



Chemin de Rome – Via Francigena

De Viterbo à Rome

Randonnée – 7 jours / 6 nuits – en liberté

LES POINTS FORTS

- Rome, ville éternelle, et sa douceur de vivre
- L'arrivée place Saint-Pierre
- Les quartiers du Colisée, des « Fori Imperiali » et du Trastevere
- La ville médiévale de Viterbo
- Les villages pittoresques de l'Ombrie, ses abbayes et ses lacs d'origine volcanique

Pour cette dernière partie de la Via Francigena, vous traversez le Lazio, une région agricole qui recèle lacs volcaniques et champs d'oliviers d'une rare beauté. En poursuivant le long de l'ancienne Via Cassia d'origine romaine, vous pourrez découvrir des villes fortifiées comme Viterbo, la nécropole étrusque et l'amphithéâtre romain de Sutri, les petites églises médiévales de Vetralla et Campagnano... Parmi les denses forêts de chênes, au cœur d'un paysage bucolique, vous découvrirez les ruines d'abbayes et de tours fortifiées au cœur de fermes-auberges, où vous pourrez déguster des produits typiques de la région. L'arrivée place Saint-Pierre à Rome clôturera vos pérégrinations à travers l'Italie, et vous ouvrira les portes de la Ville Éternelle.

JOUR 1 : Arrivée à Viterbo, belle ville médiévale fortifiée au pied de la chaîne des Monti Cimini, ensemble montagneux d'origine volcanique. La région de Viterbo est également connue pour la production de noisette et de châtaigne. Dîner libre et nuit à Viterbo.

JOUR 2 : Viterbo - Vetralla

Avant de rejoindre le sentier plus au sud, nous vous invitons à découvrir Viterbo. Les murs médiévaux, les sept entrées de la vieille ville, les quartiers, les églises ou encore les édifices aristocratiques méritent d'être visités. À travers la campagne et les forêts, nous passons près d'un tombeau étrusque et poursuivons jusqu'à Vetralla où nous pouvons visiter les ruines de la paroisse de Sainte-Marie-de-Forcassi, un exemple d'architecture typique de la région. Dîner et nuit près de Vetralla.

18 km, montée 150 m - descente 175 m, 4 à 5 heures de marche.

JOUR 3 : Vetralla - Sutri

Vetralla domine la campagne et les collines du Latium. En partant du centre médiéval de la ville et à travers les champs et les noisetiers, nous arrivons aux Tours d'Orlando, monuments funéraires du Ier siècle avant J-C dont le nom fait référence aux mythes carolingiens. Passé Capranica et ses boulevards élégants, nous atteignons Sutri, une ville d'une beauté rare, qui abrite un amphithéâtre romain et une nécropole étrusque creusée dans le tuf, des sites uniques. Dîner libre et nuit à Sutri.

25 km, montée 250 m - descente 300 m, 6 à 6 heures 30 de marche environ.

JOUR 4 : Sutri - Campagnano

Traversée de pâturages au milieu desquels paissent les troupeaux, puis les paysages font place à des forêts de hêtres, de petits lacs et de petites chutes d'eau. Une ambiance fraîche et de verdure. La région autour de Campagnano est une région surtout agricole mais possède quelques beaux édifices. La ville de Monterosi en est un bon exemple avec l'église de la Sainte-Croix et le parc naturel de Viéies, quatrième plus grand parc du Latium. Dîner et nuit à Campagnano.

26 km, montée 200 m - descente 200 m, 6 heures de marche environ.

JOUR 5 : Campagnano – La Storta

Avant dernière étape avant d'arriver à Rome. Vous traversez le joli village de Formello et êtes encore dans le parc régional de Viéies au nord de Rome, une réserve naturelle protégée de grande valeur. Le parc, berceau de la civilisation étrusque, est fait de colline de tuf. Dîner et nuit aux portes de Rome.

23,5 km, montée 350 m - descente 450 m, 6 heures de marche.

JOUR 6 : La Strota - Rome (Place Saint Pierre)

Vous achevez votre voyage dans l'Histoire au Vatican, l'objectif final de la Via Francigena. Cette dernière étape emprunte la Via Cassia sur ses 5 derniers kilomètres et vous emmène peu à peu à travers la ville de Rome jusqu'à la place Saint-Pierre, où vous pourrez demander votre « Testimonium », le certificat du Pèlerin de la Via Francigena. Temps libre pour visiter la ville. Dîner libre et nuit à Rome.

21,5 km, montée 200 m - descente 350 m, 5 à 6 heures de marche environ.

JOUR 7 : Fin de nos prestations après le petit-déjeuner à Rome. Nous vous invitons à découvrir l'une des plus belles capitales d'Europe, son histoire, son architecture et ses influences multiples.

▫ LES INFOS PRATIQUES

▪ **Les points clés :**

Le rendez-vous : En fin d'après-midi à votre hébergement à Viterbo.

La fin du séjour : Dans la matinée à Rome. Possibilité de nuit supplémentaire en début ou en fin de séjour (nous consulter).

Le niveau : Modéré, de 4 à 6 heures de marche par jour, sur de larges chemins bien indiqués et sur des routes goudronnées.

La documentation fournie : Nous vous enverrons un carnet de voyage comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée : topo-guide et cartes, étiquettes pour vos bagages, feuille de route comprenant le déroulement de la logistique, les adresses des hébergements, etc. Vous y trouverez la description des chemins (tout le parcours est balisé) et des commentaires sur les villages, les monuments...

Les hébergements / les repas : Accueil en 1/2 pension et en nuit et petit-déjeuner selon les étapes, en hôtels ou en chambres d'hôtes selon les disponibilités, en chambres doubles ou triples avec salle de bain privée (chambre single avec supplément).

Les hôtels sont de bonne qualité et offrent un accueil adapté aux besoins du randonneur. Quant au logement chez l'habitant, il garantit un bon confort, un accueil chaleureux et personnalisé autour d'un repas convivial.

L'organisation : Vos bagages sont transportés par nos soins sauf si vous choisissez la formule sac au dos.

Le balisage : Le circuit que nous vous proposons comporte une signalétique spécifique "Via Francigena" (panneaux, balises, bornes et adhésifs).

▪ **Les accès :**

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare, une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Si le séjour n'est joignable que par voie aérienne, nous vous proposons d'accepter les services d'un organisme spécialisé dans la compensation de CO2 (voir notre site internet, rubrique "nos engagements", partenariat Planète Urgence).

Pour vos pré-acheminements en véhicule personnel, pensez au covoiturage. Nous avons mis à votre disposition sur notre site internet un lien direct sur le site www.covoiturage.fr sur lequel vous pourrez rechercher une annonce ou déposer la vôtre.

Pour arriver au point de rendez-vous :

En train : Gare ferroviaire de Viterbo. Informations horaires et prix sur <http://www.trenitalia.com/>

En voiture : Connaître votre itinéraire, consulter www.viamichelin.com ou fr.mappy.com

Possibilité de parking à Viterbo.

Soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter le site suivant qui organise le covoiturage : www.blablacar.fr.

En avion : L'aéroport le plus proche de Viterbo est l'aéroport de Rome Fiumicino. Depuis l'aéroport de Rome Fiumicino, prendre le train régional pour Rome Ostiense, puis le train pour Viterbo (trajet total : 2h40 environ, coût : environ 13 €). Depuis l'aéroport de Rome Ciampino, prendre un bus pour Rome Termini. A Rome Termini, prendre un train pour Roma Ostiense, puis un train pour Viterbo (trajet : 3h30 - coût environ : 15 €).

En fin de circuit :

RETOUR A VITERBO DEPUIS ROME

Trains de Rome Ostiense à Viterbo, environ 2 heures de trajet. Informations horaires et prix sur <http://www.trenitalia.com/>

Le prix comprend :

- l'hébergement en nuit + petit-déjeuner
- les dîners des jours 2, 4 et 5
- le transfert des bagages (selon option choisie)
- le Carnet de Route (documentation pour la réalisation de la randonnée). Un Carnet de Route est fourni par dossier d'inscription.
- le credenziale » ou « credenziali »

Le prix ne comprend pas :

- les dîners des jours 1, 3 et 6
- les déjeuners
- les taxes de séjour (*)
- boissons, visites et dépenses personnelles
- l'assurance
- les frais d'inscription.

(*) Taxes hôtelières de séjour : 1 à 3 €/pers/nuit (prix indicatifs sous réserve d'augmentation du gouvernement italien)

▪ **L'équipement de base :**

Les bagages :

- 1 sac de voyage souple ; évitez les valises, qui sont plus encombrantes, et limitez le poids de vos affaires à 10 kg maximum
- 1 petit sac à dos de 30 litres minimum pour les affaires de la journée

Les vêtements :

- 1 veste imperméable et respirante (type gore-tex)
- 1 fourrure polaire ou 1 pull
- 1 cape de pluie (poncho)
- 1 pantalon de marche
- 1 paire de gants fins
- 1 bonnet
- 1 short
- 1 maillot de bain + serviette
- plusieurs paires de chaussettes (pas trop grosses)
- des sous-vêtements
- 1 paire de tennis
- 1 survêtement ou vêtement ample pour le soir

Le matériel :

- 1 paire de chaussures de marche ayant déjà servi
- lunettes de soleil, crème solaire et protection des lèvres
- 1 chapeau
- 1 gourde (prévoir 2 à 3 litres par personne et par jour en été)
- 1 bol plastique type Tupperware pour le pique-nique + couverts
- 1 drap sac ou duvet pour la formule gîte d'étape uniquement

La pharmacie :

- 1 petite pharmacie personnelle (gaze, élastoplaste, antalgique, double peau pour les ampoules, boules Quies...)

Divers

- vos papiers d'identité

N'oubliez pas votre bonne humeur, ni votre curiosité !

Lexique de quelques mots usuels en italien :

Oui : Sì
Non : No
Où : Dove
Quand : Quando
S'il vous plaît : Per favore
Merci : Grazie
De rien : Prego/di niente
Comment : Come
Pardon : Mi scusi
Désolé : Scusi
Bonjour : Ciao / Buon giorno
Bienvenue : Benvenuto
A tout à l'heure : A tra poco
Au revoir : Arrivederci
A plus tard : A dopo
Je ne comprends : Non capisco
Comment dit-on ? : Come si dice?
Que signifie ? : Cosa significa?
Vous parlez... ? : Parla italiano...?
L'hôpital : L'ospedale
Voyager : Viaggiare
Quand arrive-t-il ? : Quando arriva...?
L'hôtel : L'hotel
Le restaurant : Il ristorante
Arriver : Arrivo
Partir : Partenza
Billet : Biglietto
Le bateau : Il traghetto
Le bus : L'autobus
Le vélo : La bicicletta
Le train : Il treno
L'avion : L'aereo
Où se trouve-le ... ? : Dov'è il/lo/la...?
Proche : Vicino
Loin : Lontano
Tout droit : Sempre dritto
Droite : A destra
Gauche : A sinistra

Rue : Via
Avenue : Viale
Gare : Stazione
Aéroport : Aeroporto
J'aimerais aller à ... : Voglio andare a...
Combien de temps faut-il ? : Quanto tempo ci vuole?

EN SAVOIR PLUS

Bibliographie :

- *Sous le soleil de Toscane* de Frances MAYES dans la collection Folio.
- *Histoires de Toscane* de Lucien d'Azay dans la collection Sortilèges.
- *Une tombe en Toscane* de M. DENUZIERE. Livre de poche.
- *La Chartreuse de Parme* de Stendhal.
- *Voyage en Italie* de Jean Giono dans la collection Folio.
- *Toscane et Ombrie*, guide Lonely Planet, 2004.
- *Toscane Ombrie*, guide Gallimard.
- *Toscane Ombrie*, guide du Routard, Hachette.
- *Ombrie romane* d'Adriano Prandi. Ed. Zodiaque, 1991 en ce qui concerne l'architecture romane.
- *Les Etrusques, histoire d'un peuple*, Collection Civilisations. Ed. Colin, 2003.
- *Histoire de l'Italie* de Paul Guichonnet. Que sais-je ? Ed. P.U.F.
- *Giotto* de Francesca Flores d'Arcais Ed. Actes Sud, 2001.

Sur François d'Assise :

- *Frère François* de Julien Green. Ed. Le Seuil.
- *Le Très-Bas* de Christian Bobin, Folio.
- *Les Fioretti de St-François*, Ed. Le Seuil.

Sur Rome :

- *Rome*, guide Lonely Planet.
- *Histoire de Rome inédit* de Pierre GRIMAL dans la collection 1001 nuits.
- *L'Empire romain* de Pierre GRIMAL en collection Livre de poche.
- *Histoire de Rome* de Christopher HIBBERT en collection Histoire Payot.

Ainsi que les beaux livres suivants :

- *Villages de Toscane* de Béatrice MOCQUARD et Bruno MORANDI aux éditions Arthaud.
- *Toscane éternelle* de Curzio MALAPARTE et Bruno MORANDI aux éditions Arthaud.

Le carnet du pèlerin ou « credencial » ou « credenziale » ou « credenziali » et « Le Testimonium » :

Bien connu des pèlerins, le carnet du Pèlerin permet de garder une trace écrite de votre parcours. Ce passeport est un signe fort d'appartenance à la communauté des marcheurs du Chemin de Rome - Via Francigena. Il est à tamponner à chaque étape dans les hébergements, dans certaines églises, offices de tourisme... et atteste de votre état de pèlerin. Il est délivré par différentes associations dont vous trouverez les coordonnées sur le site <http://www.xacobeo.fr/ZF1.03.credenz-Roma.htm>

Les tampons de votre carnet du Pèlerin, témoignant de votre itinéraire, vous permettront d'obtenir le diplôme du Pèlerin « Le Testimonium » à votre arrivée à Rome.

► AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Via Compostela est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d'améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Environnement :

Les randonnées se déroulent dans des espaces sensibles ; à ce titre toute activité se doit d'en respecter l'environnement : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat) et lutte contre les pollutions et tous les impacts sur l'environnement : on ne dérange pas les animaux qui sont chez eux et on n'arrache pas les fleurs car elles ne repoussent pas ! Il est aussi très important de prendre garde au risque d'incendie lors des randonnées.

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats :

Garanties spécifiques d'assistance – rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 €
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un évènement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 € / pers
- voyage de compensation en cas de rapatriement
- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone, etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties.

Via-Compostela.com est une marque déposée par Chamina Voyages pour vous faire vivre une expérience unique sur les chemins historiques.