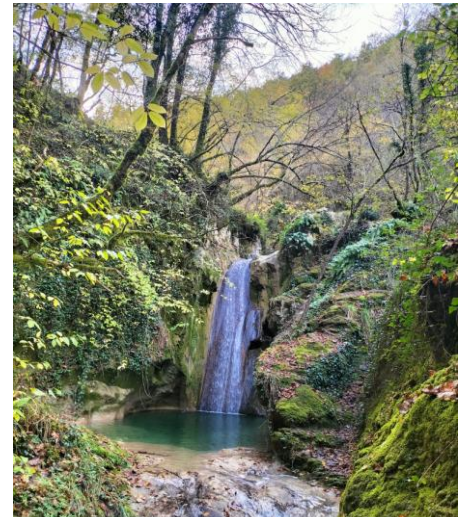


### Domenica 23 Marzo 2025

## Cresta del M.Tancia e Fosso di Valle Gemini

### Monti Sabini



**DIFFICOLTÀ ESCURSIONE:** E  
**DISLIVELLO SALITA:** 1.050 mt  
**LUNGHEZZA:** 14 km  
**DURATA:** 6 ore (escluse le soste)  
**MEZZO DI TRASPORTO:** Auto propria  
**LUOGO DI RITROVO:** Terni – Parcheggio Viale Prati  
**ORA DI RITROVO:** 7,50 **ORA DI PARTENZA:** 8,00  
**REFERENTI:** Chiara Croce (Tel. 328 2015955) - Anna Rita Ottaviani (tel. 347 3207125)

Un itinerario di media lunghezza e grande soddisfazione, che si sviluppa a ferro di cavallo. Si parte a quota 828 m. dal valico dell'Osteria del Tancia nel comune di Monte S. Giovanni in Sabina (RI). Poco dopo iniziato a percorrere una sterrata, s'imbocca subito una traccia di sentiero che ci condurrà a risalire il filo della lunga ed ampia cresta fino a raggiungere il **M. Tancia** (1.292 mt), la più alta dei monti Sabini, dalla quale si potrà ammirare un vasto panorama sui grandi massicci dell'Appennino centrale e sul versante tirrenico, nonostante la quota non elevata. Discendendo e riguadagnando più volte il filo del crinale, attraversando poi in discesa una bella faggeta, si aprirà davanti a noi la piacevole radura erbosa di Poggio Perugino, bordata da faggi e aceri (1077 mt). Da qui si percorrerà il bellissimo **Fosso di Valle Gemini**, al termine del quale, con una piccola deviazione, si arriva al piccolo eremo rupestre della **Grotta di San Michele**, ricavata nei pressi di una parete di roccia a strapiombo. Al termine, l'escursione ci farà scoprire - in un piccolo angolo nascosto - la suggestiva attrazione naturalistica delle **Pozze del Diavolo** e piccole piscine naturali lungo il sentiero. Il percorso, a tratti non segnato e poco evidente, non presenta particolari difficoltà tecniche. Non sono presenti fonti d'acqua lungo l'itinerario.

*Per partecipare all'escursione inviare una E-MAIL di PRE-ISCRIZIONE al referente [croce\\_chiara@libero.it](mailto:croce_chiara@libero.it) indicando nome, cognome e numero di telefono oppure un MESSAGGIO WHATSAPP al n. 328 2015955. Attendere CONFERMA DI ACCETTAZIONE per considerare l'iscrizione completata.*