



APN Voyages
3, rue St-Victor
1227 Carouge
022 301 01 50
apn@bluewin.ch
www.apnvoyages.ch

Via Francigena
Montefiascone – Rome



On peut arriver à Montefiascone par le train depuis Rome, mais la gare est assez loin de la ville; il faut donc un taxi pour rejoindre votre hôtel où vous trouverez le matériel nécessaire à votre voyage (vouchers des hôtels, descriptions détaillées et cartes ainsi que la "Credenziale") C'est l'une des étapes les plus intéressantes de la Via Francigena avec des paysages intouchés, des vestiges romains et étrusques, des palais des Papes et des piscines thermales, naturelles.

A ne pas manquer: les fresques de San Flaviano - Le palais des Papes à Viterbo et palazzo Farnese à Caprarola – La chapelle de la Madonna del parto à Sutri – Les cascades du Monte Gelato.

Niveau: de facile à modéré

Distance totale : 127 km (moyenne journalière : 23km)

Programme au jour le jour

MONTEFIASCONA

Jour 1 – Arrivée à Montefiascone - La ville est fameuse pour son vin « Est ! Est !! Est !!! » qui, selon la légende, conquiert le cœur ainsi que le palais de l'envoyé du Pape. N'oubliez pas les fresques de la belle église de San Flaviano.

VITERBO

Jour 2

Distance: 17,80 km - Dénivelé: +65m / -379m – Point le plus haut : 641m – Temps de marche : 4h30

Une journée assez courte qui permet la visite de Viterbo dont le centre est très intéressant, ayant été à plusieurs reprises le siège de la Papauté. Le palais des Papes est magnifique ! A la sortie de Montefiascone on jouit de belles vues sur le lac de Bolsena qui étant d'origine volcanique est très profond. Il est possible de se baigner dans les piscines thermales des Bagnacci, donc emportez votre maillot de bain, si cela vous dit. Pas d'eau le long du parcours. Aux Bagnacci il y a des distributeurs automatiques de boissons.

CAPRAROLA

Jour 3

Distance: 19,33 km - Dénivelé: +740m/ -650m – Point le plus haut: 860m

Pendant le Haut Moyen-âge, la plaine de Viterbo était marécageuse, par conséquent, les pèlerins empruntaient la route des Monts Cimini; c'est celle que nous avons suivi pour atteindre Caprarola, une jolie bourgade dominée par le palais des Farnese ; plusieurs Papes sont issus de cette famille.

SUTRI

Jour 4 – Caprarola – Sutri

Distance : 16,10 km - Dénivelé: +310/ -291m – Point le plus haut: 523m – Temps de marche: 4h30

Etape relativement courte, dont la première partie est entièrement sur goudron secondaire; Ronciglione est une jolie ville avec de petites ruelles et une bonne pâtisserie juste à l'entrée à coté de l'arc. Sutri a aussi un joli centre ville, mais elle est surtout connue pour son amphithéâtre étrusque-romain. A ne pas manquer la chapelle de la « Madonna del parto », un ancien temple païen avec des fresques très anciennes.



CAMPAGNANO DI ROMA

Jour 5

Distance: 27,50 km - Dénivelé: +190m/ -210m – Point le plus haut: 301m – Temps de marche : 7h00

Si hier vous n'avez pas vu le Mitreo (temple romain dédié au Dieu Mitra), devenu chapelle à la Vierge au Moyen Age, vous pouvez le visiter ce jour-là. Une fois que vous avez rejoint la Cassia, tournez à droite, ses fresques valent le détour; vous trouverez les indications quelques centaines de mètres plus loin. De même, cela vaut la peine de jeter un coup d'œil sur l'Amphithéâtre Romain qui se trouve en face du point où vous êtes sortis des murs de la ville, de l'autre côté de la Cassia.

Vous pouvez y obtenir le tampon du pèlerin. La journée est longue et se déroule en grande partie sur des routes en terre. Monterosi est une bonne halte. Il y a un bistrot à l'entrée de la ville.

ISOLA FARNESE

Jour 6

Distance: 22,00 Km - Dénivelé: +410m/ -515m – Point le plus haut: 380m – Temps de marche : 5h30

Aujourd'hui on traverse une belle campagne faite de petites collines verdoyantes où paissent encore les brebis. Formello est une très jolie bourgade avec un centre qui conserve ses ruelles pavées. On y trouve cafés, restaurants et magasins d'alimentation. Le sanctuaire de la Madonna del Sorbo, récemment rouvert, permet de s'arrêter un instant dans un contexte assez sauvage. Nous avons préféré vous faire passer la nuit dans un petit village riche en histoire plutôt que quelques kilomètres plus loin, à La Storta, qui est une périphérie de Rome.

ROME

jour 7

Distance: 24 km

Itinéraire presque entièrement sur routes goudronnées secondaires ou rues citadines; un tiers de la journée se déroule cependant à travers deux grands parcs, celui de l'insugherata et celui de Mt Mario. Quelques traits sont sur des routes à trafic intense.

Jour 8 : Fin du séjour