

## Stille Wege in Umbrien – Via del Trasimeno

**Reisetermin: 28.03. – 03.04.2026 mit Klaudia Bestle**

**Pauschalpreis im DZ / Person mit Vollpension von € 1685,-**

(Kleingruppenzuschlag bei 5 – 6 Personen von € 45,-)

**Einzelzimmerzuschlag von € 180,-**

**Anmeldeschluss: 28.02.2026**

**Schwierigkeitsgrad 2:** Informationen dazu unter Wissenswertes auf [www.sinnwandern.at](http://www.sinnwandern.at)

**Gäste: 5 – 7**

Erleben Sie Umbrien auf besondere Weise: Auf einer aussichtsreichen Weitwanderung entlang der Hügelkette rund um den Trasimenischen See entdecken Sie eine einzigartige Kulturlandschaft, die Natur, Geschichte und Genuss harmonisch vereint.

Die Route führt durch sanfte Olivenhaine, weite Ackerflächen, grüne Weiden und schattige Steineichenwälder, begleitet vom beruhigenden Spiel der Farben des Sees, der je nach Licht in schimmernden Blau- und Grüntönen erstrahlt. Inmitten dieser stillen Naturidylle finden auch Zugvögel einen Ort der Ruhe und zum Kräfte sammeln. Auf dem Weg von Castiglione del Lago über Passignano sul Trasimeno bis ins malerische Città della Pieve - berühmt für seinen traditionellen Safranbau - begegnen Ihnen mittelalterliche Dörfer, weite Ausblicke und der Charme einer Region, die seit der Zeit der Etrusker von Landwirtschaft und Kultur geprägt ist.

Tauchen Sie ein in eine Wanderung voller Ruhe, Ursprünglichkeit und italienischer Lebensfreude – erwandern Sie mit mir Umbrien im Frühlingskleid.

Stille Gehzeiten schenken Raum – für Achtsamkeit, für das Hören, Sehen und Spüren.

### 1. Reisetag: Innsbruck – Castiglione del Lago

Treffpunkt ist um 09:00 Uhr vor dem ÖBB-Reisezentrum am Bahnhof Innsbruck. Gemeinsame Bahnfahrt über Bozen und Florenz nach Castiglione del Lago, wo wir planmäßig um 18:48 Uhr ankommen. Unsere Unterkunft liegt im Herzen von Castiglione del Lago und bietet uns den idealen Ausgangspunkt für die Weitwanderung.

Hinweis: Bitte setzen Sie sich mit mir bei Bedarf in Verbindung

- Reisende aus Deutschland können den DB-EC aus München nach Venezia Santa Lucia mit der Ankunft in Innsbruck um 09.22 Uhr nehmen und im Zug sitzen bleiben.
- Reisende aus Wien können die Verbindung mit dem RJ nach Venedig mit der Abfahrt um 06.24 Uhr nehmen, Weiterfahrt mit dem FR 9425 nach Florenz mit der Ankunft um 16.39 Uhr. (Stand 2025)

### 2. Reisetag: Castiglione del Lago – Lago di Chiusi – Castiglione del Lago

Transfer zum Lago di Chiusi, einem geschützten Naturparadies, das seltene Wasserpflanzen in seinen Schilf- und Sumpfgebieten beherbergt und zahlreichen Zugvögeln als Rastplatz dient. Der Wanderweg führt zunächst ufernah auf umbrischem Boden entlang – obwohl der See selbst in der Toskana liegt – und erreicht schließlich, durch eine sanft abfallende, abwechslungsreich landwirtschaftlich geprägte Landschaft, Castiglione del Lago.

Tagesprofil: 19 km, Höhenmeter im Aufstieg ca. 240 m, Höhenmeter im Abstieg ca. 230 m

### 3. Reisetag: Castiglione del Lago – Sanguinetto – Passignano sul Lago

Transfer nach Sanguinetto, einem kleinen Weiler mit charakteristischen Steinhäusern. Die Wanderung führt entlang einer langgestreckten Hügelkette in ständigem Auf und Ab über den Monte Castelluccio durch Steineichenwälder und blühende Wiesen bis nach Gosparini und weiter nach Passignano sul Lago. Herrliche Ausblicke auf den See, die Felder im Tal und den in der Ferne aufragenden Monte Amiata in der Toskana begleiten den Tag in dieser stillen, ursprünglichen Landschaft.

Tagesprofil: 21 km, Höhenmeter im Aufstieg ca. 700 m, Höhenmeter im Abstieg ca. 700 m

### 4. Reisetag: Passignano sul Lago – Montecolognola – Passignano sul Lago – Isole Maggiore – Passignano sul Lago

Von Panta Rei bei Passignano wandern wir entlang einer sanften Hügelkette, die immer wieder weite Panoramablicke auf den Trasimenischen See freigibt. Abwechslungsreich führen uns die Wege durch Weingärten, gepflegte und aufgelassene Olivenhaine sowie lichte Steineichenwälder. Am frühen Nachmittag erreichen wir die mittelalterliche Festung von Montecolognola. Anschließend bringt uns der Transfer zum Hafen von Passignano. Von dort setzen wir mit dem Schiff zur Isola Maggiore über und erkunden das malerische Inseldorf im Naturpark – wo Fasane stolz umherschreiten.

Tagesprofil: 11 km, Höhenmeter im Aufstieg ca. 210 m, Höhenmeter im Abstieg ca. 330 m

5. Reisetag: Passignano sul Lago – San Savino - Panicale – Città della Pieve

Transfer nach San Savino. Von dort starten wir unsere Wanderung durch die fruchtbaren Felder nahe dem See. Ein aussichtsreicher Aufstieg führt zum Castello di Montali, das herrliche Blicke auf das Chianatal und den Trasimenischen See eröffnet. Im sanften Auf und Ab folgen wir dem Weitwanderweg bis nach Panicale. Hier lohnt sich ein Besuch der Kirche San Sebastiano mit ihrem Fresko aus dem frühen 16. Jahrhundert. Zum Tagesabschluss bringt uns der Transfer nach Città della Pieve

Tagesprofil: 22 km, Höhenmeter im Aufstieg ca. 670 m, Höhenmeter im Abstieg ca. 550 m

6. Reisetag: Città della Pieve – Panicale – Città della Pieve

Transfer zurück nach Panicale. Von der Porta Fiorentina führt unser Weg durch Olivenhaine und Mischwälder hinauf zum Monte Pausillo – einem herrlichen Aussichtspunkt mit weitem Blick ins Umland. Dort treffen wir auf die historische Via Romea Germanica, der wir durch ein idyllisches Tal folgen. Der Weg führt uns hinauf nach Città della Pieve, die alte etruskische Stadt aus rotem Backstein.

Tagesprofil: 17 km, Höhenmeter im Aufstieg ca. 500 m, Höhenmeter im Abstieg ca. 450 m

7. Reisetag: Città della Pieve – Florenz - Innsbruck

Gemeinsame Bahnfahrt von Castiglione del Lago über Florenz zurück nach Innsbruck. Die voraussichtliche Ankunftszeit in Innsbruck ist um 16:36 Uhr (Stand 2025).

**Ausrüstung:**

- Tagesrucksack
- Zweckmäßige Wanderbekleidung
- Wanderschuhe mit gutem Profil
- Regen- und Sonnenschutz
- Trinkflasche
- Sitzunterlage

**Im Pauschalpreis enthaltene Leistungen:**

- Reiseleitung und Wanderführung ab und bis Innsbruck durch Klaudia Bestle
- 6 x Vollpension im Doppelzimmer in der landesüblichen \*\*\* Kategorie der Hotels und B&Bs  
(Die Vollpension beinhaltet ein Abendessen mit Wasser und einem alkoholischen Getränk oder einem Softgetränk sowie die Jausenverpflegung untertags)
- Anreise Innsbruck / Castiglione del Lago mit der Bahn
- Rückreise Castiglione del Lago / Innsbruck mit der Bahn
- Schifffahrt hin und retour: Isola Maggiore
- Alle angeführten Transfers
- Gepäcktransport
- 1 stille Gehzeit pro Tag

**Weitere wichtige Informationen:**

- Empfohlen wird der Abschluss einer Storno- und Reiseversicherung.
- Der Pauschalpreis gilt mit Erreichen der Mindestteilnehmerzahl von 5 Personen. Sollte diese bis zum Ende der angegebenen Anmeldefrist nicht erreicht sein, behält sich das Reisebüro Sinnwandern vor, die Reise abzusagen.
- Pauschalpreis vorbehaltlich Preisänderungen im Zug- und Reiseverkehr und im Hotelwesen.
- Es gibt ein begrenztes Kontingent an Einzelzimmern, die nach Reihenfolge der Anmeldung vergeben werden.
- Fragen aller Belange zur Wanderreise beantworte ich gerne. Kontaktieren Sie mich.

Wenn Ihnen das Angebot entspricht, dann bitte ich um Anmeldung über das Onlineformular, welches Sie auf [www.sinnwandern.at](http://www.sinnwandern.at) finden. Sie erhalten umgehend den Pauschalreisevertrag zugesandt, der mit der 20% Anzahlung des Reisepreises als angenommen gilt.

Mit besten Grüßen

  
Reisebüro Sinnwandern, Innsbruck