



A la découverte de l'Ombrie.

L'Ombrie est le lieu idéal pour passer vos vacances. Sa nature, ses parcs, ses villes riches d'art et de culture, le sport en plein air, des manifestations d'envergure internationale, ses vins et sa gastronomie rendront votre séjour inoubliable.

L'Ombrie est une terre d'équilibre, capable de réunir dans une fresque unique les mille et une facettes qui la composent. Elle exerce la fusion entre l'homme et la nature, entre une forte spiritualité et un orgueil laïc.

Chaque lieu a son identité propre, fruit de plusieurs millénaires de civilisations qui ont laissé des traces et des chefs-d'œuvre inouïs : Ombres, Etrusques, Sabins et Romains tout d'abord, puis les extraordinaires périodes du Moyen Age, et la Renaissance.

Le génie paysan a modelé patiemment la nature : bonifications, assainissements, plantations d'oliviers, cultures de la vigne. Ces deux dernières, outre le fait qu'elles produisent des vins et des huiles de très grande qualité, sont devenues le symbole de ce territoire.

Ponctuées de bourgades médiévales et d'ermitages silencieux, les collines d'Ombrie constituent un scénario charmant. En Ombrie, il suffit de parcourir quelques kilomètres pour découvrir une nature encore sauvage, faite de hêtres séculaires, de grottes profondes et de montagnes habitées d'antiques légendes.

L'Ombrie est également très riche en eaux : sources, lacs de montagnes, rivières, torrents et gorges, marais et lacs artificiels qui se transforment, comme par magie, en de véritables oasis naturelles. Le lac Trasimène, le Tibre et les cascades des Marmore semblent avoir été créées uniquement pour inspirer poètes et peintres.

A la fin du voyage, l'assertion de départ se trouve confirmée : l'Ombrie a une véritable vocation pour la beauté.





Art et culture.

Voyage parmi les splendeurs de l'architecture, chefs d'œuvre de peinture et manifestations culturelles. En visitant l'Ombrie, vous découvrirez une terre riche d'histoire. Dans l'antiquité, au Moyen Age et pendant la Renaissance, l'Ombrie fut une région palpitante, au centre des événements historiques, culturels et religieux ayant marqué l'Italie. Les villes prospérèrent de façon extraordinaire et accumulèrent un important patrimoine de merveilles artistiques composé de sites archéologiques, d'églises, de châteaux et de palais qui resteront gravés dans votre cœur : plus de 250 lieux de culture, dont 150 musées, publics et privés.

Les centres urbains attirent les touristes et les voyageurs en quête de beauté.

Etendue sur une colline au profil irrégulier, **Pérouse** est la plus grande ville d'art de la région. Ses joyaux sont presque tous contenus dans le centre historique délimité par deux enceintes de murailles étrusques et médiévales. La Place du IV Novembre en est le cœur avec, au milieu, la magnifique fontaine Maggiore, symbole de la ville, et tout autour, la Cathédrale gothique et le superbe Palazzo dei Priori (Palais des Prieurs), avec le Collegio del Cambio (Collège du Change) qui conserve des fresques du Pérugin et la Galerie Nationale d'Ombrie (sculptures d'Arnolfo di Cambio, œuvres de Beato Angelico, Duccio di Buonisegna, Piero della Francesca, le Pérugin, Pinturicchio...).

Mais le chef-lieu referme dans ses murs une âme moderne, fruit de quelques uns des architectes contemporains les plus célèbres : Aldo Rossi est à l'origine du centre d'affaires et résidentiel de Fontivegge, Italo Rota de la bibliothèque multimédia, Jean Nouvel du futuriste Mini-méto et Gae Aulenti de l'aéroport Saint François d'Assise.

Visiter **Gubbio**, c'est un peu comme remonter le temps. La ville, l'une des plus anciennes de la région, s'étend sur différentes hauteurs d'un versant du Mont Ingino, et est parcourue par des escaliers et de pittoresques ruelles médiévales. Sur la Piazza Grande, on trouve le Palazzo Pretorio et le superbe Palazzo dei Consoli. En montant vers la partie haute de la ville, on rencontrera en revanche la cathédrale gothique et le palais ducal, un bel exemple d'élégance Renaissance.

Enfermée dans ses murs de fortification, **Assise** est un lieu magique au charme préservé dans la mesure où la ville n'a pratiquement pas changé depuis le Moyen Age. On ne

pourra pas manquer de visiter la Basilique de Saint François, l'un des lieux les plus célèbres de la chrétienté. Elle est en réalité composée de deux églises superposées : dans l'église inférieure, où est conservée la tombe du Saint, on admirera les fresques de Simone Martini, Cimabue et Lorenzetti; dans l'église supérieure, des fresques de Cimabue encore une fois, mais surtout le cycle de la vie de Saint François en 28 toiles réalisées par Giotto et ses élèves. La rue consacrée au Saint débouche sur la Piazza del Comune avec le Palais des Prieurs et le Temple de Minerve. A voir également, la Basilique de Santa Chiara, le Duomo de San Rufino et la Rocca Maggiore.

Spolète, capitale du duché lombard est un important bloc de pierre grise encastré dans la verdure. Sa mole sévère réserve de jolis coups d'œil et de nombreux trésors d'architecture. A côté de la zone autrefois occupée par le forum romain et de quelques églises remarquables, on ne manquera pas de visiter le Duomo roman (XIIIe siècle), qui ferme le décor d'une agréable place : sa façade est un véritable chef-d'œuvre. En sortant du centre, le colossal Pont des Tours (Ponte delle Torri) construit au XIVe siècle (230 mètres de longueur pour 76 mètres de hauteur) réserve des émotions fortes.

Terni, moderne et dynamique, et le seul exemple de ville reconstruite selon un plan unique en Italie. Elle doit sa structure actuelle aux projets de l'architecte Mario Ridolfi suite aux lourds bombardements subis pendant la Seconde Guerre Mondiale. Elle a conservé une partie de son centre historique et certains monuments importants : l'église de Saint François, remontant au XIIIe siècle, avec la très belle chapelle Paradisi ; l'antique petite église de Sant'Alò, petit



joyau roman, l'église de Saint Sauveur, construite sur le Temple du Soleil remontant à l'époque romaine ; celle de Saint Pierre, et enfin la Cathédrale, construite au XVIIe siècle.

Todi est la ville natale du poète Jacopone. Aux abords de la Piazza del Popolo, l'une des plus étranges d'Ombrie, se dressent l'église paléochrétienne de San Fortunato, transformée dans le style gothique à la fin du XIVe siècle, et le temple de Santa Maria della Consolazione, situé hors des murailles du XIIIe siècle et dont le projet, attribué à Bramante, est considéré comme un symbole de l'architecture de la renaissance.

Isolée au sommet d'un éperon de tuf, **Orvieto** possède un charme incomparable et sa beauté conquis instantanément les nombreux touristes qui la visitent chaque année. Elle est principalement connue pour sa cathédrale, chef-d'œuvre absolu du style gothique Italien. Elle se distingue par sa splendide façade ornée d'une rosace, par les bas-reliefs réalisés par Lorenzo Maitani ; et par l'inoubliable fresque du Jugement Universel peinte par Luca Signorelli dans la chapelle de Saint Brice (dite « Capella Nuova »). Parmi les édifices publics, on peut remarquer la Palazzo del Popolo et le mystérieux puits de Saint Patrice.

Les amateurs de la Renaissance apprécieront la visite de **Città di Castello**, où se trouve le majestueux Palazzo Vitelli, abritant la pinacothèque qui conserve, entre autre, les œuvres de Luca Signorelli et de Raphaël, ainsi que le Palazzo Albizzini, caractérisé par une architecture d'influence toscane et siège de la prestigieuse collection des œuvres dont Alberto Burri a fait don à la ville. **Foligno** est un autre exemple d'architecture typique de la renaissance. Considérée comme « le centre du monde », elle renferme de splendides édifices, parmi lesquels se distinguent notamment les palais des Orsini et des Trinci,

qui abritent les fresques de Gentile da Fabriano. C'est là qu'en 1472, fut imprimé le premier livre en Italien de la Divine Comédie.

A ne pas manquer : située sur un éperon rocheux du Monte Subasio, **Spello** et la chapelle Baglioni dans l'église de Santa Maria Maggiore qui abrite des fresques de Pinturicchio ; **Narni** avec le Duomo et le Palazzo del Podestà ; l'antique **Trevi** posée sur une colline ; **Montefalco** avec le Museo Civico di San Francesco qui accueille les fresques de Benozzo Gozzoli et **Bevagna**, incroyable bout de Moyen-âge ; ou encore l'antique **Amelia** aux murailles polygonales du VIème siècle av. J-C et dont le musée Archéologique conserve la statue en bronze du Germanico ; lieu de naissance de Pietro Vannucci dit le Pérugin, **Città delle Pieve** entretient son lien avec l'art à travers la collection contemporaine du Giardino dei Lauri ; **Corciano**, bourg suggestif d'origine étrusco-romaine ; **Castiglione del Lago**, le village-castello, dominé par la forteresse commandée par Frédéric II de Souabe et abritant le très beau Palazzo Corgna datant du XVIe siècle et qui semble naturellement greffé sur le lac Trasimène.

Mais au-delà des villes les plus connues, chaque commune d'Ombrie réserve de splendides surprises avec des églises, des palais et des musées. L'Ombrie abrite deux des 47 sites Italiens recensés dans le **patrimoine de l'Unesco** qui mettent l'Italie en tête de la classification mondiale (936 sites répartis dans 153 pays) : le premier est la **Basilique de Saint François** et les autres sites franciscains d'**Assise** (depuis l'an 2000), le second est constitué par les sites des Longobards et notamment par la **Basilique de Saint Sauveur à Spolète** et le **Temple du Cliturne à Campello** (depuis 2011).

Un autre itinéraire plein de charme et de légendes fait le tour des châteaux et des citadelles. Nées de la nécessité de se défendre, les forteresses se sont parfaitement intégrées dans le paysage des villes et des campagnes et constituent

□ Todi – Temple de Santa Maria della Consolazione



□ Spello – Chapelle Baglioni



aujourd'hui un patrimoine extraordinaire. Parmi les plus belles, citons le **Château d'Alviano**, le gardien de la vallée du Tibre. Construit à la fin du XVe siècle par le Condottiere Bartolomeo d'Alviano, il a traversé les siècles sans rien perdre de sa majesté.

La **Forteresse d'Assise** fut détruite en 1198, reconstruite au XIVe siècle puis plus tard modifiée, sans perdre toutefois son austérité d'origine. Les dernières interventions de restauration l'ont rendue accessible aux touristes et elle abrite maintenant des manifestations culturelles et artistiques. Le vaste complexe de la **Rocca Albornoiana** et de son parc caractérise la ville de Spolète. Dans la zone du Trasimène, on compte la monumentale **Forteresse médiévale** qui domine **Castiglione del Lago**, la **Forteresse de l'île Polvese** et le **Château des Chevaliers de Malte à Magione**. Ce dernier, est un délicieux enchevêtrement de murs et de donjons et renferme quelques fresques du XVIe siècle. A visiter également, les fortifications de **Montone** et **Santa Maria Tiberina** et à **San Giustino** le **Château Bufalini**, demeure seigneuriale décorée par de précieuses fresques.

A **Umbertide** se trouve la **Citadelle**, symbole de la ville, aujourd'hui devenue un centre culturel dynamique. La spectaculaire forteresse **Civitella Ranieri** s'élève dans une antique forêt. Le **Château di Petroia** (IX-Xe siècle), dans les environs de Gubbio, est un bourg médiéval enchanteur renfermé dans ses murailles. Au milieu de la Valnerina ternana se dresse la puissante **Citadelle de Narni** (XIVe siècle). Admirez également l'**Eglise paroissiale de l'Evêque de Corciano**, ancienne place fortifiée plus tard transformée en résidence seigneuriale. Enfin, ne manquez pas l'imposante **Castellina** (XVIe siècle) de **Norcia**, le **Château de Vallingegno** de **Gubbio**, la millénaire **Rocca Flea** de **Gualdo Tadino**, avec son très intéressant musée, l'imposante **Rocca d'Aries** de **Pietralunga**, etc.

Avec un saut en avant dans le temps, on rejoint l'art contemporain et ses diverses formes de langage exprimés

dans les musées et dans les centres d'expositions, même à l'extérieur, où l'art et l'environnement se fondent.

Un groupe futuriste a été particulièrement actif à **Pérouse**, guidé par **Gerardo Dottori**, le principal représentant de l'aéropeinture, constamment inspiré par sa terre. Dans le **Palazzo della Penna**, on peut admirer quelques-unes de ses œuvres telles que le Triptyque de la Vitesse. Une section est également consacrée à **Joseph Beuys**, tandis que le reste du musée propose des expositions temporaires.

Après sa fermeture forcée suite au tremblement de terre en 1997, le **Musée de l'Académie des Beaux Arts** a rouvert en 2012 : cet espace dédié aux expositions temporaires abrite une gypsothèque rassemblant plus de 360 œuvres (parmi lesquelles celles de Michel-Ange et de Canova), dont une partie appartient à la collection des fondateurs ; une collection de tableaux d'artistes ayant travaillé en Ombrie entre le XIXe et le XXe siècle, ainsi qu'une collection de dessins et de gravures réalisés entre le XVIe et le XXe siècle.

Le **site archéologique industriel**, un grand ensemble d'usines et de fabriques désaffectées, s'est converti en partie dans des contenus d'art et d'activités culturelles. **Città di Castello** célèbre son artiste le plus illustre, **Alberto Burri**, un des plus grands protagonistes du XXe siècle, avec les riches aménagements de ses œuvres réparties entre le **Palazzo Albizzini** (XVe siècle) et les locaux des **Ex Seccatoi del Tabacco Tropicale**, probablement le seul « réceptacle » conçu et réalisé par cet artiste. A **Città della Pieve**, le **Giardino dei Lauri** est un nouvel espace dédié à l'art contemporain, immergé dans la nature, il met en valeur la charme et l'essence de l'environnement préexistant à travers une série d'œuvres d'« art conceptuel ».

A **Spolète**, à l'intérieur du **Palais Collicola**, le **Musée Carandente des Arts Visuels** expose des œuvres de **Leoncillo**, **Mario Ceroli**, **Pino Pascali**, **Sol Lewitt** et **Alexander Calder**, tandis qu'à **Trevi**, le prestigieux **Palazzo Lucarini** de **Trevi** accueille des expositions d'envergure internationale.



□ Pérouse – Place du IV Novembre

□ Pérouse – Collegio del Cambio



□ Spolète – Palais Collicola – Musée Carandente des Arts Visuels



□ Terni – CAOS Centro Arti Opificio Siri

A **Terni**, le **CAOS - Centro Arti Opificio Siri**, aménagé selon des critères innovants, accueille des œuvres de XVe siècle à nos jours, d'artistes tels qu'**Aurelio De Felice**, **Severini**, **Chagall**, **Mirò**, **Picasso** et **Kandinsky**.

Le **CIAC (Centre Italien d'Art Contemporain)**, centre d'art contemporain de la ville de **Foligno**, est logé dans les bâtiments de l'ancienne coopérative laitière.

On peut admirer de véritables musées d'art contemporain en plein air à **Brufa de Torgiano** (à travers l'exposition « Sculpteurs à Brufa » et la Route du vin et de l'art) et à **Tuoro sur Trasimène** – le **Champ du Soleil** : une composition de sculptures conçue par Pietro Cascella et réalisée par divers artistes à la fin des années 80 – à **Piediluco**, en revanche, se trouvent les sculptures en fer de **Giulio Turcato**.

La vie artistique et culturelle d'Ombrie est en outre animée chaque année par des manifestations de très grand retentissement. Le célèbre **Festival dei Due Mondi de Spolète** inauguré en 1958, il s'est développé au fil des années jusqu'à devenir un rendez-vous incontournable, avec des grands noms du paysage culturel international. Le riche programme prévoit concerts, opéras, prose, expositions d'art visuel et danse. Chaque été à **Pérouse**, **Umbria Jazz** invite depuis 1973 les meilleurs interprètes de jazz. Le festival est aujourd'hui considéré comme l'un des plus importants du genre dans le monde. A cheval entre la fin et le début de l'année, la musique d'Ombrie **Jazz Winter** remplit les rues d'**Orvieto**. Elle entre même au **Duomo**, au **Théâtre Mancinelli** et dans d'autres palais historiques, transformant ainsi la ville en une grande scène unique au monde. Les artistes du **Todi Arte Festival** (musique, poésie et théâtre) animent quant à eux le centre ville de Todi. A **Terni** se tient le **FAST - International Festival of Contemporary Arts**, avec théâtre, danse, arts visuels et incursions urbaines ; à **Pérouse**, **FestArch**, le **Festival International d'Architecture** se présente comme une plate-forme créative regroupant des

□ Todi – Piazza del Popolo



concepteurs reconnus et de jeunes architectes émergents et est accompagné de sa version ternane, **FestArchLAB**. Enfin, dans le cadre du **Festival International du Journalisme** sont organisés des rencontres, débats, interviews, présentations de livres, expositions et workshops qui réunissent les exposants les plus influents dans le domaine du journalisme, des médias et de la communication au niveau international.

A **Gubbio**, les étés sont marqués, entre autres, par un festival de musique classique (**Gubbio Summer Festival**) et une manifestation de prose organisée dans le théâtre romain. Le **Festival des Nations de Città di Castello** existe depuis 1968 : chaque année, il invite une nation étrangère à présenter au public sa production musicale. Le lac **Trasimène** sert en revanche de toile de fond à des événements tels que le **Trasimène Blues**, le **Trasimène Music Festival** ou l'événement **Music for Sunset** qui se déroule sur l'île **Majeure**. A ne pas manquer à **Pérouse** la prestigieuse **Sagra Musicale Umbra**, festival de musique sacrée, et le **Narni Black Festival** qui présente le meilleur des productions jazz, funk et soul musique. L'**Umbria Music Fest**, qui se déroule dans différentes localités de l'Ombrie, n'est pas quant à lui uniquement consacré à la musique, mais s'étend à la musique classique, au jazz, au lyrique, au cinéma, à la littérature, à la danse et aux arts figuratifs.

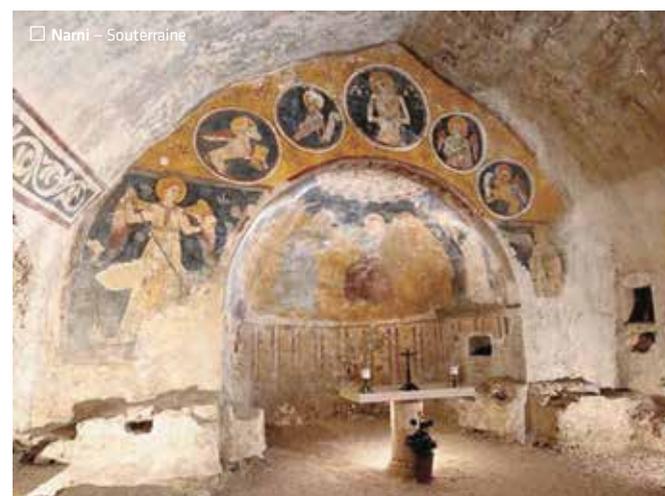
Pour ceux qui préfèrent quelque chose de plus traditionnel, les fêtes populaires et les reconstitutions historiques ne manquent pas, unissant les plaisirs de la table à la mémoire des coutumes et du folklore local. La plus spectaculaire est la fameuse **Fête des Cierges de Gubbio**, au cours de laquelle des milliers de personnes se pressent dans les rues de la ville pour assister à la compétition entre trois énormes cierges (chacun d'eux pèse 400 kilos) transportés à bout de bras jusqu'à la Basilique de Sant'Ubaldo. Citons, entre autres, le **Palio dei Terzieri de Città della Pieve** et de **Trevi**, avec son cortège en costumes d'époque et les spectacles à thème; l'**Infiorata de Spello**, le jour de la Fête-Dieu, qui décore les rues de la ville de compositions florales multicolores; la **Corsa all'Anello de Narni**, héritière d'une antique joute équestre et encore le **Mercato delle Gaitte à Bevagna**, le **Palio delle Barche de Passignano sur Trasimène**, la **Joute des Armes à San Gemini**, le **Don de la Sainte Epine à Montone**, la **Fuite du Bœuf à Montefalco**, le **Palio della Mannaja à Pietralunga**, les journées médiévales à **Otricoli** et les **Jeux des Portes à Gualdo Tadino**. A **Assise**, on pourra assister aux **Célébrations en l'honneur de Saint François** et à la **Fête de Calendimaggio**, trois jours de compétitions et de défis entre les deux quartiers de la ville, la « partie du haut » et la « partie du bas ». Née en 1946, la célèbre **Joute de la Quintana de Foligno** est quant à elle une réevocation de la compétition équestre s'étant tenue en 1613.

L'Ombrie a également été le lieu de grands flux migratoires et ne l'oublie pas : le **Musée de l'Emigration de Gualdo Tadino** utilise les techniques des projections vidéo pour exposer des documents, des images et des récits provenant de toute l'Italie afin de raconter l'exode migratoire de plus de 27 millions de personnes hors du pays à partir de la fin du XIXe siècle.

□ Città di Castello – Collection Burri, Ex Seccatoi del Tabacco



□ Città di Castello – Festival des Nations



□ Narni – Souterraine



□ Gubbio – Palazzo dei Consoli

□ Pérouse – Piazza del Bacio



□ Terni – Lance de Lumière d'Arnaldo Pomodoro



□ Terni – Piazza Tacito



□ Gubbio – Fête des Cierges

□ Pérouse – Umbria Jazz





□ Lac Trasimène

Nature, parcs et sports.

Vie et sport dans les zones protégées. L'Ombrie, cœur vert de l'Italie, représente l'équilibre extraordinaire entre nature et histoire. Vous pourrez y jouir de paysages suggestifs et y pratiquer d'innombrables sports en plein air.

Laissez-vous surprendre par la découverte de ses huit Parcs dont la richesse naturelle est accompagnée de nombreux témoignages culturels.

L'Ombrie compte plusieurs zones protégées: citons, dans un ordre « hiérarchique », le Parc National des Monts Sibyllins, les parcs régionaux (de Colfiorito, du Monte Cucco, du Monte Subasio, du Tibre, du Trasimène et du Nera), le STINA et d'autres zones moins étendues telles que les Pars des Sette Frati et de Villalba, le lac d'Alviano (oasis du WWF), et l'Oasis La Vallée.

Institué en 1993, le **Parc National des Monts Sibyllins** (71,437 hectares, dont 17,790 en Ombrie) occupe une zone montagneuse où se trouverait, selon la légende, la grotte de la Sybille. Il s'agit d'un territoire au charme magique, imprégné de légendes, constellé de villages fortifiés, de tours, d'églises et d'abbayes entourées de verdure. C'est là que le Nera prend sa source avant de creuser une des vallées les plus belles de tous les Apennins. C'est ici que se trouve d'autre part le point culminant de la région, le Vettore (2,476 mètres). Sur le versant occidental du massif des Apennins, les Plateaux de Castelluccio constituent une spectaculaire

dépression karstique formée du Pian Perduto, du Pian Grande et du Pian Piccolo. C'est à proximité de ce dernier que se trouve une hêtraie de très grande valeur d'un point de vue écologique.

La flore du Parc est particulièrement riche et intéressante : de vastes forêts et 1,800 espèces de fleurs recensées dont l'Edelweiss des Apennins, l'anémone des Alpes et différents types d'orchidées. La faune est abondante elle aussi avec le porc-épic, le chat sauvage et des rapaces majestueux comme l'aigle royal et le hibou grand-duc. Parmi les animaux

□ Mont Vettore



□ Parc Fluvial du Nera



les plus caractéristiques, signalons la vipère de l'Orsini, une espèce protégée, et le Chirocephalus du Marchesoni, un petit crustacé rouge unique au monde qui peuple le lac de Pilate. Avec ses nombreux sentiers, le Parc se prête naturellement à la pratique de la **randonnée**. L'itinéraire du Grand Anneau (Grande Anello) est magnifique, avec 120 kilomètres à parcourir en neuf jours le long du massif des Sibyllins. D'autres sports sont également possibles : **ski alpin, équitation, VTT, deltaplane, parapente et escalade**.

Le **Parc de Colfiorito** (né en 1995, 338 hectares) et un vaste plateau karstique formé de sept conques de lacs asséchés entourés de douces collines. On y trouve également une zone marécageuse d'intérêt international où prolifère une riche flore aquatique. Un lieu fantastique pour les amateurs de **birdwatching**. Les hauteurs environnantes étaient occupées par des places fortes et des sites préhistoriques. Dans le Parc toujours, la cime du Monte Orve offre un point de vue à couper le souffle. On y trouvera enfin les vestiges de la cité romaine de Plestia.

Le **Parc du Monte Cucco** (fondé en 1995) est quant à lui le paradis des sportifs. Il s'étend sur une superficie de 10 480 hectares autour du Mont (1556 mètres), au nord-est de l'Ombrie. Le Parc est caractérisé par d'importants phénomènes karstiques : grottes souterraines, vallées profondes sillonnées par des rivières aux eaux pures. On y trouve d'anciennes hêtraies parfaitement préservées, habitées par l'aigle royal et le loup, tandis que les cours d'eau sont peuplés d'écrevisses. Parmi les principaux lieux d'intérêt écologique, citons la Forra di Rio Freddo, l'Orrido del Balzo dell'Aquila, l'imposant Corno di Catria, le canyon connu sous le nom de Valle delle Prigioni et le plateau karstique des Macinare, un ensemble merveilleux de prés et de hêtraies. Le ventre du massif est parcouru par des dizaines de kilomètres de galeries souterraines, les Cave di Valdorbica, creusées par l'homme, tandis que la **Grotte du**

Mont Cucco pénètre en profondeur (jusqu'à plus de 990 mètres) sur une longueur de 30 kilomètres, constituant ainsi l'un des systèmes karstiques les plus étendus d'Italie. C'est dans ce magnifique cadre naturel que surgissent les bourgades de Fossato di Vico, Sigillo et Costacciaro, toutes trois entourées de murailles flanquées de donjons. Les excursionnistes ne pourront résister à ses 120 kilomètres de sentiers, de même que les passionnés d'**équitation, VTT, parapente et deltaplane, canyoning et ski de fond** (sur le Pian delle Macinare). Dans la Grotte du Mont Cucco, on pratique également la **spéléologie** (un ancien monastère de Costacciaro accueille un centre d'excursions spéléologiques, le Centro Escursionistico Naturalistico Speleologico).

Le **Parc du Mont Subasio** (fondé en 1995, 7 196 hectares) et le parc de la spiritualité, avec Assise en son centre, l'épicentre mystique de l'Ombrie. La ville de Saint François et le mont, le « Monte de Assisio » par antonomase, ont tissé au fil des siècles des rapports très étroits d'interdépendance: Assise en exploitait la pierre rouge, les bois et les prés, redessinant la physionomie même de la nature. Le sommet (1290 mètres) domine la Valle Umbra. Il est également visible de Spello et de Nocera Umbra. Principalement plat et sillonné de dolines, de crevasses et de fosses karstiques, il est caractérisé par une grande variété d'environnements. Les versants du Subasio sont recouverts d'une épaisse végétation, comme la forêt de chênes verts où se trouve l'Ermitage des Carceri, avec son précipice impressionnant, les grottes des ermites et le chêne séculaire de Saint François. **Trekking, parapente et vol libre** sont les activités sportives prédominantes qu'il est possible de pratiquer dans le parc.

Le **Parc Fluvial du Tibre** (fondé en 1995, 7 925 hectares) s'étend sur 50 km le long du fleuve, du col de Todi jusqu'à l'oasis d'Alviano, en passant par les gorges du Forello, les plateaux de Prodo et Tignano (non loin d'Orvieto) et le lac

□ Lac Trasimène



□ Trekking



□ Lac de Piediluco



artificiel de Corbara qui a certes modifié le paysage, sans toutefois nuire à son charme. Les rives et tout le territoire environnant sont jonchés de ruines et de vestiges des Ombres, des Etrusques et des Romains, pour lesquels le Tibre représentait une artère de communication vitale. Le Parc est un véritable site archéologique à ciel ouvert. Dans les endroits les plus sauvages, comme par exemple les gorges du Forello, les rives sont recouvertes d'une végétation luxuriante, fournissant ainsi l'habitat idéal de la buse, du milan royal et de l'épervier. Les eaux du lac de Corbara pullulent de carpes, d'anguilles et de chevaines qui attirent les oiseaux lacustres et qui constituent un lieu idéal pour les passionnés de **pêche sportive**. Le barrage du Tibre, qui a donné naissance en 1963 au lac de Corbara, a eu une conséquence inattendue mais heureuse : 500 hectares de zone humide, marais et marécages, qui ont été choisis comme lieu idéal de reproduction et de halte par 150 espèces d'oiseaux aquatiques et migrateurs, dont certaines espèces rares telles que la grue et le balbuzard pêcheur. Il s'agit de l'**Oasis d'Alviano**, gérée par le WWF qui a aménagé deux sentiers de visite avec cabanes, passerelles et tours d'observation pour les amateurs de birdwatching. Le Parc du Tibre se prête à la pratique de différents sports : **randonnée, équitation, cyclotourisme**, mais aussi **canoë, canotage et spéléologie**. Non loin du Parc, aux pieds du mont Peglia, la **zone protégée des Sette Frati** s'étend sur 25 hectares de bois à traverser en flânant et en admirant les différents panoramas qu'elle réserve. La **Forêt Fossile de Dunarobba**, dans les environs d'Avigliano, est un des sites paléontologiques les plus intéressants du monde, avec des troncs fossiles de plus de deux millions d'années. Le phénomène de fossilisation que l'on peut observer sur ce site est différent de celui qui caractérise toutes les autres forêts pétrifiées : les troncs fossiles maintiennent en effet leur substance d'origine et conservent leur position verticale.

L'institution du **Parc du Trasimène** (1995) fut fondamentale pour la protection d'un milieu naturel délicat, mis en danger par la pression du tourisme balnéaire. Résultat : une eau et des plages propres, et la préservation de nombreuses zones, telles que les îles et les vallées. Le paysage est tout simplement enchanteur. Le Parc (13 200 hectares) comprend toute la surface du lac de Pérouse et les villages situés sur ses rives. Le lac, dont la profondeur ne dépasse pas les 7 mètres, est constellé de trois îles : la Polvese, devenue parc scientifique, la Maggiore, habitée pendant toute l'année, et la Minore. Le Trasimène est important bien sûr pour sa grande variété de poissons, que l'on retrouve avec plaisir d'ailleurs dans la cuisine locale, mais aussi comme lieu de passage des oiseaux migrateurs comme le héron et l'aigrette. La plupart sont des activités que l'eau et la terre permettent de pratiquer : **voile** et autres **sports d'eau, pêche sportive, excursions, trekking à cheval et cyclotourisme**.

A San Savino di Magione, l'**Oasis La Valle**, instituée en 1996 : il s'agit d'une vaste zone humide très importante (500 hectares de roselières) pour l'avifaune et en particulier pour les oiseaux migrateurs. Des visites guidées sont organisées par la structure.

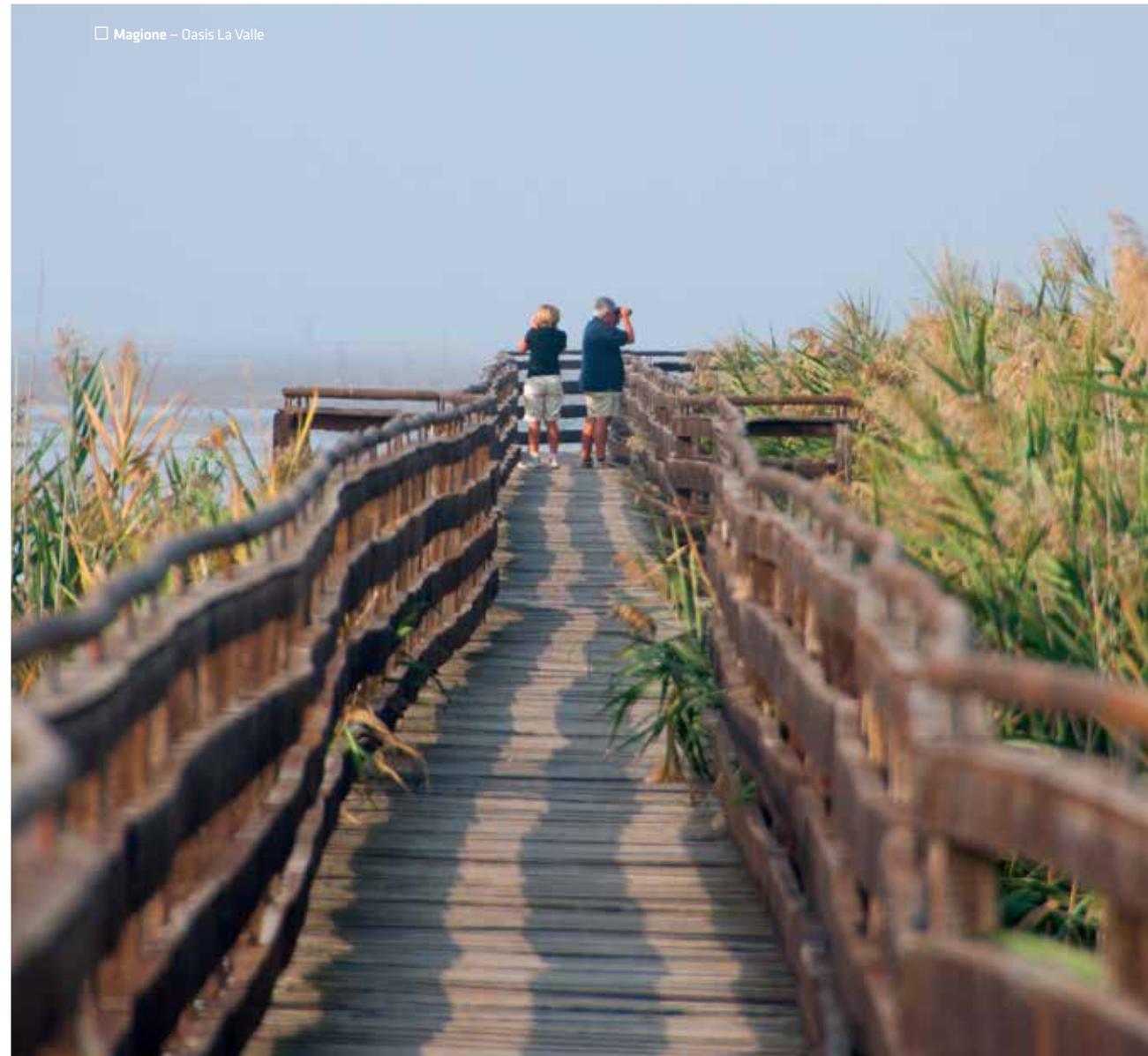
Silloné par les cours du Nera et du Velino qui vient se jeter dans le premier en ce précipitant dans la spectaculaire cascade des Marmore, le **Parc Fluvial du Nera** (fondé en 1995, 2460 hectares) mérite son titre de « parc des eaux ». La Valnerina offre un paysage au charme extraordinaire : la rivière s'enroule entre les parois accidentées, formant une gorge aux eaux d'un vert intense où entre autre il est possible de pratiquer le **canyoning**. Les animaux les plus caractéristiques sont le rouge queue, le martinet, le cingle plongeur, le chat sauvage, la truite et les écrevisses. Ici, on peut pratiquer divers types de pêche sportive; en particulier la **pêche no kill**, qui appelle les passionnés du monde entier.

La **Cascade des Marmore** est un ouvrage d'origine antique : ce sont les Romains qui dévièrent le cours du Velino vers un saut de 165 mètres, créant ainsi ce qui est devenu aujourd'hui une attraction touristique de premier ordre. Toute la zone est battue par un tourisme sportif et en particulier « aquatique » : les passionnés de **canoë-kayak, hydro speed et rafting**, de même que les amateurs d'**escalade** peuvent compter sur différentes structures spécialement équipées. Hors du Parc, non loin des Marmore, on rencontre le **Lac de Piediluco**, le deuxième lac naturel d'Ombrie en taille, un agréable plan d'eau entouré de montagnes et de cascades colorées. Il est le cadre de compétitions de **canotage** d'importance mondiale. Le **Parc S.T.I.N.A. (Système Territorial d'Intérêt Naturaliste et Environnemental) du mont Peglia-Selva di Meana** se trouve dans le centre-ouest de la région, créé en 1999, il est géré par la Communauté locale. La flore est incroyablement variée avec plus de mille espèces, dont quelques perles rares telles que le centranthe rouge (*Cytinus ruber*). La superficie du STINA (44 270 hectares) comprend trois zones naturelles protégées : la **Forêt de Meana-Allerona** (3 255 hectares de forêts peuplées de blaireaux et de martres), le **Bois de la Melonta** (1 154 hectares caractérisés par des hêtres et le hibou grand-duc) et **San Venanzo** (126 hectares). Il existe également des zones d'intérêt paléontologique : le site préhistorique du Mont Peglia, vieux de 700 000 ans et les sites de **Fabro** et **Ficulle**, riches en fossiles. A l'extérieur du Parc, à la frontière avec la Réserve Naturelle du Mont Rufeno dans le Latium, la zone protégée de Villalba s'étend sur 25 hectares recouverts de forêts et de fleurs précieuses.

Enfin, les **sources du Clitumne**, entre Spolète et Foligno, sont splendides. Des eaux cristallines jaillissent de la montagne, et viennent former un lac avant de se canaliser dans la rivière. Les sources étaient sacrées pour les Romains qui venaient y écouter les réponses des oracles du dieu Clitumne. Elles furent chantées par Virgile, Properce et Pline le Jeune, avant d'inspirer Byron, Carducci et Corot. Encore aujourd'hui, la visite des sources réserve les mêmes émotions que jadis.

Cœur vert de l'Italie dans son ensemble, l'Ombrie se qualifie enfin comme une région d'extrême intérêt pour les passionnés du **cyclotourisme** (30 itinéraires cyclotouristiques avec des difficultés différentes, 22 parcours pour mountain bike, 7 parcours à bicyclette le long des itinéraires des étrusques, 7 le long du cours du Tibre et 8 autres sur la Route de Saint François).

□ Magione – Oasis La Valle





□ Parc du Mont Subasio



□ Rafting – Cascade des Marmore



Archéologie.

A la découverte des vieux trésors. Des millénaires d'histoire caractérisés par plusieurs civilisations ont laissé en Ombrie un patrimoine archéologique difficile à quantifier : chaque ville, grande ou petite, conserve des vestiges des Ombres, des Etrusques ou des Romains. En visitant les nombreux musées et les sites archéologiques, vous découvrirez comment sa position géographique a conféré dans le passé à la région un rôle de terre de passage entre la mer Adriatique et la mer Tyrrhénienne.

Dans le centre de **Pérouse**, on trouve par exemple l'**Arc**, les murailles et le **puits Etrusque**, ainsi que l'aire sacrée (VI-IVe siècle av. J-C) située sous la cathédrale.

Ne manquez pas le **Musée Archéologique National d'Ombrie**, dans lequel la tombe étrusque des Cai Cutu a été reconstruite. Datant de l'époque romaine, la magnifique mosaïque des thermes publics, représentant Orphée et les foires en blanc et noir, se trouve à l'intérieur de l'Université dans la rue Pascoli.

Hors de la ville, les fouilles les plus importantes sont celles de l'**Hypogée de San Manno** à Ferro di Cavallo et l'**Hypogée des Volumni** (IIIe siècle av. J-C) à Ponte San Giovanni, l'un des plus importants monuments étrusques d'Italie, situé dans l'immense **nécropole du Palazzone** (environ 200 tombes). Un escalier escarpé mène à l'intérieur de la structure, conçue comme une maison étrusque de dix pièces ; à noter, la splendide urne cinéraire d'Arnth Velimnas Aules. L'**antiquarium di Corciano** accueille de nombreux vestiges archéologiques étrusques et romains. Les reconstructions des chars de San Mariano et des tombes situées dans la **nécropole voisine de Strozzacapponi** sont particulièrement intéressantes.

Gubbio a su préserver le grand **théâtre**, datant du Ier siècle av. J-C (les arcades du premier rang résistent bien, de même que quelques unes du deuxième rang), le **mausolée de Pomponio Grecino**, différentes portions de maçonnerie et quelques domus. Les **Tables Eugubines**, principal vestige de la langue antique ombrienne remontant au II-Ier siècle av. J-C, sont conservées dans le musée municipal du Palazzo dei Consoli.

A **Assise** un parcours sous la Piazza del Comune permet de visiter l'ancien **Forum Romain** avec son pavement d'origine et des vestiges d'inscriptions impressionnants. La Piazza del Comune est dominée par la façade du **Temple de Minerve** (Ier siècle av. J-C), avec six colonnes cannelées et des chapiteaux corinthiens ; l'intérieur a fait l'objet

d'importantes modifications pour faire de la place à l'église du XVIIe siècle de Sainte Marie sur Minerve. Il y a deux domus romaines avec des murs de fresques en-dessous Santa Maria Maggiore et en-dessous du Tribunal. A **Cannara**, le Palazzetto del Podestà (XIIIe siècle) abrite un **antiquarium** comprenant du matériel lapidaire provenant des territoires limitrophes et en particulier des fouilles du centre d'**Hurvinum Hortens**, datant de l'âge d'Auguste et situé à proximité du bourg de Collemancio. Les **murs d'enceinte de Spello** (époque augustéenne), avec leurs portes monumentales, comptent parmi les mieux conservés d'Italie; en dehors de la ville, un ancien lieu sacré présente encore deux murs du sanctuaire et quelques vestiges de l'amphithéâtre et du théâtre. A **Foligno** le Palazzo Trinci abrite une importante collection de pièces de monnaie romaines de l'époque républicaine

Bevagna conserve son **temple romain**, devenu par la suite Eglise de la Madonna della Neve, quelques vestiges du théâtre romain et les thermes (IIe siècle apr. J-C), avec le sol décoré de mosaïques noires et blanches. Dans le **Musée Municipal** des statues, des inscriptions, des pièces de monnaie et d'autres vestiges archéologiques majeurs témoignent de l'importance de l'antique municipio romain côtoient la riche collection d'objets datant du XVIe siècle. A **Gualdo Tadino**, les récentes recherches effectuées sur Colle Mori ont permis d'identifier un centre ombrien réparti sur des étagements artificiels et à **Norcia** a été découverte la plus grande **nécropole d'époque sabine**.

Spolète regorge de vestiges romains qui sont d'ailleurs souvent englobés dans les habitations: les **murailles**, le **théâtre**, le **forum** (avec les pavés, l'**Arc de Druse** et le **temple de Sant'Ansano**), une belle domus à visiter et ce qui reste de l'amphithéâtre.

Les plus intéressants restes archéologiques de **Todi** sont constitués par les « **Nicchioni** », des ouvertures décoratives adossées à une imposante structure de soutien de la colline

sur laquelle se dresse le centre historique. A **Avigliano Umbro**, on reste bouche bée face à la **forêt fossile**, composée de cinquante troncs fossiles datant de deux millions d'années. Le long de l'antique Via Flaminia, non loin de **San Gemini**, rendue célèbre par la présence de sources d'eau minérale, se dressent les ruines de la ville romaine de **Carsulae**.

Le site archéologique, situé dans un merveilleux cadre naturel est l'un des plus importants et des plus spectaculaires de la région. La visite suit le tracé de la route romaine. En ville, la route est pavée et entourée de trottoirs.

Deux tombes monumentales sont situées non loin de l'Arc de Trajan (ou Arc de Saint Damien), la porte d'entrée de la ville. Une fois entré à Carsulae, en longeant les ruines du vaste forum (40x60 mètres) avec les fondations de deux petits temples jumeaux et la basilique avec abside et trois nefs, on arrive à l'église de Saint Damien, construite sur un édifice romain. En s'éloignant légèrement de la route, on tombe sur les fouilles de l'amphithéâtre et le théâtre en pierre cuite dont on distingue la cavea, les deux premiers gradins et les fondations de la scène.



Orvieto – Underground



Narni – Pont d'Auguste



Cubbio – Théâtre Romain

A **Terni** un superbe **amphithéâtre romain**, remarquable par sa taille et par son état de conservation, est aujourd'hui utilisé pour des manifestations et des spectacles.

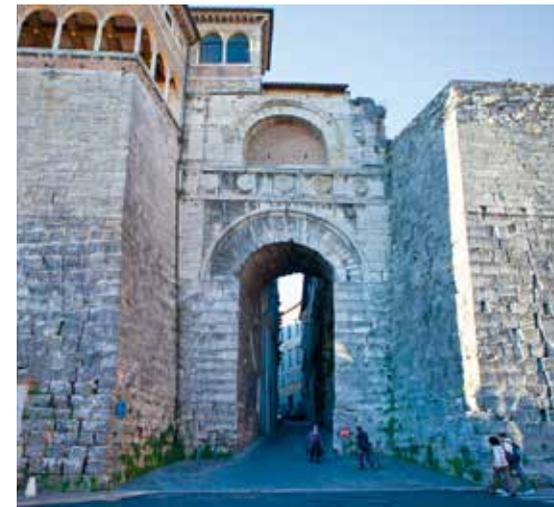
A **Narni** on trouve les imposants vestiges du **pont d'Auguste**, sur la rivière Nera, l'**aqueduc Formina**, datant du 1er siècle av. J-C et qui était encore utilisé jusqu'en 1924, quelques citernes, des portions de murailles et, dans les environs, la **fontaine Feronia** (IV-IIIe siècle av. J-C).

Très spectaculaire également, le site archéologique d'**Ocriculum** (sous l'actuelle **Otricoli**), antique cité romaine et dernier port construit sur le Tibre avant Rome. Les récentes fouilles ont mis à jour d'importantes ruines, telle que les grandes structures du théâtre, de l'amphithéâtre et des thermes (IIe siècle apr. J-C), d'où provient la mosaïque polychrome exposée dans la Salle Ronde du Vatican. Une portion de la Via Flaminia a été dégagée : large de six mètres et longue de vingt-cinq mètres, elle est recouverte de leucite. Hors de la ville, on compte plusieurs monuments funèbres, telle que la tombe à niche de l'époque impériale, la massive tombe à tour et le mausolée rond ; non loin de là, une fontaine publique et le nymphée (1er siècle av. J-C – 1er siècle apr. J-C).

Amelia présente une intéressante citerne romaine (I-IIe siècle apr. J-C), formée de dix cuves souterraines et de très anciennes murailles préromaines (IVe siècle av. J-C), sur une longueur de 800 mètres, un vestige d'une rareté extraordinaire. Au **Musée Archéologique** on s'attardera tout particulièrement sur la précieuse **statue de Germanico**, retrouvée en fragments puis recomposée au terme d'une longue opération de restauration.

Le territoire d'**Orvieto**, aux pieds de la roche, est constellé de nécropoles étrusques du VIe siècle av. J-C. Les deux principaux sites sont ceux de **Cannicella** et de **Crocifisso del Tufo**, dont le nom dérive d'une croix gravée dans une

Pérouse – Arc Etrusque



chapelle creusée dans le roc. Il est possible de visiter environ soixante-dix tombes. La campagne a révélé quelques tombes nobiliaires, dont les célèbres tombes de **Settecimini** : la Tombe Golini I et la Tombe Golini II, toutes deux présentant des ensembles peints, aujourd'hui conservés au Palazzo Papale, où elles ont été transférées en raison de leur piètre état de conservation. En ville, on peut observer les ruines d'un Temple étrusque. De récentes fouilles au Campo della Fiera ont mis à jour le **Fanum Voltumnae**, sanctuaire fédéral où se réunissaient les représentants des douze principales villes de la ligue étrusque. Le vieux **port fluvial de Pagliano**, d'époque romaine, dans la région de Corbara, constitue le plus important témoignage de la présence romaine sur le territoire d'Orvieto. Le **Musée Paléontologique de Pietrafitta** abrite les restes fossiles sous forme de lignite découverts dans le bassin entourant la haute vallée du fleuve Nestore: il s'agit de l'une des plus importantes collections actuellement connues en Europe.

A **Castel Rubello-Porano** on visitera la tombe étrusque des Hescanas, recouverte de fresques.

Il existe enfin une **Ombrie souterraine** : il suffit de changer de point de vue et de descendre dans le ventre de la terre pour découvrir d'autres trésors archéologiques. « **Orvieto Underground** », « **Narni Souterraine** » et « **Pérouse Souterraine** » en sont les exemples.



Amelia – Musée Archéologique, statue de Germanico



San Gemini – Site archéologique de Carsulae



□ « Bruschetta »

Oenogastronomie.

Saveurs à table. Un voyage en Ombrie ne serait pas complet si l'on ne passait pas à table. La gastronomie et l'œnologie font partie intégrante du charme de cette région, au même titre que les forêts, les fresques et les châteaux. Les recettes typiques de chaque ville ou bourgade sont en effet étroitement liées à l'identité du lieu. Pérouse, Assise, Terni, Norcia et le lac du Trasimène révéleront aux gourmets des trésors gastronomiques aux saveurs intenses et généreuses.

Mais commençons par les deux piliers absolus de la tradition gastronomique ombrienne : le **vin** et l'**huile d'olive**. Tous deux ont des origines très antiques qui remontent aux Ombres et aux Etrusques. Grâce à des siècles de labeur des hommes, ils ont modelé le paysage. Aujourd'hui la viticulture s'est modernisée et spécialisée, à la recherche constante d'une qualité toujours meilleure. Des terrains et des climats très variés ont permis la culture de vignobles très prestigieux, dont certains cépages autochtones. L'Ombrie peut en effet se vanter d'une production viticole extraordinaire et de plus en plus appréciée notamment à l'étranger. On compte ainsi **treize vins DOC** (équivalents des AOC françaises) et **deux DOCG** (sorte de super-AOC). Les fleurons de la tradition régionale millénaire sont le Torgiano Rosso Riserva DOCG et le Sagrantino DOCG de Montefalco, en vin doux ou sec, avec un bouquet unique de mûres. La délicieuse bourgade de Torgiano possède également le Musée du Vin de la Fondation Lungarotti. Les étiquettes DOC sont en revanche : **Assisi, Colli Altotiberini, Colli del Trasimène, Colli Perugini, Torgiano, Todi, Spolète, Colli Martani, Montefalco, Lago di Corbara, Orvieto Rosso et**

Colli Amerini. L'Orvieto Classico mérite une remarque à part : ce blanc noble et ancien était très apprécié par les papes, les ouvriers de la Cathédrale et les artistes, au point que Luca Signorelli se fit établir un contrat de fourniture pour mille litres par an.

Pour découvrir les secrets de l'art de la viticulture, les quatre « **Routes du vin** » constituent une bonne approche. Ces itinéraires oenogastronomiques allient par ailleurs les aspects historiques et artistiques : la **Route du Sagrantino**, autour de Montefalco; la **Route des Vins du Cantico**, qui relie Todi, Pérouse, Torgiano, Spello et Assise; la **Route du Vin Colli del Trasimène** et la **Route des Vins Etrusco-Romana**, qui serpente dans la province de Terni, le long du Tibre.

Autre produit extraordinaire, l'**huile d'olive** d'Ombrie présente une qualité élevée pratiquement sans égal en Italie, là encore, les conditions climatiques et géographiques y sont pour quelque chose : les collines aux pieds des Apennins sont en effet idéales pour la lente maturation des olives qui maintiennent ainsi un faible taux d'acidité. Pressées à froid et la plupart du temps mélangées, elles



□ Fromages



□ Olives

produisent des huiles fruitées et relevées d'un vert intense, devenant ainsi un ingrédient fondamental de la cuisine traditionnelle. Elles complètent un nombre infini de plats, viandes comprises, mais elles sont déjà délicieuses, rien que versées à crû sur du pain. L'Ombrie est la première région d'Italie à avoir obtenu en 1997 le label DOP pour l'ensemble de son territoire, réparti en cinq zones de production. **Colli di Assisi et Spolète, Colli Martani, Colli Amerini, Colli del Trasimène et Colli Orvietani.**

On pourra par ailleurs visiter les musées consacrés à la culture de l'huile : le Musée della Civiltà dell'Olio e dell'Ulivo de Trevi et le Musée Lungarotti dell'Olio de Torgiano.

Les moines bénédictins étaient traditionnellement d'excellents préparateurs de bière. Au Moyen-âge, ils améliorèrent sa qualité en utilisant le houblon pour l'aromatiser et ils la diffusèrent dans toute l'Europe. Ainsi, l'Ombrie, terre natale de Saint Benoît, est également la patrie de la bière. D'excellentes productions artisanales sont reconnues comme telles par le CERB, unique institut de recherche officiel en Italie dédié à cette précieuse boisson, situé à Casalina di Diruta. En Ombrie, la culture du malt d'orge constitue donc une culture de niche au sein de l'agriculture.

Penchons-nous enfin sur la cuisine, simple et naturelle, profondément liée aux saveurs de la terre, mais capable aussi de se réinventer continuellement. Notons au passage que les méthodes de préparation, les ingrédients et les arômes changent de village en village.

Par ordre d'arrivée sur la table, nous commencerons par les « **primi** » : les umbricelli, pâtes préparées avec de l'eau et de la farine, puis servies avec de la sauce tomate, les stringozzi (ou strangozzi), servis avec une sauce à l'oie ou avec des asperges des bois, les tagliatelles étirées à la main, l'imbrecciata (soupe de légumes secs et de céréales),

le risotto aux asperges ou aux lupari, les cardes à la mode de Pérouse, la soupe de pois chiches et de châtaignes du côté d'Orvieto, les ciriolo, assaisonnées à l'ail, au piment et à l'huile d'olive.

Succulentes, les **viandes** sont toutes issues de la région : la tête d'agneau au four, le jeune taureau à la mode de Pérouse, la fressure de lièvre avec la crescia, puis le sanglier, le chevreau (dans la Valnerina), l'oie rôtie, le canard farci, le gibier, le pigeon « alla ghiotta » d'Assise, l'agneau, la « poule ivre » d'Orvieto, cuite dans le célèbre vin local. Les préparations typiques sont la braise et le rôti, exaltées par des arômes et des épices. Les viandes de bœuf en particulier sont très renommées : la qualité est garantie par le label Vitellone Bianco dell'Appennino Centrale (récompensé par l'Indication Géographique Protégée, conférée par l'Union Européenne), qui unifie cinq races, Chianina, Marchigiana, Romagnola, Maremmana et Podolica tout en établissant des normes très strictes sur les méthodes d'élevage, d'abattage et de distribution.

La Chianina, élevée en Ombrie depuis plus de deux millénaires, donne une viande très tendre et très peu grasse, un véritable délice. Mais le roi absolu de la cuisine traditionnelle est le porc, autour duquel est née une véritable culture. Cuit dans un four à bois ou à la broche, aromatisé aux herbes, au fenouil et à l'ail, il donne la « porchetta », répandue également dans le Latium, même si l'on considère que ses origines sont véritablement ombriennes. Pour la préparer, on choisit un mâle, jeune et maigre, dans les 40 kilos. Une fois vidé et lavé de ses entrailles, il est aromatisé avec des herbes, du sel, du poivre noir, de l'ail et du fenouil sauvage, puis farci avec un hachis de ses mêmes entrailles, avant d'être cuit à la broche. A Norcia et dans la Valnerina, la préparation du porc est un art qui se transmet depuis des siècles (et les charcutiers sont d'ailleurs appelés les

« norcini »), atteignant des niveaux d'excellence exceptionnels : le jambon de Norcia fait partie des plus grands jambons italiens. Relevé mais non salé, sa forme triangulaire particulière est le fruit d'un processus de préparation d'au moins deux ans. Les porcs utilisés sont de race blanche sélectionnée. A côté du jambon, les maîtres charcutiers de Norcia produisent d'autres spécialités telles que la corallina, les mazzafegati, la mortadelle, les saucisses et le capocollo, utilisant encore aujourd'hui les techniques et les rythmes dictés par la tradition.

Mais il n'y a pas que la viande ! Le menu prévoit également des plats à base de **poisson**, d'eau douce bien sûr ! La cuisine séculaire du lac Trasimène offre par exemple des spécialités telles que la carpe reine « in porchetta », le tegamaccio (un ragoût de poisson), la perche, frite ou avec des pâtes, le brochet (dont les œufs accompagnent les spaghetti) et le cabot. On pêche dans le lac deux types d'anguilles, la « boccona » et la « martica », plus recherchée et généralement préparée « a brustico », c'est-à-dire sur la braise des joncs qui poussent sur les rives. Le long de la rivière Nera, on dégustera la truite (en papillote, à la truffe), et autour des sources du Clitumno, les écrevisses.

Mais toute la cuisine ombrienne est riche en ingrédients spéciaux. La tradition rurale a enseigné à utiliser une variété surprenante d'arômes, de légumes sauvages et d'herbes des champs : pimprenelle, bieta selvatica, erba bruscia (petite bruyère), camettole, porcacchia, caccialepre, lupari, erba del becco, grespigni, asperges, clématites des haies, srigoli et champignons.

Certaines spécialités sont d'ailleurs très rares, voire uniques et présidées par Slow Food **fagiolina du Trasimène, roveja de Cascia, céleri noir de Trevi, demi-foix de la Haute Vallée du Tibre, « Fava cottora » de l'Amerino.** Nous conseillons, de plus, d'autres produits typiques comme le **haricot de Cave de Foligno** : on ne peut le déguster que pendant la Fête qui lui est consacrée et au cours de laquelle toute la récolte annuelle (peu consistante) est consommée. Il y a ensuite les **oignons de Cannara**, célèbres et appréciés, les **pommes de**

terre rouges de Colfiorito, les cicerchie (sortes de lentilles au goût très relevé, l'**épeautre de Monteleone et de Spolète**, les célèbres **lentilles de Castelluccio di Norcia**, (IGP), le **safran de Cascia et de Città della Pieve**.

Mais la touche de magie est donnée par la **truffe**, objet de désir au parfum intense, ingrédient récurrent de nombreuses recettes. Elle accompagne aussi bien les pâtes, que la viande, les œufs, les volailles, le poisson, les fromages et l'huile d'olive. La truffe abonde en Ombrie, aussi bien la **variété blanche**, très recherchée (*Tuber Magnatum Pico*), que la variété **noire de Norcia** ou de **Spolète** (*Tuber Melanosporum Vittadini*), mais aussi le **scorzone**, qui pousse en été, et le **bianchetto**, ces derniers étant certes moins nobles mais tout aussi attirants. Pour l'économie régionale, la truffe est vitale, étant donné qu'une partie consistante de toute la production nationale se concentre ici. Bien entendu, le **pain** ne manque jamais sur la table en Ombrie, il est cuit selon une grande variété de pâte et de forme, souvent liées à des occasions particulières. Voici donc la « ruota umbra », le pain frit (brustengo) qui accompagne merveilleusement la joue de porc ou le romarin, le pain de Terni, sans sel et croustillant, le pan caciato, le pan nociato et toutes ses variantes (dont nous signalons tout particulièrement celle de Todi). A ne pas manquer, la « torta al testo » (une pâte à base d'eau, de farine, de sel et parfois de levure, cuite sur le testo, une pierre plate brûlante, puis farcie), la pizza de Pâques, une tarte au fromage d'origine paysanne.

Enfin pour terminer, les **desserts** : le torcolo di San Costanzo (une couronne en pâte à pain avec de l'huile d'olive, du cèdre confit, des raisins secs, des pignons de pin et de l'anis), les strufoli (pâte frite avec du miel ou de l'alchermes), le torciglione, les maccheroni aux noix (typiques de la veille de Noël), les tozzetti du pêcheur, les fèves des morts, la rocciata, le panpepato, la crescionda, le pampolenta, les cicale, les lumachelle et la ciaramicola, typique des jours de Pâques à Pérouse.

Pâtes aux truffes



Raisin



Safran





Artisanat.

Produits typiques et bijoux d'atelier. En Ombrie, tous les aspects de la vie de l'homme sont reliés entre eux. Expression de la grande culture médiévale puis Renaissance, l'art et l'artisanat se sont raffinés au fil des siècles à travers des échanges continuels. L'artisanat régional a donc toujours été au-delà de la simple production d'ustensiles nécessaires au quotidien, atteignant des résultats d'une grande valeur esthétique que la tradition, l'étude et la revalorisation constante des méthodes et des instruments ont su maintenir jusqu'à nos jours.

Les célèbres **céramiques de Deruta**. L'origine de cette production remonte aux Etrusques; au Moyen Age, on fabriquait des céramiques d'une grande valeur et l'art de Deruta atteignit l'apogée de sa splendeur à la Renaissance, époque à laquelle il fut admiré et recherché par les nobles de toute l'Europe. Décorations et couleurs raffinées (or, cobalt, vernis blanc) enrichissaient la vaisselle de « grande pompe », ces coupes représentant des personnages féminins avec des inscriptions romantiques (offertes par les hommes à leur bien aimée), et les magnifiques carreaux pour les sols. Après quelques siècles de déclin, la tradition de la céramique a connu une nouvelle phase de prospérité au XXe siècle, avec la création de nombreuses boutiques de céramistes, de l'**istituto d'Arte Ceramica** et du **Museo Regionale della Ceramica**. Ce dernier expose des objets datant du Moyen Age à nos jours, mais la pièce la plus intéressante est le sol en majolique de l'Eglise de San Francesco.

Non loin de là, le village de **Ripabianca** est connu pour les **terres cuites** produites dans le respect des méthodes anciennes (le **Musée de la brique et de la terre cuite de Marsciano** est à visiter).

Gubbio est un autre centre artisanal renommé et reconnu dès le XVIe siècle grâce aux œuvres du Maître Giorgio Andreoli : sa technique du lustre donnait aux objets des reflets métalliques d'un raffinement extrême. Aujourd'hui, de nombreux laboratoires artisanaux ont également une vitrine dans les rues de la ville. On y trouvera ainsi des produits polychromes, des décorations florales et des vases de bucchero, une céramique noire d'origine étrusque.

Gualdo Tadino est un centre de premier ordre également dans la fabrication des céramiques artistiques avec de nombreux ateliers, une tradition qui s'est poursuivie sans interruption depuis le XIIIe siècle. On trouve également le **Centre Céramique Ombrie** et le **Musée de la Céramique Contemporaine** qui a rassemblé toutes les pièces ayant remporté le Concours International de la Céramique, signées par les plus grands céramistes de ces cinquante dernières années.



□ Orfèvrerie



□ Orvieto – Céramique



□ Deruta – Céramique

☐ Meubles de style



☐ Fer battu



☐ Art textile



Orvieto également peut se vanter d'une longue et prestigieuse tradition dans ce secteur, non seulement en tant que centre étrusque mais également en tant que ville située aux confins de la Tuscia médiévale. C'est en effet précisément entre ces deux périodes que l'artisanat céramique a atteint des niveaux artistiques inégalés.

S'il est vrai que la céramique constitue le fleuron de l'artisanat ombrien, il ne faut pas oublier non plus de mentionner les autres vieux métiers qui ont survécu aujourd'hui dans la région. **Gubbio** continue avec orgueil la fabrication du **fer forgé**, confiée à des forgerons adroits et créatifs qui donnent naissance à des grilles, des enseignes, des pièces de monnaie, des clés, des armes. On trouvera ces objets en fer forgé, principalement des instruments décoratifs, des pichets, chenets et moules pour gâteaux, à **Orvieto**, **Cascia**, **Magione** et **Passignano**.

La fabrication des **étoffes** remonte au XIIe siècle et devint par la suite célèbre dans toute l'Europe. Techniques, couleurs et dessins du Moyen Age et de la Renaissance ont été récupérés tels quels par les artisans qui utilisent encore aujourd'hui des métiers en bois. **Pérouse**, **Città di Castello**, (qui abrite la **Collection Textile de «Toile d'Ombrie»**), **Orvieto** et **Montefalco** peuvent se vanter d'une production d'**étoffes** prestigieuses (le meilleur lin d'Italie), décorées avec d'anciens motifs géométriques bleus, rouges et or. Le **Trasimène** est en revanche connu pour ses extraordinaires **dentelles** : sur l'île Maggiore, dentelle d'Irlande et dentelle aux fuseaux ; à Panicale, le tulle brodé à la main selon la prestigieuse *ars panicalensis*. Les **broderies** au « point d'Assise » (ou « point franciscain »), une technique médiévale, existent toujours à **Assise** et à **Città di Castello**. N'oublions pas l'**Ars Wetana d'Orvieto**, une sorte de dentelle irlandaise travaillée au crochet.

En Ombrie, le travail du bois s'est exprimé à deux niveaux : populaire tout d'abord, dans la fabrication d'objets d'utilité courante, et docte, dans la marqueterie que l'on retrouve dans les intérieurs des églises et des palais, entre la Renaissance et le Baroque. Les crèches de Noël en bois

étaient également très caractéristiques, une tradition qui revit aujourd'hui à travers la Crèche Monumentale installée chaque année à Città della Pieve. De nos jours, on pense cependant davantage à restaurer ou à produire des meubles anciens qu'à créer de nouveaux styles : les centres du bois sont **Città di Castello**, **Gubbio**, **Assise**, **Pérouse** et **Todi**, qui compte encore des ébénistes et des sculpteurs.

Le travail du **verre** est pratiqué depuis 800 ans à **Piegara**. C'est là que furent fabriqués les vitraux du Duomo d'Orvieto. Aujourd'hui, les artisans ont été remplacés par les usines, mais il existe un **Musée du Verre** où quelques maîtres verriers perpétuent les techniques anciennes.

A Pérouse, un laboratoire est encore en activité, il produit depuis la moitié du XIXe siècle des vitraux artistiques. La plupart des vitraux du Duomo proviennent de cet atelier. Rappelons également la **tradition typographique de Città di Castello** et de **Foligno**, où se trouve le **Musée de l'Impression**.

Enfin, l'**orfèvrerie** est très vivante en Ombrie et connaît même un certain essor. A **Pérouse**, **Orvieto**, **Torgiano**, **Terni** et **Todi**, il existe des laboratoires, héritiers d'une très longue tradition puisqu'ils ont repris la technique de la granulation d'origine étrusque.

Liée de fait à la tradition et à la culture artisanale, l'Ombrie a développé une activité industrielle de très haute qualité, notamment dans des secteurs aussi variés que l'aérospatiale, la mécatronique, les nouvelles sources d'énergie, la chimie écologique et le design industriel, ou encore la production du **cachemire**. Dans ce dernier domaine, la région compte en effet de nombreuses entreprises leader au niveau international. Ce pôle régional d'excellence constitue un véritable secteur et l'un des plus importants symboles du Made in Italy. Les entreprises engagées dans la recherche, le tissage et la réalisation de produits en cachemire sont plus de cinq cents dans la région, qu'il s'agisse de marques célèbres dans le monde entier ou de petits ateliers artisanaux.



☐ Gubbio – Céramique



L'Ombrie mystique.

Pèlerinage sur les lieux de l'esprit. L'Ombrie, lieu de pèlerinage, est empreinte d'un profond esprit religieux. Terre d'origine de grands saints, elle est célèbre pour avoir donné naissance à Saint François d'Assise, patron d'Italie, à Saint Benoît de Norcia, fondateur de l'ordre bénédictin, et à Saint Valentin, protecteur des amoureux. Parmi les saintes, elle a vu naître Claire d'Assise, fondatrice de l'ordre des clarisses, et Rita de Cascia, la patronne des « causes désespérées ».

Avec l'avènement du Christianisme, l'Ombrie devint une terre de Saints, d'églises, de monastères et de couvents, qui jouèrent un rôle fondamental dans la vie économique et culturelle de la région : la dévotion allait de pair avec l'art. Songeons à la ville d'Assise au XIII^e siècle, à cet extraordinaire laboratoire de foi, d'architecture et de peinture qu'elle était à l'époque.

Dans les siècles précédant la vie de Saint François, d'autres grands Saints avaient déjà semé leurs graines sur ces terres. **Saint Benoît**, le « Saint patron de l'Europe », né à Norcia en 480 en est un exemple. Sa Règle donna d'ailleurs un élan formidable à la diffusion du monachisme. Le très célèbre **Saint Valentin**, patron de la ville de Terni où il naquit en 175 et où son corps martyrisé fut ramené après sa mort. A une époque d'intolérance, il célébra le mariage entre un légionnaire païen et une jeune chrétienne, devenant ainsi le patron des amoureux, fêté le 14 février de chaque année,

lorsque des centaines de couples se promettent amour dans la basilique de la ville. Les nombreuses Saintes comptent notamment **Sainte Claire d'Assise** et **Sainte Rita de Cascia**, aujourd'hui encore très vénérées, ainsi que **Sainte Claire de Montefalco** et la **bienheureuse Angèle de Foligno**. Les lieux de la foi sont d'un très grand intérêt et il serait impossible de tous les décrire mais quelques-uns suffisent pour définir la portée du phénomène (et suggérer quelques excursions). **L'Abbaye de Santa Maria di Sitria** est immergée dans le parc du Mont Cucco et comprend une belle église romane. Dans la Valnerina, **l'Abbaye de Sant'Eutizio**, créée au Ve siècle par les pères spirituels de Saint Benoît. Dans les environs, les **Grottes des Ermites**, d'où part un sentier enchanteur jusqu'à Norcia. Dans **l'Abbaye de San Pietro in Valle** (VIII^e siècle), on pourra admirer des cycles de fresques de style roman, parmi les plus significatifs d'Italie. Entourée par une ancienne forêt de hêtres, **l'Abbaye de Sassovivo** (XI^e siècle) est aujourd'hui le siège de la Communauté Jesus Caritas inspirée par Charles



de Foucauld. Citons encore l'**Ermitage de Santa Illuminata** (XIe siècle) qui attire de nombreux pèlerins pour les **Grottes de Saint François**, et le **Monastère fortifié de San Giacomo** (XIVe siècle), avec de précieuses fresques du XVe siècle. L'Ombrie compte également de nombreux sanctuaires consacrés à la Vierge, tous construits après le Moyen Age, dont le **Sanctuaire de la Madonna dei Bagni**, près de Deruta, remarquable pour ses majoliques ex-votos.

Toutefois, c'est dans les lieux consacrés à **Saint François**, lequel apporta une véritable révolution dans le Christianisme, que se concentre la dévotion (et la curiosité). Aujourd'hui, il est en effet possible de parcourir la vie du Saint à travers un itinéraire suggestif qui part bien entendu d'Assise : la magnifique **Basilique** qui abrite la dépouille du Saint. A côté de l'église, le **Bois de Saint François**, qu'il est aujourd'hui possible de visiter grâce à l'importante œuvre de récupération promue par la F.A.I. (Fonds pour l'environnement Italien) François fut baptisé à la **Cathédrale de San Rufino** et fréquenta une école dont les restes ont été englobés dans la **Basilique de Santa Chiara** qui conserve notamment le crucifix qui lui parla dans le **Couvent de San Damiano**. Ce qui restait de la maison de son père, Pietro di Bernardon, fut en revanche annexé à l'Eglise Nouvelle (Chiesa Nuova). En dehors du centre historique, on rencontre, immergé dans la forêt du Subasio, l'**Ermitage des Carceri** : c'est là que le Saint et ses disciples allaient prier en s'isolant dans les grottes. Le couvent abrite la fameuse Grotte de Saint François avec son lit de pierre. François se rendit également à l'**Abbaye de Vallingegno**, dans l'église de Bovara, à Vecciano, à Montefalco, sur l'île Maggiore (sur le lac du Trasimène), au sanctuaire de Monteluco, à Rovotorto, et à Narni, où il fonda le **Couvent dello Speco**.

Alors qu'il fuyait Assise, il vint se réfugier à Gubbio, dans le Fondaco degli Spadalonga, avant d'appivoiser le loup près de l'église de la Vittorina; l'**Eglise de San Francesco della Pace**, bâtie sur la grotte du loup (qui vécut pendant deux ans en harmonie avec les habitants) conserve le caillou qui scella le pacte de paix entre la bête et le Saint. Sur le Pian dell'Araca de Bevagna, il parla aux oiseaux. Dans la **Cathédrale de Santa Maria degli Angeli** on trouve la **Portioncule**, une minuscule chapelle que Saint François restaura de ses propres mains et où il fonda son ordre, de même que la **Chapelle du Transito**, où il expira le 3 octobre 1226. L'atmosphère mystique est ici très palpable.

Aujourd'hui, Assise s'est faite l'héritière du grand enseignement de Saint François en devenant le symbole de la paix et de l'harmonie : chaque année, une marche est organisée, attirant des milliers de participants du monde entier.

□ Cascia – Sanctuaire de Santa Rita



□ Santa Maria degli Angeli – Basilique



□ Ferentillo – Abbaye de San Pietro in Valle





Eaux.

Sources de pureté, un plongeon dans le bien-être. L'Ombrie et l'eau : ce n'est certes pas la première association d'idées qui vient à l'esprit lorsque l'on considère les caractères typiques de la Région. Et pourtant, l'Ombrie est une terre extrêmement riche en eaux qui jaillissent de sources souvent chantées et célébrées depuis l'antiquité. Eaux très pures à boire, thermalisme et centres de bien-être modernes, aménagés, qui permettent de faire de l'Ombrie le lieu idéal pour qui souhaite régénérer corps et esprit à l'enseigne du relax.

Sur le territoire régional, on trouve **17 sources** d'eaux minérales qui sont mises en bouteilles, avec 21 célèbres marques commercialisées dans le monde entier. Un patrimoine considérable au point de pousser l'Ombrie à l'identifier avec un label régional spécifique. A titre d'exemple, sources ou localités avec des noms renommés comme Sangemini, Nocera Umbra, San Faustino, Fonte Tullia, Fonte Angelica (ou Acqua Santa), Rocchetta, Sassovivo et Tione, font désormais partie du vécu quotidien de générations entières.

La plupart des sources d'eau avec des caractéristiques oligominérales sont situées dans la région dorsale des Apennins, dans les communes de **Scheggia-Pascelupo, Gualdo Tadino, Nocera Umbra, Foligno, Sellano, Cerreto de Spolète et Gubbio**.

A l'abri des massifs carbonates des Monts Martani, en plus d'autres sources d'eau oligominérales, nous trouvons les eaux moyennes-minérales effervescentes naturelles dans les communes de **Massa Martana, Sangemini et Acquasparta**. D'autres importantes sources sont situées dans les territoires de **Montecastelli et Spello**. La source située dans les ensembles volcaniques de la commune d'**Orvieto** complète le tableau des eaux oligominérales.

Non loin de là, les eaux thermales de **Parrano** surgissent du sol à une température d'environ 30°.

L'Ombrie peut vanter aussi un patrimoine d'eaux reconnues utilisables pour un usage thermal et thérapeutique.

Les plus connues sont sûrement les **Thermes de Fontecchio** à Città di Castello, où Plinio le Giovane portait sa splendide femme Calpurnia. Au Moyen Age, les sources étaient protégées par un par un édit qui prévoyait la peine de mort pour les personnes qui les avaient polluées. Aujourd'hui on y pratique de diverses cures thermales et des cycles de réhabilitation.

Le complexe des **Thermes Franciscain de Spello** vaut véritablement le coup d'œil : un grand parc enrichi par différentes sources d'eaux sulfureuses et un très joli lac qui ajoute une touche chorégraphique à l'ensemble. En plus des cures thermales, le centre offre la possibilité de pratiquer différentes activités sportives.

De plus, il faut signaler, les bénéfiques eaux sulfureuses des **Thermes de Ramici**, parc avec le même nom, dans le territoire de **Lugnano en Teverina**. Enfin, le choix de **centres wellness** modernes et très équipés est particulièrement vaste. Ils sont intégrés dans des structures de grand *charme* souvent situées dans la splendide campagne d'Ombrie, au sommet de villes d'art et de bourgs médiévaux. Le mode le plus adapté pour passer des vacances relaxantes mais aussi riches en stimulations et en suggestions.

Campello sul Clitunno – SourcesClitunno



Città di Castello – Thermes de Fontecchio



Renseignements.

IAT DI PERUGIA

(Comuni di Perugia, Corciano, Deruta, Torgiano)
Loggia dei Lanari
P.zza Matteotti, 18 - 06121 Perugia

Tel. 075 5736 458 - 075 577 2686
Fax. 075 5720 988
info@iat.perugia.it
iat@comune.perugia.it
www.perugia.regioneumbria.eu
http://turismo.comune.perugia.it

IAT Infopoint Porta nuova

c/o Centro Commerciale Metropolis
Stazione Minimetra
Piazzale Umbria Jazz
Pian di Massiano Perugia
Tel. 075 505 8540

IAT DI TERNI

(Comuni di Terni, Acquasparta, Arrone, Calvi dell'Umbria, Ferentillo, Montefranco, Narni, Otricoli, Polino, San Gemini, Stroncone)
Via Cassian Bon, 4 - 05100 Terni

Tel. 0744 423 047 - Fax. 0744 427 259
info@iat.terni.it
www.terni.regioneumbria.eu
www.marmore.it

IAT DI AMELIA

(Comuni di Amelia, Alviano, Attigliano, Avigliano Umbro, Giove, Guardia, Lugnano in Teverina, Montecastrilli, Penna in Teverina)
Via Roma, 2 - 05022 Amelia

Tel. 0744 981 453 - Fax. 0744 981 566
info@iat.amelia.tr.it
www.amerino.regioneumbria.eu

IAT DI ASSISI

(Comuni di Assisi, Bastia Umbra, Bettona, Cannara)
P.zza del Comune, 22 - 06081 Assisi

Tel. 075 813 8680 - Fax. 075 813 8686
info@iat.assisi.pg.it
www.assisi.regioneumbria.eu

IAT DI CASCIA

(Comuni di Cascia, Cerreto di Spoleto, Monteleone di Spoleto, Norcia, Poggiodomo, Preci, Sant'Anatolia di Narco, Scheggino, Vallo di Nera)
Via Giovanni da Chiavano, 2 - 06043 Cascia

Tel. 0743 71 147 - 0743 71 401
Fax. 0743 76 630
info@iat.cascia.pg.it
www.valnerina.regioneumbria.eu

Ufficio Informazioni di Norcia

Piazza San Benedetto, 1 - 06046 Norcia
Tel. 0743 82 8173 - Fax. 0743 824 962
info@comune.norcia.pg.it
turismo@comune.norcia.pg.it
www.valnerina.regioneumbria.eu

IAT DI CASTIGLIONE DEL LAGO

(Comuni di Castiglione del Lago, Città della Pieve, Magione, Paciano, Panicale, Passignano sul Trasimeno, Piegara, Tuoro sul Trasimeno)
P.zza Mazzini, 10 - 06061 Castiglione del Lago

Tel. 0759 652 484 - 0759 652 738
Fax. 0759 652 763
info@iat.castiglione-del-lago.pg.it
www.trasimeno.regioneumbria.eu
www.lagotrasimeno.net

IAT DI CITTÀ DI CASTELLO

(Comuni di Città di Castello, Citerna, Lisciano Niccone, Monte Santa Maria Tiberina, Montone, Pietralunga, San Giustino, Umbertide)
P.zza Matteotti
06012 Città di Castello

Tel. 0758 554 922 - Fax. 0758 552 100
info@iat.citta-di-castello.pg.it
www.cittadicastello.regioneumbria.eu

Ufficio Informazioni di Umbertide

Via Cibo, 26 - 06019 Umbertide
Tel. e Fax. 0759 417 099

IAT DI FOLIGNO

(Comuni di Foligno, Bevagna, Gualdo Cattaneo, Montefalco, Nocera Umbra, Sellano, Spello, Trevi, Valtopina)
C.so Cavour, 126 - 06034 Foligno

Tel. 0742 35 4459 - 0742 354 165
Fax. 0742 34 0545
info@iat.foligno.pg.it
www.foligno.regioneumbria.eu
www.comune.foligno.pg.it
www.turismovalleumbria.it

IAT DI GUBBIO

(Comuni di Gubbio, Costacciaro, Fossato di Vico, Gualdo Tadino, Scheggia, Sigillo, Valfabbrica)
Via della Repubblica, 15 - 06024 Gubbio

Tel. 0759 220 693 - Fax. 0759 273 409
info@iat.gubbio.pg.it
www.gubbio-altochiascio.regioneumbria.eu

IAT DI ORVIETO

(Comuni di Orvieto, Allerona, Baschi, Castel Giorgio, Castel Viscardo, Fabro, Ficulle, Montecchio, Montegabbione, Monteleone di Orvieto, Parrano, Porano, San Venanzo)
P.zza Duomo, 24 - 05018 Orvieto

Tel. 0763 341 772 - Fax. 0763 344 433
info@iat.orvieto.tr.it
www.orvieto.regioneumbria.eu

IAT DI SPOLETO

(Comuni di Spoleto, Campello sul Clitunno, Castel Ritaldi, Giano dell'Umbria)
P.zza della Libertà, 7 - 06049 Spoleto

Tel. 0743 218 621/20 - Fax. 0743 218 641
info@iat.spoleto.pg.it
www.spoleto.regioneumbria.eu
www.visitspoleto.it

IAT DI TODI

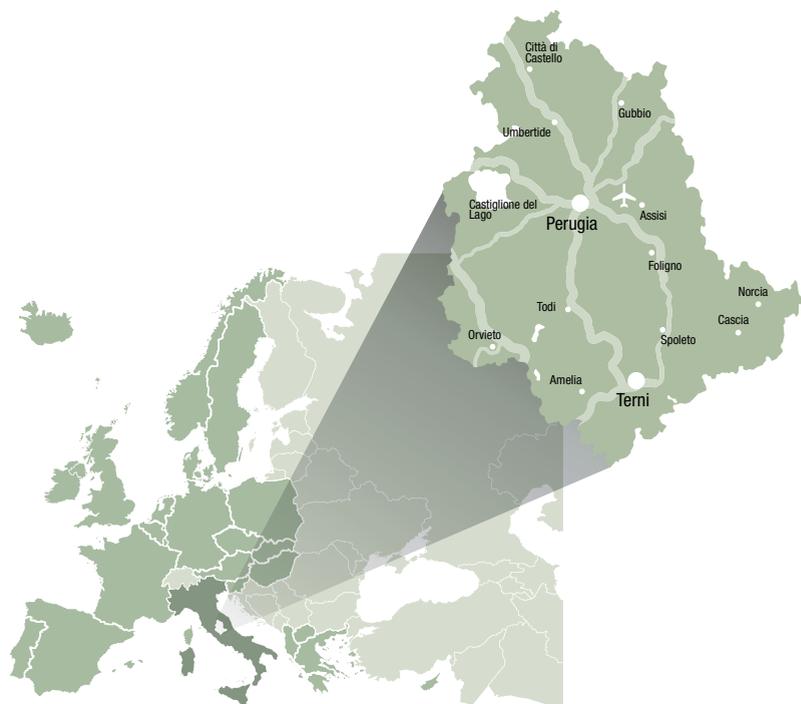
(Comuni di Todi, Collazzone, Fratta Todina, Marsciano, Massa Martana, Monte Castello di Vibio)
P.zza del Popolo, 38/39 - 06059 Todi

Tel. 0758 945 416 - 0758 956227
Fax. 0758 942 406
info@iat.todi.pg.it
www.todi.regioneumbria.eu
www.comune.todi.pg.it





www.regioneumbria.eu



Impressioni: Dimensione Grafica PG

Servizio Turismo e Promozione Integrata © 2012 Regione Umbria



Umbria

découvre l'art de vivre



Ombrie, le coeur vert de l'Italie

A la découverte de l'Ombrie