AFFITTACAMERE

ESTD 2022

MARMORE

Charming House

DISCOVERING VALNERINA

MARMORE WATERFALLS

- Lower lookout Cascata delle Marmore
- Upper lookout Cascata delle Marmore
- Balcony of lovers

(reservation required)

- Butterfly house

https://www.cascatadellemarmore.info

From Upper lookout

It is recommended to visit in this order:

- Belvedere Superiore, Specola Pio IV
- Path n°5

Move to Lower lookout:

- Path n°1 (600 steps downhill)
- Move with car or bus (if available)

From Lower lookout

It is recommended to visit in this order:

- Path n°4
- Belvedere inferior Byron and Belvedere Secci
- Path n°2 and n°3

Move to Upper lookout:

- Path n°1 (600 steps uphill)
- Move with car or bus (if available)

PATHS OF THE PARK

1 **SENTIERO 1** (L'antico passaggio)

Utilizzato anche in passato dai locali, il tracciato del sentiero 1, con i suoi 600 scalini, collega la parte inferiore del parco con il Belvedere Superiore passando attraverso il bosco di leccio che si trova di fianco alla Cascata. A metà strada si incontra il Balcone degli Innamorati, posto proprio sotto al primo salto. Nella parte alta il sentiero conduce al Belvedere Superiore dove si trova la Specola, piccola loggia costruita per Papa Pio VI, che permette una visione ravvicinata della prima caduta.
Lunghezza: 1000 m
Dislivello: 150 m
Tempo percorrenza: 35 minuti a salire, 20 a scendere
Difficoltà: insieme al numero 6 è il sentiero più impegnativo del parco. Assicurarsi di avere scarpe chiuse sportive o meglio da trekking. Per chi non è abituato a camminare può risultare faticoso in salita, si consiglia di fare piccole soste durante il tragitto. Non percorribile con i passeggini o da persone con difficoltà di deambulazione.

2 **SENTIERO 2** (L'anello della ninfa)

Il più vicino alle cascate, offre le viste più suggestive sulle acque turbolente del secondo e terzo salto. Il tragitto, costituito da scale e piccoli ponti di legno, permette di costeggiare anche il canale Pio.
Lunghezza: 330 m
Dislivello: 30 m
Tempo percorrenza: 15 minuti
Difficoltà: sentiero semplice e breve ma con fondo naturale e in diversi tratti bagnato. Sono consigliate scarpe chiuse sportive meglio se da trekking. Lungo il tragitto ci sono punti in cui arriva nebulizzazione durante il rilascio delle acque, si consiglia un impermeabile. Non percorribile con i passeggini o da persone con difficoltà di deambulazione.

3 **SENTIERO 3** (L'incontro delle acque)

Questo sentiero conduce, attraverso brevi scalinate in legno, all'interno della forra del fiume Nera aprendosi con dei piccoli balconi che si affacciano proprio sopra alle rapide, tra pareti rocciose erose dall'acqua e una rigogliosa vegetazione.
Lunghezza: 200 m
Dislivello: 20 m
Tempo percorrenza: 10 minuti
Difficoltà: il più corto dei percorsi dell'area con fondo naturale. Brevi scalinate in legno sono le uniche difficoltà che si incontrano nella camminata. Non percorribile con i passeggini o da persone con difficoltà di deambulazione.

4 **SENTIERO 4** (Sentiero di Pennarossa – La Maestosità)

Posto di fronte alla Cascata sul Monte Pennarossa, il sentiero 4 sale con scalini in pietra e cemento per condurre a due livelli di terrazze. Dopo una breve salita, si ha la possibilità di ammirare per intero e dall'alto i tre salti della Cascata.
Lunghezza: 520 m
Dislivello: 80 m
Tempo percorrenza: 20 minuti la prima terrazza; 30 minuti la seconda
Difficoltà: il sentiero inizia con una scalinata che può risultare impegnativa per chi non è abituato a camminare; i tratti sterrati di collegamento non presentano invece particolari difficoltà. Sono consigliate scarpe chiuse sportive meglio se da trekking. Non percorribile con i passeggini o da persone con difficoltà di deambulazione.

Sentieri di libero accesso:

5 **SENTIERO 5** (La rupe e l'uomo)

Percorso pianeggiante posto nella parte alta della rupe, in loc Marmore. Larghi stradelli inframezzati da lembi di bosco e da prati che ospitano reperti di archeologia industriale, come vasche di carico delle centrali ormai dismesse e vari modelli di turbine per la produzione dell'energia idroelettrica. Da qui si possono osservare splendidi scorci della Valnerina.
Lunghezza: 770 m
Dislivello: nullo
Tempo percorrenza: 15 minuti
Difficoltà: sentiero molto facile percorribile con passeggini e adatto anche a persone con ridotta mobilità o in sedia a rotelle.

6 **SENTIERO 6** (I lecci sapienti)

Il sentiero 6, come il sentiero 1, collega la parte alta con la parte bassa: va dal parcheggio del Belvedere inferiore fino al sentiero 5. Non è possibile scorgere la Cascata durante il tragitto, ma per il resto si è immersi in un affascinante bosco di leccio.
Lunghezza: 1600 m
Dislivello: 160
Tempo percorrenza: 40 minuti a salire, 25 minuti a scendere
Difficoltà: il più impegnativo del parco, con fondo sconnesso e tratti ripidi. Sono consigliate scarpe da trekking. Non percorribile con i passeggini o da persone con difficoltà di deambulazione.

ITINERARY N° I

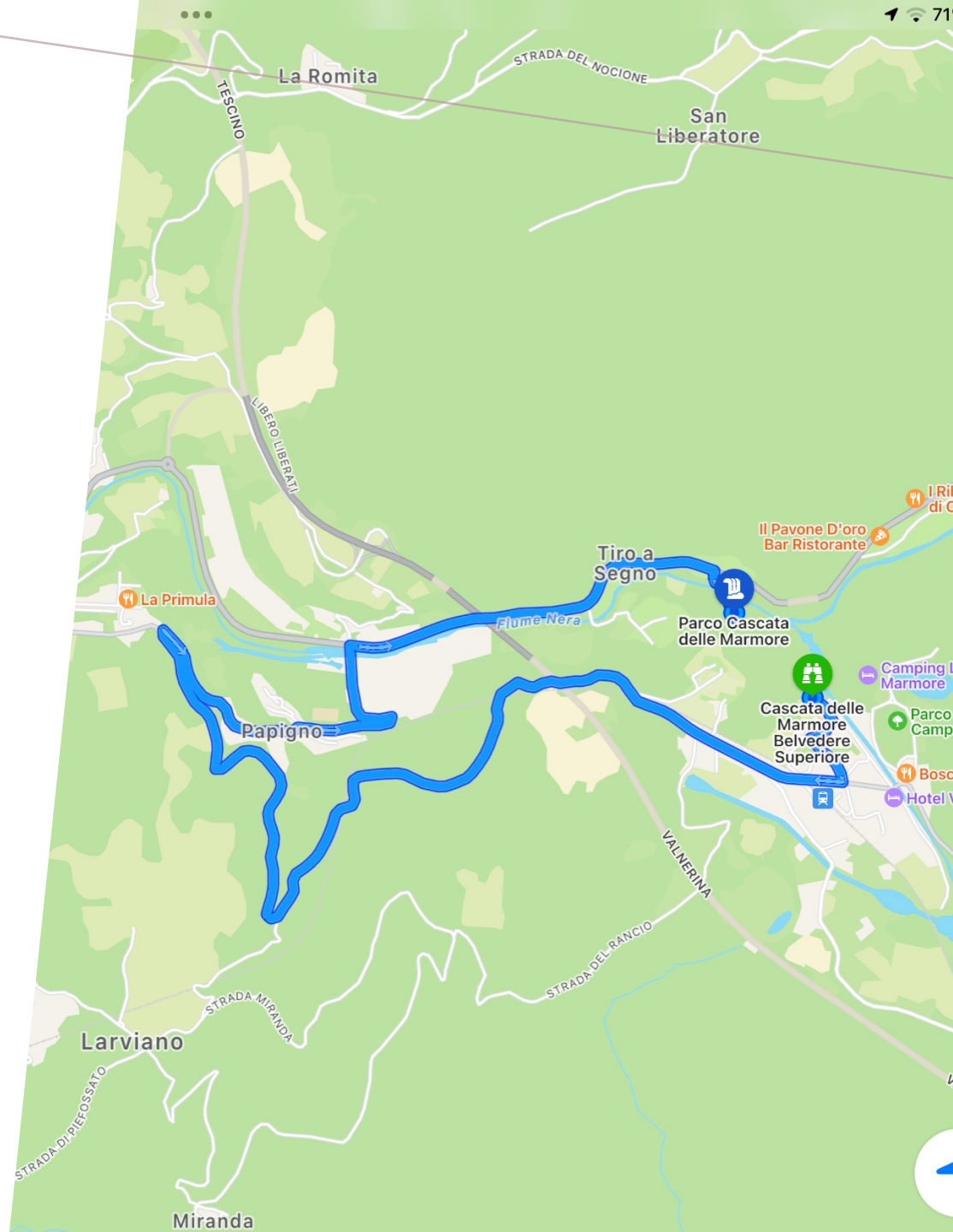
MARMORE WATERFALLS

- Lower lookout Cascata delle Marmore
- Upper lookout Cascata delle Marmore

Marmore Charming House, Terni

16 km

30 minutes



ITINERARY N° 2

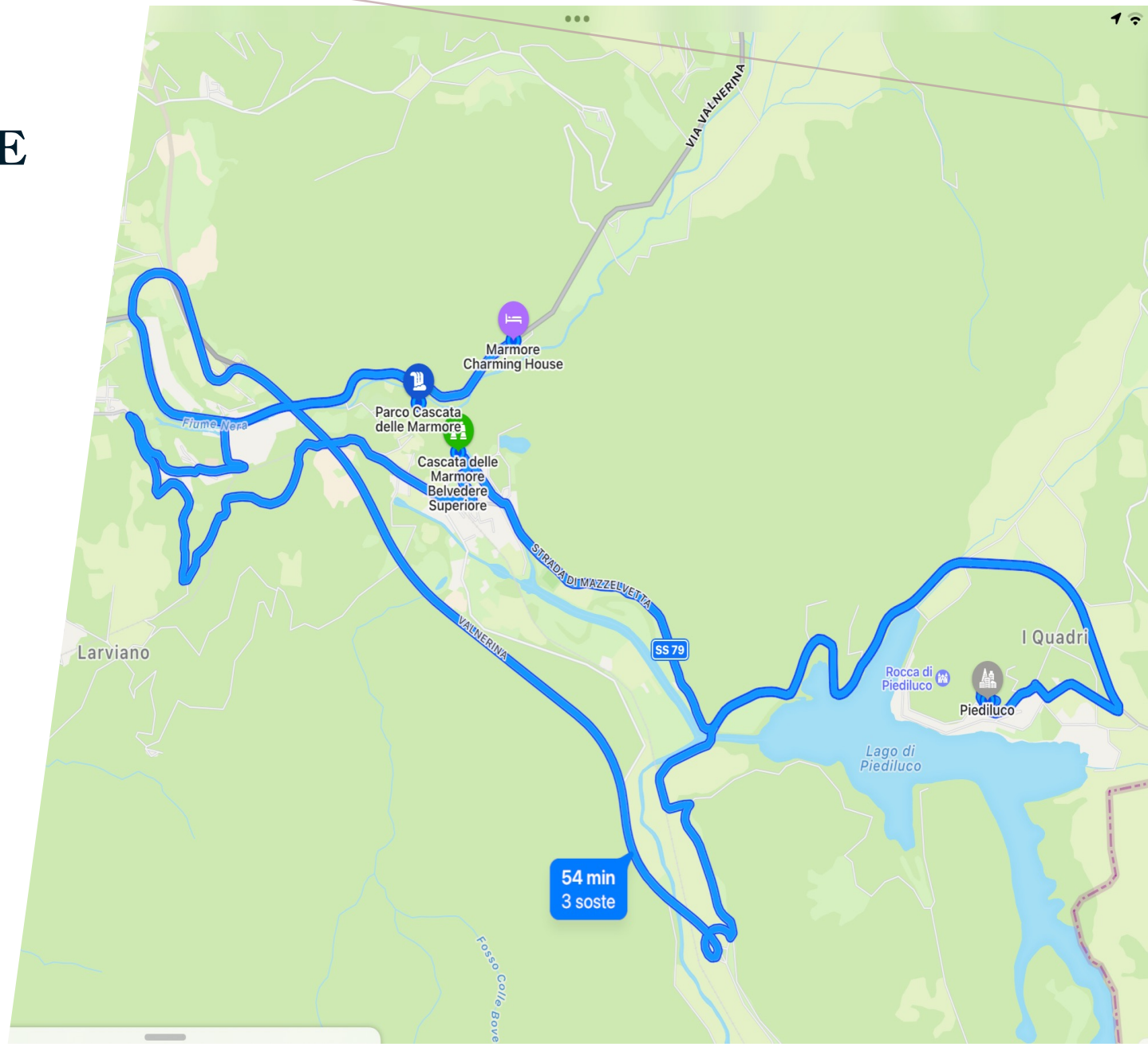
THE WATERFALL AND THE LAKE

- Lower lookout Cascata delle Marmore
- Lake Piediluco
- Boat trip on the lake (Miralago beach)
- Upper lookout Cascata delle Marmore

Marmore Charming House, Terni

35 km

50 minutes



Lower lookout
Cascata delle Marmore

Lake Piediluco
(boat trip recommended)

Upper lookout
Cascata delle Marmore

ITINERARY N° 3

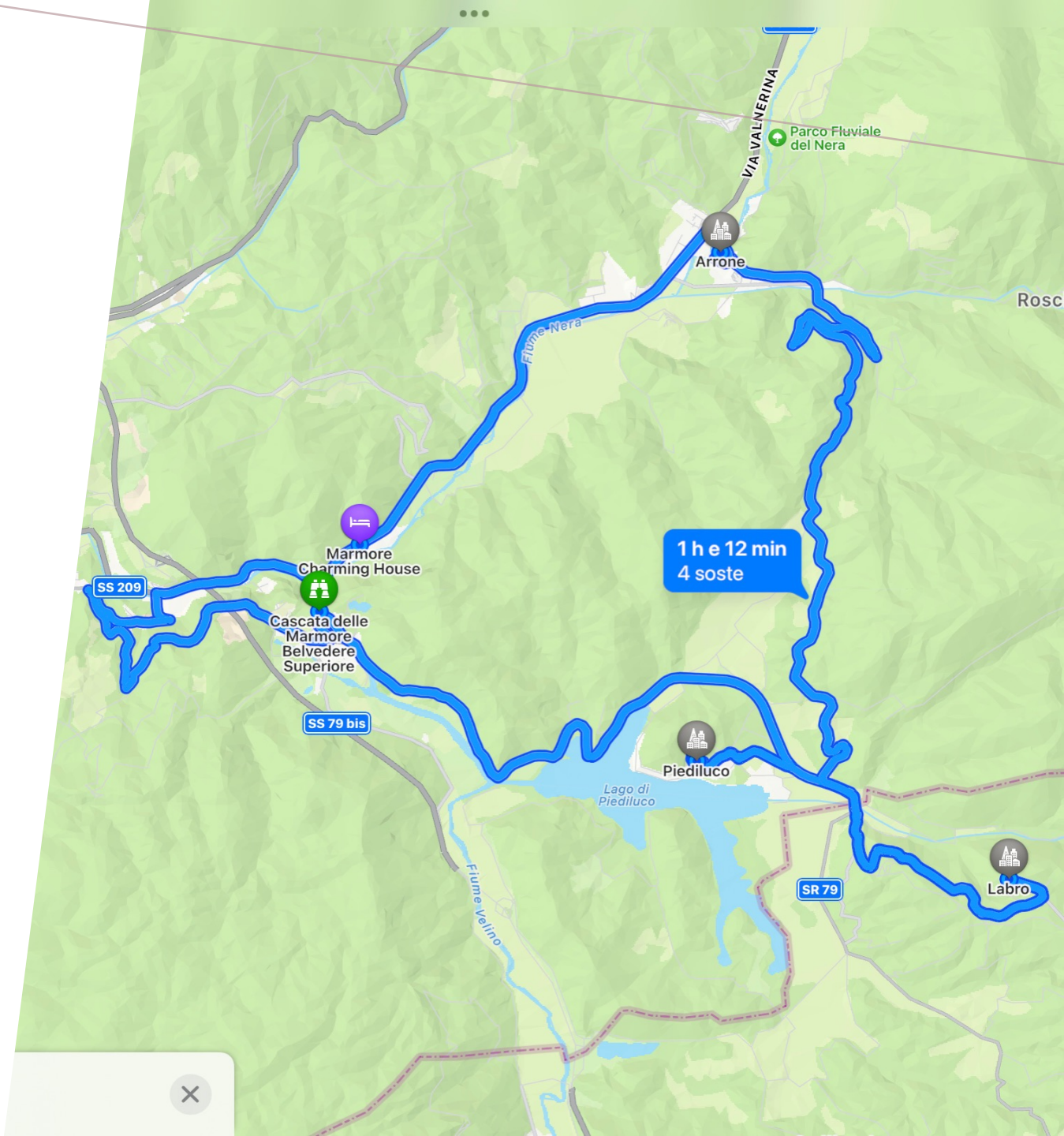
BETWEEN VILLAGES, LAKE AND WATERFALLS

- Arrone
- Labro
- Lake Piediluco
- Boat trip on the lake (Miralago beach)
- Upper lookout Cascata delle Marmore

Marmore Charming House, Terni

44 km

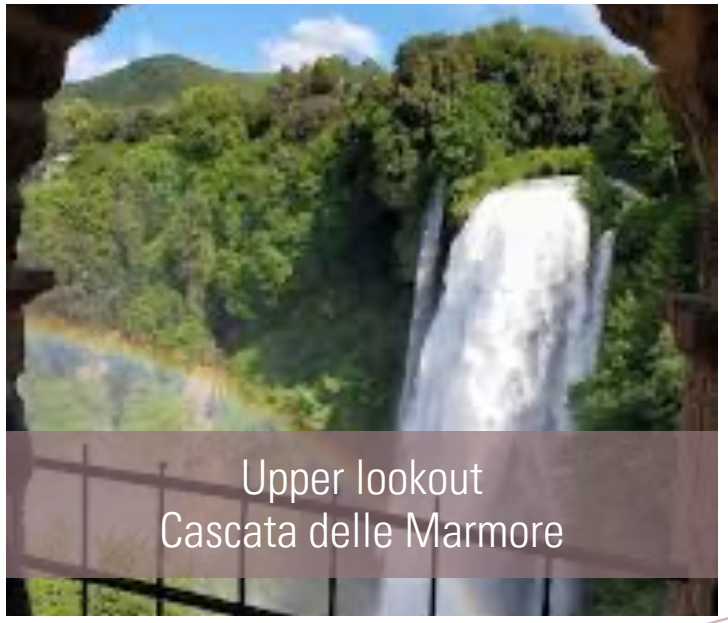
1 hout 10 minutes



Arrone

Labro

Lake Piediluco
(boat trip recommended)



Upper lookout
Cascata delle Marmore

ITINERARY N° 4

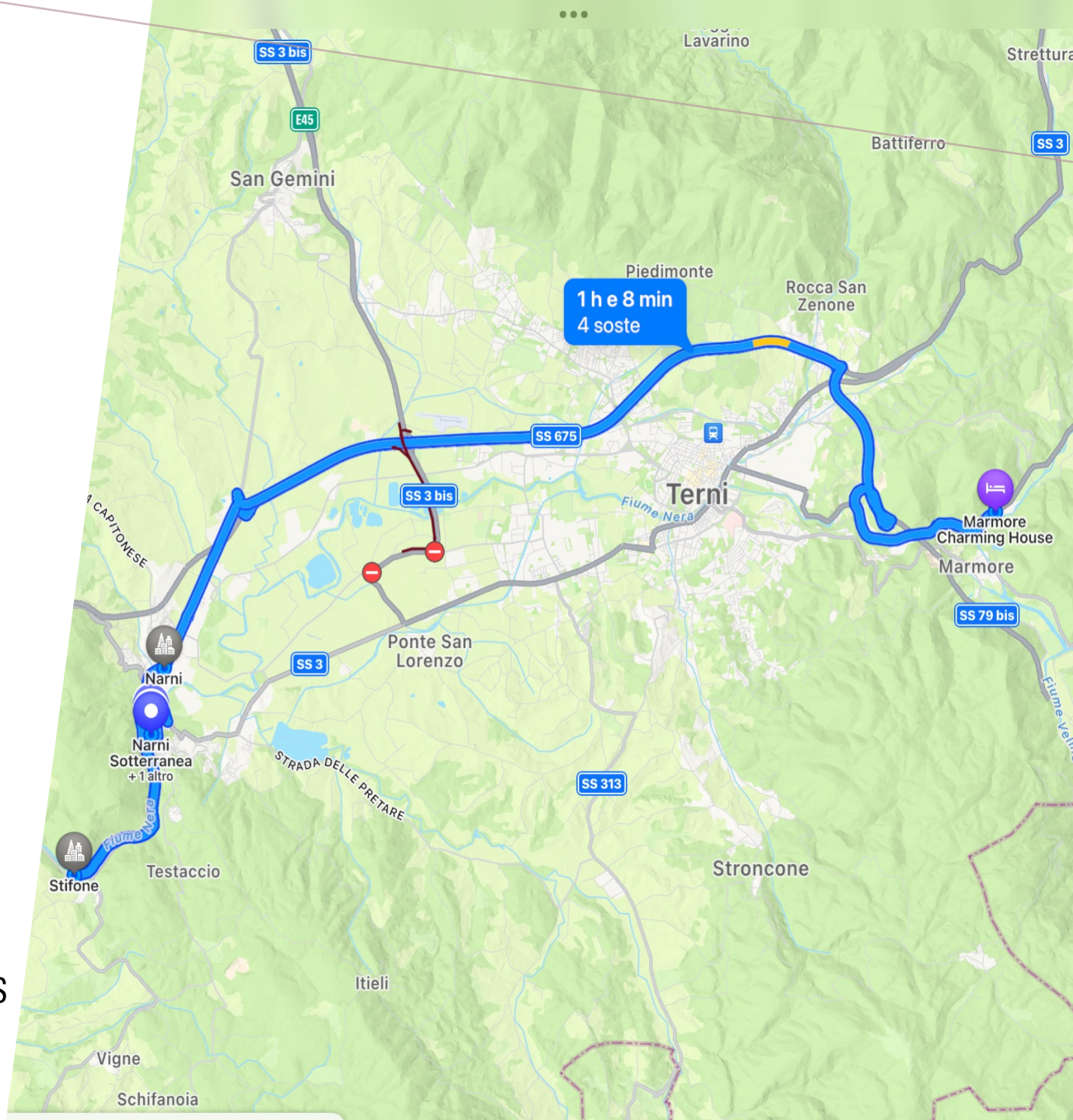
DISCOVERING NARNI

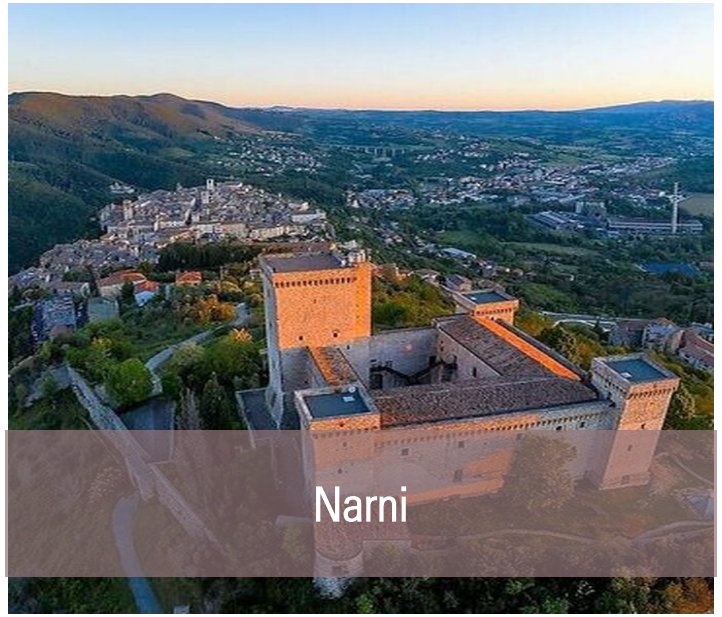
- Narni
- Narni underground
- Augusto's Bridge
- Stifone

Marmore Charming House, Terni

64 km

1 hour 10 minutes





Narni

Narni Underground

https://www.narnisotterranea.it

(reservation required)

Augusto's Bridge

Stifone

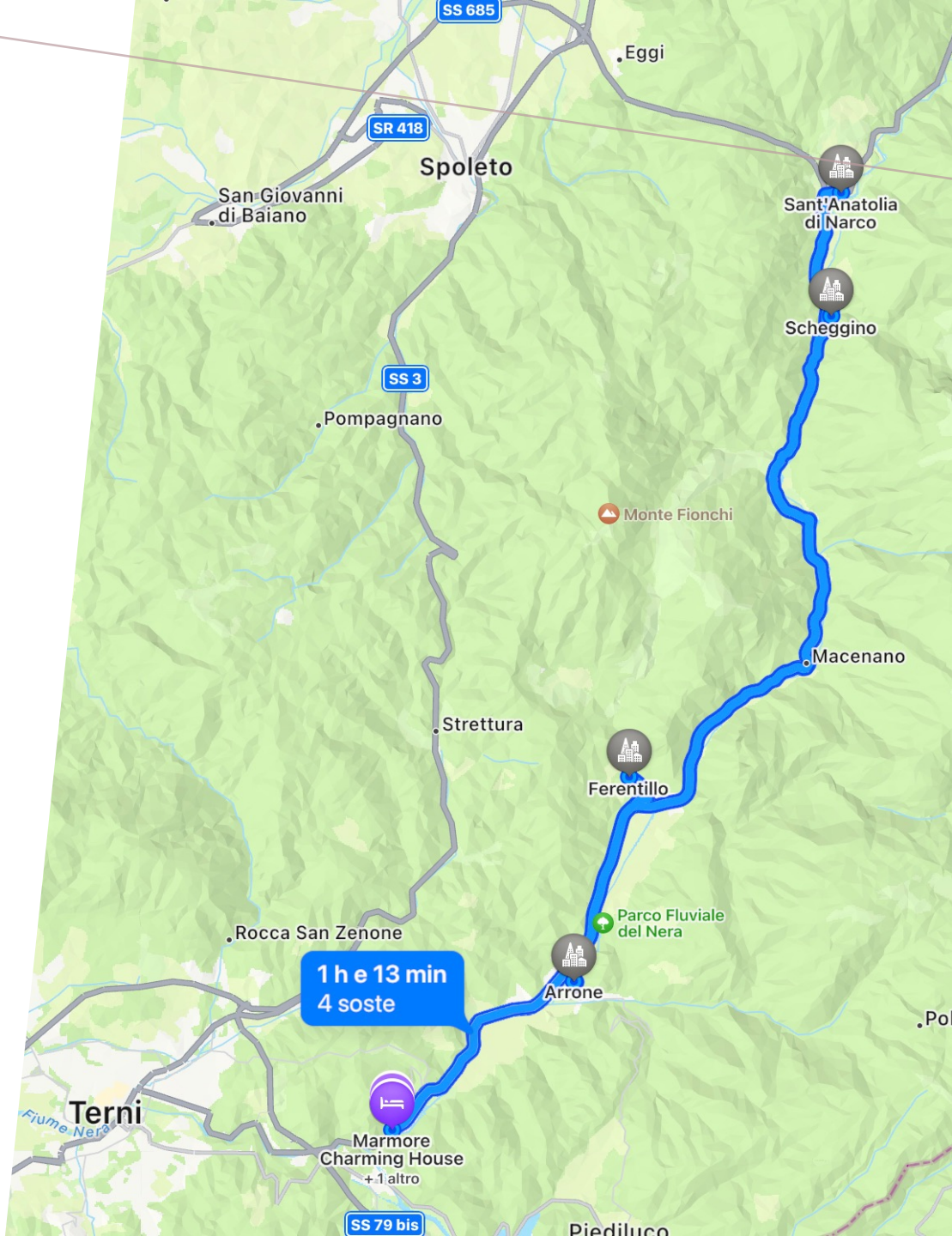
ITINERARY N° 5
DISCOVERING VILLAGES

- Arrone
- Ferentillo
- Scheggino
- Sant'Anatolia di Narco

Marmore Charming House, Terni

61 km

1 hour 15 minutes



Arrone

Ferentillo

Scheggino

Sant'Anatolia di Narco

ITINERARY N° 6

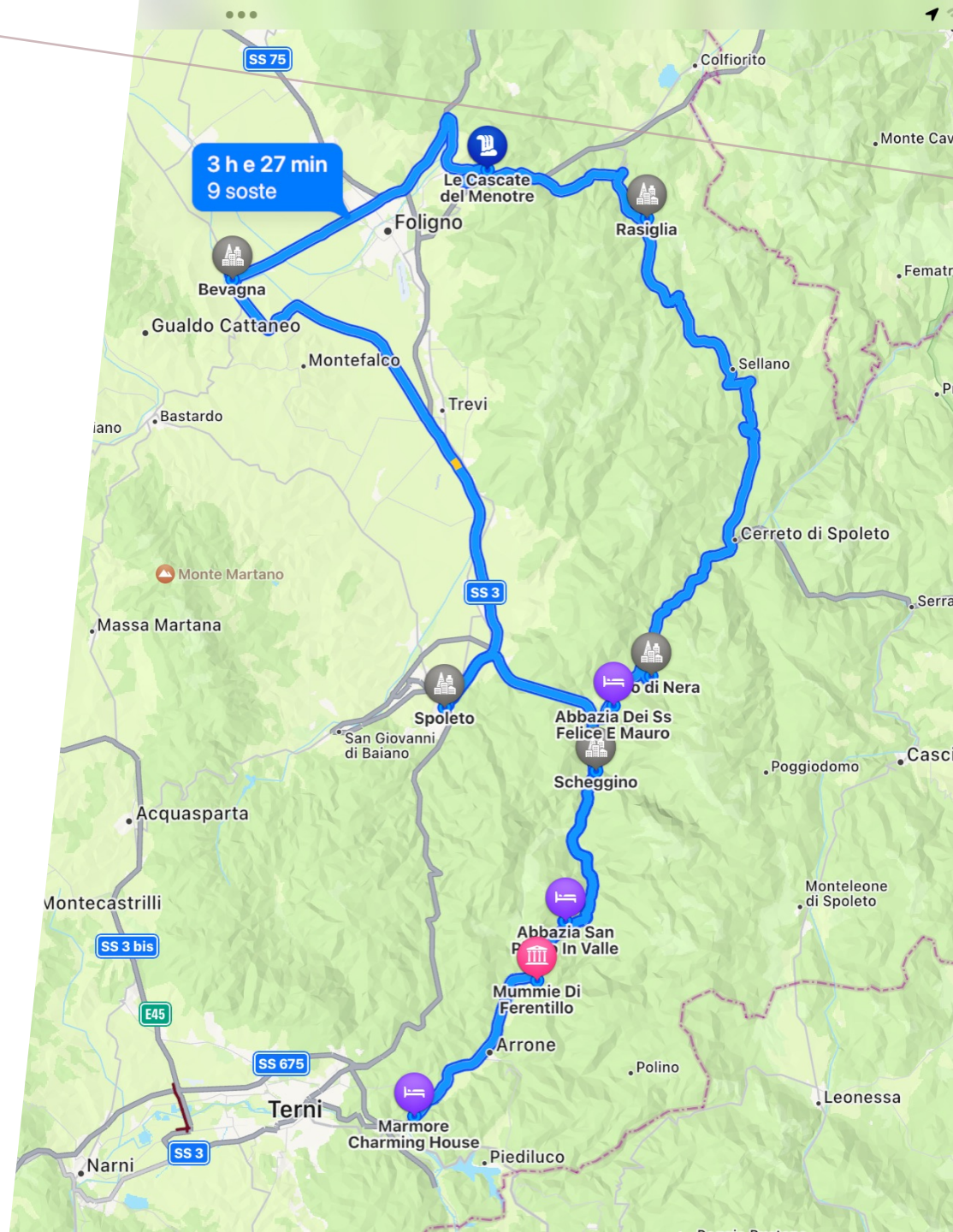
BETWEEN VILLAGES, ABBEYS AND NATURE

- Ferentillo's mummies
- San Pietro in Valle Abbey, Ferentillo
- Santi Felice e Mauro Abbey, Sant'Anatolia di Narco
- Vallo di Nera
- Rasiglia
- Menotre Waterfalls, Pale
- Bevagna
- Spoleto

Marmore Charming House, Terni

174 km

3 hours 30 minutes



Ferentillo's mummies

http://www.mummiediferentillo.it

San Pietro in Valle Abbey

https://www.sanpietroinvalle.com

SS Felice e Mauro Abbey

https://www.abbazia.net

Vallo di Nera

Rasiglia

Menotre Waterfalls

https://www.paledifoligno.it/tours/le-cascate-del-menotre/

Bevagna

Spoleto