

TOP CAMMINO DEL LAGO TURANO - TRACCIATO COMPLETO 6 TAPPE

↔ 97,7 km

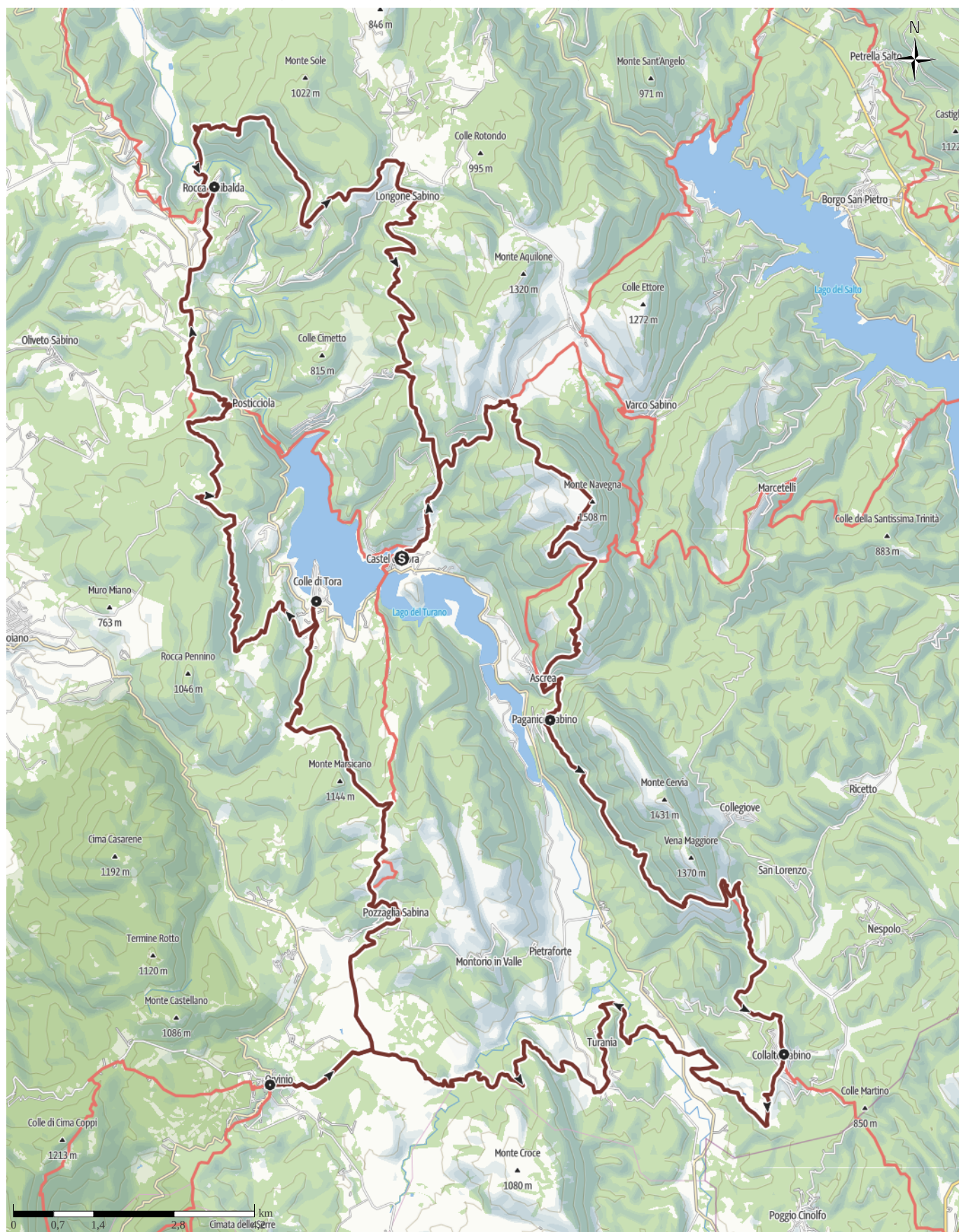
⌚ 33:25 h

▲ 4.443 m

▼ 4.460 m

Difficoltà

media

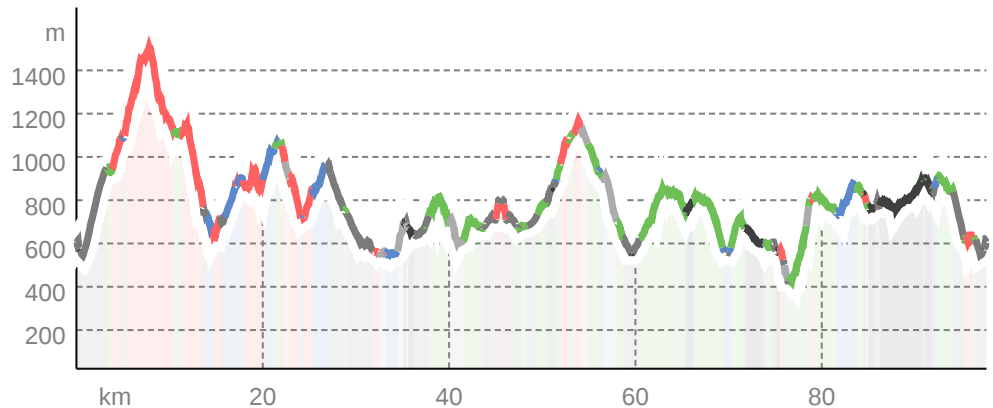


Base cartografica: cartografia di Outdooractive; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org)

Tipo di strada

Asfalto	21,6 km
Strada	10,5 km
sterrata	
Sentiero	30 km
naturalistico	
Sentiero	18,2 km
Strada	10,8 km
Sconosciuto	6,5 km

Profilo altimetrico



Dati del percorso

Cammino

Distanza	↔ 97,7 km
Durata	🕒 33:25 h
Salita	⬆ 4443 m
Discesa	⬇ 4460 m

Difficoltà	media
Fitness	●●●●●
Tecnica	T1
Altitudine	1.506 m 422 m

Periodo consigliato

GEN	FEB	MAR
APR	MAG	GIU
LUG	AGO	SET
OTT	NOV	DIC

Valutazioni

Autori

Emozione	●●●●●
Paesaggio	●●●●●

Altri dati

Proprietà

Raggiungibile con mezzi pubblici	Itinerario a tappe
Panoramico	Rilevanza storico-culturale
Interesse geologico	Flora
Fauna	Percorso consigliato
Passaggio in vetta	Dog-friendly

Classificazione

- 🔄 Percorso ad anello
- 🍴 Punti di ristoro lungo il percorso



Camminando Con

Ultimo aggiornamento: 23.02.2026



Pubblicato da
Vivi Turano

02020 Castel di Tora
Rieti

camminodelturano@gmail.com

Mappa completa del

CAMMINO DEL LAGO TURANO (6 giorni)

con tutte le tappe che lo compongono, che collegano tra loro

12 borghi

, e tra di loro la Valle col

LAGO DEL TURANO

e le sue acque verde azzurre su cui specchiarsi. Un territorio ricco di storia, cultura, tradizioni e natura, protetta dalla **Riserva Naturale Navegna-Cervia**, dove cammineremo.

Vieni a scoprire la **VALLE DEL TURANO!**

nota: se cerchi il **CAMMINO DEL LAGO TURANO "BREVE" (3 giorni)** lo trovi **QUI**: <https://out.ac/3xGcpt>

Vedi le singole tappe per descrizioni dettagliate:

Tappa 1: Castel di Tora-Ascrea-Paganico Sabino
<https://out.ac/3wflPM>

Tappa 2: Paganico Sabino-Collalto Sabino
<https://out.ac/3wfsq4>

Tappa 3: Collalto Sabino-Turania-Orvinio
<https://out.ac/3xlttH>

Tappa 4: Orvinio-Pozzaglia Sabina-Colle di Tora
<https://out.ac/3wfoqc>

Tappa 5: Colle di Tora-Posticciola-Rocca Sinibalda
<https://out.ac/3wfosM>

Tappa 6: Rocca Sinibalda-Longone Sabino-Stipes-Castel di Tora
<https://out.ac/3wfotG>

Consiglio dell'autore

Nota importante per i camminatori

- Il Cammino è attualmente in fase di verifica e ottimizzazione grazie anche alla segnalazione da parte dei camminatori. Sono in corso i lavori per garantirvi un'esperienza sicura e piacevole. Al momento non è ancora presente una segnaletica dedicata all'intero percorso. Per questo motivo, è consigliato scaricare e seguire la traccia GPX, così da orientarsi correttamente lungo le tappe.

INFO: camminodelturano@gmail.com

WEB: viviturano.com/cammino-del-lago-turano
 (online da Aprile 2026)

= = =

*Per vivere al meglio il **Cammino del Lago Turano**, si consiglia di intraprendere il percorso durante le stagioni primaverili o autunnali, quando i paesaggi sono al loro massimo splendore e il clima è ideale per camminare. Non dimenticate di portare con voi una buona scorta d'acqua, abbigliamento adatto e una fotocamera per catturare i momenti più suggestivi del vostro viaggio. Buon cammino!*

RISPETTARE IL TERRITORIO:

Non gettare per terra fazzoletti di carta, lattine, bottiglie di vetro o plastica, carte di caramelle e men che meno mozziconi o pacchetti di sigarette.

Riporta a casa i tuoi rifiuti o aspetta di trovare un cestino.

Rispetta la flora, la fauna e le colture, non

asportare frutti o piante selvatiche; potrebbero essere state oggetto di trattamenti fitosanitari.

Segnala in municipio eventuali situazioni di disordine o comportamenti anomali

Indicazioni sulla sicurezza

Ricordati di valutare bene il tipo di percorso che stai affrontando, le località che prevedi di attraversare e la stagione in corso.

Ha piovuto? Attenzione! I sentieri saranno più scivolosi e quindi bisogna essere più cauti.

Consulta le previsioni del tempo che, pur restando previsioni, senza dubbio ti aiuteranno.

Lasciate sempre detto a qualcuno dove siete diretti e quanto tempo avete previsto per la vostra escursione.

Il numero telefonico in caso di emergenza è il 112 (non occorre prefisso telefonico).

Gli enti locali e le associazioni presenti sui territori interessati non si assumono alcuna responsabilità di ordine giuridico per eventuali danni o incidenti a persone e cose che possano verificarsi lungo gli itinerari segnalati.

Attrezzatura

Le escursioni richiedono abbigliamento e attrezzatura specifica. Anche in occasione di uscite relativamente brevi e agevoli, è sempre meglio essere ben equipaggiati per non incorrere in spiacevoli sorprese e per fronteggiare imprevisti come ad esempio un temporale improvviso o un calo di energia: anche gli imprevisti fanno parte del divertimento!

Cosa portare durante un'escursione:

- calzature adeguate di buona qualità
- bastoncini telescopici
- abbigliamento di ricambio in base alle condizioni meteo ed al numero delle giornate di trekking
- scorta d'acqua adeguata in base al proprio fabbisogno (da 1 a 2 litri considerando temperatura, possibilità di rifornimento, durata del percorso), una bevanda calda se è inverno
- telo termico
- snack (per esempio, frutta secca o barrette)
- giacca antivento e antipioggia
- mini kit di pronto soccorso (bende, cerotti di varia misura e anti vescica, salviette disinfettanti, garze sterili, forbicine, pinza leva zecche, guanti in lattice, farmaci personali ...)
- maglia e calze di ricambio

- coltellino, multiuso se possibile
- crema solare
- occhiali da sole
- cappello e guanti nei mesi invernali
- torcia, meglio se frontale
- batteria di riserva o una batteria ausiliaria esterna per il telefono (power bank)

Materiale informativo

Mappa

Valle del Turano - edita da Riserva Navegna-Cervia

Mappe e guide

L'associazione

CAMMINANDO CON

, l'unica con sede nella Valle del Turano, ha Guide Escursionistiche esperte del territorio in grado di accompagnare in sicurezza Gruppi grandi e piccoli. info: Camminando Con camminandocon@gmail.com

Consigli e raccomandazioni aggiuntive

Iniziate il cammino di buon'ora, al mattino: è fonte di piacevoli scoperte ed anche di maggior sicurezza. L'abbigliamento deve essere essenziale e sempre adeguato alla stagione. E' consigliabile indossare indumenti non ingombranti, traspiranti e che si asciugano velocemente.

Prevedete tappe adeguate ai vostri interessi e alla vostra preparazione.

Vestitevi "a strati" per meglio adattarsi alle condizioni climatiche

Carta e bussola sono strumenti indispensabili. E' importante per la vostra sicurezza saperli usare bene

E' indispensabile documentarsi a casa consultando carte e guide e/o i siti specializzati o persone che hanno già fatto il percorso.

E' utile tenere informati amici e/o familiari sul vostro percorso.

Se cammini da SOLO, avvisa sempre qualcuno del percorso che farai (per es. la struttura dove dormirai..)

Direzioni da seguire

Punto di partenza

Castel di Tora

Coordinate:

DD: 42.215634, 12.964494

DMS: 42°12'56.3"N 12°57'52.2"E

UTM: 33T 331990 4675724

w3w: ///tatuare.fondale.inseguo

Punto di arrivo

Castel di Tora

Direzioni da seguire

E' sempre consigliato scaricare la traccia gps per evitare situazioni sgradevoli e vivere un'esperienza all'insegna del divertimento.

Segui i segnali **CAI** e quelli del **CAMMINO DEL LAGO TURANO**, scarica questa traccia sul tuo dispositivo mobile, e se vuoi stampare una copia cartacea, il documento formato .PDF è già disponibile!

Come arrivare



Il percorso è raggiungibile comodamente con mezzi pubblici.

Mezzi pubblici

BUS

Castel di Tora e tutti gli altri borghi, tranne Orvinio, sono serviti da bus Co.Tra.L. che operano tra Carsoli e Rieti, tre corse nei giorni feriali, due il sabato.

Orvinio dai bus sulla linea Tivoli-Poggio Moiano

TRENO

stazione di Carsoli, raggiungibile da Roma Termini e Roma Tiburtina.

AEREO

Gli aeroporti più vicini alla Valle del Turano sono quelli di:

FCO-Aeroporto di Roma-Fiumicino, a 32 Km dal centro di Roma, ed a circa 70 km dalla Valle del Turano

CIA-Aeroporto di Roma-Ciampino a circa 15 Km dal centro di Roma e a circa 50km dalla Valle del Turano

Da entrambi gli scali è possibile raggiungere le stazioni di Roma Termini e/o Roma Tiburtina, e da lì proseguire il viaggio in treno/bus verso Carsoli e/o Rieti.

Come arrivare

AUTO

Percorrendo l'autostrada A24 Roma-l'Aquila le uscite più vicine sono:

-Uscita Carsoli-Oricola per Castel di Tora (20km) e Collalto (12 km)

-Uscita Vicovaro-Mandela per Orvinio (20km)

Provenendo dalla via Salaria SS4, uscita Osteria Nuova e poi 24 km per Castel di Tora o 20km per Orvinio

Dove parcheggiare

nessun problema di parcheggio