

L'ANTICA VIA LAURETANA E IL CAMMINO FRANCESCANO TRA MARCHE E UMBRIA

Su antiche vie di pellegrinaggio

Trek itinerante con bagaglio trasportato da martedì 6 a domenica 11 Ottobre 2026

Presentazione

Il cammino proposto è un percorso di circa 100 km, ricavato in parte da vecchi sentieri e dai "tratturi" delle transumanze appenniniche e in parte dall'antica Via Lauretana, che collegava il santuario della Madonna di Loreto con la città di Roma. L'itinerario ripercorre anche un tratto della via che San Francesco seguì nel 1215 nelle sue predicazioni verso le Marche e unisce idealmente il santuario del poverello di Assisi con il sepolcro del protettore dai terremoti, Sant'Emidio di Ascoli. Il cammino offre una varietà unica e straordinaria di paesaggi e di emergenze naturalistiche, di tesori architettonici e spirituali, e permette al pellegrino di fare un viaggio lento nella storia. Si parte dal piccolo paese medievale di Camporotondo di Fiastrone, nel centro delle Marche e si attraversano tre parchi: quello nazionale dei Monti Sibillini e quelli regionali di Colfiorito e del Monte Subasio, passando dalle dolci colline alle montagne appenniniche, dai fiumi alle cascate, dagli altipiani ai boschi e ai panoramici crinali, per giungere infine ad Assisi, con la sua magica atmosfera di serenità e di pace. Nel versante marchigiano di questo itinerario tra Marche e Umbria si attraverseranno anche luoghi dolorosamente colpiti dai tragici eventi sismici del 2016. Lo faremo con spirito solidale per testimoniare tutto il nostro affetto e la nostra vicinanza a questa ospitale popolazione ed offrire il nostro piccolo contributo per la rinascita dei luoghi e delle comunità.



La nostra base di partenza:

Agriturismo-B&B
"Al Respiro nel Bosco"
di Luca e Matilde
Camporotondo di Fiastrone
Contrada Colvenale, 10
62020 MACERATA

Cell. 339.6356896

Giorno per giorno

Il programma delle escursioni può subire delle modifiche dovute alla situazione meteorologica o ad altri eventi imprevedibili.

Martedì 6 Ottobre

Camporotondo di Fiastrone e dintorni

Arrivo a **Camporotondo di Fiastrone** nel primo pomeriggio, e sistemazione presso la struttura ricettiva per il pernottamento. Nel pomeriggio facile escursione nelle colline circostanti a contatto con la biodiversità dei luoghi, i campi coltivati e l'ambiente rurale ben conservato.

Aperitivo di benvenuto e presentazione programma del Cammino Francese.

Cena in rist. a Belforte del Chienti.

Quota di partenza: 400 m - **Quota di arrivo:** 400 m

Dislivello salita: 200 m - **Dislivello discesa:** 200 m

Ore di cammino: 2,00

Lunghezza: 7 km



**Camminando tra le colline
a Camporotondo di Fiastrone
con i Monti Sibillini a fare da
sfondo naturale**

Mercoledì 7 Ottobre

Camporotondo - Lago di Polverina - Pievebovigliana

Colazione.

Breve trasferimento nel vicino paese di Pievefavera, da dove ha inizio la prima tappa del Cammino Francese.

L'escursione si snoda su un tratto di una importantissima via di collegamento tra l'Umbria e l'Adriatico, sulla destra idrografica del fiume Chienti, sul quale la rocca fatta edificare dai Varano, signori di Camerino, incombe come un vero nido di aquile. Tutto l'itinerario si snoda su un facile sentiero a mezza costa, strade sterrate e brevi tratti di asfalto, attraversando diverse frazioni di Caldarola e Camerino pesantemente danneggiate dai terremoti di due anni fa. Il cammino sarà lento e tranquillo per apprezzare un patrimonio storico cosiddetto "minore", ma non meno meritevole di conservazione.

- pranzo con propri viveri

Attraverseremo il piccolo borgo di San Maroto e San Giusto con la sua chiesa romanica per arrivare a Polverina dove costeggeremo l'omonimo lago all'interno del Parco dei Monti Sibillini, per raggiungere infine la stazione di posta del Castello di Beldiletto.

In breve arriviamo al vicino Agriturismo con cena e pernottamento.

Quota di Partenza: 411 m - **Quota di Arrivo:** 471

Dislivello salita: 733 m - **Dislivello discesa:** 730 m

Ore di cammino nell'arco dell'intera giornata escluse le soste: 6,00

Lunghezza 24 km



Il borgo di San Maroto

Giovedì 8 Ottobre

Pievebovigliana - Pontelatrive - Colfiorito

Colazione.

Partenza a piedi e raggiungeremo in breve la chiesa di San Francesco a Pontelatrive, e per dolci sentieri arriviamo al paese di Muccia da dove si inizia a salire per giungere al santuario della Madonna di Col dei Venti. Proseguiamo poi fino al piccolo borgo di Gelagna Bassa con il vecchio Mulino e la centrale idroelettrica restaurata nel 2013.

Pranzo con propri viveri.

Arrivati al successivo paese di Serravalle di Chienti proseguiamo poi verso Fonte delle Mattinate e la piana di Colfiorito, con il suo altopiano dove si coltivano le lenticchie e la famosa "patata rossa" di Colfiorito.

Di particolare interesse la visita al museo regionale Naturalistico di Colfiorito.

Cena e pernottamento in albergo/ristorante a Colfiorito..

Quota di partenza: 471 m - **Quota di arrivo:** 760 m
Dislivello salita: 850 m - **Dislivello discesa:** 480 m
Ore di cammino nell'arco dell'intera giornata escluse le soste: 6,00
Lunghezza 26 km



Il vecchio Mulino e centrale idroelettrica di Gelagna Bassa



Piana di Colfiorito

Venerdì 9 Ottobre

Colfiorito – Nocera Umbra

Colazione.

Partenza a piedi dal Museo di Colfiorito e per sentiero ben segnalato, arriveremo al paese di Annifo e successivamente al piccolo paese di Colle Croce, da dove scendiamo per poi attraversare, lungo una antica strada di collegamento, i pendii coltivati con i rinomati ulivi di Moraiolo e Rigalese.

Pranzo con propri viveri nel piccolo borgo di Stravignano.

Ormai in vista della torre di Nocera, breve sosta e ristoro all'hotel Fonte Angelica, località Bagni.

Visita serale alla bella città di Nocera e cena in ristorante nella piazza Grande.

Pernottamento in una struttura diocesana nel centro di Nocera Umbra.

Quota di partenza: 760 m - **Quota di arrivo:** 520 m

Dislivello salita: 200 m - **Dislivello discesa:** 400 m

Ore di cammino nell'arco dell'intera giornata escluse le soste: 5,00

Lunghezza 22 km



**Il sentiero verso Nocera Umbra (sopra) e
(sotto) la Torre civica**



Sabato 10 Ottobre
Nocera Umbra - Assisi

Colazione.

Partenza a piedi verso Villa Postignano da dove cominciamo a salire verso la rocca di Postignano, lungo il sentiero di "San Francesco morente".

Breve visita alla rocca e scendendo passiamo vicini ad una vecchia cappellina dedicata a San Francesco, costruita nel punto dove il Santo, ormai malato, fece sosta prima di rientrare accompagnato dai cavalieri di Assisi.

Pranzo con propri viveri

Arrivo ad Assisi, e registrazione credenziali presso l'ufficio del pellegrino. Visita alla basilica di San Francesco e, per chi lo vorrà, messa con il ricevimento della benedizione del pellegrino.

Pernottamento presso la "Cittadella" di Assisi e cena in un ristorante del centro storico.

Quota di partenza: 520 m - **Quota di arrivo:** 420 m

Dislivello salita: 700 m - **Dislivello discesa:** 700 m

Ore di cammino nell'arco dell'intera giornata escluse le soste : 6,00

Lunghezza 25 km



L'arrivo ad Assisi da Porta Perlici

Domenica 11 Ottobre
Assisi e rientro a casa

Colazione.

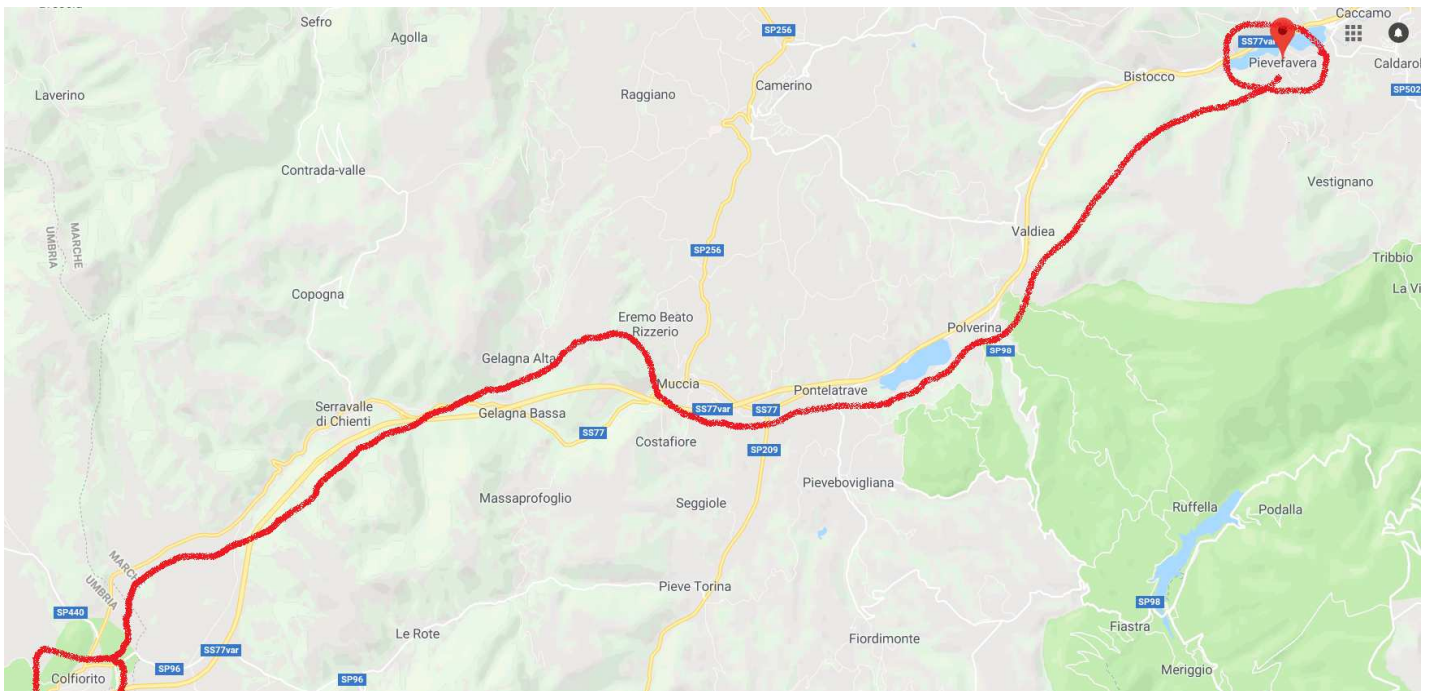
Mattinata libera per ulteriori visite ai siti più rinomati di Assisi. Trasferimento alla stazione di Santa Maria degli Angeli e partenza dei partecipanti per le proprie sedi di provenienza.



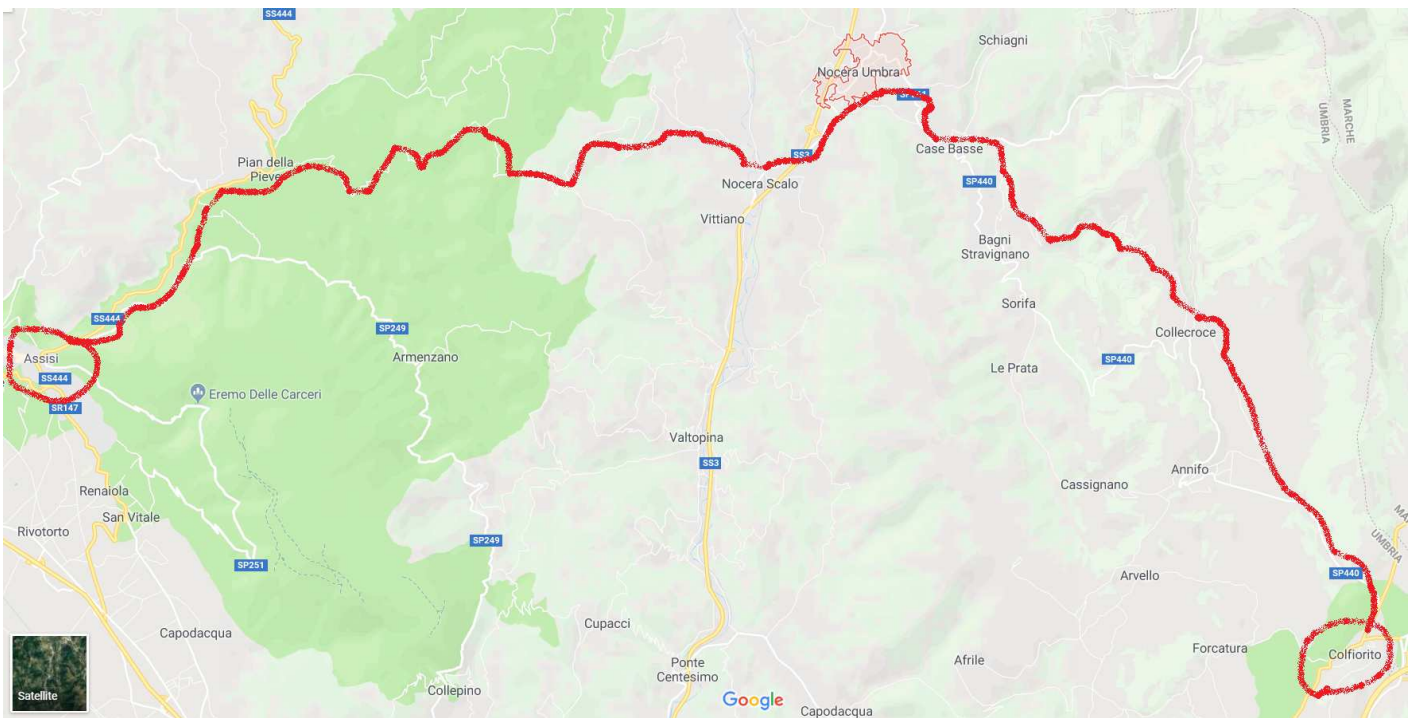
Assisi: la Basilica di San Francesco e (sotto) una veduta del centro storico



Il nostro cammino in sintesi...



Tracciato di massima Pievefavera-Polverina-Colfiorito,
1° e 2° tappa



Tracciato di massima Colfiorito-Nocera-Assisi,
3° e 4° tappa