

I Borghi nascosti della Valnerina in Umbria

Dal 22 al 25 Aprile 2023

La Valnerina è uno dei luoghi più antichi ed autentici dell'Umbria; la valle è caratterizzato da verdi valli attraversate da superbi fiumi e da monti boscosi adagiati su placidi laghi e impetuose cascate dove si stagliano paesi con rocche affascinanti e castelli ricchi di storia e mistero. E' Una terra di armonie sulla quale domina un silenzio di beatitudine e dove vissero tre dei santi più importanti della storia della cristianità, ovvero San Benedetto, Santa Rita e San Francesco.



Sabato 22 Aprile: MILANO/Città della Pieve/SPOLETO

Alle ore 7.30 ritrovo dei Signori Partecipanti, sistemazione in pullman privato **G.T.** e partenza per l'Umbria. Pranzo libero in autogrill lungo il percorso. Nel primo pomeriggio, arrivo a **Città della Pieve**, cittadina affacciata sulla Val di Chiana, dai caratteri senesi, che ha dato i natali al Perugino: il "divin pittore". Si potranno ammirare le sue opere nel Duomo, nella chiesa di S. Maria dei Servi e nell'Oratorio di S. Maria dei Bianchi dove si trova lo splendido affresco dell'Adorazione dei Magi. Passeggiata nel caratteristico borgo medievale, costituito, per la maggior parte, da edifici in "mattoni a vista". In serata, arrivo a Spoleto e sistemazione presso l'Hotel 3 stelle sup. prescelto. **Cena** e pernottamento

Domenica 23 Aprile: Spoleto e Montefalco

Prima colazione e pernottamento in Hotel. Incontro con la guida e mattinata dedicata alla visita di Spoleto, città pittoresca e austera, antica capitale dei duchi longobardi, con una storia antichissima, ed importanti monumenti archeologici romani, altomedioevali e rinascimentali quali la Rocca Albornoziana, il Ponte delle Torri, il Teatro Romano e la scenografica piazza Duomo, una delle sedi del famoso Festival dei Due Mondi. In tarda mattinata visita al *Museo Diocesano*, ospitato nell'ala del piano nobile del palazzo Vescovile, dove potremo ammirare capolavori di Filippino Lippi, Domenico Beccafumi, il Cavalier d'Arpino e Sebastiano Conca. **Pranzo in ristorante**. Sosta per la visita di **Montefalco**, con il suo centro storico trecentesco e la circolare piazza centrale dalla quale dipartono, a raggera, molte stradine che permettono di scoprire ogni angolo del borgo. Rientro a Spoleto, **cena** e pernottamento.

Lunedì 24 Aprile: SPOLETO/Norcia/Borgo Cerreto/ Arrone

Dopo la prima colazione in Hotel, incontro con la guida, sistemazione in pullman privato e partenza verso **Norcia** (la romana Nursia), città di origini antichissime che diede i natali a San Benedetto fondatore dell'ordine dei Benedettini il cui motto è "Ora et Labora". Una passeggiata nel borgo, interamente circondato dalle antiche mura, ci farà scoprire la chiesa gotica di San Benedetto nella cui cripta sarebbe nato il Santo, mentre il Duomo di Santa Maria Argentea è di epoca rinascimentale. Norcia, però è anche "sinonimo" di prodotti gastronomici di altissima qualità. **Pranzo con menù tipico locale**. Nel pomeriggio, proseguimento verso **Borgo Cerreto**, situato alla confluenza del Vigi, nel Nera, per visitare la chiesa di San Lorenzo, eretta tra la fine del XIII e l'inizio del XIV secolo e il Monastero di San Giacomo a Cerreto di Spoleto. Termine delle visite con una passeggiata nel borgo di **Arrone**, inserito tra i borghi più belli d'Italia. L'abitato rispecchia la struttura difensiva medievale, infatti, è circondato da un sistema di torri e di cinte murarie a difesa della strada che collegava la zona di Rieti con quella di Spoleto. Rientro a Spoleto, **cena** e pernottamento.

Martedì 25 Aprile: SPOLETO/Acquasparta/Todi/MILANO

Dopo la prima colazione in Hotel, carico bagagli sul pullman, incontro con la guida e partenza per la visita di **Acquasparta**, uno dei borghi più belli d'Italia che mantiene intatto il suo aspetto di centro medioevale caratterizzato dal dedalo di vicoli e la suggestiva cinta muraria. La piazza principale del borgo, intitolata a Federico Cesi, fondatore nel 1603 dell'Accademia dei Lincei, è il cuore di questo luogo, con l'imponente Palazzo Cesi, risalente alla seconda metà del XVI secolo. In questo palazzo il principe Federico Cesi ospitò Galileo. **Pranzo in ristorante**. Nel pomeriggio, partenza per Milano, dove l'arrivo è previsto in serata. Termine dei nostri servizi.

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE con sistemazione in doppia:

Base 45 partecipanti	€ 550,00
Base 35 partecipanti	€ 570,00
Base 25 partecipanti	€ 590,00
Supplemento camera singola	€ 120,00
Assicurazione Annullamento facoltativa NOBIS	€ 30,00

La quota comprende:

Il trasporto in pullman privato G.T. per tutto l'itinerario - La sistemazione presso l'hotel prescelto (3 stelle sup.)- trattamento di pensione come da programma (3 prime colazioni, 3 cene, 3 pranzi) - acqua ai pasti - visite guidate come da programma - servizio di microfonaggio - Tassa di soggiorno - Assicurazione R.C. obbligatoria

La quota non comprende:

Extra di carattere personale - altre bevande - mance - eventuali ingressi da pagare in loco - Spese di carattere personale - Tutto quanto non espressamente indicato in programma e ne "la quota comprende"

OPZIONE E TERMINE DI ISCRIZIONE:

Entro il 1 Marzo 2023 con acconto di € 150 per persona più l'eventuale assicurazione annullamento facoltativa € 30. Saldo alla consegna del foglio convocazione, prevista entro il 3 Aprile 2023.

PER INFORMAZIONE CHIAMARE UFFICIO FIDAS

Via Olgettina, 25 - 20132 Milano

Web www.fondofidas.it

Cell 391-3655753