La Pèlerine
32 Place Limozin
43170 SAUGUES
Tél : 04 71 74 47 40
contact@lapelerine.com
www.lapelerine.com
Siret : 439 482 233 00020



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LE CHEMIN DE SAINT FRANCOIS 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 1er 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 ou il est enterré. Il traverse de multiples petits monastères et abbayes où le Saint s'est arrêté et ou la légende dit qu'il accompli des miracles.





13 jours - 12 nuits - 11 jours de randonnée.

JOUR 1 : CHIUSI DELLA VERNA

Arrivée et installation à Chiusi cella Verna.
Le village est situé dans les vallées de l'Arno et du Tibre, au cœur du Parc National des Forêts du Casentino.
A 1.2 km à pied, par un sentier boisé, vous pourrez découvrir l'un des plus importants sanctuaires franciscains construit au début du XIIIe siècle sur la montagne de La Verna à la demande de saint François d'Assise.

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 – PIEVE DE' SADDI, transfert et nuit à PIETRALUNGA

21 km 6h environ + 530 / - 270 m

ou 31 km 9h environ + 1120 / - 860 m

Direction Pieve de' Saddi, lieu de la première christianisation de la Haute Vallée du Tevere et qui était, pendant des siècles, le centre religieux de toute la zone de montagne. Transfert fans l'après-midi pour vous rendre à Pietralunga pour la nuit.

Etape sans transfert possible, soit 31 km.

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. Valfabbrica est un petit village vivant dans lequel vous pouvez vous arrêter le temps de prendre un cappuccino avant de regagner votre hôtel à Perugia et en profiter pour visiter cette magnifique ville. **> Transfert et nuit à Pérouse (Perugia) ou Assise**

JOUR 12 : VALFABBRICA – ASSISE

14 km 4h environ + 660 m / - 590 m

> Transfert depuis Pérouse (Perugia) ou Assise

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

Fin du séjour après le petit-déjeuner.

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 ET TARIFS

Du 1er 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.

Prix par personne :	1 780 €
Supplément chambre individuelle :	470 €
Supplément un seul participant :	370 €

› LE PRIX COMPREND

- 11 nuits en formule nuit + petit-déjeuner et 1 nuit à La Verna en demi-pension,
- Le transport des bagages d'une étape à l'autre,
- Les transferts de personnes J11 et J12 (nuit à Pérouse).
- Le topo-guide et traces GPX.

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les déjeuners
- Les diners sauf à La Verna
- 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 vallonées. 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.

ATTENTION :
Nous vous demandons de déposer votre bagage dans le hall de chaque hébergement le matin à 8 H et de ne prévoir IMPERATIVEMENT QU'UN SEUL BAGAGE PAR PERSONNE NE DEPASSANT PAS 15KG ; au-delà de ce nombre (1 sac) et de ce poids (15 kg), le transporteur pourra vous facturer, en fin de randonnée, un supplément ou refuser catégoriquement de transporter votre bagage s'il est trop encombrant. Ne prenez pas de valise mais un sac de voyage solide.

Nous vous invitons à vous munir d'un petit sac à dos pour transporter vos effets personnels de la journée.
Si vous faites partie d'un groupe, nous vous demandons d'indiquer sur vos étiquettes valises le NOM de la personne responsable de ce groupe (personne qui a réservé la randonnée).

› ACCES

ALLER :



Train depuis les grandes villes jusqu'à Arezzo, puis train régional jusqu'à Bibbiena et enfin bus jusqu'à Chiusi della Verna.



Chiusi della Verna se situe dans la province d'Arezzo, en Toscane.
Il faut environ 2 heures de route depuis Florence.
Possibilité de garer sa voiture pendant la durée du séjour sur un parking gratuit et non surveillé proche dans le village.

RETOUR :
Gare d'Assise – Santa Maria degli Angeli (à 3 km du centre-ville)
Trains directs pour Florence ou Rome.

Train jusqu'à Arezzo, puis train régional jusqu'à Bibbiena puis bus Chiusi della Verna
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
- l'accès à une aplication GPS mobile avec traces GPX

Si vous souhaitez un dossier de voyage supplémentaire, il vous sera facturé + 25€ / dossier.

› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

L'ensemble de vos affaires doit être réparti dans deux sacs :
- 1 sac à dos 30/40 litres à bretelles larges et armature souple réglable pour les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photos ...
- 1 sac de voyage souple de 80 à 100 litres pour les affaires de tout le séjour (attention, il ne doit pas dépasser 13 kg).

Equipement de base

- une paire de chaussures de marche « moyenne montagne » (attention aux chaussures neuves à éviter)
- une paire de bâtons de marche, vivement conseillés
- lunettes, crème solaire et chapeau pour le soleil
- une petite pharmacie individuelle (désinfectant et pansements, crème protectrice pour les lèvres, bandes adhésives contre les ampoules, double peau type Compeed, vos médicaments habituels,etc.)
- une trousse de toilette
- short et/ou jupe

- pull ou veste polaire
- tee-shirts ou chemises légères
- une veste imperméable (type Goretex)
- un sur-pantalon impermébale
- cape de pluie ou poncho (qui protègera aussi le sac à dos)
- des chaussures légères pour le soir
- tenue de rechange confortable pour le soir
- un maillot de bain et une petite serviette de bain
- une ou deux gourdes : il est important de boire 1.5 à 2L d'eau par jour
- un couteau
- une lampe de poche ou frontale (facultatif)
- une paire de jumelle (facultatif)
- mouchoirs, papier hygiénique
- une aiguille, un peu de fil et une ou deux épingles de sûreté

› INFORMATIONS TOURISTIQUES

L'Italie est un pays du sud de l'Europe, qui a évolué au fil de l'Histoire mais tout en conservant son authenticité et sa simplicité. La ville d'Assise, située dans la région de l'Ombrie, est la 2ème ville de pèlerinage après Rome : près de 600 000 visiteurs par an visitent la basilique Saint François.

Saint François est né à Assise en 1181 d'une famille riche. Durant son expérience à la guerre, il fut prisonnier et tombe malade. Pendant sa convalescence, il ressent une insatisfaction face à sa vie. Il transforme alors sa vie : fils de noble, il devient pauvre et décide d'annoncer les messages de joie, d'espoir, de paix et d'amour de la Bible. Sa vie sera dévouée à la promotion de la solidarité aux pauvres et aux marginalisés, il dénonce les injustices. Protecteur de l'environnement, il défend la nature et les animaux, ce qui lui donnera le nom de « patron des écologistes ». Il est proclamé Saint, après sa mort, par l'Eglise. Aujourd'hui, de nombreux pèlerins retracent son parcours sur le célèbre chemin d'Assise « La Via di Francesco ».

SANCTUAIRE DE LA VERNA

Le sanctuaire de La Verna est situé à quelques kilomètres de Chiusi della Verna (province d'Arezzo) dans le parc national des forêts du Casentino, Monte Falterona, Campigna. Saint François d'Assise se retire à Mont Verna pour ses périodes habituelles de silence et de prière et c'est le lieu où il aurait reçu les stigmates en 1224. Le sanctuaire possède de nombreuses chapelles et lieux de

prière qui sont la destination de nombreux pèlerinages. En août 1921, le pape Benoît XV élève l'église au rang de basilique mineure.

CITTA DI CASTELLO

Città di Castello est une ville riche en histoire et en art avec un petit centre histoique agréable à visiter. Une grande partie de l'héritage artistique de Citta di Castello date du reigne de Viteli au 15ème siècle avec ses palaces et églises ayant une influence toscane, le résultat de liens étroits entre la famille Vitelli et les Medici de Florence.
Les grands artises du 15ème-16ème siècle tels que Signorelli, Rafello, Rosso Fiorentino del Colle ont enrichis la ville avec leurs oeuvres d'art prestigieuses.

GUBBIO

Le Chemin se conclut à Gubbio devant l'Église de Saint-François, où l'on est accueilli par la tendre statue qui représente François et le loup, en souvenir du miracle de la bête féroce apprivoisée par le Saint. Si l'on peut s'arrêter une journée à Gubbio, il vaut la peine de parcourir l'anneau de la ville dit Parcours « Fratello Lupo », qui permet au pèlerin de visiter les lieux franciscains de la ville, « seconde patrie » du Saint d'Assise.

ASSISE

Assise est le lieu de naissance et de mort de Francesco Bernardone, plus connu sous le nom de François d'Assise, un des plus grands saints de l'Église catholique romaine et saint patron de l'Italie. Pour son patrimoine exceptionnel, la ville est classée sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco. Immenquable la Basilique et ses Eglises inférieure et supérieure ainsi que le château médiéval.

› TOURISME RESPONSABLE

Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- Préparez-vous et prévoyez
  - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.

- Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
- Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
- Evitez les périodes de haute fréquentation

- **Laissez intact ce que vous trouvez**
  - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel
- **Respectez la vie sauvage**
  - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
  - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
  - Utilisez les sentiers aménagés existants
  - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
  - Favorisez les contenants réutilisables
  - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage
- **Respectez les autres usagers**
  - Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience
  - Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier

› ASSURANCES

Nos assurances, **Contrat Tranquilité Carte Bancaire** et **Contrat Tranquilité** sont individuelles et facultatives. **Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit** pour votre voyage pour déclencher l'assurance. **La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur.** Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site www.lapelerine.com rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.
La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le Contrat Tranquilité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Contrat Tranquilité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinium, après refus de celle-ci) est facturé 3.15 % du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➢➢ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.

Pour une annulation avant le départ, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.
Durant le séjour, avant toute démarche, contactez ASSISTANCE MUTUAIDE au +33 (0)1 45 16 43 47 (si vous avez souscrit au contrat assistance plus) ou SERVICE SINISTRE ASSURANCE au +33 (0)5 32 09 21 81 (si vous avez souscrit au contrat sérénité).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au 05 32 09 21 81.

La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes…).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.

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