

Inhalt

Zur Entspannung	9
Reisezeiten	10
Anreise	12
Unterkunft	14
Wanderungen	20
Essen und Trinken	23
Wirtschaft und Politik	32
Geschichte	38
Kunst	47

Nord-Umbrien 50

Città di Castello	52
Gubbio	61
Monte Cucco	71
Gualdo Tadino	73

Am Trasimenischen See 75

Perugia 91

Umgebung von Perugia 112

Assisi 118

Die Valle Umbra 138

Spello 140

Foligno 148

Nocera Umbra 152

Bevagna 153

Montefalco 154

Trevi 159

Wanderungen am Rand der Valle Umbra 164

Spoletto 173

Die Valnerina, Norcia und die Monti Sibillini 185

Die Valnerina 187

Wanderungen in der Valnerina 194ff.

Cascia 196

Norcia 197

Die Monti Sibillini 206

Wanderungen bei Norcia

Südumbrisches Hügelland 216

Todi 218

Terni 226

Piediluco-See 229

Narni 232

Orvieto 238

Umgebung von Orvieto 251

Mit dem Fahrrad durch Umbrien 255

Touren 256

Die große Umbrien-Rundfahrt 262

Umbrien von A bis Z 273

Ärzte 273

Auskünfte 273

Autofahren 274

Einwohnerzahlen 275

Feiertage 276

Feste und Festspiele 276

Geldwechsel 277

Gepäck 277

Handwerk u. Kunsthandwerk 278

Kartenmaterial 278

Kinderoasen 279

Literatur 280

Märkte 280

Notfall-Adressen 281

Öffentl. Verkehrsmittel 281

Öffnungszeiten 282

Orientierung 282

Polizei 283

Post 283

Postleitzahlen 283

Preise 284

Telefonieren 284

Ortsverzeichnis 285

Kartenverzeichnis 288