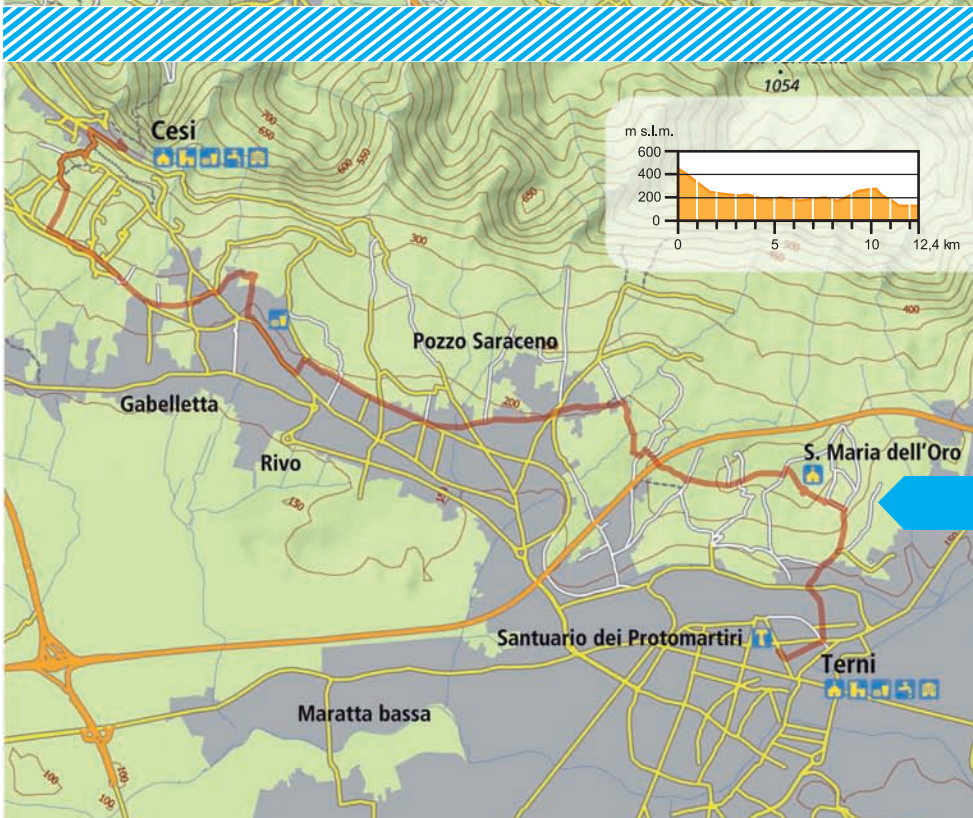
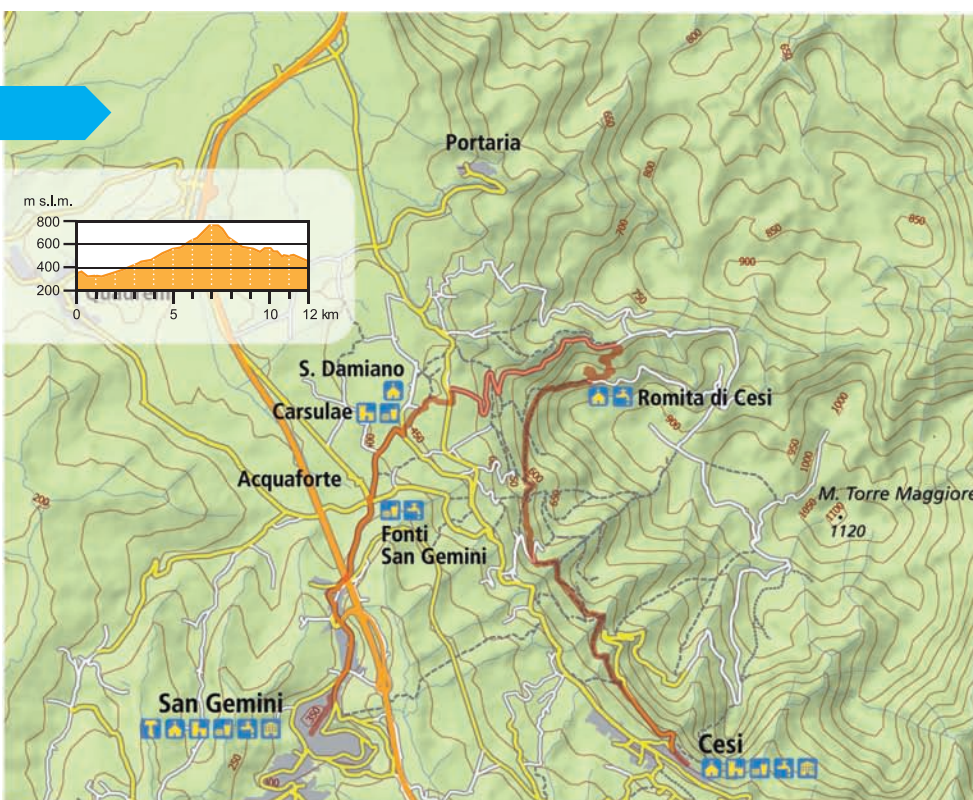


5 SAN GEMINI – CESI

Partenza / Departure: Chiesa di San Francesco (San Gemini)
Arrivo / Arrival: Chiesa di Santa Maria Assunta (Cesi)
Distanza / Distance: 12 Km
Aumento di quota / Ascent from Departure: + 654 m
Perdita di quota / Descent from Departure: - 540 m
Difficoltà / Difficulty: impegnativa / difficult
Fondo / Surface: sterrato / gravel
Tempo di percorrenza / Length: 5-6 ore / hours
Fonti d'acqua / Potable Water: Sì / Yes
Punti di sosta / Rest Stops: Sì / Yes
Segnaletica / Signage: Sì / Yes

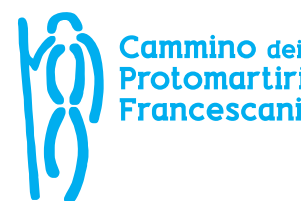
Percorso impegnativo per via della forte ascesa all'Eremito di Portaria (la Romita di Cesi) e per la successiva discesa a Cesi; il percorso si sviluppa su sentieri di montagna. Lungo il percorso si visita lo splendido sito archeologico di Carsulae (antica città romana). Si raggiunge la Romita di Cesi, antico eremo francescano immerso nel silenzio dei boschi. Il Convento fu fondato nel 1213 da San Francesco, che qui si ritirava in preghiera. La tradizione vuole che qui Francesco abbia composto la Exhortatio ad laudem Dei, considerata un primo abbozzo per il Cantico di frate Sole. Possibilità di accoglienza. Il cammino raggiunge Cesi, borgo ricco di storia che si affaccia sulla conca ternana. La tappa si conclude alla Chiesa di Santa Maria Assunta.

Challenging path due to the difficult ascent to the Hermitage of Portaria, also known as the Romita, in Cesi and subsequent descent towards Cesi. Along the way it is possible to visit the wonderful archaeological site of Carsulae, a very important ancient Roman city. We reach the Romita, an ancient Franciscan Hermitage, deep in the lush green of the forest. Saint Francis of Assisi, who used to pray here, had the monastery built in 1213. It is believed that here st. Francis composed the Exhortatio ad laudem Dei, a religious canticle, considered as an early version of Cantico di Frate Sole (Canticle of the Sun). Possibility of accommodation. The village of Cesi, overlooking the Terni basin, is rich in history. The Church of Santa Maria Assunta is our arrival point.



DA VEDERE / Sights

Cesi
 Centro Storico / Historic Centre
 Chiesa di Sant'Angelo / Church of Sant'Angelo
 Chiesa di Santa Maria Assunta / Church of Santa Maria Assunta
 Eremito di Portaria - Romita e Convento di Cesi / Hermitage of Portaria known as Romita and Monastery of Cesi
Carsulae
 Chiesa di San Damiano / Church of San Damiano
 Area archeologica di Carsulae / Archaeological site of Carsulae



Ritrovare il gusto dell'avventura a contatto con la natura, scoprire il patrimonio culturale dell'Italia, mettersi in "ricerca" e aprirsi al divino; tante sono le motivazioni che possono spingere a partire. Sui sentieri dell'Umbria ternana, dove la bellezza incontra il sacro con discrezione ed umiltà, ognuno è libero di mettersi lo zaino in spalla e partire per il proprio cammino, sia egli un pellegrino o un viandante. Il Cammino è strutturato in sei tappe; è possibile, però, modularlo a piacimento del pellegrino. La mappa accompagna il camminatore nei luoghi francescani, fornendo la descrizione turistica del percorso, le distanze, le ore di cammino e le indicazioni sui principali luoghi da visitare. Il cammino a piedi in Umbria diventa un modo slow per conoscere la gente, i monumenti e le opere d'arte che si sono nutriti della stessa linfa vitale del Poverello d'Assisi e dei Santi Protomartiri.

To rediscover the taste of adventure in contact with nature, to discover the cultural heritage of Italy, to go on a quest and open up to the divine; there are many reasons that can drive a visitor to begin. On the paths around Terni in Umbria, where beauty meets the sacred with discretion and humility, everyone is free to take up a backpack and set off on his or her way, as a pilgrim or a traveller. The Way is divided into six legs; it can, however, be varied as the pilgrim wishes. The map accompanies the walker to Franciscan places, providing a description of the tourist route, distances, walking times and suggestions of the main places to visit. The journey by foot in Umbria is a leisurely way to get to know the people, the monuments and the works of art that have been nourished by the same lifeblood of the Poor Man of Assisi and the proto-martyr saints.

I Protomartiri Francescani

I Frati Berardo da Calvi, Pietro da San Gemini, Ottone da Stroncone, Accursio e Adiuato del contado di Narni, nel 1220 furono inviati in Marocco da San Francesco. Giunti in Africa, i cinque furono uccisi poco dopo l'inizio della loro opera di evangelizzazione. I loro corpi furono portati a Coimbra alcuni mesi più tardi. Sant'Antonio da Padova riferì che il loro martirio costò per lui la spinta decisiva all'ingresso nell'Ordine dei Frati Minori, nel settembre del 1220. Dal 13 giugno 2010 le reliquie dei Santi Protomartiri sono custodite presso il Santuario Antoniano dei Protomartiri Francescani. Nello stesso anno la Diocesi di Terni-Narni-Amelia, in collaborazione con istituzioni pubbliche e religiose, ha inaugurato l'itinerario di pellegrinaggio che tocca i borghi natali dei Protomartiri e i luoghi salienti legati alla memoria francescana e benedettina. Il Cammino dei Protomartiri è stato ideato dalla Compagnia dei Romei di San Michele Arcangelo.

The Franciscan Proto-martyrs

The Friars Berardo of Calvi, Pietro of San Gemini, Ottone of Stroncone, Accursio and Adiuato from the countryside of Narni were sent to Morocco in 1220 by St. Francis. Once in Africa, the five were killed shortly after beginning their evangelic work. Their bodies were taken to Coimbra some months later. St. Anthony of Padua reported that their martyrdom gave him the final push to enter the Order of Friars Minor, in September 1220. Since 13 June 2010, the relics of these proto-martyr saints have been kept at the Antonian Shrine of the Franciscan Proto-martyrs. That same year, the Diocese of Terni-Narni-Amelia, in cooperation with public and religious institutions, inaugurated the pilgrimage route that touches the native villages of the proto-martyrs and the important places linked to the Franciscan and Benedictine memory. The route was created by an idea of the Compagnia dei Romei di San Michele Arcangelo.

I Cammini in Umbria

Per informazioni sulla Via di Francesco, sulla Via Lauretana, e sui bellissimi sentieri a piedi in Umbria visita www.umbriaturism.it - www.viadifrancesco.it

Segnaletica

Affinché la percorrenza del Cammino dei protomartiri Francescani sia un'esperienza indimenticabile, è necessario informarsi e prepararsi fisicamente. In questa pubblicazione sono state inserite mappe dettagliate del percorso, unitamente a informazioni di carattere logistico e turistico sui luoghi da visitare e sulle strutture di ospitalità. Sul sito www.camminoprotomartiri.it è possibile, e consigliabile, scaricare oltre alle mappe, il roadbook, le altimetrie e i gps del percorso. Il percorso del Cammino dei Protomartiri è ben segnalato e perciò il pellegrino non deve fare altro che seguirlo e godersi le scoperte che farà "cammin facendo". La segnaletica non lascia alcun dubbio sull'itinerario da seguire. È stato fatto tutto il possibile per garantire un cammino sicuro e piacevole; tuttavia chiediamo il tuo aiuto per segnalare eventuali difformità o danni alla segnaletica. Se vuoi contattarci scrivi a info@compagniadieioirmi.it

Signage

In order to make walking the Way of the Franciscan Proto-martyrs an unforgettable experience, you need to gather information and prepare physically. This publication includes detailed maps of the route, along with planning and tourist information about the places to visit and hospitality. We recommend visiting the site www.camminoprotomartiri.it to download maps, road books, altitude details and GPS coordinates of the route. The route of the Way of the Proto-martyrs is well marked, so the pilgrim needs only to follow the signs and enjoy the discoveries that will be made "in passing". The signage leaves no doubt about the route to follow. All care has been taken to guarantee you a safe and enjoyable walk; we still rely on your help to tell us about any problems or damage to the signage. You can contact us at info@compagniadieioirmi.it



Ospitalità

Dopo una giornata di cammino, sono tante le soluzioni per trovare ristoro e alloggio. Potrai scegliere tra un'ampia selezione di strutture aperte a tutti i gusti e con budget differenti: agriturismi, alberghi, B&B, affittacamere e tante altre tipologie di alloggio. L'accoglienza povera per pellegrini è in fase di sviluppo. Per informazioni si può contattare il Consorzio "Umbria and Francesco's Ways", sitoweb: www.umbriafrancescosways.eu - mail: info@umbriafrancescosways.eu "Umbria & Francesco's Ways ha realizzato il "Menù del Pellegrino" realizzato interamente con prodotti a km 0 nel rispetto dell'ambiente e della specificità enogastronomica dell'Umbria. Per maggiori informazioni vai su www.umbriafrancescosways.eu/menu-pellegrino

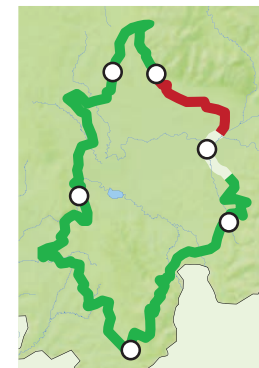
Where to stay

After a long day on the road, there is a wide offer of accommodation, shelter and refreshment. You will find a varied offer to suit all tastes and pockets. There are country guest houses, hotels, B&Bs, rooms for rent and much more besides. You can also book accommodation at specialised establishments for pilgrims. For more information, please contact the "Umbria and Francesco's Ways" consortium by email at info@umbriafrancescosways.eu. "Umbria & Francesco's Ways has created the "Pilgrim Menu" made entirely with local products that respect the environment and the special wines and foods of Umbria. For more information, please visit <http://www.umbriafrancescosways.eu/en/pilgrims-menu>

Scarica l'App del Consorzio "Umbria & Francesco's Ways" Download the App of the Consortium "Umbria & Francesco's Ways"



Partenza / Departure: Chiesa di Santa Maria Assunta (Cesi)
Arrivo / Arrival: Chiesa di Sant'Antonio Santuario dei Protomartiri Francescani (Terni)
Distanza / Distance: 13 Km
Aumento di quota / Ascent from Departure: + 192 m
Perdita di quota / Descent from Departure: - 520 m
Difficoltà / Difficulty: facile / easy
Fondo / Surface: asfalto / asphalt road
Tempo di percorrenza / Length: 3 ore / hours
Fonti d'acqua / Potable Water: Sì / Yes
Punti di sosta / Rest Stops: Sì / Yes
Segnaletica / Signage: Sì / Yes



Tappa conclusiva del Cammino dei Protomartiri Francescani, che si svolge in prevalenza su strade asfaltate. Lungo il cammino si visita il Santuario di Santa Maria dell'Oro, ove sorgeva l'antico convento francescano costruito per volontà di San Bernardino da Siena. Arrivo alla Chiesa di Sant'Antonio di Padova - Santuario Antoniano dei Protomartiri - meta del pellegrinaggio. Al suo interno sono riposte le reliquie dei Santi. Te di Piero Casentini ornano l'altare della chiesa.

Final leg. It takes place mostly on a flat road. Highlights of the day are the Sanctuary of Santa Maria dell'Oro (St. Mary of the Gold) where St. Bernardino of Siena built the ancient Franciscan convent. The Church of St. Antonio, also called "The Anthonian Protomartyrs' Sanctuary", is the final destination of our pilgrimage. It enshrines the relics of our saints. Paintings by Piero Casentini adorn the altar.

DA VEDERE / Sights

Terni
 Centro storico di Terni - luogo di nascita di San Valentino / Historic Centre of Terni - birthplace of San Valentine
 Palazzo Comunale / Town Hall
 Basilica di San Valentino / Basilica of San Valentine
 Chiesa di Sant'Antonio - Santuario dei Protomartiri / Church of Sant'Antonio - Shrine of the Franciscan Protomartyrs
 Chiesa di San Francesco / Church of San Francesco
 Chiesa di San Salvatore / Church of San Salvatore
 Cattedrale di Santa Maria Assunta - Duomo / Cathedral of Santa Maria Assunta - Duomo
 Chiesa di Santa Maria dell'Oro / Church of Santa Maria dell'Oro
 Cascata delle Marmore / Marmore Waterfalls
 CAOS - Centro Arti Opificio Siri - Museo di Arte Contemporanea - Museo Archeologico - Spazi Culturali / CAOS - Contemporary Art Museum - Archeological Museum - Cultural and Recreation services
 Museo Diocesano / Diocesan Museum



CESI – TERNI | 6



La Credenziale e il certificato di avvenuto pellegrinaggio

La Credenziale è il documento di viaggio che accompagna il pellegrino nel suo cammino e serve a distinguere da ogni altro viaggiatore. Su di essa ad ogni tappa si appongono le date e i timbri dei luoghi di ospitalità. Viene rilasciata da una autorità religiosa che si assume la responsabilità di ciò che essa afferma, pertanto non deve essere fatto un uso responsabile e corretto. Coloro che completano il cammino potranno richiedere il "Certificato di avvenuto pellegrinaggio", che attesta l'avvenuto cammino di pellegrinaggio.

The Credenziale pass and the official certificate of pilgrimage

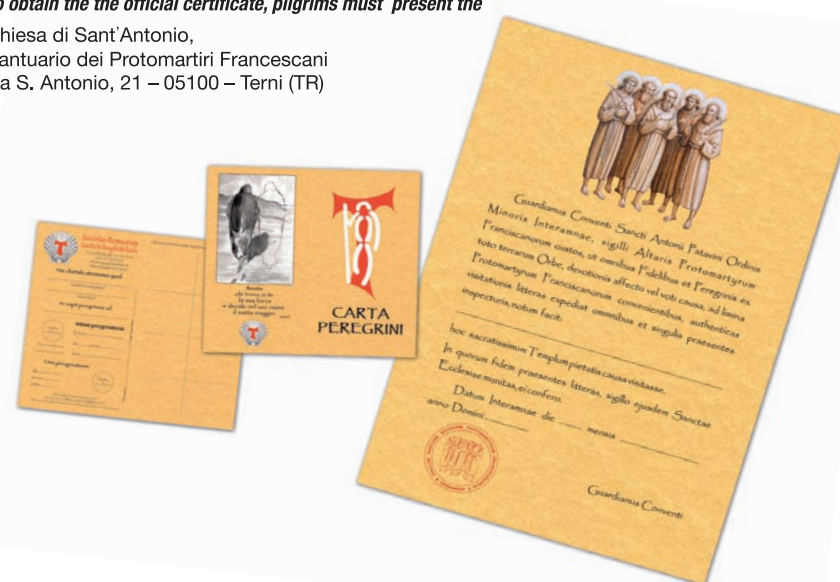
The Credenziale is an identity pass issued to pilgrims, helping to distinguish them from all other travellers. The pass will be dated and stamped by each establishment, to mark every leg of the journey. It is issued by a religious organisation which is liable for its contents, so the pass must be used responsibly. Those who reach Terni by walking can request the official certificate confirming that the pilgrimage has been completed.

Per richiedere la credenziale ti invitiamo a scrivere alla / To apply for the Credenziale, please write to

Compagnia dei Romei di San Michele Arcangelo
 Piazza Duomo, 11 - 05100 - Terni (TR)
 email: info@compagniadieioirmi.it

Per ricevere il "Certificato di avvenuto pellegrinaggio" è necessario presentare la credenziale presso la / To obtain the official certificate, pilgrims must present the

Chiesa di Sant'Antonio,
 Santuario dei Protomartiri Francescani
 via S. Antonio, 21 - 05100 - Terni (TR)



Note: Tutte le informazioni contenute su questa pubblicazione sono state scritte e stampate in buona fede sulla base delle notizie in possesso della Regione Umbria e si assicura che sono stati compiuti tutti gli sforzi per garantire l'accuratezza delle stesse. Ad ogni modo si raccomanda di verificare l'esattezza delle informazioni prima di effettuare ogni prenotazione. Si declina ogni responsabilità a carico della Regione Umbria per danni, disagi e negligenze causate dalle notizie riportate in questa pubblicazione. Si ricorda che è sempre necessario munirsi di mappe per orientarsi in modo consapevole e sicuro.

Please note: All the information in this map has been written and printed in good faith based on the knowledge available to Umbria Regional Council, and every effort has been made to ensure its accuracy. Nevertheless, we recommend information is checked before a holiday is booked. Umbria Regional Council is not responsible for any damage, difficulty or negligence caused by the information in this guide. For your safety we recommend to carry with you maps and gps along the trail.



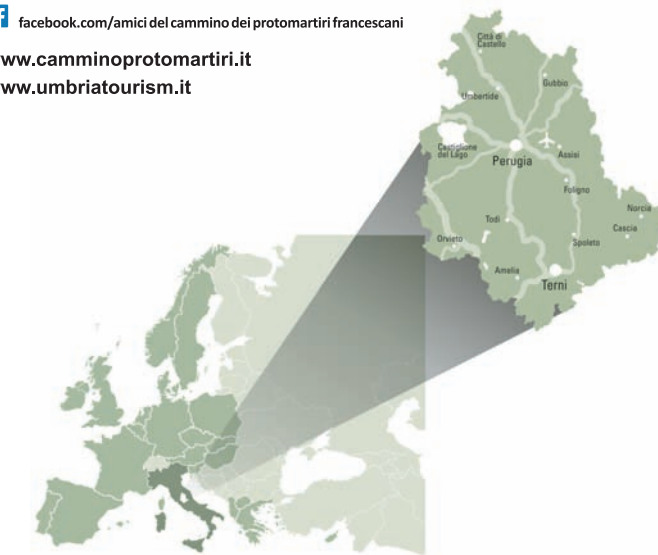
Umbria

cuore verde d'Italia



facebook.com/amici-del-cammino-dei-protomartiri-francescani

www.camminoprotomartiri.it
www.umbriaturism.it



Come arrivare in Umbria

L'Umbria, il cuore verde d'Italia, si trova nell'Italia centrale a confine con Toscana, Marche, Lazio. Per la sua posizione centrale è facilmente raggiungibile con ogni mezzo:

In aereo:

- Aeroporto San Francesco: Perugia www.airport.umbria.it
- Aeroporto Raffaello Sanzio: Ancona www.ancona-airport.com
- Aeroporto Amerigo Vespucci: Firenze www.aeroporto.firenze.it
- Aeroporto Fiumicino e Ciampino: Roma www.adr.it
- Aeroporto Galileo Galilei: Pisa www.pisa-airport.com

In auto:

- Uscite autostradali A1 Firenze - Roma
- Uscite autostradali A14 Taranto - Bologna
- Superstrada E45 Cesena - Orte

In treno:

- Ferrovie dello Stato - Trenitalia www.trenitalia.com

In pullman:

Le principali città dell'Umbria sono servite con collegamenti giornalieri e settimanali da e verso le altre regioni d'Italia.

How to get to Umbria

Umbria, the green heart of Italy, is in central Italy. It borders Tuscany, Marche and Lazio. Thanks to its central position it is easy to reach by any means of transport:

BY AIR:

- Aeroporto Sant'Egidio di Perugia www.airport.umbria.it
- Aeroporto Raffaello Sanzio di Ancona www.ancona-airport.com
- Aeroporto Amerigo Vespucci di Firenze www.aeroporto.firenze.it
- Aeroporto Fiumicino / Ciampino di Roma www.adr.it
- Aeroporto Galileo Galilei di Pisa www.pisa-airport.com

BY CAR:

- Motorway exits A1 Firenze - Roma
- Motorway exits A14 Taranto - Bologna
- Superstrada highway E45 Cesena - Orte

BY TRAIN:

Ferrovie dello Stato railways - Trenitalia www.trenitalia.com

BY BUS:

The main towns in Umbria are linked with the other Italian regions by daily and weekly service.



Regione Umbria



SVILUPPUMBRIA

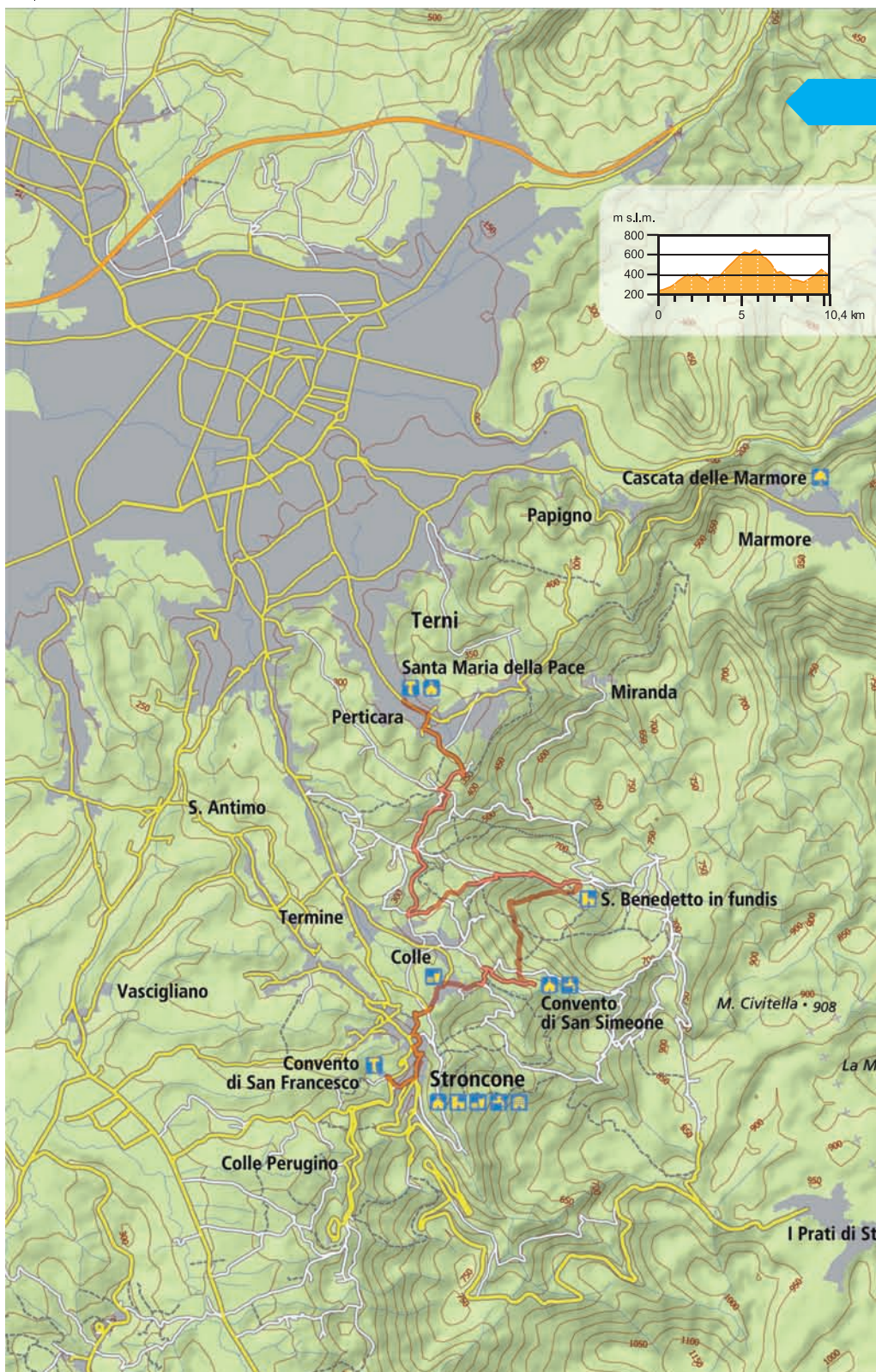


UMBRIA & FRANCESCO'S WAYS



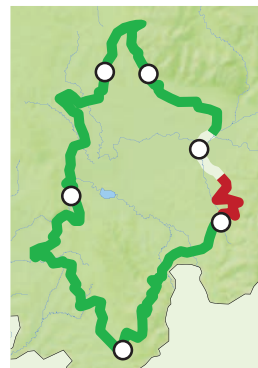
Compagnia dei Romei

PFC



1 TERNI - STRONCONE

Partenza / Departure: Chiesa di Santa Maria della Pace (Terni)
Arrivo / Arrival: Convento di San Francesco (Stroncone)
Distanza / Distance: 11 Km
Aumento di quota / Ascent from Departure: +757 m
Perdita di quota / Descent from Departure: -587 m
Difficoltà / Difficulty: impegnativa / difficult
Fondo / Surface: sterrato / gravel
Tempo di percorrenza / Length: 4/5 ore / hours
Fonti d'acqua / Potable Water: Sì / Yes
Punti di sosta / Rest Stops: Sì / Yes
Segnaletica / Signage: Sì / Yes



Il cammino si sviluppa in mezzo alla natura. Tappa impegnativa per via dei continui saliscendi sulle colline ternane. Nella Chiesa di Santa Maria della Pace si ammira l'imponente ciclo pittorico sui Protomartiri Francescani dell'artista Stefano di Stasio. Lungo il cammino si possono visitare i resti dell'antica abbazia benedettina di San Benedetto in Fundis e il monastero di San Simeone, ove oggi è presente la comunità religiosa dei Ricostruttori nella Preghiera. Si raggiunge Stroncone, città natale di Sant'Ottone, uno dei borghi medioevali più belli dell'Umbria. La tappa si conclude al Convento di San Francesco del XIII secolo.

Challenging path due to the ups and downs of the hills surrounding Terni. The pilgrimage takes place surrounded by natural scenery. The Church of Santa Maria della Pace (St. Mary of Peace) enshrines a cycle of paintings by Stefano di Stasio devoted to the Franciscan Proto-martyrs. The trail takes us past the evocative ruins of the Benedictine Abbey of San Benedetto (St. Benedict) in Fundis and the Monastery of San Simeone (St. Simeon) occupied today by the religious community of the Ricostruttori nella Preghiera; these sites enrich the landscape and the gorgeous natural beauty of the hills. Stroncone, St. Ottone's birthplace is one of the most charming medieval villages of this area. The thirteenth century Convent of San Francesco (St. Francis) is our arrival point.

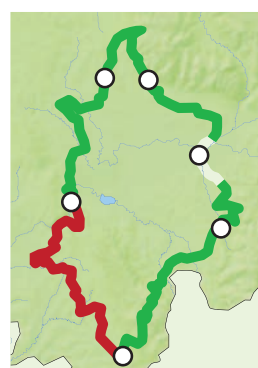
DA VEDERE / Sights

Stroncone
 Centro storico / Historic Centre
 Palazzo Comunale / Town Hall
 Convento di San Francesco / Monastery of San Francesco
 Convento di San Simeone / Monastery of San Simeone
 Abbazia di San Benedetto in Fundis / Abbey of San Benedetto in Fundis
 Chiesa della Madonna della Neve / Church of the Madonna della Neve
 Cappella della Madonna del Tresto / Church of the Madonna del Tresto
 Chiesa di San Michele Arcangelo / Church of San Michele Arcangelo
 Chiesa di San Nicolò / Church of San Nicolò
 Oratorio di San Giovanni Decollato / Oratory of San Giovanni Decollato
 Luogo di nascita del Protomartire Sant'Ottone / Birthplace of the Protomartyr Sant'Ottone



3 CALVI - NARNI

Partenza / Departure: Chiesa di Santa Maria Assunta (Calvi dell'Umbria)
Arrivo / Arrival: Chiesa di San Francesco (Narni)
Distanza / Distance: 28 Km
Aumento di quota / Ascent from Departure: + 940 m
Perdita di quota / Descent from Departure: -1098 m
Difficoltà / Difficulty: media / medium
Fondo / Surface: sterrato - asfalto / gravel - asphalt road
Tempo di percorrenza / Length: 7 ore / hours
Fonti d'acqua / Potable Water: Sì / Yes
Punti di sosta / Rest Stops: Sì / Yes
Segnaletica / Signage: Sì / Yes

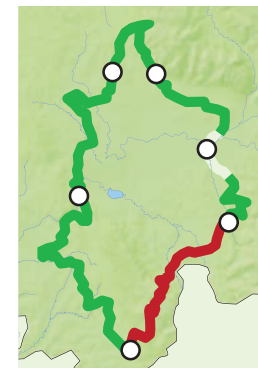


Cammino in pianura, ma reso difficile sia dalla lunghezza del percorso sia dai numerosi saliscendi che si susseguono fra le colline. Questa è la tappa più ricca di luoghi da visitare di tutto il cammino. Si inizia con la Chiesa di San Michele Arcangelo, antica abbazia benedettina, a Schifanoia, per poi proseguire con Santa Pudenziana, chiesa di origine romana, in origine abbazia benedettina, per finire con la imponente Rocca del cardinale Albornoz. Narni, terra di Sant'Adiuto, è città medioevale dal ricchissimo patrimonio storico, artistico e culturale; nota per la stupenda cattedrale e celebre per la corsa all'anello. La tappa si conclude alla Chiesa di San Francesco, datata al XIII secolo.

Path with flat stretches but made difficult both by the length and the many ups and downs of the hills. This is definitely the richest path of highly spiritual places of faith of our pilgrimage. It starts with the Church of St. Michele Arcangelo (Michael Arcangel), an old Benedictine Abbey in Schifanoia, and continues with the ancient Roman Church of St. Pudenziana and the church of St. Angelo in Massa, originally a Benedictine abbey, and finishes with the impressive Albornoz Fortress in Narni, the land of St. Adiuto. Narni is a marvelous medieval town with stunning treasures, famous for the magnificent cathedral and for the "Race to the Ring", a festival dedicated to the Patron Saint Giovenale (St. Juvenal). The thirteenth century Church of St. Francis is our arrival point.

DA VEDERE / Sights

Taizzano
 Chiesa di Sant'Angelo in Massa / Church of Sant'Angelo in Massa
Visciano
 Chiesa di Santa Pudenziana / Church of Santa Pudenziana
Schifanoia
 Chiesa di San Michele Arcangelo / Church of San Michele Arcangelo
Narni
 Centro storico / Historic Centre
 Museo Civico / Civic Museum
 Cattedrale di San Giovenale / Cathedral of San Giovenale
 Narni Sotterranea / Narni Underground
 Rocca di Albornoz / Albornoz Fortress
 Ponte Romano di Augusto / Ancient Roman Bridge of Augustus
 Luogo di nascita del Protomartire Sant'Adiuto / Birthplace of the Protomartyr Sant'Adiuto
 Chiesa di San Francesco / Church of San Francesco



2 STRONCONE - CALVI

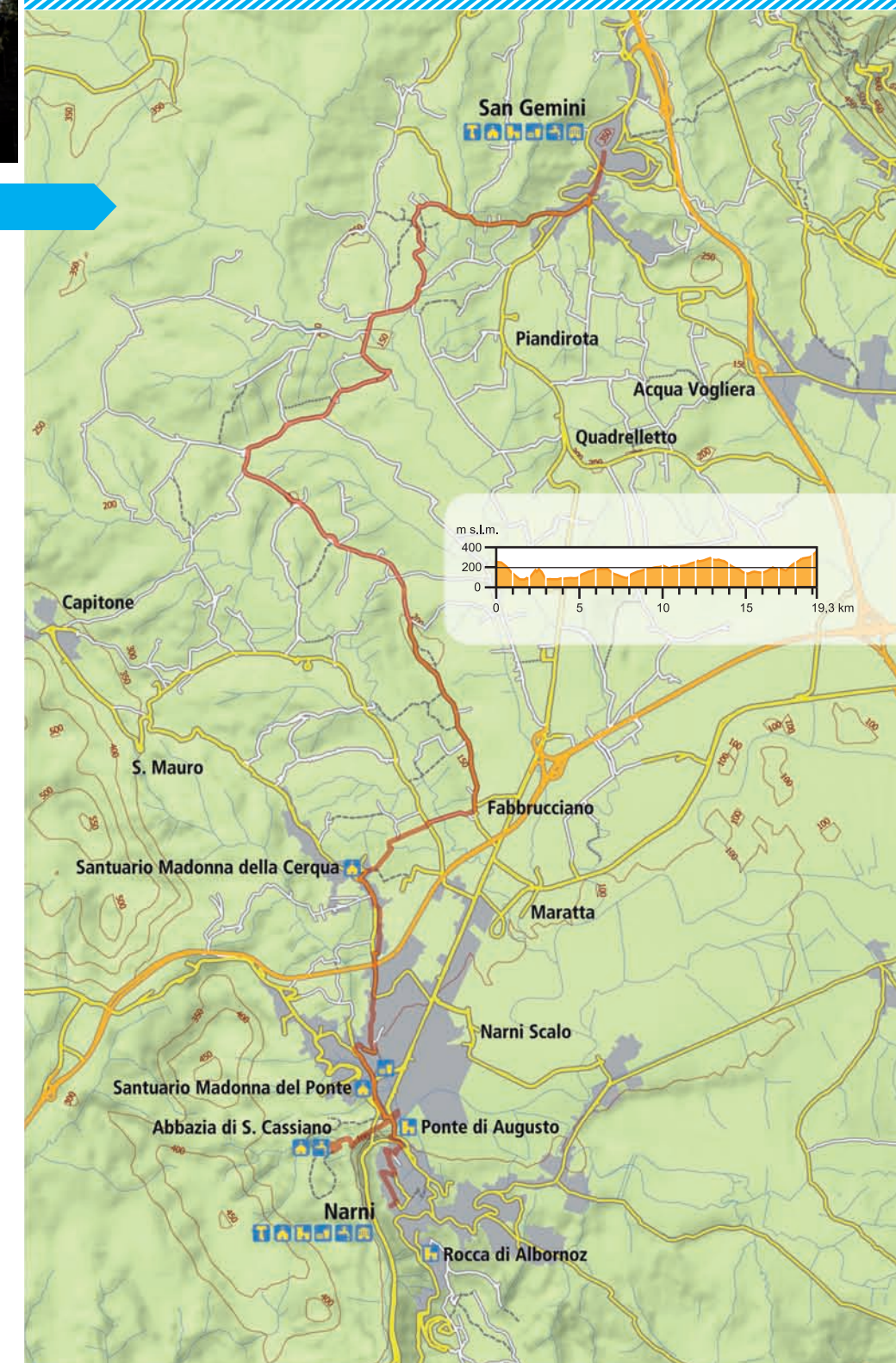
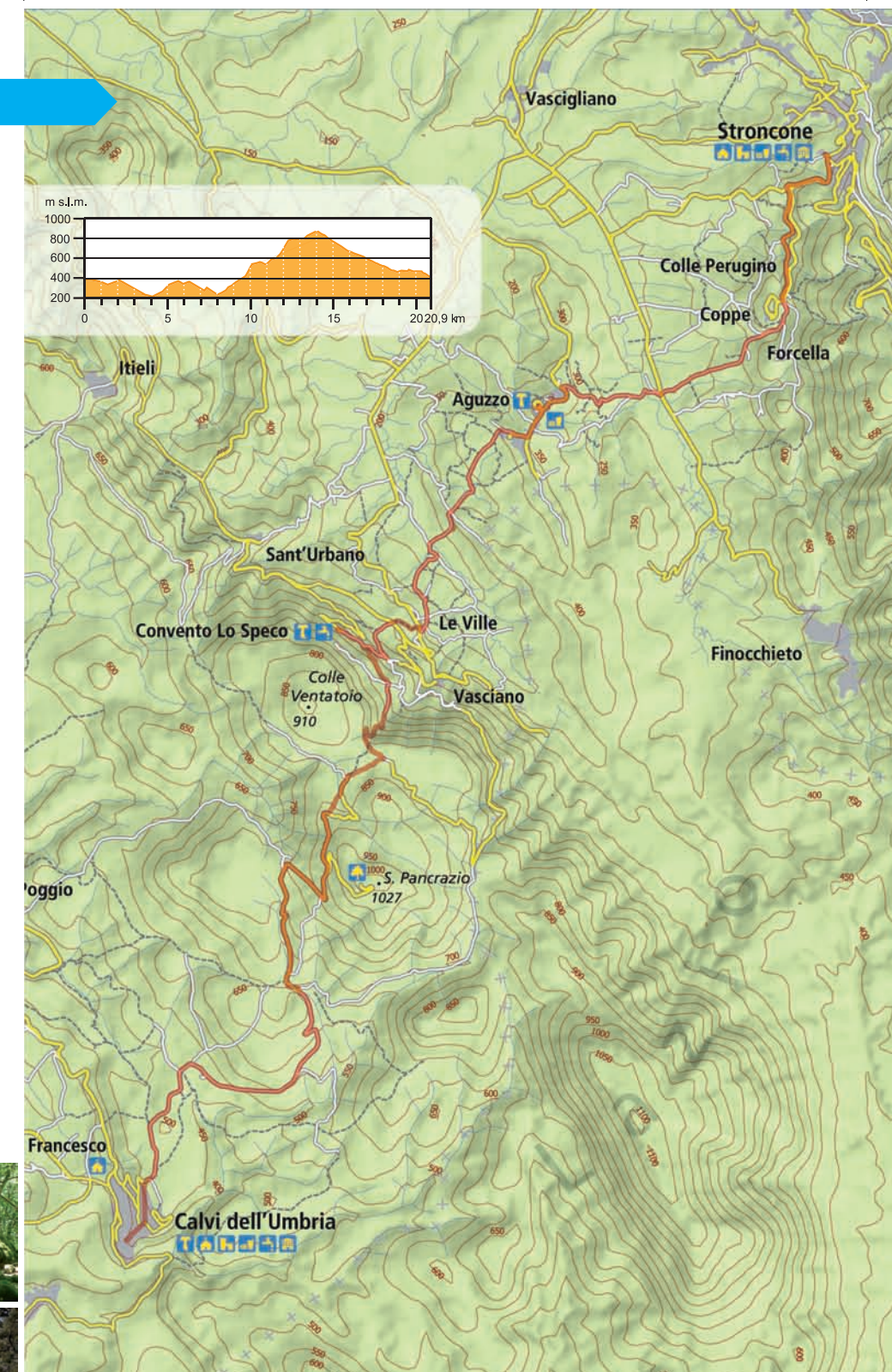
Partenza / Departure: Convento di San Francesco (Stroncone)
Arrivo / Arrival: Chiesa di Santa Maria Assunta (Calvi dell'Umbria)
Distanza / Distance: 21 Km
Aumento di quota / Ascent from Departure: +1109 m
Perdita di quota / Descent from Departure: -1096 m
Difficoltà / Difficulty: impegnativa / difficult
Fondo / Surface: sterrato / gravel
Tempo di percorrenza / Length: 7 ore / hours
Fonti d'acqua / Potable Water: Sì / Yes
Punti di sosta / Rest Stops: Sì / Yes
Segnaletica / Signage: Sì / Yes

Tappa che si svolge in mezzo alla natura. Percorso impegnativo, nella prima parte, per la presenza dei continui saliscendi tra le colline e per la forte ascesa al passo che conduce a Calvi. Visita di Aguzzo, città di Sant'Accursio, protomartire francescano. Lungo il cammino si visita l'Eremito di Sant'Urbano (Sacro Speco) dove San Francesco ha soggiornato. Il luogo fu ribattezzato la "Cana dell'Umbria" dal miracolo che vide l'acqua essere tramutata in vino ad opera del Santo. Il cammino termina a Calvi dell'Umbria, città di San Berardo. In questo luogo si conserva un Presepe monumentale in terracotta del Cinquecento, unico in Umbria. La tappa si conclude presso la Chiesa di S. Maria Assunta.

Challenging path due to the ups and downs of the hills and to a high mountain pass towards Calvi dell'Umbria. Pleasant walking through natural surroundings in which to enjoy marvelous landscapes. Just after Aguzzo, the village of St. Accursio, Franciscan protomartyr, the route leads to the Hermitage of St. Urban called the Sacred Hermitage where St. Francis, during his stay, turned water into wine. For this reason, the poor of Assisi renamed this place the "Umbrian Cana". In Calvi dell'Umbria, at the little town of St. Berardo, our walk comes to an end. Here we can admire a monumental earthenware Nativity of standing figures of the 16th century attributed to Giacomo and Raffaele from Monterale. The Church of St. Maria Assunta is our arrival point.

DA VEDERE / Sights

Aguzzo
 Luogo di nascita del Protomartire Sant'Accursio / Birthplace of Protomartyr Sant'Accursio
Calvi dell'Umbria
 Centro storico / Historic Centre
 Luogo di nascita del Protomartire San Berardo de' Leopardi / Birthplace of Protomartyr San Berardo de' Leopardi
 Chiesa della Trinità / Church of the Trinità (Holy Trinity)
 Chiesa di San Francesco / Church of San Francesco
 Chiesa di Santa Maria Assunta / Church of Santa Maria Assunta
 Chiesa di Santa Brigida e Museo del Monastero delle Orsoline / Church of Santa Brigida and Museum of the Orsoline Convent



4 NARNI - SAN GEMINI

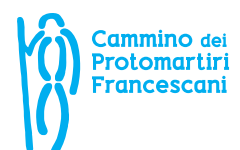
Partenza / Departure: Chiesa di San Francesco (Narni)
Arrivo / Arrival: Chiesa di San Francesco (San Gemini)
Distanza / Distance: 20 Km
Aumento di quota / Ascent from Departure: + 731 m
Perdita di quota / Descent from Departure: -637 m
Difficoltà / Difficulty: media / medium
Fondo / Surface: sterrato-asfalto / gravel-asphalt road
Tempo di percorrenza / Length: 6 ore / hours
Fonti d'acqua / Potable Water: Sì / Yes
Punti di sosta / Rest Stops: Sì / Yes
Segnaletica / Signage: Sì / Yes

La tappa si sviluppa interamente nella splendida campagna fra Narni e San Gemini. Lungo il tracciato s'incontrano, in sequenza, la meravigliosa abbazia di San Cassiano del secolo X (qui il tempo sembra essersi fermato), l'antico Santuario della Madonna del Ponte, luogo frequentato dai pellegrini sin dall'antichità, e in loc. La Cerqua, il Santuario di Santa Maria della Quercia. Il cammino raggiunge, infine, San Gemini, incantevole borgo medioevale ricco di storia che diede i natali a San Pietro, protomartire francescano. La tappa termina presso la Chiesa di San Francesco.

For the entire way the route follows the beautiful countryside between Narni and San Gemini. Along the route you can visit first the beautiful tenth century Abbey of St. Cassiano (where time seems to stand still) and then the ancient Sanctuary of the Madonna del Ponte, place of pilgrimage since ancient times. La Cerqua, a very small village, surrounds the Sanctuary of Santa Maria della Quercia (St. Mary of the Oak Tree). San Gemini, St. Peter's birthplace, is an enchanting medieval village rich in history. The Church of St. Francis in San Gemini is our arrival point.

DA VEDERE / Sights

Narni
 Abbazia benedettina di San Cassiano / Benedictine abbey of San Cassiano
 Santuario e Chiesa di Santa Maria del Ponte / Shrine and church of Santa Maria del Ponte (St. Mary of the Bridge)
 Santuario e Chiesa di Santa Maria della Quercia / Church and Shrine of Santa Maria della Quercia
San Gemini
 Centro storico / Historic Centre
 Abbazia e Chiesa di San Nicolò / Abbey and church of San Nicolò
 Chiesa di San Francesco / Church of San Francesco
 Palazzo Vecchio / Town Hall
 Luogo di nascita del Protomartire Pietro De' Bonanti / Birthplace of the protomartyr Pietro De' Bonanti
 Chiesa di San Carlo / Church of San Carlo
 Museo "Guido Caloni" / "Guido Caloni" Museum



Per la descrizione dettagliata del percorso, il roadbook, le mappe e le altimetrie, si rinvia al sito www.camminoprotomartiri.it. The trail is well marked, but you can download gps coordinates from the website www.camminoprotomartiri.it