

### 07 Maggio 2026

## Monte ASPRA

Catena Montuosa della Valle del Nera  
Gruppo Terre alte



**DIFFICOLTÀ ESCURSIONE:** E  
**DISLIVELLO SALITA:** 600  
**LUNGHEZZA:** 13 km  
**DURATA:** 5 ore (escluse le soste)  
**MEZZO DI TRASPORTO:** Auto propria  
**LUOGO DI RITROVO:** Terni – Parcheggio STAINO  
**ORA DI RITROVO:** 7,45    **ORA DI PARTENZA:** 8,00  
**REFERENTI:** Felice Triolo (Tel.3476512867)  
Ivaldo Grassi (Tel 3207661327)

Dalla località del Salto del Cieco si sale per sterrata fino alla forca di Monteleone; si sale poi per sentiero fino al Laghetto D'Aspra. Seguendo la cresta del monte Aspra si raggiunge la cima. Si scende poi per prati lato sud ovest e per sentiero fino a ritornare alla località di partenza.

*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*