

TOP CAMMINO DEL TURANO - TAPPA 6: Rocca Sinibalda - Longone Sabino - Stipes - Castel di Tora

↔ 19,9 km

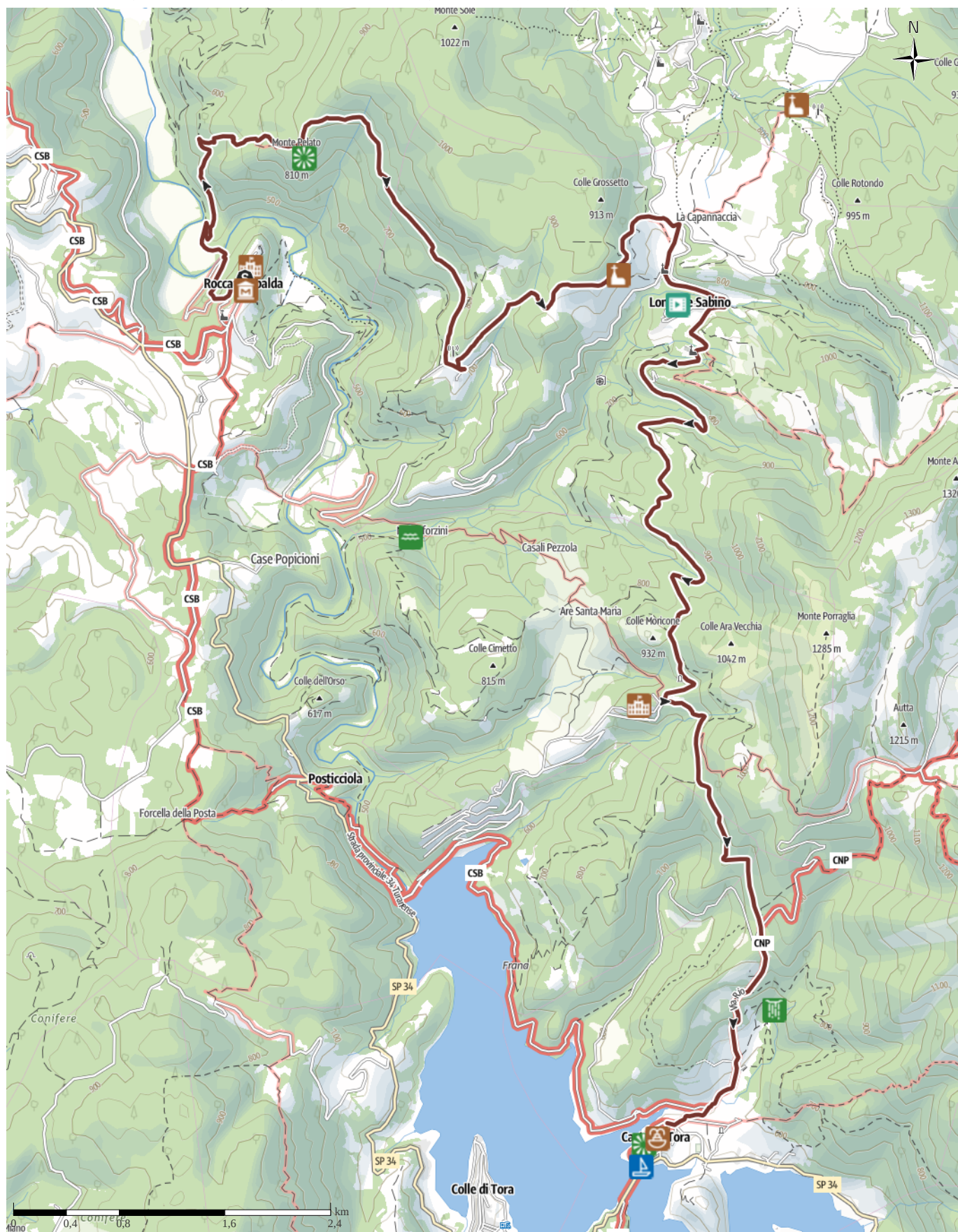
⌚ 6:30 h

▲ 840 m

▲ 856 m

Difficoltà

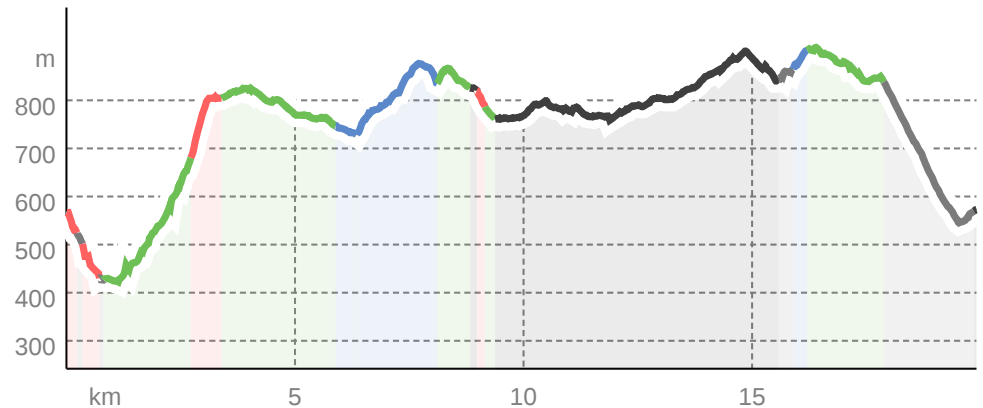
media



Tipo di strada

Asfalto	2,5 km
Strada	2,5 km
sterrata	
Sentiero	7 km
naturalistico	
Sentiero	1,5 km
Strada	6,4 km
Sconosciuto	0 km

Profilo altimetrico



Dati del percorso

Cammino

Distanza	↔	19,9 km
Durata	🕒	6:30 h
Salita	⬆️	840 m
Discesa	⬇️	856 m

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

Periodo consigliato

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

Valutazioni

Autori

Emozione ●●●●●

Paesaggio ●●●●●

Community

Altri dati

Proprietà

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

Classificazione

🍴🕒 Punti di ristoro lungo il percorso



Camminando Con

Ultimo aggiornamento: 08.02.2026

Pubblicato da
Vivi Turano02020 Castel di Tora
Rieti

camminodelturano@gmail.com

La sesta tappa ed ultima tappa del

Cammino

ci porta da

Rocca Sinibalda

a Castel di Tora, passando per

Longone Sabino

e

Stipes

, con vedute panoramiche da

Colle Pelato

e visite all'

abbazia di San Salvatore Maggiore

e alla

cascata delle Vallocchie

, chiudendo l'anello del cammino con un tuffo nelle acque verdi-blu del

lago del Turano

Dal centro di

Rocca Sinibalda

scendiamo verso la

Val Turano,

imboccando il sentiero

375

che parte alle spalle del bar.

Raggiunta la strada bianca, la seguiamo oltrepassando il ponte sul **fiume Turano**, dove notiamo sulla destra anche la vecchia mola, e dopo circa 400 metri prendiamo sulla destra il sentiero 375 che sale nel bosco: in circa un'ora arriveremo sulla sommità di **Colle Pelato**, dalla quale faremo una breve deviazione di 300 metri verso destra per un affaccio panoramico su **Rocca Sinibalda** e sul suo **castello monumentale**, una vista veramente spettacolare!

Tornati sul percorso principale, continuiamo lungo i 2,5 km di strada bianca che conducono alla località **Trampani**, dove possiamo riempire le borracce e poi deviare sinistra seguendo le indicazioni per l'**abbazia di San Salvatore Maggiore**. Giunti in vista di **Longone Sabino**, prima ci affacciamo al **Conventino**, un'antica struttura del XII secolo edificata dai francescani, oggi privata, e poco più avanti suggeriamo la deviazione verso l'abbazia (**TRACCIA** : <https://out.ac/leWZIk> sentiero **375B** 1,5 km – 25' solo andata): un vero tesoro del territorio che va vista con i propri occhi! Tornati sui nostri passi, entriamo nel borgo di **Longone Sabino**, di origine longobarda del VI secolo, dove è possibile usufruire della stupenda ospitalità presso la bottega di Vera e Maria, visitare **U Cinemittu** – il **cinema più piccolo d'Italia** – o pernottare nel nuovissimo ostello.

Usciamo dal paese e proseguiamo sulla strada asfaltata poco frequentata SP33 per 4,5km fino ad arrivare a **Stipes**: qui consigliamo una visita al centro storico, con il **palazzo Turchetti** e i resti della rocca medievale, prima di riprendere il cammino sul

sentiero 321 alla nostra sinistra, direzione **Vallecupola**. Dopo circa 500mt, invece di proseguire a sinistra in salita, tiriamo dritto verso il **lago del Turano-Castel di Tora**, da qui in poi la strada è tutta in discesa. Attraversiamo l'incrocio con la strada asfaltata e proseguiamo scendendo strada cementata e, poco prima di arrivare a **Castel di Tora**, quando saremo accanto all'agriturismo La Posta, possiamo visitare con una breve deviazione la **Cascata delle Vallocchie**, ideale per una sosta rinfrescante nelle giornate più calde. Ripresa la strada in discesa, dopo solo 10' siamo alle

pendici del borgo.

Complimenti: avete percorso l'ultima tappa del Cammino del Turano!

Ora vi meritate un premio, e qui le possibilità sono tante: un tuffo nelle acque verdi-blu, una visita nei vicoli del borgo, un tour del lago in barca elettrica, un aperitivo vista lago... a Voi la scelta!

Consiglio dell'autore

- *affacciati dalla sommità di*

Colle Pelato

per ammirare

Rocca Sinibalda

e il suo Castello dall'alto

- *a **Trampani** riempi la borraccia al fontanile*

- *prima di arrivare a Longone, affacciati al **Conventino** del XIII secolo*

- *fai una deviazione (**TRACCIA**) per visitare l'**Abbazia di San Salvatore Maggiore**, per secoli crocevia del territorio*

- *visita il centro di **Longone**, fai una sosta alla Bottega di Vera, scopri **'U Cinemittu!***

- *visita il centro storico di **Stipes***

- *fai una deviazione per ammirare la **Cascata delle Vallocchie***

- *fermati a dormire a Castel di Tora, magari in una **CASA VISTA LAGO**, per goderti il meritato relax, e il giorno successivo esplora*

*il lago col tour sulla barca elettrica **THIORA** con **VIVI TURANO** e visita **Borgo Monte Antuni** con **CAMMINANDO CON***

Indicazioni sulla sicurezza

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

Attrezzatura

Attrezzatura standard da Escursionista: portare acqua, snack, copricapo, abbigliamento adatto alla stagione, scarpe con buona aderenza, bastoncini consigliati.

Materiale informativo

Mappa

Valle del Turano - edita dalla 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](mailto:camminandocon@gmail.com)

Consigli e raccomandazioni aggiuntive

Direzioni da seguire

Punto di partenza

Rocca Sinibalda

Coordinate:

DD: 42.275036, 12.925710

DMS: 42°16'30.1"N 12°55'32.6"E

UTM: 33T 328950 4682397

w3w: ///caduto.parenti.ridi

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 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 CoTraL da Rieti e Carsoli

Come arrivare

per Rocca: Via Salaria SS4, uscita Ornaro
per Castel di Tora: Via Salaria, uscita Osteria Nuova,
OPPURE RM-AQ uscita Carsoli (18km)

Dove parcheggiare

vicino al Comune-Bar

Punti di interesse



Suggerimenti dell'autore



1 Castello di Rocca Sinibalda

Pubblicato da: Vivi Turano

Suggerimenti dell'autore



2 museo Agapito Miniucchi

piazza della vittoria 15

02026 rocca sinibalda

☎ 0765 708001

<https://www.comune.roccasinibalda.ri.it/it/page/contatti-23>

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore



3 colle Pelato

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore



4 Pesca Sportiva - il paradiso delle trote

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore



5 Conventino - XIII secolo (S.Antonio da Padova)

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore



6 Abbazia San Salvatore Maggiore

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore



7 U Cinemittu - il cinema più piccolo d'Italia

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore



8 Palazzo Turchetti (ex Cesarini-Sforza)

Pubblicato da: Vivi Turano





Suggerimenti dell'autore

 Cascata

9 Cascata delle Vallocchie

loc Rio,
Castel di Tora

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore

 Noleggio barche

**10 Tour lago con battello elettrico
THIORA - www.viviturano.com**

Pubblicato da: Vivi Turano



Suggerimenti dell'autore

 Fontana

11 fontana del Tritone

piazza san giovanni
02020 castel di tora

Pubblicato da: Vivi Turano



 Punti panoramici

12 Castel di Tora

castel di Tora

<http://www.turano.it>

Pubblicato da: Fondazione Mazzola - Sentieri per tutti

Apri il percorso sul tuo smartphone



Scannerizza questo codice QR e
salva questo percorso per l'uso
offline, condividilo con gli amici e
altro...

Sito web

<https://out.ac/3wfotG>