

# INHOUD



## ONTDEKKEN 6

Welkom in Umbrië.....	8	Reisroutes.....	18
De parels van Umbrië.....	10	Veelzijdig Umbrië.....	28
Zicht op Umbrië.....	14	Jaaroverzicht van Umbrië.....	52
De regio's van Umbrië.....	16	Een korte geschiedenis.....	54

## BELEVEN 58

■ Noord-Umbrië.....	60	■ Zuid-Umbrië.....	144
■ Midden-Umbrië.....	98		

## WEGWIJS 172

Voor vertrek.....	174	Register.....	182
Umbrië onderweg.....	176	Nuttige uitdrukkingen.....	188
Praktische informatie.....	180	Dankbetuiging.....	190

Links: Trap in Deruta versierd met tegels van keramiek  
Vorige bladzijde: Wijngaarden bij Montefalco in de herfst  
Omslag voor: Zicht op Spello's Porta Venere

# DE PARELS VAN UMBRIË

Glooiende groene heuvels en diepblauwe meren; feudale kastelen en versterkte vestingplaatsjes; religieuze meesterwerken en oude ruïnes; er zijn zoveel redenen om naar Umbrië te gaan. Hier enkele van onze favorieten.



## 1 HET GROENE HART VAN ITALIË

De regio is befaamd om het weelderige groen, van heuvels vol wijngaarden tot beboste valleien en de bergen in regionale parken als Parco Regionale del Monte Cucco (blz. 68).



## 3 FESTIVALS

Religieuze optochten, eestijnen en uitvoerende kunst: Umbrië biedt geweldige festivals. Mis zeker niet een van de middeleeuwse re-enactments, zoals Calendimaggio in Assisi (blz. 52).



## 2 WIJNGAARDEN

Door de rijke bodem en het zonnige mediterrane klimaat van Umbrië worden hier de beste wijnen geproduceerd. Bezoek een wijnhuis als Tenuta Bellafonte (blz. 133).

**LEKKER WANDELEN 4**  
Of u nu lekker wilt kuieren of een echte trektocht wilt maken, Umbrië biedt tal van mogelijkheden. Loop in de voetsporen van St Franciscus (blz. 94), wandel langs de Tiber (blz. 90) of de Monte Subasio (blz. 112) op.



## BLOEMENPRACHT 5

In Umbrië groeien veel bloemen. Dwaal door de mooie met geraniums omzoomde straten van Assisi (blz. 102) of bekijk de jaarlijkse expositie van wilde bloemen in Castelluccio di Norcia (blz. 148).



## SLOWFOOD 6

Voor de inwoners van Umbrië hoort seizoensgebonden eten al eeuwenlang bij hun manier van leven. Zoek uw eigen ingrediënten (blz. 51) of laat een kok een verse maaltijd bereiden.



**7** LAGO TRASIMENO

Dit prachtige meer (blz. 76) is het grootste van Umbrië. Het groenblauwe water is bezaaid met beboste eilandjes, en langs de oevers liggen pittoreske dorpjes.

**9** AGRITURISMOS

Onthaast in uw vakantie eens op een boerderij. Sommige bieden workshops aan zoals kaasmaken of inmaken, en andere laten gasten meehelpen met het *vendemmia* (druivenoogst).

**8** MIDDELEEUWSE BERGDORPJES

Dorpjes als Orvieto (blz. 124) en Todi (blz. 120) nemen u mee terug de tijd in. Dwaal door de keistenen straatjes, kijk uit over de vestingmuren en verken historische paleizen.

**10** BASILICA DI SAN FRANCESCO

De imponerende basiliek van Assisi (blz. 108) is een bakken voor zowel pelgrims als kunstliefhebbers. Bewonder de fresco's over het leven van St. Franciscus, de patroonheilige van Italië.

**11** OUDE RUÏNES

De menselijke geschiedenis van Umbrië gaat al duizenden jaren terug. In het landschap liggen tal van oude bezienswaardigheden, van prehistorische nederzettingen tot Etruskische ruïnes en Romeinse resten.

**12** ONDERGRONDS ORVIETO

Onder de straten van Orvieto ligt een uitgestrekt, eeuwenoud netwerk aan grotten, bronnen en waterreservoirs. Verken deze wonderlijke wereld tijdens een excursie met Orvieto Underground (blz. 125).

8

## Città della Pieve

**A**B4 **A** 43 km ZW van Perugia **R** Chiusi-Chianciano, 10 km, Florence-Rome **M** Piazza Matteotti; [www.cittadellapieve.org](http://www.cittadellapieve.org)

Deze stad is de geboorteplaats van de grote renaissance-schilder Pietro Vannucci (die bekendstond als Perugino en les gaf aan de jonge Rafaël) en u vindt hier enkele belangrijke werken van de kunstenaar. Città della Pieve, een Etruskische kolonie van Chiusi (in het nabijgelegen Toscane) en later Romeins, ontwikkelde zich rond 1000 tot een versterkte stad rond de kerk van Santi Gervasio e Protasio. De rode kleur komt door het gebruik van bakstenen, want stenen waren toen nog niet beschikbaar.

### Weetje

Perugino gebruikte saffraan uit Città della Pieve als verf voor zijn doeken en fresco's.

Città della Pieve heeft een aantal zeer smalle straatjes, zoals Vico Baciadonne, die slechts 80 cm breed is. In het centrum van de stad ligt de Piazza del Plebiscito met het Palazzo della Corgna (met 16de-eeuwse fresco's van Pomarancio), de Biblioteca Comunale en de kathedraal van Santi Gervasio e Protasio. De kathedraal heeft kostbare kunstwerken van Domenico Alfani, Giannicola di Paolo en Pomarancio, en er zijn ook schilderijen van Perugino. U ziet prachtige fresco's van Perugino in de kerk van Santa Maria dei Bianchi, in de Corso Vannucci, vlak bij de Piazza del Plebiscito. Een ervan verbeeldt de *Aanbidding der Wijzen* (1504) en is misschien wel het beste werk van Perugino.

9

## Nocera Umbra

**A**E3 **A** 42 km ZO van Gubbio **R** Nocera Scalo, 3 km, Rome-Ancona line **F** Pro Loco, Via San Rinaldo 9; [www.nocerainumbria.it](http://www.nocerainumbria.it)

Nocera Umbra, hoog op een rots, was een oude Umbrische stad genaamd Nuokria, die een belangrijke nederzetting

## HET WATER VAN NOCERA

Sinds de 18de eeuw werden het mineraalwater in het Nocera-gebied gebruikt als maatstaf om de zuiverheid van ander water te bepalen. Hun geneeskrachtige werking is te danken aan de combinatie van bijzonder zuiver en mineraalrijk water en de klei die typisch is voor dit gebied. De twee belangrijkste bronnen bevinden zich in Bagni di Nocera en in Schiagni (Fonte del Cacciatore).

was onder zowel de Romeinen als de Longobarden. Het water uit de vele bronnen (Bagni di Nocera) in het gebied staan bekend om hun geneeskrachtige eigenschappen.

In het charmante historische centrum staat de 11de-eeuwse Torre Civico of 'Campanaccio', die grote schade opliep door de aardbeving van 1997, maar sindsdien weer in volle glorie is hersteld. De 14de-eeuwse kerk van San Francesco op de Piazza Caprera huisvest de Pinacoteca Comunale en het Museo Civico, waar religieuze artefacten en kunstwerken van Pierino Cesarei, Giulio Cesare Angeli en Ercole Ramazzani worden tentoongesteld. Het nabijgelegen Museo Archeologico heeft collecties gewijd aan belangrijke vondsten in het gebied door de eeuwen heen. In het Palazzo Camilli is het CEDAT gevestigd, een onderzoekscentrum gewijd aan de geschiedenis van Bagni di Nocera en de elementen die het beroemde water karakteriseren. Verderop ligt de Monte Pennino, 1571 m hoog, op de grens met Le Marche, op 20 km van Nocera Umbra. U kunt hier heerlijk wandelen of skiën.



Middeleeuwse gebouwen omgeven door groen in Gualdo Tadino

10

## Gualdo Tadino

**A**E3 **A** 30 km ZO van Gubbio **R** Foligno-Ancona **M** Piazza Orti Mavarelli **F** Associazione Pro Tadino, Piazza Martiri della Libertà 4; [www.turismo.tadino.it](http://www.turismo.tadino.it)

Deze stad van oude Umbrische en Romeinse oorsprong kreeg vorm in de middeleeuwen, maar werd in de loop van honderden jaren sterk veranderd. Nu draagt het nog maar weinig sporen van het verleden. Desondanks is Gualdo nog steeds een belangrijk centrum van de majolica-productie in Umbrië. De stad heeft diverse bezienswaardigheden, waaronder de San Benedetto, de enige oude poort die door de eeuwen heen bewaard is gebleven, en de Piazza XX Settembre, waar de middeleeuwse kerken San Donato en Santa Maria dei Raccamandati staan. Een ander hoogtepunt is de kerk van San Francesco, met een elegante gotische deur. Binnen zijn er veel fresco's, waarvan de meeste het werk zijn van Matteo da Gualdo, de bekendste kunstenaar uit de stad. Zijn werken zijn ook te zien in Assisi en Spoleto. Het fresco op de eerste pilaster links, van St Anna, de Maagd en het Kind, zou zijn oudste

werk zijn. Op de Piazza Martiri della Libertà, beter bekend als de Piazza Grande, staan de belangrijkste gebouwen van de stad. Het 12de-eeuwse Palazzo Comunale, dat werd herbouwd na een verwoestende aardbeving in 1751, torent hoog boven het plein uit. Er tegenover staat het 13de-eeuwse Palazzo del Podestà. In het palazzo wordt elk jaar in juli een internationale keramiektoonstelling en -wedstrijd gehouden. De elegante kathedraal van San Benedetto staat aan de oostkant van de Piazza Martiri. De voorgevel heeft drie deuren, een mooi roosvenster en een aantal 20ste-eeuwse fresco's. Buiten de kathedraal, aan de linkerkant, staat een mooie renaissancefontein. Bovenop een van de heuvels die Gualdo Tadino omringen staat de 10de-eeuwse **Rocca Flea**. Dit fort herbergt een kunstgalerie, een keramiek-galerie en een collectie archeologische vondsten. De eerste toont vrijstaande fresco's van Matteo da Gualdo en werken van Jacopo Palma, Antonio da Fabriano en Niccolò Alunno.

### Rocca Flea

**M** **M** **A** Piazza della Rocca **T** 3477-541791 **O** 10.00-13.00, 15.00-18.00 uur **D** 1 jan., 25 dec.

## ETEN

**Osteria Panicaglia**  
Dit stijlvolle restaurant is gehuisvest in een oud kasteel.

**A**E3 **A** Località Panicaglia, Nocera Umbra **M** borgocastellopanicaglia.com

€€€

### Trattoria Bruno Coppetta

Geniet in dit gerenommeerde restaurant van lekkere seizoensgerechten.

**A**B4 **A** Via Pietro Vannucci 90/92, Città della Pieve **M** trattoria brunocoppetta.com

€€€

## DRINKEN

**Enoteca Fibonacci**  
Knusse wijnbar met een uitgebreide kaart. In het weekend livemuziek.

**A**B4 **A** Piazza A Gramsci 1, Città della Pieve **M** enoteca-fibonacci.business.site

↑ Een charmant straatje in Città della Pieve

# EEN LANGE WANDELING HET VREDESPAD VAN ST FRANCISCUS

**Afstand** 51 km **Pauszepunten** Valfabbrica **Terrein** Combinatie van asfalt en onverharde wegen; enkele heuvels  
**Dichtstbijzijnde station** Treinstation Assisi  
**Informatie** [www.ilsentierodifrancesco.it](http://www.ilsentierodifrancesco.it)

Van de vele wandelroutes in Umbrië is deze veruit de populairste. De route beslaat een stuk van de veel langere Via di Francesco en volgt een deel van de reis die Franciscus (blz. 108) in 1206 maakte. Onderweg besloot de heilige zijn leven van comfort en privileges op te geven en zich in dienst te stellen van anderen. De route, die heuvelachtig is maar toch redelijk goed begaanbaar, verbindt Assisi in Midden-Umbrië met Gubbio in Noord-Umbrië en volgt losjes de route die St Franciscus ongeveer 800 jaar geleden liep.

Net voor het einde van de route in Gubbio vindt u de Vittorina, de kerk die is gewijd aan Santa Maria della Vittoria, de plek waar Franciscus vermoedelijk de wolf heeft getemd.

Nog een bijzondere stopplaats is de **Abdij van Vallingegno**, een benedictijnencentrum uit de 11de eeuw.

De **Pieve di Coccorano** is een van de vele kapellen die St Franciscus tijdens zijn reis tegenkwam, en waar hij kon bidden.



↑ De oude Porta San Giacomo bij de Basilica di San Francesco, Assisi

De **Caprignonekerk** toont de soberheid die zo kenmerkend is voor de franciscaner orde. Hier werd in 1223 het eerste kapittel van de orde buiten Assisi bijeengeroepen.

In de **Abdij van Valfabbrica** heeft St Franciscus hoogstwaarschijnlijk overnacht voor hij verder reisde naar Gubbio.

Vanuit Assisi bereikt u na een tocht over heuvelachtig terrein de **Pieve San Nicolò**. Van hier zijn zowel Assisi als het naburige Valfabbrica te zien.

Het pad begint bij de Porta San Giacomo in Assisi, waarschijnlijk de poort waardoor Franciscus de stad verliet.



Oriëntatiekaart



Abdij van Vallingegno ↑  
op een bosrijke heuveltop,  
vlak bij Gubbio