

# Giovedì 4 Giugno 2026

## Lago della Duchessa

Riserva naturale montagne della Duchessa-Gruppo Terre Alte



**DIFFICOLTÀ ESCURSIONE:** E  
**DISLIVELLO SALITA:** 1000 m.  
**LUNGHEZZA:** 15 km.  
**DURATA:** 6 ore (escluse le soste)  
**MEZZO DI TRASPORTO:** Auto propria  
**LUOGO DI RITROVO:** Terni – Parcheggio Voc. Staino  
**ORA DI RITROVO:** 7.45 **ORA DI PARTENZA:** 8.00  
**REFERENTI:** Leombruno Mammoli (Tel.3386631622 )  
Franco Capitoli (Tel.3286110959)

Escursione ad anello con partenza da Cartore (950 m.), dove prenderemo il sentiero 101 lungo la Val di Teve. Giunti a Capo Teve si prende il sentiero 103 verso il Passo di Malopasso (1926 m.) per proseguire verso il Lago della Duchessa (1800 m.) Dopo aver costeggiato il lago si prende il sentiero 102 e, attraverso il vallone del Cieco e la val di Fua, si torna a Cartore.

*N.B. Per una corretta PRENOTAZIONE inviare la propria adesione alla mail delle Terre Alte ([terrealte.caiterni@libero.it](mailto:terrealte.caiterni@libero.it)) oppure contattare i direttori dell'escursione*