

ITALIA

MERAVIGLIOSA

# i segreti di

# PERUGIA

A CURA DI DANIELA ARTIOLI



## Fenicotteri e cicerchie

«A Perugia c'è un posto adattissimo ai bambini e io che ho quattro figli ne so qualcosa: è la **Città della Domenica** 1, un parco dove è possibile vedere moltissimi animali. Dai daini ai mulloni, dai leoni ai bisonti, dagli struzzi ai fenicotteri. Oltre alla riserva zoologica, c'è anche il parco divertimenti (*via Col di Tenda 140*). Dopo, non c'è niente di meglio che una goduriosa sosta da **Brufani** 2, dove si mangia la vera cucina umbra. Io, che ho fatto l'istituto alberghiero, so di cosa parlo: mi piacciono i piatti tipici veraci (*piazza Italia 12*). Per bere mi sposterei a Spoleto da **Sabatini** 3, che ha un Rossobastardo che incanta. E gli strangozzi con gli asparagi selvatici (*corso Mazzini 54*). Deliziosa con la salsiccia o con il prosciutto al coltello la torta al pesto di **Gubbio**, una piadina un po' più spessa, ottima ovunque. A **Norcia** c'è la salumeria migliore del mondo, per non parlare di ceci, fave, cicerchie, fagioli, farro, lenticchie: quando ci vado faccio il pieno».



### STEFANO TACCONI

ex calciatore

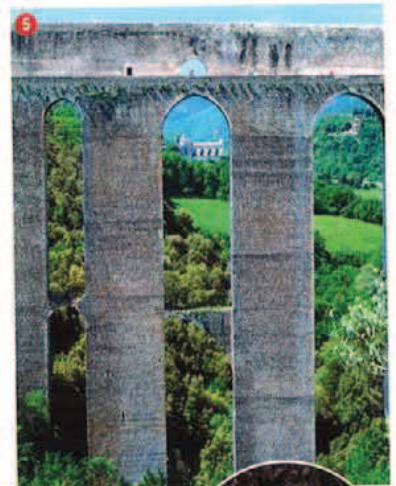
Nato a Perugia 54 anni fa, è stato il portiere di Inter, Juventus, Genoa e della Nazionale. È sposato con Laura Speranza e hanno quattro figli.



## Bellissima Spoleto

**IL GIRO DELLA ROCCA** «Attraverso una scalinata infinita, che si chiama **via dell'Assalto**, si arriva nella piazza del Duomo. Ma questo è solo l'antipasto perché dopo altri cinquanta metri, sempre in salita, ci troviamo al giro della **rocca** 4. È un percorso bellissimo che circonda il colle di Sant'Elia. **PERCORSO SACRO** «Una passeggiata spettacolare è quella sul **ponte delle Torri** 5. Alto quasi ottanta metri con nove arcate e imponenti piloni in pietra, è stato eretto sui resti di un acquedotto romano. Da qui parte un sentiero attraverso il bosco che conduce alla sommità del **Monteluco**, un bosco sacro a Giove. Dalla vetta nei giorni tersi si riesce a vedere Assisi. Circondato dal bosco di lecci, c'è il santuario francescano, con la pietra dove dormiva san Francesco». **LUOGO DI PACE** «Tutti vanno ad Assisi per la Basilica affrescata da Giotto. Io mi fermo alla **Porziuncola**, la cappella inglobata nella basilica rinascimentale di Santa Maria degli Angeli (*piazza Garibaldi 1*). Mi piace pensare che le pietre squadrate

e rozze siano state messe su da un giovane e inesperto Francesco». **IL PANE COME UNA VOLTA** «Quando si faceva "filone" a scuola, si andava a Strettura, tra Terni e Spoleto. Si comprava un ottimo pane con le noci, perfetto con salumi e formaggi. Fateci un salto». **FASCINO DEL PASSATO** «Tutto bello è lo scenografico centro storico di Spoleto. Dall'Arco di Druso al celebre **Duomo** 6, dalla chiesa di San Gregorio a quella di San Pietro, tantissimi sono gli edifici e i monumenti da visitare passeggiando per le antiche vie».



### GIANNI CINELLI

attore

41 anni, è nato a Spoleto. Attore e comico, fa parte del trio Boiler. È single e non ha figli.



**Frankie DIXIT**

«Città di Castello sembra appartenere a un altro mondo. Un po' come Monica Bellucci (qui è cresciuta), pare strappata alla realtà. È a cavallo di borghi addormentati e paesini pieni di turismo e ha luoghi magnifici come la **Pinacoteca comunale** 7 (via C. Battisti 22A) con opere di Raffaello, Luca Signorelli e il Ghirlandaio o il museo di Alberto Burri (via Albizzini 1) con le famose plastiche giganti. Da Busatti (via del Popolo, tel. 075 8520154) trovate tessuti artigianali



decorati a mano e, un po' più in là, la Pizzeria Roma (via M. Angeloni 2, tel. 075 8553560): la fiorentina migliore. Alla Trattoria da Lea (via San Florido 38, tel. 075 8521678) si mangia tartufo bianco e all'Osteria (via Borgo di Sotto 1, tel. 075 8556995) fanno cene poetiche, performance di scultura e dj set».

**\*FRANKIE III-NRG deejay**

È nato a Torino 42 anni fa, ma è cresciuto a Città di Castello. Oltre a fare il deejay, è un rapper e pubblica dischi. Ha raggiunto la fama nel 1997 con il secondo album, *La morte dei miracoli*.



**Aspettando le tavernette**

**UN ALTRO MONDO** «Saranno in tutto 50 abitanti a Santa Restituta, un piccolo borgo dei Monti Amerini. Ci andiamo perché sembra di stare in un altro mondo, dove tutto è più autentico. Grazie alla gentilezza degli abitanti abbiamo organizzato per i clienti della nostra struttura **La Tenuta dei Ciclamini** 8 belle grigliate di carne illuminando con le fiaccole tutta la scalinata (loc. Casa Pancallo 3, Avigliano Umbro, Tr, iciclamini.it, tel. 074493431)».

**LE CASTAGNE** «Toscolano 9 è il nostro vicino di casa: sembra sospeso in aria, immerso nelle foreste. Paesino meraviglioso anch'esso abitato da 50 persone circa: la signora Rita e Alvaro sono i padroni di casa. In ottobre c'è la sagra delle castagne, una festa bellissima: si mangia all'aperto, seduti nelle piazzette, la minestra di

castagne cucinata dalle donne del paese. È rimasta intatta la cinta muraria con i possenti torrioni. Merita una visita la **Cappella votiva** della Santissima Annunziata, all'ingresso del paese». **LE TAVERNETTE** «Qui nei Monti Amerini è d'obbligo per tutti andare per sagre e bere il vino del territorio, rosso superiore o cannaiole dell'Azienda Agricola dei Colli Amerini. Tutti aspettiamo l'apertura delle "tavernette", le



sagre paesane da maggio ad agosto. Noi andiamo a **Farnetta** (dal 25 maggio al 5 giugno) per la sagra delle ciriole all'ortica. C'è poi quella più ambita a **Collicello** (dal 30 giugno al 10 luglio): è la sagra del cinghiale alla colcellese e della polenta alla carbonara. Non mancheremo alla sagra del daino a **Castel dell'Aquila** (dall'8 al 22 luglio). Imperdibile la taverna di **Avigliano Umbro** (dal 31 luglio al 16 agosto) con la sagra del manfricolo». **CARSULAE** «Non si può non andare a **Carsulae** 10 (Sangemini), un centro romano sulla Flaminia, famoso per gli imponenti resti perfettamente integri, che ne fanno uno dei siti archeologici più importanti del centro Italia, (Parco Archeologico Umberto Ciotti di Carsulae, strada Carsulana, vocabolo Carsoli 8, Tr)».



**MOGOL**

paroliere  
Milanese del 1936, ad Avigliano ha creato il Centro Europeo di Toscolano (Cet), per la formazione musicale.



# La guida di Traveller Umbria

HANNO COLLABORATO FEDERICO DE CESARE VIOLA  
E PAOLO SCARPELLINI



DORMIRE DA DIO  
All'Orto degli  
Angeli, a Bevagna.

## Mangiare

**AMELIA (TR) La Misticanza** Una formula versatile – a metà strada tra il ristorante e il wine bar – con piatti semplici e gustosi che esaltano le materie prime biologiche e gli ingredienti stagionali (via Rimembranze 4, tel. 0744 982888, lamisticanza.it; 35 €).

**BASCHI (TR) Trippini** Con il panorama della valle e del lago di Corbara davanti, piatti di grande personalità e tecnica, come l'anatra con mele e cotechino (v. Italia 14, fraz. Civitella del Lago, tel. 0744 950316, trippini.net; 65 €).

**FOLIGNO (PG) Villa Roncalli** Vera atmosfera da casa di campagna chic e cucina che attinge alla tradizione (v.le Roma 25, tel. 0742 391091; 50 €).

**MAGIONE (PG) Rosso di sera** Un locale semplice sul Trasimeno con cucina legata al pesce di lago, come i tortelli di fagiolina con ragù bianco di persico (via Fratelli Papini 79, loc. San Feliciano, tel. 075 8476277; 30 €).

**BEVAGNA (PG) Ristorante Enoteca Onofri** Un po' enoteca e un po' osteria, un indirizzo sicuro: dalla carta dei vini alla selezione di formaggi e salumi (via Onofri 2, tel. 0742 361926, enotecaonofri.it; 40 €).

**MONTEFALCO (PG) Spirito Divino** Curato locale nella zona pedonale della

cittadina con un'ottima selezione di materie prime e un'ampia carta dei vini (piazza Mustafà 2, tel. 0742 379048, spiritodivino.net; 50 €).

**NORCIA (PG) Vespasia di Palazzo Seneca** Eccellenti ingredienti locali interpretati con equilibrio e creatività dal giovane Flavio Faedi (via C. Battisti 12, tel. 0743 817434, palazzoseneca.com; 75 €).

**ORVIETO (TR) Vinosus** Una bella terrazza, opere d'arte e cucina a vista: oltre l'ambiente si mangia anche bene, con piatti e vini del territorio (piazza Duomo 15, tel. 0763 341907, vinosus.it; 40 €).

**PERUGIA L'Officina** Spazio dinamico e versatile, negli orari e nei contenuti: ottimi i tagliolini al caffè, ragù di astice e verdure e crema di topinambur (b.go XX giugno 56, tel. 075 5721699; 30 €).

**PERUGIA Il Gradale** Stessa location da sogno del fratello maggiore Il Postale ma sala e proposta più informale e divertente. Tra



KM ZERO  
All'Enoteca  
Oberdan di Todì.

i piatti migliori il maialino da latte con cipollotti confit e pâté di patate (strada Montevile 3, tel. 075 5724214, castello monterone.com; 40 €).

**SPELLO (PG) La Bastiglia** Uno dei top ristoranti regionali guidato da Marco Gubbio. Piatti creativi con prodotti di stagione. Un esempio? Il pancotto di vongole e fave con burrata e basilico (via Salnitriaria 15, tel. 0742 651277, labastiglia.com; 75 €).

**STRONCONE (TR) Taverna de Porta Nova** Un'osteria calda e accogliente con specialità regionali tra cui le zuppe di legumi e le fettuccine ai carciofi e guanciale (via Porta Nuova 1, tel. 0744 60496; 30 €).

**TERNI La Clessidra** Un bistrot gestito con passione: ottimi prodotti, piatti creativi ma equilibrati e una piccola ma interessante carta dei

## LA SCELTA DI VITTORIO SGARBI

### LA SCARZUOLA, CITTÀ IDEALE

«Che cos'è la Scarzuola? Oggi è una sorta di parco, dove dal 1956 fino alla sua morte avvenuta nel 1981 (Tommaso) Buzzi tentò di realizzare la sua impresa che purtroppo non completò: questo grande architetto aveva deciso di realizzare una città ideale, quindi di far diventare reale un'utopia. Dietro il convento, in un declivio, in una zona tra colline con spazi anche naturalmente predisposti a essere teatri e anfiteatri, Buzzi ha ricostruito con straordinario gusto antiquariale l'architettura antica, il mondo classico, le suggestioni di Vitruvio, di Borromini, di Palladio, in una serie di edifici, torri, teatri, piramidi e templi antichi davanti a noi. Non solo un disegno, invenzioni di Piranesi la cui visione diventa disegno, bensì muri, pietre».

(da *Viaggio Sentimentale*, Bompiani, pag. 181).



**MANGIARE**  
**Locanda della Picca** Specialità alla brace da gustare vicino ai bracieri d'inverno e sulla terrazza d'estate (loc. Il Monte, Città della Pieve (Pg), tel. 0578 299403, locandadellapicca.it; 35 €).

**DORMIRE**  
**Relais dei Magi** Una villa Ottocentesca con vista sul Trasimeno. (loc. Le Selve Nuove 45, Città della Pieve, tel. 0578 298133, relaismagi.it; 165 €).

# Agenda

## APRILE

**RASSEGNA ANTIQUARIA** Nei palazzi storici e nelle piazze di **Todi**, una delle manifestazioni più importanti del genere: mercato, ma anche occasione culturale ([www.rassegnantiquariaditalia.it](http://www.rassegnantiquariaditalia.it)).

## MAGGIO

**LA CORSA DEI CERI A Gubbio** tre antiche corporazioni trasportano di corsa i «Ceri» fino al monte Ingino. Non vince nessuno, lo spettacolo sta tutto nell'abilità dei ceraioli a non farli cadere e nella grande luminaria di candelotti che li segue ([ceri.it](http://ceri.it)).

**CORSA ALL'ANELLO** Grande rievocazione storica con 600 figuranti a **Narni**, che si conclude con il palio equestre tra i terzi della città ([corsallanello.it](http://corsallanello.it)).

**IL LIBRO PARLANTE** Al Palazzo dei Sette di **Orvieto**, incontri e dibattiti con gli scrittori ([tel. 0763 344436](tel:0763344436)).

## GIUGNO

**LE INFIORATE DI SPELLO** Tappeti e quadri fatti con i petali dei fiori e le erbe del Monte Subasio e dell'Appennino umbro-marchigiano ricoprono la città per il Corpus Domini ([infioratespello.it](http://infioratespello.it)).

**UN TUFFO NEL MEDIOEVO** Si ispira all'antica divisione di **Bevagna** in quattro gaites (quartieri) **Il Mercato delle Gaites**, con quattro gare medievali e rievocazione storica ([ilmercatoellegaites.it](http://ilmercatoellegaites.it)).

**FESTIVAL DEI DUE MONDI** Per due settimane **Spoletto** si trasforma in un palcoscenico internazionale: musica, arte, cultura e spettacolo nei teatri e nelle piazze ([festivaldispoletto.com](http://festivaldispoletto.com)).

## LUGLIO

**UMBRIA JAZZ** Dieci giorni di jazz con le stelle e le giovani promesse e Street Parade della brass band di New Orleans a **Perugia**. Umbria Jazz Winter si svolge a Orvieto in dicembre ([umbriajazz.com](http://umbriajazz.com)).

**BLUES SUL LAGO** Venti palcoscenici diversi nei borghi sulle rive del **lago Trasimeno** e trenta concerti dal tramonto all'alba ([trasimenoblues.net](http://trasimenoblues.net)).

## OTTOBRE

**EUROCHOCOLATE** Ogni anno attira un milione di golosi nelle strade di **Perugia** per degustazioni, performance artistiche e gastronomiche, happening a tema cioccolato ([eurochocolate.com](http://eurochocolate.com)).

**ZAFFERANO IN MOSTRA** È più prezioso dell'oro e a **Cascia** dedicano ai pistilli una mostra mercato con visite guidate, degustazioni, appuntamenti culturali nei luoghi di eccellenza, di raccolta e, ovviamente, nei ristoranti ([zafferanodicascia.com](http://zafferanodicascia.com)).



vini (via Masaccio 24, tel. 07444 33611, ristorante [laclassidra.it](http://laclassidra.it); 40 €).

**TERNI Oste della Mal'Orà** Il locale di Renzo Franceschini è un riferimento per la regione: eccellenti materie prime e grandi vini dal mondo (via Tre Archi 5, tel. 0744 406683; 30 €).

**TODI (PG) Enoteca Oberdan** Buona la selezione di salumi e formaggi umbri. La pasta è fatta in casa e condita con verdure locali (via Augusto Ciuffelli 22, tel. 075 8945409; 30 €).

### Dormire

**ASSISI (PG) Nun Assisi Relais & Spa Museum** Solo 18 suite ricavate nell'ex Monastero di Santa Caterina. Relax nella Spa (via Eremito delle Carceri 1a, tel. 075 8155150, [nunassisi.com](http://nunassisi.com); da 290 €).

**BEVAGNA (PG) Orto degli Angeli** Un quartierino fra le mura di un borgo medievale, con giardino pensile e ristorante fra resti romani (via Alighieri 1, tel. 0742 360130, [ortoangeli.com](http://ortoangeli.com); da 200 €).

**CANALICCHIO DI COLLAZZONE (PG) Relais Il Canalicchio** Il borghetto sulla collina è un relais

di charme con camere affrescate. Ristorante, tennis e centro benessere (tel. 075 8707325, [relaisilcanalicchio.com](http://relaisilcanalicchio.com); da 230 €).

**FRATTA TODINA (PG) La Palazzetta del Vescovo** Un antico e panoramico casale del 1763. Otto camere con arredi d'epoca, ristorante, giardino e infinity pool (fraz. Spineta, via Clausura 17, tel. 075 8745183, [lapalazzettadelvescovo.com](http://lapalazzettadelvescovo.com); 220-270 €).

**GUALDO CATTANEO (PG) La Ghirlanda** In un villone padronale fra le colline, 13 camere e 3 suite (loc. Saragano, via del Poggio 4, tel. 0742 98731, [laghirlanda.it](http://laghirlanda.it); 110-142 €).

**GUBBIO (PG) Park Hotel ai Cappuccini** Un monastero del XVII secolo nel verde con tele rinascimentali, arazzi fiamminghi e pezzi di design (via Tifernate, tel. 075 9234, [parkhotelai cappuccini.it](http://parkhotelai cappuccini.it); da 189 €).



RELAX IN CONVENTO  
Una camera del Park Hotel ai Cappuccini di Gubbio.



## IL GASTRONAUTA

**I PRODOTTI TIPICI DA COMPRARE**  
di Davide Paolini

**Prosciutto di Norcia**  
Norcia (Pg). È prodotto da cosce suine condite con aglio e pepe e poi leggermente affumicate. Salumificio Ciliani, fraz. Savelli, Norcia, tel. 0743 829040 [www.ciliani.it](http://www.ciliani.it)

### MASSA MARTANA (PG)

**Castello di Montignano**  
Un castello che è ora un resort di lusso con wine bar e suggestiva spa nelle segrete (loc. Montignano 6, tel. 075 8856113, [montignano.com](http://montignano.com); 210-600 €).

### MORRA (PG) Palazzo

**Terranova** Stanze color pastello in una country house in collina (loc. Ronti, tel. 075 8570083, [palazzo.terranova.com](http://palazzo.terranova.com); 400-730 €).

### PIEGARO (PG) Ca' de'

**Principi** Un palazzo del '700 con saloni affrescati e mobili d'epoca (via Roma 43, tel. 075 8358040, [dimorastorica.it](http://dimorastorica.it); 155 €).

### PIETRALUNGA (PG)

**Abbazia San Faustino**  
Un'abbazia del XIII secolo è oggi un pacifico resort (loc. San Faustino, tel. 075

9462097, [sanfaustino.resort.com](http://sanfaustino.resort.com); 120-290 €).

### SPOLETO (PG) Villa Milani

Posizione splendida, logge affrescate e soffitti a cassettoni decorati (loc. Colle Attivoli 4, tel. 0743 225056, [villa.milani.com](http://villa.milani.com); 240-570 €).

### TODI (PG) Relais Todini

Un maniero del '300 con camini e travi a vista (fraz. Collevaenza, tel. 075 887521, [relaistodini.com](http://relaistodini.com); 260-385 €).

### TODI (PG) Torre Almonte

In equilibrio tra medioevo e design (fraz. Frontignano 1, tel. 075 8852560, [torre.almonte.com](http://torre.almonte.com); da 240 €).

### TORDANDREA (PG) San

**Crispino** A poca distanza da Assisi, magnifica vista, camere country-chic, ristorante, piscina e spa (tel. 075 8155124, [assisibenessere.it](http://assisibenessere.it); 220 €).

### TUORO SUL TRASIMENO

**(PG) Antico Casale di Montegualandro e spa**  
Dimora nobiliare con certificazione ambientale Ecolabel (via Montecchio 1, tel. 075 8230295, [anticocasale.it](http://anticocasale.it); da 170 €).

## Il gusto del posto



la ricetta di

MARCO BISTARELLI

Maialino con tartufi

**M**aiale e tartufo: ecco due dei prodotti più rappresentativi della tradizione umbra. In particolare, il tartufo, che in Umbria è presente tutto l'anno. In primavera si inizia con il marzuolo, o bianchetto, poi ad aprile arriva l'uncinatum, che spunta fino a ottobre. L'autunno è la stagione della trifola, del pregiatissimo bianco umbro, che cresce spontaneo fino a gennaio. Infine, il **nero di Norcia**, il più dolce e delicato. È quello che ho scelto per questo piatto: con il suo profumo particolare e la sua persistenza in bocca, regge il gusto del maiale, abbastanza forte. La preparazione? L'ho cotto a bassa temperatura, a 65° per 12 ore, sotto vuoto, per mantenere proteine e consistenza delle fibre. Una volta cotto, l'ho glassato con salsa a fondo bruno ai tartufini di Norcia. Un piatto molto richiesto, e assolutamente tradizionale.



Il Postale all'interno del Castello di Monterone, tel. 075 5724214, [ristoranteilpostale.it](http://ristoranteilpostale.it); da 80 €.

## Shopping Lenticchie, oro vegetale e vetri d'arte



**1 Lenticchie IGP:** La vostra Cantina (p.zza Monte Vettore, Castelluccio, tel. 0743 821206; 8,50 € al kg).

**2 Tovaglie «occhio**

**di pernice:** Laboratorio Tela Umbra (v. Sant'Antonio 3, Città di Castello, 90 € al mq).

**3 Zafferano:** De Carolis Moretti (loc.

Civita, Cascia, tel. 0743 76430; 1 g 24 €).

**4 Olio:** Frantoio Gaudenzi (fraz. Pigge, Camporeale, tel. 0742 781107; da 10 €).

**5 Vetri:** Studio

Moretti Caselli (v. Fatebenefratelli 2, Perugia, tel. 347 5980925).

**6 Ciaramicola:** pasticceria Sandri (c. Vannucci 32, Pg; 23 € al kg).

# Umbria, bella con l'anima

## **Il poeta della natura Dal Canticò di Frate Sole**

San Francesco è anche il poeta che ha cantato, con gesti e parole, la bellezza della natura. E della sua Umbria. Ed ecco allora come percorrere la Via di Francesco diventa un modo per scoprire il suo messaggio attraverso fiumi, rocce, eremi solitari, foreste. Come il Bosco di Monteluco, dove sono conservati i resti di un santuario e un pozzo da cui il Santo avrebbe fatto sgorgare miracolosamente l'acqua.



**Mens sana  
in corpore sano.  
Un detto che pare  
trovare in Umbria  
una sua naturale  
collocazione.  
Per l'onnipresenza  
delle memorie legate  
alla figura  
di Francesco d'Assisi,  
ma anche per le molte  
strutture wellness  
disseminate  
in campagna, spesso  
in dimore d'epoca  
trasformate  
in relais di charme.  
Spa e centri termali  
all'avanguardia,  
luoghi votati  
all'edonismo,  
dove raggiungere una  
perfetta remise en  
forme, ma anche dove  
ritrovare  
se stessi grazie  
a un corso di yoga  
o di meditazione.  
Insomma,  
un perfetto punto  
di incontro fra spirito  
e corpo, il tutto nella  
contemplazione  
di un paesaggio che  
non smette mai  
di stupire**

**U**N PERCORSO  
DELLA FEDE DI 276 KM,  
CHE ATTRAVERSA TUTTA  
L'UMBRIA DAL BORGO DI  
CITERNIA FINO A TERNI,  
E PROSEGUE PER 150 KM  
VERSO LA VALLE SANTA  
DI RIETI, FINO ALLA  
TOMBA DI PIETRO  
A ROMA.

È la **VIA DI FRANCESCO**,  
sedici tappe di cammino,  
di meditazione, silenzio,  
nella campagna più pura e  
incontaminata del «polmone  
verde» d'Italia. Percorsi  
che ricalcano le orme di  
San Francesco, conducendo  
i pellegrini e i viaggiatori  
nei luoghi dell'Umbria legati  
agli episodi fondamentali  
della vita di San Francesco.  
Il cuore della via è Assisi,  
patria del Santo, che evoca  
la sua vicenda umana e  
spirituale, mirabilmente  
raffigurata da Giotto  
all'interno della Basilica,  
che accoglie i resti  
del Patrono d'Italia  
([viadifrancesco.it](http://viadifrancesco.it)).

## **Viaggio nel tempo Pellegrini dell'era moderna**

Fra le tappe più belle della Via di Francesco c'è quella che da Citerna conduce ad Assisi. Sette giorni fra colline, casolari e borghi, passando per Città di Castello, Gubbio e Perugia. Un viaggio che è anche un ritorno al passato, ma con tempi e modi degli antichi pellegrini. Anche grazie a [facebook \(facebook.com/viadifrancesco\)](https://www.facebook.com/viadifrancesco), dove i pellegrini di oggi condividono diari, immagini e racconti del loro cammino.



## **A passo d'uomo Verso la meta**

Dieci, venti chilometri al giorno, a piedi o in bicicletta. Non una sfida per pochi, bensì un modo nuovo di viaggiare per conoscere da vicino il territorio, la gente, le tradizioni, i sapori. L'Umbria.





**Autentiche  
emozioni  
Fascino  
d'altri tempi**

Spoleto, Città di Castello, Todi, Corciano e Assisi. Si trovano qui i relais di Palazzo Leti, Palazzo Grande, San Biagio al Colle, San Crispino e Torre Almonte, dimore del Consorzio delle Residenze d'epoca in Umbria. Perfette nell'atmosfera e nella location per far vivere al meglio un soggiorno.





## **Nobiltà d'animo Ospiti d'onore e della storia**

Antichi manieri, aristocratici palazzi, eremi e torri medievali. Sono dieci le dimore di charme del Consorzio delle Residenze d'Epoca in Umbria, che offrono una chiave di accesso al territorio davvero unica. Ad accogliere l'ospite il padrone di casa, e raffinate atmosfere che raccontano dell'arte e della storia più nobile di questa terra ([reumbria.com](http://reumbria.com)).



## **Nuovi orizzonti Rinascere alla Spa**

Ben ferma e ancorata al suo ricco passato di arte e storia, l'Umbria ha saputo anche evolversi nel modo di accogliere, facendo suoi stili di vita e novità del contemporaneo. Nasce così il Consorzio Umbria Benessere, un brand che riunisce 28 strutture all'avanguardia dove trascorrere un soggiorno *remise en forme* al top ([umbriabenessere.com](http://umbriabenessere.com)).



## **Bellezza a tutto tondo Dopo il massaggio, l'assaggio**

Il fattore bellezza fa parte del territorio umbro, soprattutto oggi, declinato nelle versioni Spa, terme, beauty farm... In altre parole, percorsi benessere di ogni genere, da coniugare anche a itinerari di arte, natura e buona tavola.



## **Notti da favola Al castello, nella torre...**

Si varca la soglia e ci si ritrova in un'altra epoca. Succede a Cà dei Principi, ex residenza dei Marchesi Pallavicini a Piegara, o al Castello di Capecchio, nella campagna di Baschi, all'Eremo delle Grazie, a Monteluco, o ancora nell'Orto degli Angeli, a Bevagna, e a Villa Milani, splendido esempio di architettura rinascimentale alle porte di Perugia. Il viaggio inizia su [reumbria.com](http://reumbria.com).

