### 

***Con il patrocinio di***

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

****

**10-11 maggio 2025**

**UMBRIA, CAPOFILA DI PROGETTO,**

**PROTAGONISTA DI “CAMMINI APERTI: EDIZIONE SPECIALE 2025”,**

**IL PIÙ GRANDE EVENTO NAZIONALE DEDICATO AI CAMMINI**

**Nel magnifico territorio umbro coinvolti le Vie e i Cammini di San Francesco, le Vie e Cammini Lauretani e il Cammino di San Benedetto, cammini giubilari che toccano luoghi suggestivi e aree verdi piene di incanto**

**9 escursioni gratuite e l’apertura speciale della Cripta della Basilica di San Benedetto a Norcia**

**L’ex nuotatore Filippo Magnini**, **plurimedagliato mondiale e bronzo olimpico nel 2004, presente il 10 maggio all’escursione ad anello in partenza dal lungolago di Passignano sul Trasimeno**

Chi non ha mai provato la bellezza di seguire un cammino, ma desidera **sperimentare l’effetto che fa** viaggiare a piedi, il **10 e l’11 maggio** potrà soddisfare questa curiosità iscrivendosi a una delle **escursioni** **gratuite** di **Cammini Aperti: Edizione Speciale 2025**, evento che vedrà l’**Umbria protagonista assoluta**, permettendo ai partecipanti di vivere una giornata di scoperta primaverile lontana dalle grandi folle, tra **piccoli borghi**, **gioielli artistici di grande valore** e **aree verdi incontaminate**.

Giunta alla **seconda edizione** dopo il **grande successo** dello scorso anno, l’iniziativa **Cammini Aperti**, nata per promuovere la bellezza unica dei cammini nazionali, è frutto di un **accordo di collaborazione tra il Ministero del Turismo** e **la Regione Umbria**, capofila del progetto, **patrocinato** quest’anno dalla **Conferenza delle Regioni e Province autonome** e da **Sport e Salute S.p.A.**, che contribuirà a rafforzare la promozione dell'evento con diverse azioni, tra cui figura l’invito di **leggende dello sport italiano** come l’**ex nuotatore Filippo Magnini**, **plurimedagliato mondiale e bronzo olimpico ad Atene 2004**: in **Umbria** prenderà parte il **10 maggio** all’escursione **ad anello**, **con una particolare attenzione per l’accessibilità**, **in partenza dal lungolago di Passignano sul Trasimeno**

**Cammini Aperti: Edizione Speciale 2025**, oltre all’**Umbria** capofila, coinvolge anche **Emilia-Romagna**, **Lazio**, **Marche** e **Toscana**, con i cammini giubilari **Cammini e Vie di San Francesco**, **Vie e Cammini Lauretani** e **Cammino di San Benedetto** al centro della manifestazione, valorizzati attraverso una strategia e una narrazione condivise tra tutte le Regioni.

**Sostenibilità**, **accessibilità** e **spiritualità** i valori cardine dell’evento, con un supporto fondamentale di realtà come il **Club Alpino Italiano**,impegnato nella messa a punto delle escursioni accessibili e delle escursioni legate al tema della sostenibilità; **Fish** (Federazione Italiana per i Diritti delle Persone con Disabilità e Famiglie),cheha offerto un **prezioso supporto metodologico** per la definizione dei requisiti di accessibilità, redigendo anche un vademecum, e per la **formazione di base per le guide ambientali escursionistiche** coinvolte nella conduzione dei cammini; **FederTrek**, che si occuperà di garantire un’**esperienza** rispettosa delle diverse **necessità dei partecipanti con disabilità**,e la **Rete Nazionale Donne in Cammino**: con la presenza di alcune sue ambassador, porterà uno sguardo attento all'inclusione e alla valorizzazione del mondo femminile, collegandosi al tema della spiritualità, declinata, attraverso il cammino, come pratica di riflessione, connessione interiore e crescita.

*“I Cammini umbri rappresentano autentici viaggi dell'anima, dove spiritualità, storia e natura si fondono in un'offerta turistica unica. Non semplici tracciati religiosi, ma vere infrastrutture verdi per un turismo slow che coniuga sostenibilità e sviluppo locale. Con ‘Cammini Aperti’ - progetto nazionale che ci vede capofila con 9 eventi su 27 - dimostriamo come la collaborazione tra Istituzioni e territorio possa creare esperienze innovative. Il 10 e l’11 maggio porteremo alla scoperta delle nostre bellezze con un focus su accessibilità e inclusione, in sintonia con lo spirito del Giubileo e dell'ottavo centenario del Cantico delle Creature. Come Regione stiamo lavorando all'istituzione di un Circuito Regionale dei Cammini: un riconoscimento ufficiale con standard qualitativi e promozione condivisa. Perché questi itinerari sono asset strategici che richiedono una governance multilivello, unica via per garantire sviluppo sostenibile e tutela del paesaggio. Il 37% degli italiani sogna un turismo lento: noi trasformiamo questo desiderio in realtà. Mettersi in cammino oggi è un atto rivoluzionario. Si parte per curiosità o devozione, ma si arriva sempre a una trasformazione interiore. L'Umbria, con i suoi itinerari ed un patrimonio unico di bellezza e cultura, è il palcoscenico perfetto per questa crescita. Qui ogni sentiero racconta una storia, ogni passo rigenera, e l'ospitalità dei borghi fa sentire a casa. Non è solo un viaggio: è un ritorno alle radici più autentiche”*, commenta Simona Meloni, Assessore al Turismo della Regione Umbria.

**Nove emozionanti escursioni e l’apertura di un luogo speciale come la Cripta dell’Basilica di San Benedetto a Norcia**

Le suggestive escursioni in area umbra **interesseranno i tratti regionali** delle **Vie e i Cammini di San Francesco**, delle **Vie e Cammini Lauretani** e del **Cammino di San Benedetto**. La scelta spazierà tra nove proposte (tre per cammino), di cui una con un focus sull’accessibilità. **Tutte saranno accompagnate da guide ambientali escursionistiche**, associate a realtà di riferimento come AIGAE (Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche) e LAGAP (Libera Associazione Guide Ambientali-Escursionistiche Professioniste), cheillustreranno i territori attraversati e condivideranno consigli preziosi sulla preparazione e l'attrezzatura necessarie. **Per l’iscrizione gratuita è stato creato il portale dedicato** <https://www.italia.it/it/viaggio-italiano/cammini-aperti>, dove sono presenti descrizioni e informazioni tecniche sulla lunghezza dei tracciati, compresa tra 5 e 12 chilometri, e il dislivello, mai superiore ai 300 metri, ideali per una **prima volta in cammino** (la difficoltàdei percorsi è Turistica o Escursionistica, seguendo la classificazione del CAI).

Sul portale sarà presente anche la **novità del 2025**: l’**apertura straordinaria di alcune** **gemme nascoste** dell’immenso patrimonio culturale e spirituale italiano, solitamente non visitabili dal pubblico. **Quella umbra**, il **10 maggio**, permetterà di accedere, con **la presenza delle** **guide turistiche e del Responsabile dei lavori di restauro**, a un luogo di grande suggestione, come la **cripta a tre navatelle** della **Basilica di San Benedetto a Norcia**: risalente quasi certamente all’età alto-medievale, ma ricostruita nel 1349, è tradizionalmente riconosciuta come luogo natale di San Benedetto e Santa Scolastica, nati nel 480. Esperienza promossa dalla**Regione Umbria**in collaborazione con **Eni,** che partecipa al progetto di ricostruzione della Basilica di San Benedetto con l’esecuzione del secondo lotto dei lavori, grazie ad un accordo di sponsorizzazione tecnica con il **Ministero della Cultura**, il **Commissario Straordinario**per la ricostruzione dei territori delle regioni **Abruzzo**, **Lazio, Marche e Umbria** e **l’Arcidiocesi di Spoleto-Norcia**. Descrizione della Basilica in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/perugia/cosa-fare/evento-luoghi-simbolici-umbria-norcia](http://www.italia.it/it/umbria/perugia/cosa-fare/evento-luoghi-simbolici-umbria-norcia)

**Escursioni del 10 maggio:**

**Percorso ad anello, con una particolare attenzione all’accessibilità, in partenza dal lungolago di Passignano, sulle Vie e Cammini Lauretani. In cammino anche l’ex campione di nuoto Filippo Magnini - (10,2 km, dislivello in metri: +196/-196, grado di difficoltà (E) escursionistico)**

Un’esperienza di lentezza e meraviglia, seguendo un anello che partirà dal lungolago di Passignano sul Trasimeno, pittoresco borgo affacciato sull’acqua come un piccolo presepe di pietra. Dopo aver attraversato il centro storico, l’itinerario si inoltrerà verso l’entroterra, raggiungendo Cerqueto, tra strade bianche, sentieri panoramici e paesaggi rurali che custodiscono il respiro antico della Via Lauretana. Percorso con uno sguardo all’inclusività pensato per essere accessibile anche a persone con disabilità, dove il vero protagonista sarà il paesaggio e la vera meta il presente condiviso nel ritmo lento del gruppo. Per tutte le informazioni riguardanti la disabilità: [accessibilita@camminiaperti.net](mailto:accessibilita@camminiaperti.net). Descrizione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-9](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-9)

**Percorso ad anello tra gli olivi del Subasio sulle Vie e Cammini Lauretani. In cammino anche Erminia Battista, ambassador delle “Rete Nazionale Donne in Cammino” - (7 km, dislivello in metri: +280/-280, grado di difficoltà (T) facile in parte, (E) escursionistico in parte)**

Un paesaggistico itinerario ad anello, legato al tema della spiritualità, con partenza e arrivo a Capodacqua di Assisi, borgo alle pendici del Monte Subasio. Il percorso si snoderà tra oliveti, sentieri storici e panorami sulla Valle Umbra, con scorci che abbracciano luoghi simbolo della spiritualità francescana come il Santuario di Rivotorto, dove è presente il Tugurio, e tappe piene di suggestione come quella presso la Fonte Malvarina. Un anello paesaggistico e spirituale tra natura, fede e paesaggio, nel cuore dell’Umbria più autentica. All’esperienza prenderà parte anche l’ambassador della “Rete Nazionale Donne in Cammino Erminia Battista”, ex dirigente medico, ideatrice di “Pedibus del Ben Essere”, modello innovativo di promozione della salute. Condividerà il racconto del suo percorso di vita e di lavoro in cui il camminare ha generato salute e relazioni di comunità. Descrizione escursione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-6](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-6)

**Percorso ad anello, sulle Vie e i Cammini di San Francesco: il borgo di Arrone e il suo Monte (6,5 km, dislivello in metri: +300/-300, grado di difficoltà (T) facile)**

Un itinerario ad anello nel cuore della Valnerina ternana, tra le pieghe silenziose dell’Umbria meridionale, con partenza e arrivo ad Arrone, borgo fortificato, le cui mura raccontano secoli di storia. Dopo aver costeggiato il fiume Nera e attraversato il piccolo abitato di Palombare, ci si fermerà per una pausa di ristoro all’azienda Bartolini, tra i sapori genuini della valle, prima di salire sul Monte di Arrone e rientrare al punto partenza. Un itinerario incantato, legato al tema della spiritualità, tra natura, tesori agricoli e tradizioni umbre. Descrizione in dettaglio:[www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-arrone](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-arrone)

**Percorso ad anello, sul Cammino di San Benedetto, lungo i sentieri tra Cascia e Norcia, (9,4 km, dislivello in metri: +450/-450, grado di difficoltà (T) facile in parte, (E) escursionistico in parte)**

Tracciato ad anello, lungo il tratto del cammino di San Benedetto, che da Norcia risale verso Cascia, emblematico del tema della sostenibilità: punto di partenza e rientro, il borgo semplice e autentico di Fogliano di Cascia. L’itinerario porterà sul Monte Frènfano, dove si apriranno scorci spettacolari su Cascia e le catene montuose della zona, prima di proseguire tra boschi, carrarecce e borghi silenziosi come Manigi e la località della Colonnetta, punto di ristoro con un fontanile. Un’esperienza di connessione profonda tra il proprio io e qualcosa di superiore, a stretto contatto con la natura e paesaggi unici. In programma anche un momento conviviale, con l’offerta a tutti i camminatori di un piccolo ristoro pellegrino. Descrizione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-7](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-7)

**Escursioni dell’11 maggio:**

**Percorso ad anello, sulle Vie e i Cammini di San Francesco, camminando tra botanica e spiritualità: da Villa Montesca di Città di Castello verso l’Eremo del Buon Riposo - (8 km, dislivello in metri: +280/-280, grado di difficoltà (E) escursionistica facile)**

La suggestiva escursione legata al tema della spiritualità partirà da Villa Montesca (di cui in via straordinaria saranno aperti alcuni spazi), elegante dimora ottocentesca alle porte di Città di Castello, immersa in un parco ricco di specie rare (unicum in Umbria, per varietà). Dal giardino si snoderà tra i colli boscosi e i castagneti attorno alla città fino al cuore dell’Alta Valle del Tevere, raggiungendo l’Eremo del Buon Riposo: uno dei primi insediamenti dei frati minori, profondamente legato alla semplicità e al raccoglimento francescani. Sarà eccezionalmente aperto ai partecipanti, che da qui torneranno al punto di partenza. Descrizione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-8](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-8)

**Percorso ad anello, sulle Vie e i Cammini di San Francesco, tra i luoghi del Santo: spiritualità, storia e natura nei dintorni di Spoleto (9 km, dislivello in metri: +420/-420, grado di difficoltà (E) escursionistica impegnativa)**

Un itinerario ad anello nei dintorni di Spoleto, tra memoria spirituale e paesaggi umbri, che toccherà alcuni dei luoghi più emblematici legati alla vita del Poverello. La partenza sarà dal centro storico spoletino, con tappa alla cappella delle reliquie nel Duomo, dove si conserva la lettera autografa di San Francesco a Frate Leone. Il cammino proseguirà verso la Chiesa di San Simone e il Ponte delle Torri, fino a salire sul Monteluco e attraversare il bosco sacro, luogo di silenzio e meditazione accanto al convento francescano. Dopo la pausa pranzo (al sacco o con menù convenzionato), si avanzerà sul sentiero di Sant’Antimo, per poi rientrare al punto di partenza. Nel primo pomeriggio è prevista una visita guidata al Convento di San Francesco a Monteluco. Descrizione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-2-spoleto](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-2-spoleto)

**Percorso ad anello, sul Cammino di San Benedetto, tra i sentieri di Monteleone di Spoleto - (11,65 km, dislivello in metri: +300/-300, grado di difficoltà (T) facile in parte, (E) escursionistico in parte)**

Escursione ad anello, legata al tema della sostenibilità, che unisce archeologia, tradizione contadina, natura e spiritualità benedettina. La partenza sarà dal Piccolo Museo della Biga etrusca di Monteleone di Spoleto (conservata al Metropolitan Museum di New York) – con visita guidata e successivo incontro con la famiglia locale che trovò il reperto - per proseguire poi lungo un tratto del Cammino di San Benedetto, nel punto in cui si intreccia con l’antica Via Lauretana. Dopo aver attraversato il Colle del Capitano, un anello attorno al Monte Pizzorro regalerà poetici scorci su paesaggi agricoli, pascoli e boschi che inviteranno alla lentezza e alla contemplazione. Al termine, visita dell’Ostello 499, nella frazione di Ruscio, esempio di rigenerazione rurale e simbolo di accoglienza lungo i grandi cammini spirituali. All’ostello, momento conviviale, con gustosi panini e bevande per i camminatori. Descrizione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-3-25](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-3-25)

**Percorso ad anello, sulle Vie e Cammini Lauretani, tra gli Altopiani Plestini, nel cuore del Parco Regionale di Colfiorito - (12 km, dislivello in metri: +300/-300, grado di difficoltà (T) facile in parte, (E) escursionistico in parte)**

Itinerario connesso al tema della sostenibilità nel cuore del Parco Regionale di Colfiorito, luogo dove storia, memoria e natura sono in perfetta armonia. Partenza nei pressi del Parco di Colfiorito, con la possibilità di visitare il Museo naturalistico e il memoriale del campo di concentramento. Ascesa fino al Monte Orve, dove si trova un antico castelliere protostorico, per poi proseguire sul crinale verso Villalba, da cui si apriranno ampie vedute sugli Altopiani Plestini e tutto il sistema dei castellieri. Dopo una discesa sull’altopiano di Annifo, con un passaggio attraverso un inghiottitoio carsico, si raggiungerà l’altopiano di Arvello. Tra paesaggi aperti e silenziosi, il cammino continuerà fino alla frazione di Forcatura, affacciata sulla palude di Colfiorito. Nei pressi della chiesa di San Lorenzo, ultimo tratto della Via Lauretana verso il punto di partenza. A fine escursione sarà possibile visitare il Museo Archeologico di Colfiorito. Descrizione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria)

**Percorso ad anello a Stroncone, sulle Vie e i Cammini di San Francesco, tra borghi, natura e monasteri: sulle tracce dei protomartiri francescani - (7,5 km, dislivello in metri: +350/-350, grado di difficoltà (T/E) escursionistico facile)**

Dal Convento di San Francesco, luogo di grande importanza per il culto francescano, si entrerà nel cuore medievale di Stroncone, con visita l’Oratorio di San Giovanni Decollato e alla chiesa di San Nicola. Seguendo il Sentiero delle Scentelle, tra castagneti e ruscelli, si avanzerà verso il fosso di Stroncone e il borgo di Colle, aprendo l’accesso a uno dei tratti più contemplativi che condurrà al Monastero di San Simeone, dove i monaci erboristi parleranno del loro prezioso sapere sulle erbe officinali e dei prodotti da loro elaborati. Il tratto finale incrocerà il Cammino dei Protomartiri Francescani per fare ritorno a Stroncone, dove si percorrerà il nuovo camminamento delle mura castellane. Arrivo a piazza della Torre, con visita alla chiesa della Madonna del Gonfalone, anche per ammirare gli straordinari Corali di Stroncone, codici miniati databili al XIV secolo. Descrizione in dettaglio: [www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-stroncone](http://www.italia.it/it/umbria/cosa-fare/evento-cammini-aperti-umbria-stroncone)

Fondamentale per la **promozione** delle differenti esperienze è stato l’apporto della **Regione**, in **collaborazione con differenti realtà**,tra cui figurano: l**’Associazione Via di Francesco in Umbria**, l**'Associazione Amici Del Cammino Di San Benedetto**,il **Comune di Assisi**, il **Comune di Arrone** e la **Visit Ferentillo**, il **Comune di Cascia**,il **Comune di Spoleto**,il **Comune di Monteleone di Spoleto** ele **Associazioni locali**, il **Comune di Foligno con il servizio del Parco di Colfiorito**,il **comune di Città del Castello** e **Le Rose di Gerico ETS**,il **Comune di Stroncone** e l’**Associazione Compagnia dei Romei.** In particolare, per l’escursione dai contenuti accessibili, la **Regione** ha collaborato con il **Club Alpino Italiano**, **FederTrek**, **FISH**, **FISH Umbria**, tra cui **AIPD** e l’associazione **Camminare Guarisce**.

**Un approfondimento sui tre cammini protagonisti di Cammini Aperti: Edizione Speciale 2025**

Le **Vie e i Cammini di San Francesco** attraversano le regioni **Emilia-Romagna**, **Lazio**, **Toscana** e **Umbria,** disegnando complessivamente una rete di centinaia di chilometri, disseminati di antichi borghi, significativi luoghi di culto e incantevoli scorci naturalistici pieni di incanto. Punti chiave dei percorsi, i **luoghi simbolo di San Francesco**, Santo Patrono d’Italia, con una suggestiva **combinazione** tra **centri molto noti**, come Firenze, Rimini, Roma e Assisi, e **località particolarmente significative per la vita del Poverello**, quali, per esempio, la Valle Santa di Rieti; La Verna, in provincia di Arezzo; l’umbra Valnerina o Balze, piccolo villaggio romagnolo ai piedi del Monte Fumaiolo.

La **Vie e Cammini Lauretani** sono il cammino di antichissima **tradizione mariana** che unisce il **Santuario della Santa Casa di Maria di Loreto** nelle Marche, la **Basilica di San Francesco ad Assisi** in Umbria e la **Basilica di San Pietro in Roma**, toccando Macerata e Recanati, Camerino e Tolentino, Spoleto e Foligno, Civita Castellana e Narni, nonché intrecciandosi anche con significative vie del pellegrinaggio internazionale, quali la Via Francigena in Toscana, lambendo il Lago Trasimeno.

Il **Cammino di San Benedetto** è incentrato sui **territori** legati alla vita del Santo, fondatore del monachesimo occidentale e Patrono d’Europa: si sviluppa tra l’**Umbria** e il **Lazio**, attraversando i **monti Sibillini**, la **valle dell’Aniene** e la **valle del Liri**. Il percorso copre circa 300 chilometri, toccando abbazie dalla forte spiritualità, borghi medievali nascosti e i tre punti chiave del movimento: Norcia, Subiaco e Montecassino.

**Cammini Aperti: Edizione Speciale 2025** è uno degli strumenti creati per **promuovere su larga scala** i **3 cammini** scelti per il 2025 e si inserisce in un articolato **piano strategico**, declinato attraverso un ampio ventaglio di azioni su scala **nazionale** e **internazionale**.

**Ufficio Stampa “Cammini Aperti: Edizione Speciale 2025”**  
**AT Comunicazione**:  
Alessandra Agostini - [agostini@atcomunicazione.it](mailto:agostini@atcomunicazione.it) - Tel. 3492544617

Claudia Torresani - [torresani@atcomunicazione.it](mailto:torresani@atcomunicazione.it) – Tel. 3479195948

**Organizzato** da Regione Umbria, in qualità di capofila di progetto, e Sviluppumbria S.p.A.

*“Cammini Aperti” fa parte di una* ***strategia di promozione comune*** *coordinata dall’assessorato al turismo della Regione Umbria, all’interno dell’iniziativa* *finanziata con il Fondo Sviluppo e Coesione, Piano Sviluppo e Coesione a titolarità del Ministero della Cultura, “I cammini religiosi di San Francesco, San Benedetto e Santa Scolastica – Azioni trasversali” di cui è beneficiario il Ministero del Turismo.* *Il Piano “I cammini religiosi di San Francesco, San Benedetto e Santa Scolastica”* *è un progetto strategico di promozione dei Cammini citati e del Turismo Lento frutto di un accordo di collaborazione tra il Ministero del Turismo e la Regione Umbria, in qualità di capofila. Un progetto che vede il coinvolgimento delle Regioni Emilia-Romagna, Lazio, Marche e Toscana, ognuna attraversata dai Cammini e Vie di San Francesco, dalle Vie e Cammini Lauretani e dal Cammino di San Benedetto.*

