mais, raggiungete la storica città di Monterotondo e il vostro hotel.

### **12° giorno. Monterotondo – Montesacro (18 Km, agevole)**

L'undicesima tappa comincia scendendo verso la Valle Ricca e il Parco della Marcigliana; dall'altro lato del parco si è già alle porte di Roma: gli ultimi 6 km sono tutti su strade urbane e possono essere evitati prendendo l'autobus. L'hotel è nell'elegante quartiere di Montesacro.

**13° giorno. Montesaco –St Peter Basilica, Rome (15 Km, facile)**

La dodicesima e ultima tappa inizia attraversando il fiume Aniene, percorrendo un ponte moderno oppure un ponte medievale; imboccate poi il sentiero pedonale, lontano dal traffico cittadino, attraverso gli eleganti quartieri Salaria, Parioli e Flaminio e raggiungete l'argine del fiume Tevere al Ponte Milvio. Seguite ancora il percorso lungo il fiume fino a Castel Sant'Angelo, poi camminate in Via della Conciliazione e raggiungete la Basilica di San Pietro. Andrete quindi all'ufficio pellegrinaggi a richiedere il vostro attestato.

**14° giorno. Fine dei nostri servizi o estensione individuale del soggiorno.**



**Prezzi a persona:**

**Tratto A Percorso completo, da Firenze ad Assisi**

€ 2,100.00 in camera singola

€ 1,780.00 in camera doppia/tripla

Sconto "comitiva" (almeno 4 persone): € 100.00

**Tratto B: Primo tratto, da Firenze a La Verna**

€ 980.00 in camera singola

€ 830.00 in camera doppia/tripla

Sconto "comitiva" (almeno 4 persone): € 40,00

**Tratto C: secondo tratto, da La Verna ad Assisi**

€ 1,340.00 in camera singola

€ 1,130.00 in camera doppia/tripla

Sconto "comitiva" (almeno 4 persone): € 40,00

**Tratto D: Percorso completo, da Assisi a Roma**

€ 2,000.00 in camera singola

€ 1,700.00 in camera doppia/tripla

Sconto "comitiva" (almeno 4 persone): € 100.00

**Tratto E: Primo tratto, da Assisi a Rieti**

€ 1.240.00 in camera singola

€ 1.050.00 in camera doppia/tripla

Sconto "comitiva" (almeno 4 persone): € 50,00

**Tratto F: Secondo tratto, da Rieti a Roma**

€ 980.00 in camera singola

€ 830.00 in camera doppia/tripla

Sconto "comitiva" (almeno 4 persone): € 50,00

"EARLY BOOKING" (prenotazione con almeno 4 mesi di anticipo): sconto 3%

Potete unirvi al gruppo o lasciarlo in tutte le tappe dell'itinerario: vi preghiamo di contattare l'ufficio per quotazioni particolari e altri dettagli.

**Il viaggio comprende:**

- Una guida esperta, parlante italiano, inglese e altre lingue straniere, che accompagnerà il gruppo lungo tutto l'itinerario.
- Sistemazione in Hotel da 2 a 4 stelle oppure in Guesthouse (Agriturismo, Case Religiose di Ospitalità, B&B) Camere con bagni privati.
- Prima colazione a buffet e cena
- Trasporto bagagli 1 pezzo a persona
- Kit del pellegrino con passaporto del pellegrino
- Descrizioni dettagliate dei percorsi, mappe e materiale informativo

\* Consigliamo di stipulare una buona assicurazione (cancellazione, assicurazione medica e bagaglio)