Via Francigena en liberté : De Sienne à Bolsena

ITALIE - TOSCANE

La Via Francigena (voie des Francs), est un ancien chemin de pèlerinage qui mène vers Rome vers la tombe de l'Apôtre Pierre (premier pape de l'histoire de la chrétienté) . Son axe principal fut défini en 990 par Sigeric, un archevêque de Canterbury. Son tracé relie Canterbury en Angleterre, à travers la France, puis la Suisse, et enfin l'Italie jusqu'à Rome. Sur cette partie de l'itinéraire, vous découvrirez la ville de Sienne et les célèbres paysages de la Toscane du Sud.

7 jours / 6 nuits
5 jours de randonnée

1 à 15 personnes

Itinérant

★★

Hôtel - Chambres d'hôtes

Code : 1122

LES POINTS FORTS :

- Découverte de la Toscane et de ses paysages à travers collines et villages typiques
- Sienne, une ville qui regorge de merveilles culturelles
- Traces GPX fournies

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : SIENNE

Arrivée à Sienne dans l'après-midi. Visite libre de Sienne et ses nombreux édifices dont le Duomo, la Piazza del Campo, le baptistère San Giovanni, l'Ospedale Santa Maria della Scala, la tour del Mangia ou encore le palais Pubblico. Dîner libre et nuit en hôtel à Sienne.

JOUR 2 : SIENNE - LUCIGNANO

Au départ de l'hôtel suivez les indications du topo guide pour sortir de la ville. La sortie de Sienne se fera par la Porta Romana. Vous pourrez ensuite remarquer la différence frappante entre la campagne de Toscane du sud et celle du nord lorsque vous marcherez le long d'une petite route paisible. La halte de cette étape se fera à Lucignano d'Arbia. Dîner et nuit à l'hôtel.

- 5h de marche, 18km, +250m / -400m de dénivelé

JOUR 3 : LUCIGNANO - BUONCONVENTO

Cette étape est relativement courte. Après être passé à Quinciano vous parviendrez au gros bourg de Buonconvento. Si vous le souhaitez, l'après-midi, vous pourrez aller en taxi à l'abbaye de Monte Oliveto Maggiore, et son célèbre cloître décoré de fresques. Retour à pied à Buonconvento. Dîner et nuit à l'hôtel.

- 3h de marche, 12 km, +140m / -180m de dénivelé

JOUR 4 : BUONCONVENTO - SAN QUIRICO D'ORCIA

Depuis le joli village de Buonconvento, vous sillonnerez les crêtes jusqu'à Torrenieri pour arriver à proximité de San Quirico d'Orcia, vous apercevrez la ville sur le sommet d'une colline. Il s'agit d'une étape très importante pour les pélerins de la Via Francignena. Dîner et nuit à l'hôtel.

- 6h de marche, 23km, +550m / -300m de dénivelé

JOUR 5 : SAN QUIRICO - BAGNI SAN FILIPPO

Au départ de San Quirico d'Orcia, vous passerez à Bagni Vignoni, petit village thermal, et marcherez sur une petite route goudronnée jusqu'à Gallina. À partir de là, vous emprunterez un sentier à travers la campagne pendant quelques kilomètres. Une fois de retour sur la Via Cassia vous bifurquerez vers Bagni San Filippo, village thermale où votre halte est prévue. Nuit dans un agriturismo à quelques kilomètres du village, vous dinerez dans un restaurant à Bagni San Filippo (transfert inclus, vous serez amenés par votre hébergeur).

- 6h30 de marche, 26km, +670m / -550m de dénivelé

JOUR 6 : BAGNI SAN FILIPPO - PONTE A RIGO - ACQUAPENDENTE

Petit transfert en taxi (inclus) jusqu'à Ponte a Rigo. Fini la Toscane, et bienvenue dans le Latium. Il vous faudra ensuite longer la SS2 pour arriver à Acquapendente, ville datant du Moyen-Age et ayant conservé certaines bâtisses d'époque. Dîner et nuit à l'hôtel.

- 6h de marche, 23km, + 250m / -150m de dénivelé

JOUR 7 : ACQUAPENDENTE - BOLSENA

Toute cette étape s'effectue sur des chemins de terre à travers la campagne du Latium. Après avoir passé San Lorenzo Nuovo, vous pourrez apercevoir le magnifique Lac de Bolsena. Vous suivrez ensuite un itinéraire sinueux entre les plantations avant d'arriver à la charmante ville de Bolsena. Récupération de vos bagages à Bolsena et fin du séjour.

- 6h de marche, 23km, +280m / -360m de dénivelé

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.

- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...).

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

- Nuit supplémentaire en nuit et petit déjeuner en chambre double à Sienne : 60€ par personne
- Nuit supplémentaire en nuit et petit déjeuner en chambre double à Bolsena : 60€ par personne

PERSONNALISER SON VOYAGE :

Un autre séjour existe dans cette même région : Via Francigena en liberté : De Bolsena à Rome

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Régulier

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.

NIVEAU TECHNIQUE :

Aucune difficulté terrain particulière.

ENCADREMENT :

Vous randonnez en autonomie avec votre topoguide, sans accompagnateur.

TOPO : DOSSIER DE VOYAGE :

Votre topo (dossier de voyage) vous sera envoyé par courrier environ 1 mois avant votre départ : il récapitulera les contacts utiles et le détail de votre programme jour par jour, ainsi que les points de RV et d'accès à vos hébergements. Votre questionnaire de satisfaction y sera aussi présent. Sur certains séjours, vous y trouverez également une ou plusieurs carte IGN. Un seul topo est imprimé et envoyé par groupe. Possibilité d'envoi de plusieurs topos (avec supplément). En cas de réservation de dernière minute ou d'adresse à l'étranger, votre topoguide sera envoyé au premier hébergement de votre séjour et vous sera remis à votre arrivée sur place.

HÉBERGEMENT :

Hôtels 2* et 3* et chambres d'hôtes.

RESTAURATION :

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis vers 8h. Si vous désirez prendre votre petit déjeuner plus tôt, voir avec l'hôtelier la veille si cela est possible. Les dîners sont en général servis à partir de 19h30 ; ils sont composés la plupart du temps du menu du jour. Pas de choix de menu dans la majorité des hébergements sauf avec un supplément (à votre charge). Les boissons ne sont pas comprises dans la demi-pension.

Les paniers repas du midi ne sont pas inclus dans notre prestation. Vous pouvez les commander directement la veille à l'hôtelier (à payer sur place, de 7 à 11 € par personne selon les établissements) ou les acheter dans les villages, aux commerces existants.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

GROUPE :

A partir d'un participant (avec suppléments).

RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 dans l'après midi à votre hôtel à Sienne.

DISPERSION :

Le jour 7 à Bolsena après récupération de vos bagages.

MOYENS D'ACCÈS :

EN VOITURE

Vous pouvez consulter votre itinéraire sur le site : www.viamichelin.com

EN TRAIN

Renseignements auprès de la SNCF au 36 35 ou sur le site www.voyages-sncf.com
- Gare d'accès : Sienne
- Gare de dispersion : Bolsena

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les jours du 03/04 au 29/10.

- Formule avec transport des bagages : 845€
- Formule sans transport des bagages : 745€

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -3%
Nous vous accordons une remise de 3%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!). Elle est calculée sur le prix de votre séjour, hors suppléments et hors taxes. Elle est non cumulable avec d'autres réductions.

Remise FFRP
Afin d'encourager le développement de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur le prix du séjour à tous les adhérents licenciés de la FFRandonnée. Mêmes conditions que la remise fidélité.

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'hébergement : 6 nuits en hôtels et/ou chambres d'hôtes,
- La demi-pension (vin et boissons non compris) (sauf le dîner à Sienne le J1),
- Le topo-guide de la randonnée (1 pour 1 à 4 personnes),
- Le transport des bagages selon formule,
- Le transfert jusqu'à Ponte a Rigo,
- Le transfert aller/retour pour le dîner du J5 à Bagni San Filippo.

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance,
- Le transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion,
- Les repas de midi et le dîner à Sienne,
- Les boissons et dépenses personnelles,
- Les transferts en transport en commun ou taxi si vous souhaitez raccourcir des étapes,
- Les frais d'inscription éventuels,
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.
- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

- Supplément chambre individuelle : +180€
- Supplément 1 seul participant : +195€

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).
Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitions également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :
- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.
Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.
Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)
- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible)
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.

MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café… pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc…)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo, jumelles (facultatif)

PHARMACIE :

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à échardes (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :
- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte Européenne d'assurance maladie

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.
- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.

INFORMATIONS DESTINATION

HISTOIRE :

La via Francigena (pouvant se traduire par la « voie qui vient de France ») est un réseau de routes et chemins empruntés par les pèlerins venant de « France » (aussi bien l'actuel pays de France que le sud de l'Allemagne longtemps
considéré comme « le pays des Francs ») pour se rendre à Rome. Il serait trop restrictif de l'identifier au seul itinéraire de Sigéric, archevêque de Canterbury, qui effectua le trajet en 990 et en laissa la description dans un document qui récapitule ses 80 étapes, lors du voyage de retour depuis la « ville éternelle » jusqu'au siège de son évêché. Toutefois, le voyage de Sigéric permet de donner un visage aux millions de pèlerins qui se sont rendus à Rome depuis les différentes provinces françaises.
À l'instar du chemin de Compostelle, c'est une importante voie de pèlerinage médiévale qui a été récemment l'objet d'études, d'un balisage et d'une reconnaissance en 2004 par le Conseil de l'Europe comme « grand itinéraire culturel du Conseil de l'Europe »1.

La via Francigena inclut notamment, à rebours, le chemin de Saint-Jacques des Italiens (permettant d'atteindre la via Tolosana ou la via Gebennensis). Prolongée au-delà de Rome, la via Francigena du Sud permet d'atteindre le sanctuaire de Monte Gargano à Monte Sant'Angelo (par la via Micaelica) et les ports d'embarquement apuliens vers la Terre sainte. « Tous les chemins mènent à Rome » : il n'y avait pas d'itinéraire unique pour se rendre au tombeau de saint Pierre dans la basilique Saint-Pierre du Vatican à Rome. C'était avec celui de Jérusalem (lieux saints : Bethléem, Saint-Sépulcre, etc. : les pèlerins étaient appelés « paulmiers ») et celui de Compostelle (tombeau de Saint Jacques : les pèlerins étaient appelés « jacquets »), l'un des trois grands pèlerinages chrétiens. Les pèlerins de Rome étaient appelés « roumieux » ou « romées » (d'où le prénom italien Romeo).

Un des itinéraires importants est matérialisé par le tracé du voyage entrepris en 990 par Sigéric de Canterbury, archevêque de Canterbury (primat de l'Église d'Angleterre), qui se rendit à Rome afin d'y rencontrer le pape et recevoir le pallium des mains du pape Jean XV. Sigéric décrit précisément les 80 étapes de son itinéraire dans un texte qui nous est parvenu. Le parcours compte près de 1 700 kilomètres à partir de Cantorbéry.

À l'initiative de la Toscane et sous l'égide du Ministère italien de la culture, un projet regroupant plusieurs régions d'Italie travaille à une revitalisation du parcours, sur le modèl du pèlerinage de Saint-Jacques de Compostelle. La via Francigena n'est pas identifiable par un symbole aussi connu que la coquille de Saint-Jacques-de-Compostelle. En l'absence de signalétique officielle, le balisage peut revêtir diverses formes selon les pays mais intègre habituellement la figure d'un pèlerin.

NOUS CONTACTER

En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**

infos@cheminsdusud.com

57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS
Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h

www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 18/01/2023