



LE MARCHE

EKSISTENTIELLE OG SJÆLELIGE VANDRETURE I LE MARCHE!

GIV DIG SELV EN TIME-OUT I MARCHE. GIV SLIP OG FØLG DINE SANSER. VÆR FULDT TIL STEDE I NUET OG OPDAG, HVORDAN DE STORE OPLEVELSER LIGGER I DE SMÅ ØJEBLIKKE. KOM ROEN OG SKØNHEDEN I MØDE.

AT VANDRE ER AT LEVE.

Igennem årtusinder har man brugt vandringen til at skabe grundlag for ro, fordybelse og forandring. De antikke grækere brugte vandringen som middel til en højere erkendelse. Alle pilgrimme vandrer med den samme drivkraft, nemlig at forandre noget ved livet. At vandre er ikke en aktivitet på linje med andre aktiviteter, det er en væren, en kommen hjem til sig selv. En vandrer ved aldrig hvad præcist han eller hun får ud af vandringen – det ved man først når man er kommet hjem igen. Men ophøjet ro, fordybelse, poetisk skønhed, erkendelser, selvindsigt og inspiration er nogle nøgleord for disse vandreture i det skønne Marche i Italien.

Tag med på denne vandring, fordi du har brug for at forkæle dig selv og trænger til en oplevelse for livet. Her får du muligheden for at få den fornødne ro og simplicitet. Her får du et kæmpe rum med meget højt til himlen og du fjerner dig på et øjeblik fra hverdagens forrykte jag og rutiner. Her får du med andre muligheden for at komme helt tæt på dig selv. En vandretur kan noget helt særligt – men det at rejse til et andet land, møde nye mennesker, få vidunderlige oplevelser og udfordre sig selv, er noget helt specielt. Og din mobiltelefon vil ikke være i brug i samme omfang som du plejer – tag det som en digital afvænnings og eksistentiel tilvænnings!



MAGISKE MARCHE

Le Marche rummer hele Italiens skønhed med de smukke Appenninerbjerge, de bakkede landskaber, olivenlundene, vinmarkerne, det smaragdgrønne Adriaterhav, de antikke romerske hærveje omkranset af lysende solsikkemarkers og vidunderlige kulturelle byperler. Og du kan få det hele mere eller mindre for jer selv, da turismen er begrænset i forhold til de noget overrendte Toscana og Campania regioner

Marche er Naturskønhed og som på magistral vis sætter rammen for vores væren og fysiske vandretur. Masser af smukke floder har deres udspring her. Her og der titter klosterkirker og middelalderbyer frem og tiden er ganske enkelt gået i stå her. Fyldt med løvskove, orkidéer og de store frie og åbne vidder så er her med andre ord rig lejlighed til at blive et med dig selv. Blandt nogle af bjergenes og dalenes beboere er ulve, kongeørne, vildsvin og hornugler. Indimellem når du skuer ud over dalene og de kuperede landskaber, skuer du Adriaterhavet

i baggrunden. Læg hertil olivenlunde, citronplantager, grønne enge, Marche's bakkede karakteristiske landskaber og vinmarker i vidunderlig sol og med knaldblå himmel, så er scenen sat!

Om aftenen gør vi holdt i en af disse små idylliske og stemningsfyldte middelalderbyer for et godt italiensk måltid, meningsfulde samtaler og overnatning på et hyggeligt hotel/Agiturismo. Altsammen inden vi bevæger os ud i naturen igen næste morgen. Hvis du søger fred i sindet, så er dette stedet at være!



GÅ MARCHE I MØDE!

Vandringen foregår i Appenninerbjergene i Le Marche. Appenninerne er en 1200 km lang bjergkæde der løber parallelt med Adriaterhavskysten fra Alperne i nord til Calabrien i syd. Appenninerne er "skåret" og formet på helt unik og spektakulær vis som på alle måder tager vejret fra dig! Vores vandreture foregår i nationalparken Monte Sibillini. Vi vandrer op i Sibillini bjergene, hvor vi f.eks kan beundre de særprægede stenformationer *Lame Rosse*. De har en karakteristisk, rød farve og ligner spir og tårne som følge af en lang erosionsproces.

I Monte Sibillini bjergene har vi base i byen Fiastra, en lille landsby ved den smukke sø af samme navn. Det krystalklare vand står i skarp kontrast til de grønklædte Sibillini bjerge, som indrammer landsbyen på smukkeste vis.

Andre vandreture tager udgangspunkt i nationalparken Gola della Rossa som er Marche regionens størst beskyttede parkareal. En del af vandreturene foregår i Frassasi Kløften. Et af højdepunkterne er de mange

huler langs bunden af dalen, mens Sentinum flodens klukken og specielle duft fortryller dine sanser, Enting er sikkert: Le Marche byder på mageløs natur og smukke bjergtinder.

Alternativt kan der også vandre en meget smuk og spirituel camino omkring den smukke hellige katolske by, pilgrimsbyen Loreto. Loreto kan sagtens konkurrere med Santiago de Compostela i storhed, spiritualitet og skønhed. Og her vil du møde masser af andre mennesker/pilgrimme på vandring. Området



omkring Loreto er mere kuperet, bakket og tilgængeligt og lægger op til vandring gennem små borgbyer og landsbyer.

HVORDAN VIL DU VANDRE? DU SAMMENSÆTTER PROGRAMMET!

Noget af det bedste ved at rejse er, at gøre lige præcis hvad man brænder for og hvad man lader sig føre af. Derfor synes vi er, at det er en luksus selv at sammensætte, hvad en vandretur og aktivferie skal have af rammer og indhold.

En rejse skal være fleksibel: Vil du bo i byen, i bjergene, i dalene? Skal det være 2 eller 3 dages vandring? Skal det være en "afslappet" tur eller skal du have kilometer i benene? Hvilken sværhedsgrad skal vandringen være, let eller hård? Det som du skal tænke over er, hvilken tur du ønsker at få. Vil du heller bruge tiden til at kigge indad og få en personlig tur for dig selv? Eller vandre sammen med venner eller kollegerne? Eller sammen med andre mennesker som du ikke kender og opleve det fællesskab, der opstår undervejs?

Vil I kombinere vandringer med den lokale storslåede gastronomi eller foretrækker I at tage vandrestøvlerne på og lade jer opsluge af naturen? Besøge et vinhus til vinsmagning og oste? Stå sent op eller slutte tidligt? Gå ½ dages ture og se andet af vores smukke region? Alt er muligt og husk at Italien har en hel verden at byde på!

Kontakt os på www.lemarche.dk, skriv til: info@lemarche.dk eller ring på +4520645248 til Maximilian.

Vi vil meget gerne tilrettelægge et program, der lever op til jeres ønsker. Tal med os, hvis I har særlige ønsker eller ønsker inspiration eller forslag til vandreturens rammer, længde og indhold. Et præcist program er fleksibelt og afhænger bl.a af rejsetidspunkt, længde og ønsker. Vi elsker og kender vores region rigtig godt og vi deler gladeligt ud af vores erfaringer og viden!

Foreløbigt og grundet hensyn til den fortsatte pandemi og med mulige restriktioner in mente, har vi sat vandreturene til:

Marts 2023

April 2023

Maj 2023

Juni 2023

TIPS TIL TRANSPORT

Lufthansa flyver 2 gange dagligt til Ancona med kort stop i Munchen. Lufthavnen i Ancona befinder sig 10 minutter væk fra Ancona centrum. Ellers er der mulighed for at flyve til Rom eller Bologna og så tage derfra med toget til Ancona. Der er også mulighed for at tage toget fra København. Vi står klar til at hjælpe med informationer og råd til rejsen.

Vi ser frem til sammen med jer, at finde lige præcis de helt rigtige økonomiske og indholdsmæssige rammer som I ønsker til jeres ophold i Italien.

Har du spørgsmål eller vil du have flere informationer så skriv endelig til info@lemarche.dk eller ring til Maximilian på 20 64 52 48.

Vi glæder os til nogle vidunderlige dage sammen med jer.

Benvenuti in Italia.

På vegne af Le Marche.dk
Maximilian og Francesca

