



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LE CHEMIN DE SAINT FRANCOIS D'ASSISE

Città di Castello - 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.



8 jours – 7 nuits - 6 jours de randonnée.

JOUR 1 : CITTA DI CASTELLO

Arrivée et installation à votre hébergement.

JOUR 2 : 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 21 à Pieve di Saggi : lieu de la première christianisation de la Haute Vallée du Tevere et, pendant des siècles, centre religieux de toute la zone de montagne

JOUR 3 : 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 4 : 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 5: 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 6 : 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 7 : 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 8 : 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.

> 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

- 6 nuits en demi-pension et 1 nuit à Assise en formule « nuit + petit-déjeuner »
- Le transport des bagages d'une étape à l'autre.
- Le topo-guide et traces GPX.

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 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 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 1 étape longue.

> 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



ALLER :

Train depuis Florence jusqu'à Arezzo, puis bus jusqu'à Città di Castello. Ou bus direct depuis Rome jusqu'à Città di Castello.

RETOUR :



Bus vers Arezzo puis train vers Florence.



ALLER :

Città di Castello est une commune de la province de Pérouse en Ombrie qui se situe à environ 2 heures de route de Florence.

RETOUR :

Bus depuis la gare d'Assise – Santa Maria degli Angeli vers Città di Castello avec un changement à Pérouse (Perugia).

Possibilité de réserver un transfert en taxi, nous consulter.



AVION :

Aéroports les plus proches :

- Perugia : 40 min
- Florence : 2h
- Rome : 2h45

› 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
- 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 -

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

