

Agenzia Sole-Italia

Inh. Sonja Thun • Kaiser-Wilhelm-Allee 8 • 29473 Göhrde • Tel./Fax 05855-444
Internet: www.sole-italia.de • E-Mail: info@sole-italia.de

Tourplan Radtour 1: Umbrien "Drei Heilige" – Franziskus - Rita - Benedikt

Dauer: 8 Tage, Länge: 256 km, überwundene Höhenmeter: 1.524 m

1. Tag	Ankunft und Unterbringung	Übernachtung im Hotel Clitunno
--------	---------------------------	--------------------------------

2. Tag	"Das Spoletotal"	Entfernung: 46 km	Dauer: 2 h. 30'	Schwierigkeitsgrad: 2
		max. Höhe: 184 m	Anstiegshöhe: 405 m	Von Stadt zu Stadt
Wegpunkte		km	Höhe m	Übernachtung in Assisi
Spoletto	0,0	396	Eine besondere Tour im Herzen Umbriens. Entdeckung der Kunst und der Geschichte, Olivenbäume so weit das Auge reicht. Die Städte Poreta und Trevi, gegenseitig „eifersüchtig“, offenbaren die wahre Schönheit Umbriens. Die Fahrt hangabwärts in Richtung des Bergrückens von Foligno eröffnet dem Auge einen phantastischen Blick auf das „Herz Umbriens“. Es geht weiter über Spello, eine alte römische Stadt, bis nach Assisi, touristisches und religiöses Zentrum und von besonderem Interesse.	
Eggi	4,5	342		
Poreta	7,5	315		
Castello di Campello	12,0	584		
Azzano	18,0	260		
S. Giacomo	22,0	248		
Spoletto	27,0	396		

3. Tag	"Rotwein"	Entfernung: 66 km	Dauer: 3 h. 15'	Schwierigkeitsgrad: 3
		max. Höhe: 268 m	Anstiegshöhe: 112 m	Von Stadt zu Stadt
Wegpunkte		km	Höhe m	Übernachtung im Hotel Clitunno
Spoletto	0,0	396	Abfahrt von Assisi zum mittelalterlichen Dorf Bevagna, wichtiger Kreuzpunkt der Via Flaminia. Sie fahren ein lange und sanfte Steigung über die Weinberge, in denen der beste und in der ganzen Welt bekannte Rotwein „Sagrantino“ angebaut wird. Sie erreichen Montefalco, das „Dach Umbriens“, von wo aus man eine großartige Sicht auf das gesamte umbrische Tal genießt. Nach einem empfehlenswerten Besuch des Museums des Hlg. Franziskus Rückfahrt nach Spoleto.	
San Sabino	4,0	268		
Borgo Trevi	15,5	219		
Casco dell'Acqua	19,5	210		
Case Vecchie	21,5	208		
Torre di Montefalco	25,0	240		
Bevagna	29,5	207		
Budino	33,5	200		
Spello	40,0	280		

4. Tag	"Monteluco"	Entfernung: 15 km	Dauer: 4 h. 30'	Schwierigkeitsgrad: 1
		max. Höhe: 458 m	Anstiegshöhe: 178 m	Rundfahrradtour
Wegpunkte		km	Höhe m	Übernachtung im Hotel Clitunno
Spello	0,0	280	Wer schon in Spoleto übernachtet, für den ist es ein Muß, den Monteluco zu entdecken, den Hausberg Spoletos. Eine lange, aber schöne Steigung führt zur Spitze des Berges. Die Hänge des Berges wurden bis zum 5. Jahrhundert von Eremiten besiedelt. Dieser Berg wurde bekannt durch die Besuche von Königen und Päpsten.	
Vescia	8,5	298		
Pontecentesimo	13,0	324		
Valtopina	16,5	366		
Mulino Bucilli	21,5	458		
Spello	43,0	280		

5. Tag	"Valnerina"	Entfernung: 29 km		Dauer: 2 h.00'	Schwierigkeitsgrad: 2
		max. Höhe: 653 m		Anstiegshöhe: 430 m	Von Stadt zu Stadt
Wegpunkte		km	Höhe m	Übernachtung im Hotel Grotta Azzurra	
Mugnano	0,0	234	Transfer zur Kirche „San Felice di Narco“, wo die Fahrt durch das Tal des Nera Flusses beginnt. Eine Gegend, die ehemals völlig isoliert war vom Rest der Region. So bietet das Nera-Tal einen besonderen Reichtum an Schönheit in Kombination mit Kunst und Natur. Die antiken Sehenswürdigkeiten vom Castel San Felice, das Nera-Tal und Cerreto sind typische und authentische Orte und Stätten hierfür.		
Monte Buono	4,0	310			
Magione	11,5	299			
Col Piccione	16,0	381			
Castel Rigone	21,0	653			
Zusatzinfo: Transfer von Spoleto nach San Felice di Narco für Teilnehmer, Gepäck und Fahrräder					

6. Tag	"S. Rita Village"	Entfernung: 36 km		Dauer: 4 h.00'	Schwierigkeitsgrad: 2
		max. Höhe: 653 m		Anstiegshöhe: 445 m	Rundfahrradtour
Wegpunkte		km	Höhe m	Übernachtung im Hotel Grotta Azzurra	
Castel Rigone	0,0	653	Man kehrt in Richtung Serravalle zurück, aber bei der Abzweigung begeben wir uns in das Tal des Flusses Corno, einem Seitenarm des Nera-Flusses. Nach einer leichten Steigung kommt man nach Cascia, einem Städtchen voller Kunst, das römischen Ursprungs und berühmt für seine Pilgerfahrten zur Hlg. Rita von Cascia ist. Wir schlagen dann erneut die Straße nach Norcia ein und versäumen es nicht, die "Marcite" zu besuchen, die berühmten, von den Benediktinermönchen angelegten Bewässerungskanäle.		
Tregine	3,0	507			
Torricella	10,0	224			
Monte del Lago	13,0	295			
San Feliciano	17,5	279			
I SOLA POLVESE					
San Feliciano	17,5	279			
Monte del Lago	22,0	295			
Torricella	25,0	224			
Tregine	32,0	507			
Castel Rigone	35,0	653			

7. Tag	"Piano Grande und Castelluccio"	Entfernung: 61 km		Dauer: 4 h.00'	Schwierigkeitsgrad: 4
		max. Höhe: 653 m		Anstiegshöhe: 445 m	Rundfahrradtour
Wegpunkte		km	Höhe m	Übernachtung im Hotel Grotta Azzurra	
Castel Rigone	0,0	653	Für diejenigen, die Lust auf eine schwierige Steigung haben, den führt der heute Tag zum Piano Grande von Castelluccio. Wir erreichen hier das Herz des Nationalparks Monti Sibillini. Es ist ein atemberaubender Ausblick in eine einzigartige Landschaft mit traumhaften Panoramen. Zweifellos ein ganz besonderes Erlebnis.		
Tregine	3,0	507			
Torricella	10,0	224			
Monte del Lago	13,0	295			
San Feliciano	17,5	279			

7. Tag	Frühstück und Abreise	Transfer von Norcia zurück nach Spoleto für Teilnehmer, Gepäck und Fahrräder			
--------	-----------------------	--	--	--	--