



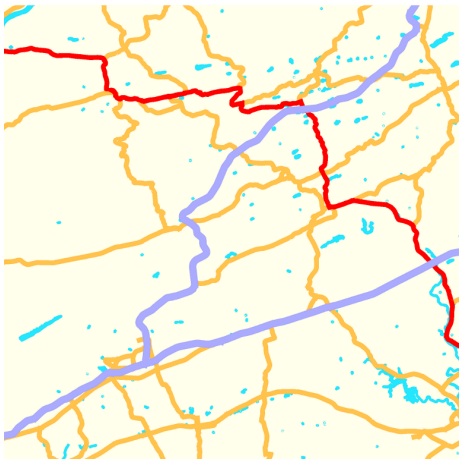
CAMINOS VIA DI FRANCESCO

stile :	Viaggi a Piedi Autoguidato Cammini
difficoltà :	
durata :	17 giorni
periodo:	Apr Mag Giu Lug Ago Set Ott
codice:	ITSM004

Via di San Francesco e Via Francigena - Italy

Da Assisi a Spoleto e da San Miniato a Siena

17 giorni, PREZZO DA *€ 2357*



Via Francigena & Via di Francesco – Best of
Scopri il **cuore dell'Italia con un viaggio a piedi** che unisce due grandi itinerari di pellegrinaggio: il **cammino via di francesco e via francigena**. Un'esperienza self-guided tra arte, natura e borghi storici, pensata per chi ama camminare con libertà e supporto organizzativo.

Si parte da **Roma**, tra storia e capolavori senza tempo, per poi seguire il **Cammino di Francesco da Assisi a Spoleto**, attraversando **colline umbre, boschi e villaggi medievali**, lungo un percorso ricco di silenzio e spiritualità.

Dopo una pausa a **Firenze**, il cammino continua su uno dei tratti più iconici della **Via Francigena a piedi**, da San Miniato a Siena, tra **colline toscane, vigneti e strade bianche**, con panorami aperti e città d'arte lungo il percorso.

È il viaggio ideale per chi cerca un **cammino autoguidato tra Umbria e Toscana**, tra cultura, paesaggi straordinari e il piacere di camminare tappa dopo tappa.

Itinerario

Giorno 1 Arrivo a Rome

Benvenuti nella Città Eterna. Vi consigliamo di **visitare Piazza San Pietro**, punto di partenza del vostro cammino e arrivo dell'intera Via Francigena settentrionale. Non dimenticate di scattare una foto trionfale davanti alla **Basilica**, **prima di celebrare l'inizio del vostro viaggio** gustando abbacchio, pecorino romano e magari un bel maritozzo con la panna… buen camino!

Giorno 2 Roma

Una giornata di relax a **Roma** si svolge a un ritmo lento e senza fretta, invitandoti a vagare dove ti porta la curiosità. La mattina può iniziare con una **passeggiata tra strade acciottolate**, fermandosi per un espresso in un caffè di quartiere mentre la città prende lentamente vita. **Senza un programma fisso**, il tempo scorre tra piazze animate, cortili nascosti e chiese splendidamente conservate, ciascuna **offrendo momenti di calma in mezzo alla storia**. Un pranzo lungo diventa un momento clou, **assaporando i classici sapori romani, prima di una passeggiata pomeridiana lungo il Tevere** o in un giardino ombreggiato.

Giorno 3 Treno per Assisi

Oggi si viaggia verso Assisi. Se arrivi presto, prenditi un po' di tempo per esplorare le stradine di questa **perla umbra**, la cui storia risale a secoli fa, fino all'epoca romana.
Non perdere la possibilità di visitare la imponente **Basilica di San Francesco**, gravemente danneggiata dal terremoto del 1997, ma completamente restaurata.

Giorno 4 Da Assisi a Spello, 12/15 km

Oggi camminerai da Assisi a Spello: un bellissimo sentiero in salita conduce lungo i pendii del **Monte Subasio** fino allo straordinario **eremo delle Carceri.**

Questo magnifico **monastero** era **uno dei luoghi in cui San Francesco** si ritirava spesso in preghiera. Una lunga discesa ti porterà poi fino alla città medievale fortificata di **Spello**.

Distanza: 12 or 15 km

Dislivello: +670/-820 or +200/-345 m

Giorno 5 Da Spello a Foligno, 7 km

Prima di iniziare la camminata di oggi, avrai tempo per visitare il bellissimo **borgo medievale** in pietra di **Spello**.
La tappa odierna è una **passeggiata piacevole tra uliveti e vigneti**, che ti conduce alla vivace cittadina di **Foligno**, da cui potrai godere di splendide viste sulle montagne e le valli circostanti.

Se desideri camminare di più al mattino, puoi scegliere un bellissimo percorso ad **anello passando per il borgo di Collepino**. In alternativa, puoi prendere treno o autobus da Spello a **Foligno** e saltare questa tappa.

Distanza: 7 km

Dislivello: +25/-60 m

Giorno 6 Da Upello a Trevi, 14,5 km

Un breve trasferimento in auto ti conduce al villaggio di **Uppello**, dove inizia la camminata.
Dopo una ripida salita, passerai accanto al **castello della Rocca di Scandolaro**, risalente all'XI secolo.

Prosegui poi tra boschi di querce e uliveti fino a **Trevi**, un altro splendido borgo che **merita una visita.**
Camminando lungo un acquedotto medievale, raggiungerai infine **Bovara di Trevi**.

Distanza: 14,5 km

Dislivello: +615/-590 m

Giorno 7 Da Trevi a Poreta, 12,5 km

Da Bovara di Trevi a **Campello Alto segui il tracciato ufficiale della Via Francescana**, il percorso originale camminato da San Francesco, con splendide viste sulla Valle di **Spoleto**.

Lungo il cammino potrai **ammirare le maestose mura del convento di Pissignano** e il **convento dei Padri Barnabiti a Campello, dove l'atmosfera meditativa eleva lo spirito.**
La tappa termina a **Poreta**, dove è previsto il pernottamento.

Distanza: 12,5 km

Dislivello: +470/570 m

Giorno 8 Da Poreta a Spoleto, 13,5 km

Questa mattina inizierai la camminata da **Poreta** fino al piccolo villaggio di **Bazzano**.

Da Bazzano seguirai l'ultimo tratto della **Via Francigena di San Francesco fino al borgo di Eggi.**

Alla fine della tappa attraverserai le periferie di **Spoleto**, godendo di splendide viste sul **Duomo** e sulla **Rocca**. Se arrivi presto, dedica del tempo alla scoperta dei segreti antichi di questa affascinante città medievale. **Siediti per un bicchiere di vino di Montefalco** tra monumenti che risalgono all'epoca romana e scopri perché Spoleto è **conosciuta come la "città dell'arte".**

Distanza: 13,5 km

Dislivello: +440/-430 m

Giorno 9 Treno per Firenze

Oggi viaggerai in treno da Spoleto a **Firenze**.
All'arrivo a Firenze, effettua il check-in in hotel. Se arrivi in anticipo, **approfitta del tempo per visitare la città**, esplorare i suoi splendidi giardini, il maestoso Duomo e l'imponente Ponte Vecchio.

Giorno 10 Firenze

Una giornata di relax a **Firenze** si svolge come una passeggiata nell'arte vivente, dove la bellezza si svela ad ogni angolo.
La mattina invita a un lento cammino lungo l'Arno o tra le vie storiche, fermandosi spesso per un caffè e per ammirare in silenzio le facciate rinascimentali.
Il tempo scorre naturalmente tra botteghe artigiane, piazze ombreggiate e momenti di quiete all'interno di una piccola chiesa o di una galleria. Un pranzo rilassato diventa parte dell'esperienza, seguito da un pomeriggio senza programmi, **magari attraversando Ponte Vecchio** o indugiando **nell'Oltrarno**.
Con l'avvicinarsi della sera, Firenze si illumina di una luce soffusa, e la giornata si conclude al meglio con una breve salita verso un punto panoramico o una cena senza fretta, **assaporando l'eleganza senza tempo della città.**

Giorno 11 Transfer a San Miniato o Coiano e camminata a Gambassi Terme, 24/12 km

Al mattino, un trasferimento privato ti **porterà all'inizio della camminata sulla Via Francigena, a San Miniato o Coiano** (a seconda della distanza che desideri percorrere).

Da San Miniato, una strada lastricata ti conduce lungo un percorso spettacolare che attraversa il tipico e **affascinante paesaggio della Val d'Elsa**, tra colline, vigneti e oliveti. Seguendo il diario di Sigerico incontrerai **due "Submansiones": Pieve di Coiano** (XXI, San Pietro Currante) **e Pieve a Chianni** (XX, Santa Maria Glan), prima di arrivare al tuo alloggio.

Distanza: 24 o 12 km

Dislivello: +530/-370 m

Giorno 12 Da Gambassi a San Gimignano, 17 km

Oggi potrai goderti i meravigliosi paesaggi della Via Francigena. Prima di salire verso i caratteristici borghi di **Collemuccioli** e **Pieve di Cellole**, fermati per visitare il Santuario di Pancole. Se arrivi presto, prenditi del tempo per visitare la famosa città di **San Gimignano** e immergerti nella sua affascinante atmosfera medievale.

Distanza: 17 km

Dislivello: +510/-465 m

Giorno 13 Da San Gimignano a Colle di Val d'Elsa/Gracciano, 12,5/20 km

Oggi percorrerai un meraviglioso tratto della Via Francigena. Salendo e scendendo le colline toscane, attraversando **vigneti**, **oliveti**, **campi** e boschi, raggiungerai finalmente il tuo alloggio a **Gracciano d'Elsa o a Colle Val d'Elsa**. Lungo il percorso, puoi fare una deviazione per scoprire la suggestiva Abbazia di Santa Maria a Coneo dell'XI secolo.

Distanza: 12,5 o 20 km

Dislivello: +250/-385 o +305/-425 m

Giorno 14 Da Gracciano/Colle Val d'Elsa a Monteriggioni, 15/11 km

Da Gracciano o Colle Val d'Elsa, attraversa **Pieve a Elsa** e scopri le antiche **Terme Etrusche di Caldane**. Dopo aver raggiunto **Strove** e la sua splendida chiesa romanica, prosegui lungo il particolare complesso di **Abbadia a Isola** fino a giungere al borgo medievale di **Monteriggioni**, circondato dalla sua caratteristica corona di torri.

Distanza: 15 o 11 km

Dislivello: +245/-135 o +175/-120 m

Giorno 15 Da Monteriggioni a Siena, 20 km

Lasciando **Monteriggioni**, percorri strade sterrate lungo la Montagnola Senese, la principale area collinare del territorio. Attraversi l'antico sobborgo medievale di **Cerbaia**, oggi apparentemente abbandonato. Attraversando il bosco **raggiungi il Castello della Chiocciola** e poi scendi lungo l'antico letto del fiume del **Pian del Lago**. Al termine della foresta dei **Renai**, entri nella splendida città di **Siena** attraverso l'antico accesso dei pellegrini di Porta Camollia.

Distanza: 20 km

Dislivello: +390/-320 m

Giorno 16 Siena

Situata su tre colline all'estremità meridionale del Chianti, Siena è **un'altra città UNESCO** da non perdere. La città esplode di energia durante il celebre Palio, la corsa dei cavalli che si svolge più volte in estate in Piazza del Campo.

Il maestoso Duomo ospita opere di Bernini, Michelangelo e Donatello ed è solo uno dei tanti siti affascinanti da visitare durante il soggiorno. **Oggi la giornata è libera per esplorare questa città emozionante**: gallerie d'arte, musei, piazze suggestive, chiese, boutique e gelaterie – le possibilità sono infinite!

Giorno 17 Arrivederci, Siena!

I nostri servizi terminano dopo la colazione, a meno che non tu abbia prenotato notti extra o altri servizi con noi.

Informazioni pratiche



All'Arrivo:

Raggiungi la stazione di Roma in treno o autobus.

Alla Partenza:

Parti dalla stazione di Siena in treno o autobus per la tua destinazione

Incluso

La quota comprende

- 16 pernottamenti in camera doppia in hotels *** ,B&B e agriturismi con prima colazione
- Trasporto bagagli da albergo ad albergo
- Transfer persone (come da programma il giorno 6 e giorno 11)
- Descrizioni dettagliate del percorso in formato digitale, mappe, tracce GPS e App
- Credenziale del Pellegrino (Via di Francesco e Via Francigena)
- Assicurazione medico-bagaglio
- Supporto telefonico 24h su 24

La quota non comprende

- Viaggio per raggiungere le località di arrivo e partenza
- I pranzi e le cene, salvo dove diversamente indicato.
- Le visite e gli ingressi - le mance
- Gli extra di carattere personale
- Eventuali tasse di soggiorno
- Tutto quanto non specificato sotto la voce “la quota comprende”

Servizi aggiuntivi
Si possono richiedere oltre ai servizi compresi nella quota

- Supplemento camera singola
- Assicurazione annullamento
- Eventuali transfer per arrivare alla località di partenza o per ritornare dal punto di arrivo, che potranno essere quotati su richiesta
- Guida ufficiale del cammino spedita al primo hotel
- Documentazione di viaggio cartacea (descrizione del percorso e mappe), spedita al primo hotel