



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LE CHEMIN DE SAINT FRANÇOIS D'ASSISE

La Verna – Assise



Le Chemin de St François d'Assise n'est pas un chemin de pèlerinage au sens propre du terme. Avant ces dernières années aucun pèlerin ne retraçait les pas de St François. Le chemin ne fait que lier les unes aux autres les villes qui ont eu de l'importance dans la vie de Saint François.

St François fut une figure révolutionnaire dans l'Histoire de la Chrétienté : lorsque le Vatican était encore le centre de la papauté et celui de la richesse et la corruption, il prêchait la pauvreté et l'amour fraternel envers toutes les créatures au monde. Le mode de vie et le message délivré par St François est probablement à l'origine du choix de François 1^{er} de porter ce même nom.

La randonnée débute au monastère de La Verna où St François est supposé avoir reçu le « sacrement » et se termine à Assise où il est enterré. Il traverse de multiples petits monastères et abbayes où le Saint s'est arrêté et où la légende dit qu'il accompli des miracles.



13 jours - 12 nuits - 11 jours de randonnée.

JOUR 1 : LE MONASTERE DE LA VERNA

Vous pouvez rejoindre l'Abbaye, entourée de paysages accidentés dans les Casentino Mountains, par un train depuis Arezzo puis un bus depuis Bibbiena. L'ambiance mystique qui y règne rend le départ pour ce périple grandiose. Vous passerez la nuit dans une chambre simple mais confortable du monastère.

JOUR 2 : LA VERNA – PIEVE SANTO STEFANO

15 km 5h environ + 475 m / - 1180 m

Entièrement sur sentier, cette journée de randonnée se compose d'une succession de montées et de descentes. La première partie est à travers bois mais progressivement vous grimpez pour rejoindre la route qui vous offre une vue panoramique sur la vallée. Pieve Santo Stefano est un charmant petit village. Dans la Cathédrale et sur la place centrale du village, vous admirez des sculptures en terre cuite de Della Robbia.

JOUR 3: PIEVE SANTO STEFANO – LA MONTAGNA

26 km 8h environ + 1480 m / - 1100 m

Une journée de randonnée dans un paysage préservé vous attend, entre forêts et vallées étroites. Vous pourrez choisir de marcher soit sur une route de terre ou bien sur un sentier. Un petit détour vous permettra de visiter l'Ermitage de Cerbaiolo plusieurs fois détruit puis reconstruit en gardant à l'esprit sa simplicité.

JOUR 4 : LA MONTAGNA– SANSEPOLCRO

11 km 4h environ + 250 m / - 730 m

Cette journée vous mènera dans des forêts de pins et de chênes. Par la suite, la forêt laissera place à la vallée. Sansepolcro est un charmant petit village qui, selon la légende, doit son nom à deux moines revenants de Jérusalem. Ne manquez pas de voir les peintures de Piero della Francesca au musée.

JOUR 5 : SANSEPOLCRO – MONTERCHI

15 km 5h environ + 300 m / - 180 m

Aujourd'hui vous vous dirigerez vers une ferme à proximité de Monterchi. Un petit détour vous mènera au centre de ce charmant petit village où vous pourrez admirer la fameuse fresque La Madonna del Parto.



JOUR 6 : MONTERCHI – CITTA DI CASTELLO

18 km

6h environ

+ 830 / - 1000 m

Vous quitterez les collines pour rejoindre le plateau de Valtiberina. Vous passerez la nuit dans un hôtel situé dans la partie historique du village. Si l'art moderne vous intéresse, n'oubliez pas d'aller découvrir la collection Burri exposé dans une ancienne usine de séchage de tabac transformée en musée.

JOUR 7 : CITTA DI CASTELLO – PIETRALUNGA

31 km

9h environ

+ 830 / - 1000 m

Possibilité de raccourcir cette longue étape de montées et descentes entre les bois et souvent sous le soleil avec un transfert au km 20 à Pieve di : lieu de la première christianisation de la Haute Vallée du Tevere et, pendant des siècles, centre religieux de toute la zone de montagne.

JOUR 8 : PIETRALUNGA – MOCAIANA

16 km

5h environ

+ 600 m / - 685 m

Cette journée de randonnée vous mènera à travers vallées montagneuses, offrant de belles vues panoramiques sur les cols environnants puis sur la plaine de Gubbio. La fin de cette étape se fait à travers champs cultivés et villages.

JOUR 9 : MOCAIANA – GUBBIO

12 km

4h environ

+ 190 m / - 185 m

Gubbio est un des plus beaux villages d'Ombrie. Il a gardé intacte son atmosphère médiévale avec ses étroites rues pavées et sa superbe place centrale. Eviter d'être sur place le 15 mai sauf si vous êtes partants pour prendre part à l'un des plus imposants festivals médiévaux d'Italie : le Ceri Festival.

JOUR 10 : GUBBIO – CASTELLO DI BISCINA

22 km

6h environ

+ 500 m / - 510 m

Journée assez fatigante avec une alternance de montées et descentes qui se termine près d'un ancien château qui domine la vallée Chiascio. Le château est une ruine imposante qui peut se visiter.

JOUR 11 : BISCINA – VALFABBRICA

18 km

5h environ

+ 80 m / - 220 m

Une journée durant laquelle vous descendrez le long de la vallée Chiascio. Malheureusement cette vallée a été dénaturée par la construction d'un barrage qui



s'est avéré inutilisable car mal construit. Depuis la colline, la vue sur la rivière sinueuse est frappante.

JOUR 12 : VALFABBRICA – ASSISE

14 km

4h environ

+ 660 m / - 590 m

Le début de cette journée de randonnée est assez éprouvant mais le sentier devient de plus en plus abordable. Au fur et à mesure de votre progression dans la journée, vous découvrirez peu à peu la superbe vue qui s'offre à vous sur la ville d'Assise. Si sur la première partie le paysage semble assez accidenté et l'espace quasi inhabité, la partie sud est quant à elle recouverte par les premières oliveraies. Vous passerez la nuit dans un charmant hébergement situé à quelques mètres de la Basilique.

JOUR 13 : ASSISE

Journée de repos. Si vous le souhaitez, vous pourrez effectuer une randonnée en boucle d'une durée de 3 heures autour d'Assise. Vous commencez par monter en direction du Fremo delle Carceri, lieu de retraite de St François. Au sommet, à 500 mètres du Fremo se trouve un endroit où vous pourrez pique-niquer. Vous pourrez ensuite visiter Assise, sa basilique et les fresques de Giotto.

NB : si vous le souhaitez, vous pourrez prendre une journée de repos à Sansepolcro, à Città di Castello ou encore à Gubbio.

> DATES

Du 1^{er} avril au 31 octobre, aux dates de votre convenance.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée d'un ou deux jours avant ou après...); ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.

Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible**. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

> LE PRIX COMPREND

- 11 nuits en demi-pension et 1 nuit à Assise en formule « nuit + petit-déjeuner »

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com



- Le transport des bagages d'une étape à l'autre.
- Le topo-guide et traces GPX.

> LE PRIX NE COMPREND PAS


- Les déjeuners
- Le diner à Assise
- Les taxes de séjour
- Les transferts non mentionnés dans le programme
- Les entrées pour les visites
- Les assurances
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les frais d'inscription (+15€/pers.), les frais d'envoi à l'étranger (+20€/dossier)
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€/dossier)
- Les assurances
- Les boissons et dépenses personnelles.

> ACCUEIL / DISPERSION

Accueil : le jour 1 à votre hébergement.

Dispersion : fin du séjour à Assise.

> NIVEAU

 **Niveau 2** En moyenne, marche de 5 à 6h par jour sur des chemins, pistes ou sentiers vallonnés. Attention, au jour 3 et jour 7 étapes longues et dénivelées.

> HEBERGEMENTS

Hôtel 2** ou 3*** et chambres d'hôtes en agriturismo.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Vos bagages seront transportés par des taxis ou par les hébergements d'une étape à l'autre.

> ACCES

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com





ALLER :

Train depuis les grandes villes jusqu'à Arezzo, puis train régional jusqu'à Bibbiena et enfin bus jusqu'au sanctuaire de la Verna.

RETOUR :

Gare d'Assise – Santa Maria degli Angeli (à 3 km du centre-ville)

Trains directs pour Florence ou Rome.



ALLER :

Le sanctuaire de la Verna se situe sur la commune de Chiusi della Verna, dans la province d'Arezzo en Toscane.

Il se situe à environ 2 heures de route de Florence.

Possibilité de garer sa voiture pendant la durée du séjour sur un parking gratuit et non surveillé proche du sanctuaire ou dans le village en bas.

RETOUR :

Train jusqu'à Arezzo, puis train régional jusqu'à Bibbiena puis bus jusqu'au sanctuaire.

Possibilité de réserver un transfert en taxi, nous consulter.



Aéroports les plus proches :

- Perugia : 1h30
- Florence : 2h
- Rome : 3h30

> DOSSIER DE VOYAGE

Un mois avant votre départ, et après versement du solde de votre séjour, nous vous enverrons votre dossier complet.

Il contient tout le nécessaire pour effectuer cette randonnée :

- le topo guide, (1 topo-guide par chambre réservée) et des cartes,
- votre liste d'hébergements
- étiquettes bagages



Si vous souhaitez un dossier de voyage supplémentaire, il vous sera facturé + 20€ / dossier.

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

- un petit sac à dos pour le pique - nique et les affaires de la journée
- une petite pharmacie individuelle (sparadrap, double peau, éosine, alcool...)
- une paire de chaussures de marche « moyenne montagne » (attention aux chaussures neuves)
- lunettes, crème et chapeau pour le soleil
- un maillot de bain
- des vêtements de pluie
- des chaussures légères pour le soir
- une gourde : il est important de boire 1.5 à 2L d'eau par jour
- un couteau
- une lampe de poche (pas indispensable)
- une paire de jumelle (facultatif)
- mouchoirs en papier
- une aiguille, un petit peu de fil et une ou deux épingles de sûreté.

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION.

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

