

SÉJOUR RANDONNÉE EN OMBRIE

Du lundi 25 mai au lundi 1er juin 2026

 Hébergement

Hotel Italia

Piazza Matteotti, 12 – 06034 Foligno (PG)

Tél. : 0742 350412 – Fax : 0742 352258

 info@hotelitaliafoligno.com

 www.hotelitaliafoligno.com



PROGRAMME DÉTAILLÉ

Jour 1 – Lundi 25 mai

Arrivée à Foligno

- Installation à l'hôtel
 - Prise des chambres et temps libre
-

Jour 2 – Mardi 26 mai

Parc régional du Monte Subasio – Assise

Le bois de Saint François & la Rocca Maggiore

- Trekking partiellement urbain
- Paysages d'oliviers et d'art contemporain : *Le Troisième Paradis*

 11 km  D+ 37 m / D- 107 m  Niveau : T2

 Transport : bus privé

Jour 3 – Mercredi 27 mai

Parc fluvial de la Nera

De Piedipaterno à Scheggino via Vallo di Nera

- Villages médiévaux, fresques anciennes et nature préservée
- Déjeuner à Scheggino

 12 km  D+ 269 m / D- 297 m  Niveau : Touristique
 Transport : bus privé

Jour 4 – Jeudi 28 mai

Spoletto – 700 ans de capitale

Ermitages, forêt sacrée et pont vertigineux

- Randonnée urbaine : *Il Giro dei Condotti*
- Arrivée au sommet du Monte Luco

 10 km  Dénivelé total : 500 m  Niveau : T2
 Allée en train  Retour en bus privé

Jour 5 – Vendredi 29 mai

Voie de Saint François – St. Eraclio à Trevi

À travers les oliveraies et les églises médiévales

 11 km  D+ 300 m  Niveau : T2
 Retour en bus privé

Jour 6 – Samedi 30 mai

Gubbio, capitale morale de l'Ombrie

Corsa dei Ceri & architecture médiévale

- Parcours mythique dans la ville verticale

 8 km  D+ 350 m / D- 350 m  Niveau : T2
 Allée et retour en bus privé

Jour 7 – Dimanche 31 mai

Les cascades de l'Altolina

Mont Pale et village pittoresque de Pale

- Balade ombragée, village médiéval, dégustation de produits locaux

 5 km  D+ 201 m / D- 195 m  Niveau : T2
