

Umbria, περιηγηση σε **Lago Trasimeno -Perugia-Assizi-Spoleto- Marmore waterfalls**
(Inferiore & Belvedere Superiore at Nera River Park-Terni)

1^η μερα Μετα την Cortona, που ηταν η τελευταια πολη της μαγευτικης Τοσκανης που επισκεφτηκαμε, ακολουθουσε η ακριβεστερα ξεκινουσε η περιηγηση της Ουμπρια, με πρωτη σταση στην **Lago Trasimeno** για επισκεψη του **Castiglione del Lago Trasimeno**, για να περιηγηθουμε την χερσονησο, αλλα και να περπατησουμε μεσα στο πετρινο της μεσαιωνικο καστρο διπλα στην λιμνη. Μπορουμε να παρκαρουμε ακριβως μπροστα από το καστρο και να βγουμε –αν θελουμε- κι από εξω να δουμε τις οχθες της λιμνης. Το **Rocca del Leone** κατασκευάστηκε για στρατιωτικούς σκοπούς κι έχει υποστεί πολλές ουσιαστικές αλλαγές καθ 'όλη τη διάρκεια των αιώνων και σήμερα μόνο ένα μέρος είναι ανοιχτό στο κοινό. Υπάρχουν πολλά εστιατόρια στην πόλη, τα περισσότερα προσφέροντας παραδοσιακή τοπική κουζίνα και τα υψηλής ποιότητας βοοειδή Chianina, που οι φυλές τους εκτρέφονται στην Valdichiana, ενώ -λενε ότι- εδώ υπαρχει *το ωραιότερο και φθηνότερο παγωτό σε ολόκληρη την Τοσκάνη*.



(**Piazza Antonio Gramsci** [gps 43°07'39.1"N 12°03'18.0"E](#)) **Εναλλακτικη σταση** της Lago Trasimeno για να περπατησουμε διπλα στην λιμνη και τα **Passignano sul Trasimeno -Piazzale Eduardo Acton** του **Rocca Medievale** (Via Nazionale, 47), **Torre dell'orologio** (Via Nazionale) και **Scalette di S. Bernardino e palio delle barche** (Via S. Bernardino). **Η Perugia είναι 42 Km**, μεσω **SR599-Sant Arcangelo-Solomeo & Via Trattati di Roma**

Perugia [3800m/70min \(see word file\)](#) <https://www.thecrazytourist.com/15-best-things-perugia-italy/>

Εναρξη περιηγησης αφού παρκαρουμε στο [gps Santa Elisabetta parking\(43°06'56.5"N 12°23'05.3"E\)](#) από **Via dell'Acquedotto 71 (?)**, μεσω **Via maesta delle Volte** καταληγουμε **Piazza Ignazio Danti-Piazza IV Novembre** (Cathedral-Palazzo dei Priori -Comune di Perugia-Logge di Braccio- Fontana Maggiore- Etruscan Well-Hall of Notaries-Capitularies Museum of Saint Lor)- μεσω **Via dei Priori** βρισκουμε την **Chiesa di Filippo Neri-Saint Stefano -Sciri Tower-Trasimena Gate-Ordine Di Malta** και καταληγουμε **Oratorio di San Bernardino** (Saint Francesco Al Prato-Musa και τα τειχη πίσω τους). Συνεχιζουμε ΝΑ από την V.dei Priori, στριβουμε δεξια κατηφοριζοντας την **Via della Cupa**, εως την **Mura Etrusche** (τειχη πανω από τα δεντρα), φτανουμε στην **πορταρα** και μετα στριβουμε αριστερα στην **Via Caporali**, μεχρι την οδο **Piazza Italia** και στριβουμε αριστερα (B) μεχρι να φτασουμε στο **Palazzo Donini**. Στην συνεχεια επιστρεφουμε πίσω (νοτια) και τελος του δρομου ξαναστριβουμε αριστερα, περνωντας εμπρος από την **Prefettura** για να παμε για φωτο στο **Belvedere Perugia** (βρισκεται στην μπροστινη αριστερη γωνια της **Prefettura** με υπεροχη θεα στην πολη) και για να βγουμε από την **Porta Marzia** στην **Via Marzia** και πηγαινοντας δεξια (νοτια) να φωτογραφισουμε τα **Rocca Paolina** και ξαναγυριζοντας βορεια –μεσω του παρκου- το **Fontana di Nettuno & Church of Sant'Ercolano** και να συνεχισουμε ΒΑ, ωστε να μπουμε στην **Porta Cornea**, για να συνεχισουμε βορεια μεσω **Via Guglielmo Oberdan- Corso annucci** προς **Piazza IV Novembre & Via dell'Acquedotto 71**



Φευγοντας από **Parcheggio Università** μπορούμε να τελειώσουμε την περιήγησή μας, πηγαίνοντας οδικά (μεσω **gps Corso Cavour**), στην αρχή της οποίας (δυτικά), μπορούμε να δούμε τα και να επιστρέψουμε πίσω στην **Corso Cavour**, προς την **Basilica**, ενώ πριν θα δούμε τα **National Archaeological Museum- Basilica di San Domenico**. Στην συνέχεια περναμε την **Saint Pietro Gate**, όπου η **Corso Cavour** αποκτα προεκταση της την **Borgo XX Giugno**, καταληγοντας στην **Basilica of Saint Peter**, η εισοδος της οποίας είναι απεναντι από **Borgo XX Giugno Monument** και στην συνέχεια **Etruscan Chocohotel** (gps) Campo Di Marte 134, Perugia, +390755837314

1. Via dell'Acquedotto, 1, 06123 Perugia
2. National Archaeological Museum of
3. Basilica di San Domenico, Piazza Gi
4. Saint Pietro Gate, Corso Cavour, 167
5. University of Perugia - Faculty of Agr
6. Basilica of Saint Peter, Via Borgo XX
7. XX Giugno Monument, Borgo XX Giu
8. Etruscan Chocohotel, Via Campo

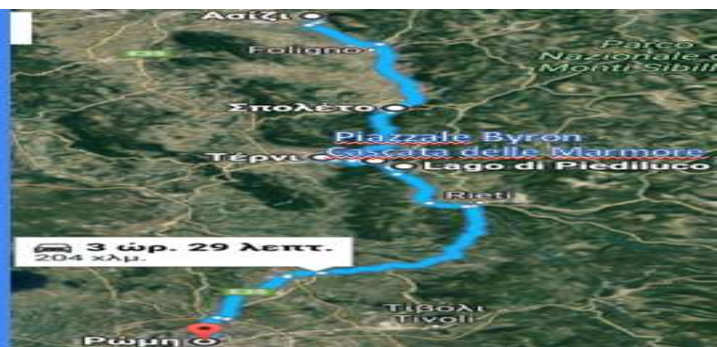


2η μερα Perugia-Assizi- **Spoletto-Terni** (waterfalls- **Nera River Park** **Lago di Piediluco**)-Rome

Hotel Villa Giulia Via Dalmazia, 9, Ciampino, 00043 (GPS), € 120 ΔΕΝ περιλαμβάνεται

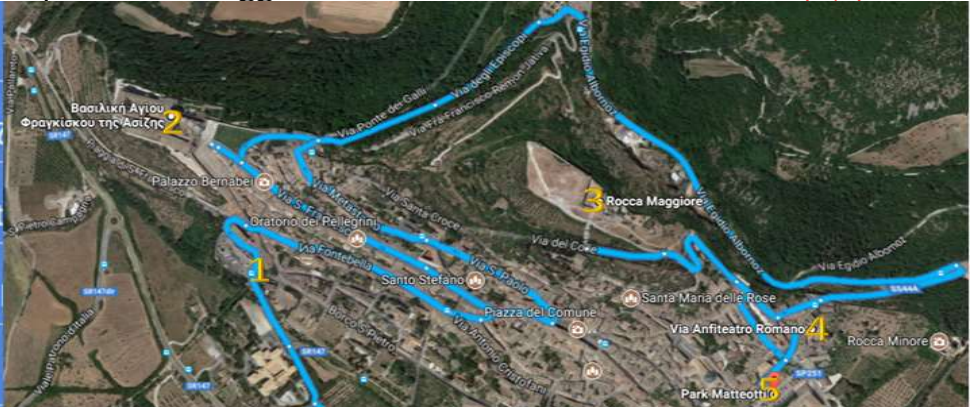
πρωινό. 1/7 2 Ιουλ 2018 10 % ΦΠΑ περιλαμβάνεται.

- Assisi, 06081 Περούτζια, Ιταλία **46,3Km**
- Spoletto, 06049 Περούτζια, Ιταλία **32,2Km**
- Piazzale Byron, Vocabolo Tiro a Segno, **9,1Km**
- Terni, 05100 Τέρνι, Ιταλία **9,8Km**
- Cascata delle Marmore salto principale **5,4Km**
- Lago di Piediluco, 05100 Τέρνι, Ιταλία **101,0 Km**
- Ρώμη, Ιταλία



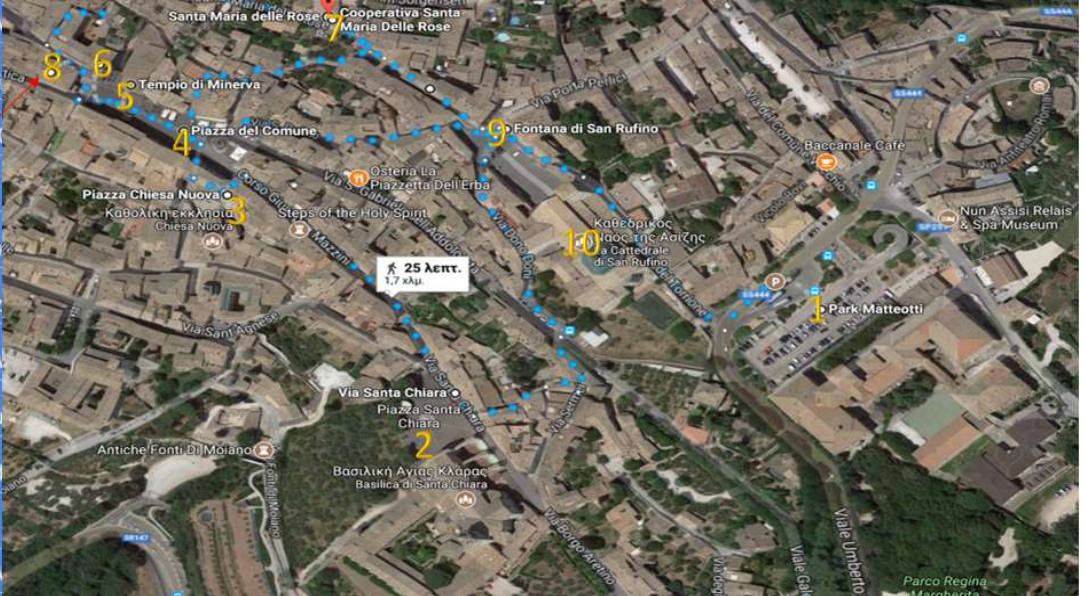
Assisi (see word file) (επισκεψη ~90 min)
 Επιβαλεται να ανεβουμε οδικα, ξεκινώντας απο την **Basilica of St. Francis and the Sacro Convento** καταληγοντας στο καστρο **Rocca Maggiore** και το **Anfiteatro Romano** (διαδρομη 6,4 Km).

- 1.αφιξη απο Περούτζια, Ιταλία
- 2.Βασιλική Αγίου Φραγκίσκου της Assisi
- 3.Rocca Maggiore, Piazzale delle Libert
- 4.Via Anfiteatro Romano, 06081 Assisi
- 5.Park Matteotti, PIAZZA GIACOM



Τελος μπορουμε να παρκαρουμε στο **Park Matteotti**, **(gps) της Piazza Giacomo Matteotti** και να κατευθυνθουμε για **περιηγηση** στις **Piazza Santa Chiara & Chiesa- Piazza & Chiesa Nuova - Piazza del Comune-Roman Forum and Archaeological-Palazzo del Capitano del Popolo- Tempio di Minerva** και μετα να κινηθουμε ανατολικά στην **Santa Maria delle Rose**,για να δουμε την **Chiesa Santa Maria delle Rose-Cathedral - Fontana at Piazza San Rufino & Suore Francescane Dell'Atoneme**, πριν φτασουμε στο παρκινγκ για αναχωρηση

- 1.Park Matteotti, PIAZZA GIACOMO MA
- 2.Piazza Santa Chiara, 06081 Assisi PG
- 3.Piazza Chiesa Nuova, 06081 Assisi PG
- 4.Piazza del Comune, 06081 Assisi PG
- 5.Tempio di Minerva, Piazza del Comune
- 6.Palazzo del Capitano del Popolo, Piaz
- 7.Cooperativa Santa Maria Delle Rose, V
- 8.Roman Forum and Archaeological Mu
- 9.Fontana di San Rufino, Piazza San Ruf
- 10.Santa Maria delle Rose, Via San
- 1.Park Matteotti, PIAZZA GIACOMO MA



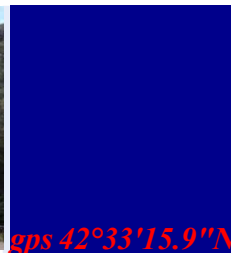
Spoleto Albornoz Medieval Castle And Ponte Delle Torri, Spoleto, Italy

Μπορουμε να ξεκινήσουμε παρκαροντας ΝΑ του **(gps) Rocca castle** για επισκεψη των **Albornoziana-Il Ponte delle Torri-Fortilizio dei Mullini**, να επιστρεψουμε για να ανεβουμε **οδικα** στο **Rocca castle** και στην συνεχεια να κατεβουμε και να περιηγηθουμε στον χωρο μπροστα στο καστρο και την **Cathedrale di Santa Maria Assunta & το Museo Diocesiano** στο κατω μερος της σκαλας, **Piazza del Duomo- Fontana Di Largo Clementi- Comune -Fountain with Clock** και διασχίζοντας τα γραφικα στενα να κατευθυνθουμε στο **Roman theatre** και να επιστρεψουμε δυτικά στο **Sant'Ansano Cripta Sant'Isacco**, **Via Brignone, 11**, καταληγοντας στο parking για αναχωρηση. **Must go to see & photo Rocca Albornoziana-Il Ponte delle Torri-Fortilizio dei Mullini**

- 1.Fortilizio dei Mullini, 06049 Spoleto
- 2.Il Ponte delle Torri, Via Giro del Pont
- 3.Rocca Albornoziana, 06049 Spoleto
- 4.Association Rocca Albornoziana, Pia
- 5.Cattedrale di Santa Maria Assunta S
- 6.Fontana Di Largo Clementi, Via del t
- 7.Comune Di Spoleto, Piazza del Com
- 8.Fountain with Clock, Via Palazzo de
- 9.Teatro Romano, Via delle Terme, 2, 0
- 10.Sant'Ansano Cripta Sant'Isacco,
- Association Rocca Albornoziana



This charming town has a population of just 38,000 and records have shown this town was settled as early as 241 BC.



Waterfall of Marmore Piazza Byron

12°42'44.4"E

The cost of the ticket is 9 € for adults

gps 42°33'15.9"N

Είναι η **Βορεια** προσεγγιση των καταρρακτων του Νελβα.



Terni Τιποτε το ιδιαιτερο ως πολη. (*see word file*)

waterfalls) <https://www.thecrazytourist.com/15-best-things-terni-italy/>

στην περιγηση των **gps Waterfall of Marmore Piazza Byron & Cascata delle Marmore** Είναι ένας ανθρωπογενής **καταρράκτης που** δημιουργήθηκε από τους αρχαίους **Ρωμαίους** . Το συνολικό ύψος του είναι 165 μ. (541 πόδια), καθιστώντας τον τον ψηλότερο από τον άνθρωπο καταρράκτη στον κόσμο. Από τα 3 τμήματα του, η κορυφή είναι η ψηλότερη, στα 83 μ. (272 πόδια).Βρίσκεται σε απόσταση 7,7χλμ. από το **Terni** .



(**Marmore**

Η πηγή του είναι μια μερίδα των υδάτων του ποταμού **Velino** (ο υπόλοιπος ποταμός ρέει σε ένα υδροηλεκτρικό σταθμό), αφού ρέει μέσω της λίμνης **Piediluco** κοντά στην κοινότητα του **Marmore** . Χύνεται στην κάτω κοιλάδα που σχηματίζεται από τον ποταμό **Νέρα** . Η ροή της είναι ενεργοποιημένη και απενεργοποιημένη σύμφωνα με δημοσιευμένο πρόγραμμα, για να ικανοποιήσει τις ανάγκες των τουριστών και της εταιρίας παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας. Οι τουρίστες προσπαθούν να είναι εκεί τη στιγμή που ανοίγουν οι πύλες για να δουν την έντονη ροή του νερού. Ο ποταμός Velino ρέει μέσα από τα υψίπεδα που περιβάλλουν την πόλη Rieti. Στην αρχαιότητα τροφοδοτούσε έναν υγρότοπο στην **κοιλάδα Rieti** που θεωρήθηκε ότι έφερε ασθένειες (πιθανώς **ελονοσία**). Για να απομακρύνει την απειλή για την πόλη Rieti, το 271 π.Χ., ο **ρώσος σύμβουλος Manius Curius Dentatus** διέταξε την κατασκευή ενός καναλιού (το **Curiano Trench**) για να εκτρέψει τα στάσιμα νερά στο φυσικό βράχο του Marmore. Από εκεί, το νερό έπεσε κάτω από τον ποταμό Νέρα. Ωστόσο, η λύση αυτή δημιούργησε ένα διαφορετικό πρόβλημα: όταν ο ποταμός Velino βρισκόταν σε κατάσταση πλημμύρας, το νερό του έπεσε από το Nera προς την πόλη Terni, απειλώντας τον πληθυσμό του. Το ζήτημα ήταν τόσο αμφισβητήσιμο μεταξύ των δύο πόλεων που η Ρωμαϊκή Γερουσία αναγκάστηκε να το αντιμετωπίσει το 54 π.Χ. **Ο Άουλος Ο Πομπήιος** εκπροσώπησε τον Τέρνι και ο **Κικέρωνα** εκπροσώπησε τον Ριέτι. [*Η παραπομπή*] Η Γερουσία δεν έκανε τίποτα για το πρόβλημα, και το πρόβλημα παρέμεινε το ίδιο για αιώνες.

Η έλλειψη συντήρησης στο κανάλι οδήγησε σε μείωση της ροής, μέχρι που τελικά άρχισε να επανεμφανίζεται ο υγρότοπος. Το 1422, ο **Πάπας Γρηγόριος XII** διέταξε την κατασκευή ενός νέου καναλιού για την αποκατάσταση της αρχικής ροής (το **Γρηγοριανό Τρέιν** ή το **Ριέτι Τρελ**).

Το 1545, ο **Πάπας Παύλος III** διέταξε την κατασκευή ενός νέου καναλιού (το **Pauline Trench**). Το σχέδιο ήταν να επεκταθεί το Curiano Trench και να κατασκευαστεί μια ρυθμιστική βαλβίδα για τον έλεγχο της ροής. Με την ολοκλήρωσή του περίπου 50 χρόνια αργότερα (το 1598), ο **Πάπας Κλήμης VIII** εγκαινίασε το καινούργιο έργο και το ονόμασε μετά τον εαυτό του: την **Κλημεντίνη** .

Στους επόμενους δύο αιώνες, η παρουσία του καναλιού ήταν προβληματική για την ύπαιθρο στην κάτω κοιλάδα, καθώς η Νέρα συχνά την πλημμύρισε. Το 1787, ο **Πάπας Πίος VI** διέταξε τον αρχιτέκτονα **Αντρέα Βίκι** να τροποποιήσει τα άλματα κάτω από τις πτώσεις, δίνοντας τις πτώσεις της σημερινή εμφάνισή του και τελικά την επίλυση των περισσότερων προβλημάτων.

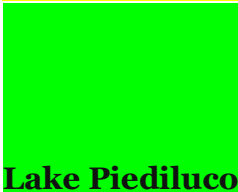
Το 1896, οι νεοσύστατοι χαλυβουργεία στο Terni άρχισαν να χρησιμοποιούν τη ροή νερού στο Curiano Trench για να τροφοδοτήσουν τη λειτουργία τους. Τα επόμενα χρόνια, οι μηχανικοί άρχισαν να χρησιμοποιούν τη ροή νερού για να παράγουν ηλεκτρική ενέργεια.

Cascata delle Marmore, gps waterfalls Belvedere Superiore 42°33'00.2"N 12°42'53.5"E



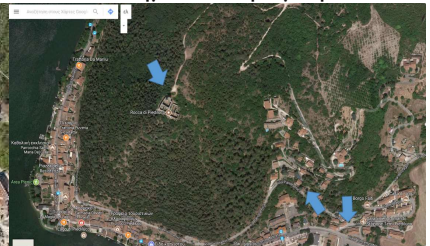
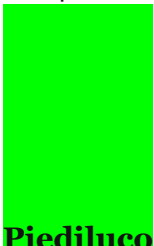
Είναι η **Νοτια** προσεγγιση των καταρακτων του Νελβα.

Lago di Piediluco & Piediluco village, Terni



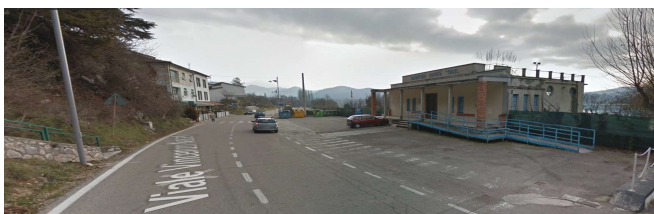
Lake Piediluco

Η Lago Piediluco, που πήρε το όνομά της από το χωριό, είναι τόσο ομοιόμορφη που μοιάζει με μια αλπική λίμνη και περιβάλλεται από ξύλινα ανάγλυφα και το βουνό Echo, που χαρακτηρίζεται από το ευρύ κωνικό σχήμα του. Το χωριό είναι ένα γραφικό κέντρο του οποίου το όνομα σημαίνει "στους πρόποδες του ιερού ξύλου". Με μια διακοσμηση που παρέμεινε στα μεσαιωνικά χρόνια και τα χαμηλά χρώματισμένα σπιτάκια του, είναι στην πραγματικότητα τοποθετημένη στο στενό περύγιο της γης που τρέχει μεταξύ της λίμνης και του βουνού. Πίσω από το χωριό κυριαρχεί το **φρούριο του 11ου αιώνα**. Μέχρι τώρα έχει μερικώς συντηρηθεί, αλλά είναι ακόμα υπέροχο και εντυπωσιακό. Η στρατηγική του θέσης οδήγησε συχνά σε διαμάχη μεταξύ των κυρίων γειτονικών κέντρων. Η λίμνη, η οποία φιλοξενεί παγκοσμίως γνωστά κωπηλατικά κανό, είναι ένα δημοφιλές τουριστικό κέντρο και προσφέρει μια ποικιλία από αθλήματα στη λίμνη.



Piediluco

Μπορούμε να φωτογραφίσουμε το χωριό από τον ομίλο κανό (απεναντι και δυτικά του χωριού) και να δω αν είναι προσβάσιμη η πλευρά του καστρου, που «βλέπει» την λίμνη για ανεβασμα και φωτογραφιση. Μετα κατευθυνομαστε για parking στην παραλια του **(gps Piazza Or. Bonnani 1)** και περνώντας το χωριό βλέποντας τις **Parrocchia Santa Maria Del Colle & Church Of Saint Francis**, να ακολουθουθησουμε την **Viale Vincenzo Noceta** και στο υψος **42°32'09.2"N 12°45'44.8"E** (*canottieri societa*), αριστερα στην **Via del Lago** και να



στριψουμε στην **Via Panoramica** και 200m μετα παλι αριστερα να βρουμε μια διχαλα και στριβοντας δεξια στον δρομο (μηκους 2 Km), που ανεβαινει στον λοφο και ο οποιος από ένα σημειο και μετα είναι χωματοδρομος (προσοχη,370 m πριν το fortress υπαρχει μια διχαλα του δρομου κι εμεις παμε αριστερα). για να ανεβουμε στην κορυφη του λοφου στο **fortress di Piediluco**

- 1.Parrocchia Santa Maria Del Colle, 63
- 2.Church Of Saint Francis, Corso Ranier
- 3.Viale Vinc.Noceta, (Canottieri Societa
- 4.Via Panoramica, 2, 05100 Piedilu



Αναχωρηση για Ρωμη παλι από την διαδρομη αφιξης,μεσω γεφυρας προς **SP62 & Lilli trattoria** (πανω στην γεφυρα) για **φωτο υπεροχης θεας λιμνης**

Ciampino Hotel Villa Giulia Via Dalmazia, 9, Ciampino, 00043(GPS), € 120 ΔΕΝ περιλαμβάνεται πρωινό.

1/7 2 Ιουλ 2018 10 % ΦΠΑ περιλαμβάνεται.