

RIEPILOGO GENERALE RETE SENTIERISTICA CAI DEL LAZIO

mercoledì 13 luglio 2022

ordinato per Aree

20:44:41

Totale sentieri 765

Totale km 5181

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	1	101	Rieti	RI	Valle Ruara	T	Montagne della Duchessa	Curolo	Curolo- Bocca di Teve	9,8	330	330	3:30
E	1	102	Rieti	RI	Cartore - Lago della Duchessa	E	Montagne della Duchessa	Cartore	Lago della Duchessa	4,3	930	0	3:00
E	1	102A	Rieti	RI	Lago della Duchessa - Murolungo	E	Montagne della Duchessa	Lago della Duchessa	Murolungo	3,1	470	75	2:35
E	1	102B	Rieti	RI	Vallone di Fua q.1000 - Vallone del Cieco q.1550	E	Montagne della Duchessa	Vallone di Fua q.1000	Vallone del Cieco q. 1550	3,6	650	100	2:50
E	1	103	Rieti	RI	Lago della Duchessa- Rifugio Sebastiani	EE	Montagne della Duchessa	Bocca di Teve	Rifugio Sebastiani	4,8	625	330	3:00
E	1	103A	Rieti	RI	Lago della Duchessa, incrocio103- Capo di Teve,	EE	Montagne della Duchessa	CAI 103	CAI 602	2,7	125	350	1:20
E	1	104	Rieti	RI	Galleria San Rocco- Iaccio Fonte La Vena	E	Montagne della Duchessa	Galleria San Rocco	Iaccio Fonte La Vena	6,5	960	210	4:00
E	1	104A	Rieti	RI	Fonte La Vena – Monte Morrone	E	Montagne della Duchessa	Fonte La Vena	Monte Morrone	1,4	290	0	1:30
E	1	104B	Rieti	RI	Rifugio Fonte La Vena, Lago della Duchessa	E	Montagne della Duchessa	Rifugio Fonte La Vena	Lago della Duchessa	4,1	290	320	2:10
E	1	104C	Rieti	RI	Valle dell'Asino- Monte Cava	EE	Montagne della Duchessa	Valle dell'Asino, incrocio 104	Monte Cava	6,1	715	130	3:00
E	1	105	Rieti	RI	La Vena-Fonte La Vena	E	Montagne della Duchessa	La Vene	Fonte La Vena	5,9	1100	225	5:30
E	1	105A	Rieti	RI	La Piana (incr. 105 - q.1900)- Lago della Duchessa	E	Montagne della Duchessa	La Piana incroc. 105	Lago della Duchessa	4,2	260	260	2:00
E	3	300	Amatrice	RI	Fonte Pane e Cacio - Forca dei Pantani	E	Monti della Laga	Fonte Pane e Cacio	Forca dei Pantani	58,5	2843	2413	21:45
E	3	300A	Amatrice	RI	Poggio Casoli-Tornante di Vallevona	E	Monti della Laga	Poggio Casoli	Tornante Vallevona	2,3	112	88	:45

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	3	300B	Amatrice	RI	Fonte d.Campo SS4-Illica-Inversaturo-Macera della Morte	E	Monti della Laga	Fonte del Campo	Macera della Morte	9,9	1335	70	6:30
E	3	301	Amatrice	RI	Linea di cresta Monti della Laga LAZIO - Marche - Abruzzo	E	Monti della Laga	Confine Lazio-Abruzzo sopra Coppo di Campotosto	Monte Macera della Morte mt. 2073	36,2	2825	2205	16:00
E	3	337	Amatrice	RI	Fosso di Gorzano-Sella Solagna-Pizzo di Moscio	E	Monti della Laga	Selva Grande (Bivio 300)	Sella della Solagna (CAI301)	4,4	840	210	3:20
E	3	337A	Amatrice	RI	Colle della Pacina-Monte Gorzano	E	Monti della Laga	Colle della Pacina	CAI 301 per Monte Gorzano	1,5	490	5	1:10
E	3	337B	Amatrice	RI	Stazzo Padula-Colle Picchero-anticima di Pizzo di Moscio	E	Monti della Laga	Stazzo di Padula	Anticima di Pizzo di Moscio	2,2	406	28	1:30
E	3	359	Amatrice	RI	Villa San Cipriano-Campotosto	E	Monti della Laga	Villa san Cipriano	Campotosto	13,4	820	374	5:30
E	3	359A	Amatrice	RI	359 Variante per rifugio delle Serre	E	Monti della Laga	Innesto su sentiero 359	Rifugio delle Serre	1,0	33	10	:15
E	3	360	Amatrice	RI	Rifugio delle Serre-Macchie Ardenze-Salicone-Sorgente del	E	Monti della Laga	Rifugio delle Serre	Sorgente del Tronto	4,6	700	55	3:00
E	3	362	Amatrice	RI	Amatrice-Ponte a Tre Occhi-San Lorenzo-rifugio delle Serre	T	Monti della Laga	Torre civica Amatrice	Rifugio delle Serre	9,3	571	171	3:45
E	3	362A	Amatrice	RI	Fontusci - Casa Cantoniera Cardito	E	Monti della Laga	Fostusci	Casa Cantoniera Cardito	0,7	75	15	:15
E	3	362B	Amatrice	RI	Tornante le Cese - q.1367 le Serre	E	Monti della Laga	Tornante Cese	q. 1367 Le Serre	0,9	195	5	:45
E	3	363	Amatrice	RI	Amatrice-Villa San Cipriano-Serreripa	T	Monti della Laga	Villa San Cipriano D'Amatrice	Serreripa	3,0	265	25	1:30
E	3	364	Amatrice	RI	Ponte Rionero-Cornillo Nuovo-Rif. Serre-Sorgenti del Tronto	E	Monti della Laga	Ponte Rio Nero	Sorgenti del Tronto	10,5	1100	50	4:00
E	3	365	Amatrice	RI	Bivio Selva Grande-MonteGorzano	E	Monti della Laga	Selva Grande	Monte Gorzano	4,5	850	100	1:45
E	3	365A	Amatrice	RI	Sacro Cuore-Via dei Lupi-Stazzo di Gorzano	E	Monti della Laga	Sacro Cuore	Stazzo di Gorzano	2,1	550	50	1:45
E	3	366	Amatrice	RI	Amatrice-Prato-Collepagliauca-Voceto-Ranna-Forca Vado di	E	Monti della Laga	Amatrice Giardini Pubblici	Forca Vado di Annibale	10,5	1315	150	5:00
E	3	367	Amatrice	RI	Voceto alta - S.Martino	E	Monti della Laga	Voceto	San Martino	0,9	30	30	:15

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	3	368	Amatrice	RI	Preta-Cascate Ortanza-Soppo	E	Monti della Laga	Preta	Soppo	4,1	510	365	2:15
E	3	368A	Amatrice	RI	368 (Colle Innamorato)-365 (Colle Vacciuono)	E	Monti della Laga	Colle Innamorato (CAI 368)	Colle Vacciuono (CAI 365)	1,4	500	0	1:30
E	3	369	Amatrice	RI	Collepaggiuca - Moletano - Icona Passatora - Capricchia - Preta	E	Monti della Laga	Collepaggiuca	Preta	4,8	288	113	2:00
E	3	369A	Amatrice	RI	Cascello-Francucciano	E	Monti della Laga	Cascello	Francucciano	3,1	189	24	1:15
E	3	369B	Amatrice	RI	Variante al 369 per Capricchia tramite Selva Grande	E	Monti della Laga	L'Icona Passatora	Capricchia	1,5	125	35	:45
E	3	369C	Amatrice	RI	Collecreta - innesto 369	E	Monti della Laga	Collecreta	innesto 369	0,5	2	40	:15
E	3	369D	Amatrice	RI	Collepaggiuca-Cerro delle Valli	E	Monti della Laga	Collepaggiuca	Cerro delle valli	0,6	12	12	:15
E	3	369E	Amatrice	RI	Capricchia "La Crocetta" - Fonte Petri - Casale - Capraturato -	E	Monti della Laga	Capricchia La Crocetta	Capraturato	2,2	236	20	1:00
E	3	370	Amatrice	RI	Chiesa medievale San Martino-La Croce-Fonte Moro-Cima Lepri	E	Monti della Laga	Chuiiesa medievale di San Martino	Cima Lepri	5,3	1360	40	4:45
E	3	370A	Amatrice	RI	Innesto366-croce di Voceto	E	Monti della Laga	Innesto 366	Croce di Voceto	1,0	150	40	:45
E	3	371	Amatrice	RI	innesto 372-S.Angelo-Galloro-macchiePiane-Forca	T	Monti della Laga	Innesto 372	Forca Vado di Annibale	9,9	1260	85	5:30
E	3	371A	Amatrice	RI	Caprini-Pizzo di Sevo	E	Monti della Laga	Caprini	Pizzo di Sevo	1,9	560	10	1:45
E	3	371B	Amatrice	RI	Macchie Piane innesto 371-Quarti-Pizzo di Sevo	E	Monti della Laga	innesto 371 MacchiePiane	Pizzo di Sevo	3,2	680	35	2:30
E	3	372	Amatrice	RI	Amatrice (366) - Fonte Cerasa	E	Monti della Laga	Amatrice	Fonte Cerasa	7,6	780	90	3:45
E	3	372A	Amatrice	RI	Sommati - Molinaro - Voceto	E	Monti della Laga	Sommati	Voceto	2,0	74	9	:45
E	3	373	Amatrice	RI	San Lorenzo a Flaviano (SI O20)-Inversaturo (E374)	E	Monti della Laga	San Lorenzo e Flaviano	Inversaturo	5,4	812	44	3:30
E	3	374	Amatrice	RI	Collalto - Rif. Inversaturo	T	Monti della Laga	Collalto	Inversaturo	7,0	730	55	2:10

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	3	374A	Amatrice	RI	Inversaturo - Prà di Capoccia - Pizzitello - Pizzo di sevo	E	Monti della Laga	Inversaturo	Pizzo di Sevo	3,5	489	12	2:00
E	3	375	Amatrice	RI	Poggio d'Api - Lago Secco - la Casetta	E	Monti della Laga	Poggio D'api	La Casetta	4,4	470	10	1:30
E	3	376	Amatrice	RI	Colle del Vento - Cascata Barche - Treccino bassa	E	Monti della Laga	Colle del Vento	Treccino Bassa	1,3	145	110	1:00
E	3	377	Amatrice	RI	Settefonti-Il Sorbo-Stazzi San Lorenzo-Pizzo sevo	E	Monti della Laga	Settefonti	Pizzo di Sevo	4,4	550	150	2:30
E	3	377A	Amatrice	RI	Settefonti - quota 2157 di Pizzo di Sevo	E	Monti della Laga	Settefonti	Q 2157 di Pizzo di Sevo	2,3	660	20	2:15
E	3	377B	Amatrice	RI	Settefonti-Fosso dei Caciari-Pizzo di Sevo	E	Monti della Laga	Settefonti	Pizzo di Sevo	2,8	635	10	2:15
E	3	378	Amatrice	RI	Da strada per M. Piane 1331m a Bosco di Sant'Egidio 1411m	E	Monti della Laga	Bivio strada per M. Piane	Sant'Egidio	3,1	235	155	1:00
E	3	380	Amatrice	RI	Nommisci-SP2 Campotosto	E	Monti della Laga	Amatrice	Ponticello SP2 Campotosto	5,3	279	111	2:00
E	3	381	Amatrice	RI	Amatrice-Lago Scandarello-Torrita-Cittareale	E	Monti della Laga	Amatrice	Cittareale	19,5	850	820	2:30
E	3	381A	Amatrice	RI	Edicola Votiva alla Maddonna sotto Ospedale - Eremo della	E	Monti della Laga	Edicola Votiva	Diga Scandarekki	2,9	40	270	:50
E	3	381B	Amatrice	RI	Lungo lago San Benedetto	E	Monti della Laga	CAI 381	Sponda lago	3,7	40	50	1:00
E	3	381C	Amatrice	RI	Lungolago Conche	E	Monti della Laga	Ponte cinque occhi	bivio Salaria vecchia	3,0	30	20	1:00
E	3	381D	Amatrice	RI	bivio 381/SI Vicinanze Casale Sanguigni - Conche (381C)	E	Monti della Laga	CAI 381	Conche (CAI 381C)	2,3	6	125	:45
E	3	381E	Amatrice	RI	Chiesa di Santa Giusta - Località Conche (381C)	E	Monti della Laga	Santa Giusta	Località Conche	0,8	115	10	:30
E	3	381F	Amatrice	RI	Eremo della Croce - Casale Gentile (300)	T	Monti della Laga	Eremo della Croce	Casale Gentile (CAI300)	1,2	15	105	:25
E	3	390	Amatrice	RI	Terracino - Rifugio Tosti	E	Monti della Laga	Terracino	Rifugio Tosti	3,8	450	85	2:00
E	3	390A	Amatrice	RI	Terracino - innesto 390 (alternativa per Rifugio Tosti)	E	Monti della Laga	Terracino CAI 390	CAI 391	2,6	334	50	1:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	3	390C	Amatrice	RI	Roccasalli - Forca San Leonardo (391)	E	Monti della Laga	Roccasalli	Forca San Leonardo	2,8	415	20	1:20
E	3	391	Amatrice	RI	Monte Prato - Forca dei Coppelli (300)	E	Monti della Laga	Monte Prato	Forca dei Coppelli CAI 300	12,0	625	450	4:30
E	4	401	Rieti	RI	Campoforogna - Rifugio "A. Sebastiani"	EE	Monti Reatini	Campoforogna	Rifugio "A. Sebastiani"	5,5	565	465	3:00
E	4	402	Rieti	RI	Leonessa Pian de' Valli	E	Monti Reatini	Leonessa	Pian de' Valli	23,2	1300	700	10:00
E	4	403	Rieti	RI	Rifugio "A.Sebastiani" - Cima Sassetelli - Terminillo	EE	Monti Reatini	Rifugio "A. Sebastiani"	M. Terminillo	5,6	580	265	2:15
E	4	404	Leonessa	RI	Leonessa - Rifugio "A. Sebastiani"	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Leonessa	Rifugio "A. Sebastiani"	16,3	1120	320	5:30
E	4	405	Antrodoto	RI	Sigillo - Rifugio "A. Sebastiani"	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Sigillo	Rifugio "A. Sebastiani"	10,0	1290	130	5:00
E	4	406	Antrodoto	RI	Antrodoto - Micigliano - Rifugio "A. Sebastiani"	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Antrodoto	Antrodoto - Cinque Confini	11,6	1310	100	5:00
E	4	407	Antrodoto	RI	Antrodoto-Cinque confini	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Antrodoto	Cinque Confini	10,2	1295	235	4:00
E	4	407A	Antrodoto	RI	Borgo Velino-Colonnella	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Borgo Velino	Colonnella	3,1	455	75	1:20
E	4	408	Rieti	RI	Lugnano-Tre Faggi	EE	Monti Reatini	Lugnano	Tre Faggi	7	900	0	3:30
E	4	409	Rieti	RI	Lisciano-Pian de' Valli	E	Monti Reatini	Lisciano	Pian de' Valli	6,8	1010	60	3:30
E	4	410	Antrodoto	RI	Madonna delle Grotte - Monte Giano	E	Monte Giano e Monte Calvo	Madonna delle Grotte	Monte Giano	5,4	1110	55	3:30
E	4	410A	Antrodoto	RI	Rapelle - Chiesetta degli Alpini	E	Monte Giano e Monte Calvo	Rapelle	Chiesetta Alpina	2,5	600	0	1:30
E	4	411	Antrodoto	RI	Santa Rufina-Fonte Lancino	E	Monti Reatini	Santa Rufina	Fonte Lancino	10	950	10	4:00
E	4	412	Rieti	RI	Lugnano - Fonte Lancino	EE	Monti Reatini	Lugnano	Fonte Lancino	3,8	635	35	2:00
E	4	413	Rieti	RI	Lisciano - Rifugio La Fossa	E	Monti Reatini	Lisciano	Rifugio "La Fossa"	8,5	1045	35	4:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	4	414	Leonessa	RI	Leonessa - Monte Tilia	E	Monti Reatini	Leonessa	Monte Tilia	5	850	30	3:00
E	4	415	Leonessa	RI	Sentiero 415: Casa Cantoniera - Monte Corno - CAI 402	E	Monti Reatini	Casa Cantoniera	Monte Corno	5,7	940	100	3:00
E	4	416	Leonessa	RI	Valle di Rio Fuggio – Passo La Fara	E	Monti Reatini	Valle di Rio Fuggio	Passo La Fara	4,2	550	60	2:00
E	4	417	Leonessa	RI	Valle di Rio Fuggio – Sella Monte Versanello	E	Monti Reatini	Valle di Rio Fuggio (CAI 416)	Sella Monte Versanello (CAI402)	2,5	320	20	1:30
E	4	418	Leonessa	RI	Vallonina-Sella di Vall'Organo	E	Monti Reatini	Vallonina	Sella di Vall'Organo	5,6	980	30	3:00
E	4	419	Rieti	RI	Rivodutri - Passo La Fara	E	Monti Reatini	Rivodutri	Passo La Fara	6,7	1000	0	3:30
E	4	420	S. Sez. Poggio Bustone	RI	Poggio Bustone – Valle Petrinara – Cima D'Arme	E	Monti Reatini	Poggio Bustone	Cima d'Arme	2	860	25	2:45
E	4	421	S. Sez. Poggio Bustone	RI	Poggio Bustone-Cima D'armi	E	Monti Reatini	Poggio Bustone	Cima d'Arme	4	905	0	1:45
E	4	422	S. Sez. Poggio Bustone	RI	Sentiero 423 – Monte Macchialaveta	E	Monti Reatini	Cantalice gli osti bivio sentiero 423	Monte Macchialaveta	2,9	515	15	1:25
E	4	423	Rieti	RI	Gli Oste - Campo Stella	E	Monti Reatini	Cantalice (RI) Loc. Gli Oste	Leonessa (RI) Loc. Campostella incrocio sentiero	9,5	860	50	4:30
E	4	424	Leonessa	RI	La Forca di Fuscello – Fonte Forcella (CAI414)	E	Monti Reatini	Forca di Fuscello	Fonte Forcella	3,0	500	30	1:30
E	4	425	Leonessa	RI	Fontenova - Prato dei Sassi	E	Monti Reatini	Fontenova	Prato dei Sassi CAI403	3,0	600	20	2:00
E	4	427	Leonessa	RI	Albaneto - Monte di Cambio	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Albaneto	Monte di Cambio	7	1100	50	3:30
E	4	428	Antrodoto	RI	Posta-Sella Jacci	EE	Monti Reatini Monte di Cambio	Posta	Sella Jacci	12,2	1345	100	4:40
E	4	428A	Antrodoto	RI	Incrocio CAI428-Monte di Cambio	E	Monti Reatini Monte di Cambio	CAI428	Monte di Cambio	1,7	270	65	:30
E	4	428B	Rieti	RI	Incrocio 428 (q. 1850, sopra Prato Gelato) - Monte Porcini	EE	Monti Reatini Monte di Cambio	Incrocio 428 (q. 1850, sopra Prato Gelato)	Monte Porcini	0,4	70	0	:15
E	4	430	Leonessa	RI	Rifugio Vallonina - Monte di Cambio	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Rifugio Vallonina	Monte di Cambio	4,6	950	20	3:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
E	4	433	Antrodoco	RI	Le Casette - Traversata dei Monti Valloni - Pian di Scura	EE	Monti Reatini Monte Elefante	Le Casette	Pian di Scura	6,3	1200	320	5:00
E	4	434	Rieti	RI	Sella di Pratocrecchia - M.te Elefante	E	Monti Reatini	Micigliano (RI) Sella di Pratocrecchia	Micigliano (RI) Monte Elefante	1,6	230	120	1:15
E	4	436	Antrodoco	RI	Cinque Confini-Incrocio 411(Quota 1410) per Casale D'	E	Monti Reatini	Cinque Confini	Incrocio 411(Quota 1410) per Casale D' Antoni	2,7	200	300	1:00
E	4	437	Antrodoco	RI	Antrodoco - Gole del Velino - Sigillo	E	Monti Reatini Monte Terminillo	Antrodoco	Sigillo	9,8	130	0	3:00
E	4	438	Antrodoco	RI	Micigliano - Monte Brecciaro	E	Monti Reatini Monte Elefante	Micigliano	Monte Brecciaro (CAI433)	9,6	1019	0	4:30
E	4	439	Rieti	RI	Micigliano (RI) Loc. Sella Jaci - Monte Porcini	E	Monti Reatini	Micigliano	Monte Porcini	1,4	200	10	:50
E	4	440	Rieti	RI	Incrocio 404 (q.1850) - Monte Cambio	EE	Monti Reatini	Incrocio CAI 404	Monte di Cambio	3,6	350	110	1:40
E	4	441	S. Sez. Poggio Bustone	RI	Poggio Bustone – Monte Ceresa - cippo 454	E	Monti Reatini	Poggio Bustone	Monte Ceresa	5,7	575	120	2:00
E	4	442	Rieti	RI	Poggio Bustone Prato San Giacomo - sentiero 419 Rivodutri	E	Monti Reatini	Poggio Bustone (RI) Prato San Giacomo	Rivodutri (RI) secondo rifugio sentiero CAI 419	3,1	200	100	:55
E	4	443	Antrodoco	RI	Sentiero Natura Acerone	E	Monti Reatini	Maneggio	Acerone	1	100	0	:30
E	4	444	Rieti	RI	Sella di Cantalice – Cippo incidente Aereo del 13/2/1955	E	Monti Reatini	Sella di Cantalice	Cippo Commemorativo Incidente Aereo 13/2/1955	1,2	155	40	:25
E	4	450	Antrodoco	RI	Borgo Velino-Monte Nuria	EE	Monte Nuria	Borgo Velino	Monte Nuria	9,2	1385	0	4:30
E	4	450A	Antrodoco	RI	Collerinaldo - Mellitola	E	Monte Nuria	Collerinaldo	Mellitola	1.1	200	0	:40
E	4	451	Antrodoco	RI	Rapelle-Monte Nuria	E	Monte Nuria	Antrodoco	Monte Nuria	8.8	1300	50	5:00
E	4	453	Antrodoco	RI	Rocca di Corno - Monte Nuria	E	Monte Nuria	Rocca di Corno	Monte Nuria	12.2	1200	250	4:00
E	4	454	Antrodoco	RI	Piscignola-Monte Torrecane CAI488	E	Monte Nuria	Piscignola	Monte Torrecane CAI 488	2.2	474	10	1:30
E	4	455	Rieti	RI	Cornino-Sella Colle della Fungaia	E	Monte Nuria Monte Torrecane	Laghetto di Cornino	Sella Colle della Fungara	12,2	237	18	1:40

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	4	456	Rieti	RI	Sella di Corno-M.Nuria	E	Monte Nuria	Sella di Corno	Monte Nuria	12.5	1007	0	4:30
E	4	458	Antrodoco	RI	Rocca di corno-Monte Calvo	E	Monte Giano e Monte Calvo	Rocca di Corno	Monte Calvo	6.7	968	0	3:30
E	4	458A	Antrodoco	RI	Valle Lunga-Colle di Mezzo	E	Monte Giano e Monte Calvo	Valle Lunga	Colle di Mezzo	5.6	638	0	2:30
E	4	460	Antrodoco	RI	Castello di Corno - Cinno	E	Monte Giano e Monte Calvo	Castello di Corno	Cinno	5.1	453	0	2:00
E	4	461	Antrodoco	RI	Vignola-La Mozza	E	Monte Giano e Monte Calvo	Vignola	La Mozza	4.8	760	10	2:30
E	4	462	Antrodoco	RI		E	Monte Giano e Monte Calvo	Fosso della Mozza	Chiesetta Alpina M.te Giano	3.9	150	100	1:00
E	4	465	Antrodoco	RI	Borbona-Valle Mare-La Mozza	E	Monte Giano e Monte Calvo	Borbona	La Mozza	9.5	755	0	3:20
E	4	466	Antrodoco	RI	Borbona - M.te Cagno	E	Monte Giano e Monte Calvo	Borbona	M.te Cagno	9.5	743	0	3:30
E	4	467	Antrodoco	RI	Sigillo-Vallemare	E	Monte Giano e Monte Calvo	Sigillo	Vallemare	3.5	410	20	1:30
E	4	469	Antrodoco	RI	Posta-Borbona	E	Monti dell'Alta Valle Velino	Posta	Borbona	4.7	184		1:30
E	4	470	Antrodoco	RI	Bacugno-Monte Boragine	E	Monti Reatini	Bacugno	M.te Boragine	7.3	1060	15	3:30
E	4	472	Antrodoco	RI	Monti Sibillini	E	Monti Reatini	Madonna di Capo D'Acqua	M.te Boragine	6.5	900	100	3:30
E	4	473	Antrodoco	VT	Cupello-M.Pozzoni	E	Monti Sibillini	Cupello	M.te Pozzoni	5.3	923	0	3:00
E	4	474	Antrodoco	VT	Cittareale-M.Prato	E	Monti Sibillini	Cittareale	M.te Prato	6.4	780		2:30
E	4	475	Antrodoco	RI	Bacugno-Collenasso	E	Monti Reatini	Bacugno	Collenasso	8,7	420	230	2:00
E	4	478	Rieti	RI	S.Lucia G. R.- Castelluccio Leofrini-Pescorocchiano	E	Monti del Cicolano	Santa Lucia Giove Rotondo	Pescorocchiano	9,1	530	620	4:25
E	4	478A	Rieti	RI	Pescorocchiano - Nesce	T	Monti del Cicolano	Pescorocchiano incrocio 478	Nesce	2,7	80	65	:45

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	4	478B	Rieti	RI	Aringo-Brusciari (Ruderi Nersae)	T	Monti del Cicolano	Aringo	Busciari (Ruderi di Nersae)	1,2	30	90	:30
E	4	478C	Rieti	RI	La Portella - Valdevarri	T	Monti del Cicolano	La Portella	Valdevarri	6,6	290	230	2:50
E	4	478D	Rieti	RI	La Portella - Grotta Val de' Varri	T	Monti del Cicolano	La Portella	Grotta Val de' Varri	0,5	15	95	:20
E	4	478E	Rieti	RI	Santa Lucia Giove Rotondo - Colle Staglino	T	Monti del Cicolano	Santa Lucia Giove Rotondo	C.le Staglino	1,7	300	20	1:10
E	4	478F	Rieti	RI	Castelluccio - Campolano	E	Monti del Cicolano	Catelluccio	Campolano	3,7	340	130	1:55
E	4	478G	Rieti	RI	Roccabardi - La Rocchetta (ruderi)	T	Monti del Cicolano	Roccabardi	LA Rocchetta (Ruderi)	1,0	160	30	:40
E	4	479	Rieti	RI	Pescorocchiano - Torre di Taglio	E	Monti del Cicolano	Pescorocchiano	Torre di Taglio	7,6	360	370	3:00
E	4	479B	Rieti	RI	Ponte Maleminto - Canale	E	Monti del Cicolano	Ponte Maleminto	Canale	0,7	10	20	:15
E	4	479C	Rieti	RI	Canale - Colle D'Alessio	E	Monti del Cicolano	Canale	C.le Dalessio	1,5	220	40	1:00
E	4	479D	Rieti	RI	POGGIO SAN GIOVANNI – S.MARIA DI PESTROCE	T	Monti del Cicolano	Poggio S.Giovanni	S.MARIA DI PESTROCE	1,6	190	10	:55
E	4	482	Rieti	RI	Torre di Taglio- Prati S.Lorenzo	E	Monti del Cicolano	Torre di Taglio	Prati San Lorenzo	9,5	845	455	5:30
E	4	482B	Rieti	RI	Sant'Elpidio-Prati San Lorenzo	E	Monti del Cicolano	Sant'Elpidio	Prati San Lorenzo	8	725	335	3:00
E	4	482C	Rieti	RI	Il Campo-Colle Grande- raccordo 482-482B	E	Monti del Cicolano	Il Campo	Colle Grande	1,3	220	10	:50
E	4	482D	Rieti	RI	orre di Taglio – loc. Arena (innesto 482B)	E	Monti del Cicolano	Torre di Taglio	innesto 482B loc. Arena	1,4	175	30	:50
E	4	485	Rieti	RI	Lago La Petrella x Nuria	E	Monti del Cicolano	Lago della Petrella	Monte Cerasa x M. Nuria	2,0	115	10	:45
E	4	486	Rieti	RI	Rascino-Monte Nuria	E	Monti del Cicolano	Rascino	Monte Nuria	10,2	890	145	4:30
E	4	486A	Rieti	RI	Valle Incoronata-Monte Nurietta	E	Monti del Cicolano	Valle Incoronata	Monte Nurietta	1,6	185	0	:20

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
E	4	486B	Rieti	RI	Lago di Rascino - Monte Nuria	E	Monti del Cicolano	Rascino	Monte Nuria	6,1	840	100	4:40
E	4	488	Rieti	RI	Cornino-Monte Torrecane	E	Monti del Cicolano	Cornino	Monte Torrecane	6,0	460	450	1:20
E	4	488A	Rieti	RI	Raccordo 488	E	Monti del Cicolano	Coste di Torrecane	Sella Torrecane	0,4	65	5	:25
E	4	489	Rieti	RI	Ollanette-Monte Vignole-Uscertu	E	Monti del Cicolano	Incrocio sentiero 486 Ollanette	Uscertu	7,5	290	445	3:00
E	4	490	Rieti	RI	Lago Rascino-Lago della Petrella	E	Monti del Cicolano	La Tracerna	Lago della Petrella	10,3	250	245	1:30
E	4	491	Rieti	RI	Sentiero 491 Settefonti-Valle Gatto-Settefonti	E	Monti del Cicolano	Settefonti	Valle Gatto	7,9	380	430	3:30
E	4	491A	Rieti	RI	Sentiero 491A Settefonti-Colle Difensa	T	Monti del Cicolano	Settefonti	Colle Difensa	10,0	360	210	2:50
E	4	493	Rieti	RI	Brusciano-Colle Peschioso-Fagge	E	Monti del Cicolano	Fagge	Brusciano	5,1	435	435	1:40
E	4	493A	Rieti	RI	Raccordo 493,494	E	Monti del Cicolano	Colle Ciccone	Sant'Angelo	3,1	220	194	1:30
E	4	494	Rieti	RI	Fiamignano-La Serra	E	Monti del Cicolano	Fiamignano	Monte La Serra	10,6	840	840	3:15
E	4	494B	Rieti	RI	Monte S.Angelo-Colle Tinello	E	Monti del Cicolano	S.Angelo	Colle Tinello	3,0	230	200	1:10
E	4	494C	Rieti	RI	Colle Mazzolino-Fiamignano	T	Monti del Cicolano	Colle Mazzolino	Fiamignano	1,3	230	50	:50
E	4	496	Rieti	RI	Peschieta-Lago del Salto	E	Monti del Cicolano	Peschieta	Lago del Salto	5,1	190	445	2:20
E	4	496B	Rieti	RI	Rocchette- Peschieta	E	Monti del Cicolano	Rocchette	Peschieta	3,3	246	108	2:20
E	4	497	Rieti	RI	Borgo San Pietro-Grotta di Santa Filippa	E	Monti del Cicolano	Borgo San Pietro	Grotta S.Filippa	5,1	750	100	3:00
E	4	497A	Rieti	RI	Raccordo Borgo S.Pietro 497-Mareri-Grotta di S.Filippa 497	E	Monti del Cicolano	Ara Pacilli	Mareri	2,0	188	92	:50
E	4	497B	Rieti	RI	Raccordo Borgo S.Pietro 497--Grotta di S.Filippa 497	E	Monti del Cicolano	Strada comunale	Area di parcheggio	1,3	170	20	:40

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
E	4	497C	Rieti	RI	Grotta di S.Filippa-Colle Tinello	E	Monti del Cicolano	Grotta di Sant aFilippa	Colle Tinello	2,1	200	60	1:00
E	4	497D	Rieti	RI	Colle Tinello-Ornetà x Grotta S.Filippa	E	Monti del Cicolano	Fonte Tinello	Ornetà,incrocio con sentiero 498	1,8	100	170	:40
E	4	498	Rieti	RI	Fonticelle-Piano Aquilente	E	Monti del Cicolano	Fonticelle	Piano Aquilente	8,0	350	320	2:15
E	4	498A	Rieti	RI	Colle dei Frati- Piano dell'Aquilente	E	Monti del Cicolano	Fonticelle	Laghetto	2,0	160	100	1:00
E	4	499	Rieti	RI	Staffoli-Lago della Petrella	E	Monti del Cicolano	Staffoli	Lago della Petrella	6,0	620	355	2:50
E	4	499A	Rieti	RI	Staffoli-Grotta di San Nicola	T	Monti del Cicolano	Staffoli	Grotta di San Nicola	1,7	160	110	:30
E	4	499B	Rieti	RI	Staffoli - Casali Petrangeli - Cerreta - Ponte di Cerreta- diga	E	Monti del Cicolano	Staffoli	Diga del Salto	6,4	600	180	3:15
E	5	501	Rieti	RI	Labro-Ponte sul Velino	E	Monti Sabini	Labro	Ponte sul Velino, raccordo con CAI 366	7,7	210	410	2:40
N	1	1002	Viterbo	VT	Via Francigena Acquapendente - San Lorenzo Nuovo	T	Via Francigena	Avquapendente	San Lorenzo Nuovo	11,5	130	30	3:00
N	1	1003	Viterbo	VT	Via Francigena San Lorenzo Nuovo - Bolsena	E	via Francigeaba	San Lorenzo Nuovo	Bolsena	12	120	280	3:00
N	1	1004	Viterbo	VT	Via Francigena Bolsena - Montefiascone	E	Monti Cimini	Bolsena	Montefiascone	17	550	220	6:00
N	1	1005	Viterbo	VT	Via Francigena Montefiascone - Viterbo	E	via Francigena	Montefiascone	Viterbo	17,4	90	370	4:30
N	1	1006	Viterbo	VT	Via Francigena Viterbo - Vetralla	E	Via Francigena	Viterbo	Vetralla	22	455	490	6:00
N	1	100M	Viterbo	VT	Variante Cimina	E	Monti Cimini	San Martino al Cimino	Monterosi	38,9	460	850	11:00
N	1	102	Viterbo	VT	Vecchia ferrovia Capranica-Civitavecchia	E	Vecchia ferrovia Capranica-Civitavecchia	Capranica	Monteromano	27	0	360	8:00
N	1	1031	Viterbo	VT	Cammino Tuscia Tappa 1	E	Monti Cimini	Orte Scalo	Vasanello	9,2	378	157	2:30
N	1	1032	Viterbo	VT	Cammino Tuscia Tappa 2	E	Monti Cimini	Vasanello	Soriano nel Cimino	13,7	353	155	3:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	1	1033	Viterbo	VT	Cammino Tuscia Tappa 3	E	Monti Cimini	Soriano nel Cimino	Bivio San Martino al Cimino	18,6	750	725	5:00
N	1	1034	Viterbo	VT	Cammino Tuscia Tappa 4	E	Monti Cimini	San Martino al Cimino	La Botte Vetralla	10,3	180	530	2:30
N	1	1035	Viterbo	VT	Trekking Tuscia Stage 5	E	Monti Cimini	La Botte Vetralla	Barbarano Romano	9,7	165	235	2:30
N	1	1036	Viterbo	VT	Trekking Tuscia Stage 6	E	Monti Cimini	Barbarano Romano	Civitella di Cesi	7,3	135	330	2:00
N	1	1037	Viterbo	VT	Cammino Tuscia Tappa 7	E	Monti Cimini	Civitella Cesi	Monteromano	18,3	430	365	5:00
N	1	1038	Viterbo	VT	Trekking Tuscia Stage 8	E	Monti Cimini	Monteromano	Tarquinia	19,5	380	500	5:00
N	1	104	Viterbo	VT	Via Amerina	E	Monti Cimini	Orte	Vasanello	11,9	185	335	4:00
N	1	104A	Viterbo	VT	Lago Vadimonte	T	Monti Cimini	Via Amerina Orte	Innesto percorso 134D	5,7	15	90	1:20
N	1	105	Viterbo	VT	Antica via Clodia attraverso il Parco Naturale Regionale	E	Monti Sabatini	Oriolo Romano	Blera	62,4	980	1070	18:30
N	1	120	Viterbo	VT	Sentiero Giuseppe Lupattelli	E	Monti Cimini	Viterbo	Monte Palanzana e percorso n.103	9	520	210	4:00
N	1	120A	Viterbo	VT	Sentiero dei 4 monti	E	Monti Cimini	Riserva Arcionello	Monte di Vitorchiano	8,2	215	230	2:00
N	1	120B	Viterbo	VT	Forra del fosso Luparo	E	Monti Cimini	Strada Montepizzo	Riserva Arcionello	1,0	40	20	:20
N	1	120D	Viterbo	VT	Strada di mezzo - San Martino al Cimino	E	Monti Cimini	San Martino al Cimino	Lago di Vico sentiero CAI 103	2,1	275	65	:50
N	1	120H	Viterbo	VT	Monte S. Valentino	E	Monti Cimini	Strada di Mezzo	Monte San Valentino	2,5	250	0	1:00
N	1	123	Viterbo	VT	Sentiero dei 5 Monti	E	Monti Cimini	Aula Didattica Monte Cimino	Soriano nel Cimino ViaBandite	7,1	190	700	2:00
N	1	123A	Viterbo	VT	Sentiero dei Fontanili	E	Monti Cimini	Soriano nel Cimino	Aula Didattica Monte Cimino	4,3	570	30	1:40
N	1	123B	Viterbo	VT	Aula Didattica Monte Cimino - innesto percorso 123	E	Monti Cimini	Aula Didattica Monte Cimino	Innesto percorso 123	3,7	10	405	1:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	1	123C	Viterbo	VT	Faggeta di M. Cimino-Massi Trachitici-CAI 103	E	Monti Cimini	Monte Cimino sentiero CAI 123	Strada Romana CAI 103	2,5	20	105	:30
N	1	125	Viterbo	VT	Vitorchiano - Bomarzo	E	Monti Cimini	Vitorchiano	Bomarzo	14,4	360	410	5:00
N	1	125A	Viterbo	VT	Belvedere di Vitorchiano	E	Monti Cimini	Vitorchiano	CAI 125	2,2	35	60	:30
N	1	125C	Viterbo	VT	Campitella - Corviano	E	Monti Cimini	Corviano	Corviano	0,9	0	15	:15
N	1	125D	Viterbo	VT	Dalla stazione Cotral di Vitorchiano a M. Vitorchiano	E	Monti Cimini	Stazione Vitorchiano	Monte Vitorchiano	2,2	190	0	:45
N	1	125E	Viterbo	VT	Cascata del Martelluzzo	E	Monti Cimini	Corviano CAI 125	Cascata del Martelluzzo	0,6	0	10	:10
N	1	125F	Viterbo	VT	Stazione ATAC di Vitorchiano-Strada Piangoli	E	Monti Cimini	Stazione ATAC di Vitorchiano	Monte di Vitorchiano sentiero 120A	2,1	125	0	:30
N	1	126	Viterbo	VT	Vetralla - Località Dogane	E	Monti Cimini	Vetralla	Località Dogane CAI 105	5,2	70	140	1:10
N	1	126A	Viterbo	VT	Santuario rupestre Demetra	E	Monti Cimini	Monte Panese CAI126	Macchia delle Valli	5,5	160	70	1:15
N	1	128A	Viterbo	VT	Località Canale - Croce San Martino	E	Monti Cimini	Via Francigena Variante Cimina	San Martino al Cimino	6,5	210	70	2:30
N	1	128B	Viterbo	VT	Da Località Canale a sentiero 128	E	Monti Cimini	Località Canale	CAI 128	3	320	180	1:00
N	1	128C	Viterbo	VT	Variante Cimina - Poggio Gallesano - Casa del parco	E	Monti Cimini	Variante Cimina	Poggio Gallesano - Casa del parco	3,2	75	90	1:00
N	1	130	Viterbo	VT	Blera - Necropoli San Giovenale	E	Monti Cimini	Blera Sentiero CAI 104	Necropoli San Giovenale CAI 103	7,2	140	210	1:40
N	1	131	Viterbo	VT	Via Clodia - Capranica (VF100)	E	Monti Sabatini	CAI 105 Via Clodia	Capranica (raccordo con VF)	11,3	110	100	2:30
N	1	131A	Viterbo	VT	Variante Francigena Clodia	T	Monti Sabatini	Via Francigena	CAI 131	1,6	5	50	:30
N	1	132	Viterbo	VT	Collegamento CAI 266 con Via Francigena	E	Monti Sabatini	Strada dei Covoni CAI 266	Via Francigena	5,0	235	90	1:25
N	1	132A	Viterbo	VT	Monte Calvi	E	Monti Sabatini	Incrocio con CAI 132	Incrocio con CAI 266	3,2	195	100	1:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	1	132C	Viterbo	VT	CAI 176B-CAI 132	E	Monti Sabatini	Strada vicinale Cecco Tocco CAI 176B	CAI 132	0,6	30	5	:10
N	1	133	Viterbo	VT	Da Vallerano a Canepina	E	Monti Cimini	Vallerano	Canepina	5,4	145	60	2:00
N	1	133A	Viterbo	VT	Eremo San Leonardo	E	Monti Cimini	Vallerano	Massia Cimina - Riserva Vico	,8	460	40	2:00
N	1	133B	Viterbo	VT	Canepina-CAI 103	E	Monti Cimini	Canepina	CAI 103	5,4	280	45	2:00
N	1	134	Viterbo	VT	Da Bassano in Teverina a Mugnano	E	Monti Cimini	Bassano in Teverina	Mugnano	6,7	190	340	1:45
N	1	134A	Viterbo	VT	Da CAI 134 a CAI 195	E	Monti Cimini	CAI 134	CAI 195	2	100	25	:30
N	1	134B	Viterbo	VT	Torre di Luco	E	Monti Cimini	Bassano in Teverina	CAI 103	4,4	10	35	1:00
N	1	134C	Viterbo	VT	Sasso Quadro	E	Monti Cimini	CAI 134	CAI 195	2,4	170	0	:45
N	1	134D	Viterbo	VT	percorso n.134 - percorso n.134F	T	Valle del Tevere	CAI 134	CAI 134F	2,2	30	0	:30
N	1	134F	Viterbo	VT	Da Bassano in Teverina alla via Amerina	E	Monti Cimini	Bassano in Teverina	Via Amerina	3,8	0	160	1:00
N	1	138A	Viterbo	VT	Località Serignano-Forra Biedano seconda mola	E	Parco Marturanum	Località Serignano	Forra Biedano seconda mola	1,3	80	30	:30
N	1	138B	Viterbo	VT	Località Bandita-Località Quarto	E	Parco Marturanum	Località Bandita	Località Quarto	4,0	60	160	1:00
N	1	138C	Viterbo	VT	Da CAI 103 a Forra Biedano seconda mola	E	Parco Marturanum	CAI 103	Forra Biedano secondamola	2,8	30	160	1:00
N	1	139	Viterbo	VT	Vejano-Civitella Cesi-CAI105	E	Monti della Tolfa	Vejano CAI105	Civitella Cesi CAI 103	10,4	250	450	3:20
N	1	139A	Viterbo	VT	CAI139-Quadrelli CAI139B	E	Tuscia Meridionale	Civitella Cesi CAI139	Località Quadrelli CAI139B	5,2	350	100	2:00
N	1	139B	Viterbo	VT	Monte Casella-Ara del Marmo loc. QuadrelliCAI139A	E	Monti della Tolfa	CAI 139	Ara dl Marmo CAI 139A	1,9	20	120	:30
N	1	141	Viterbo	VT	Villa San Giovanni in Tuscia-Blera	E	Monti Cimini	Villa San Giovanni in Tuscia	Blera	2,9	25	100	:40

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	1	141A	Viterbo	VT	Villa S.Giovanni in Tuscia-Valle Cappellana	E	Monti Cimini	Villa San Giovanni in Tuscia	Valle Cappellana	2,0	40	50	:30
N	1	141B	Viterbo	VT	Villa San Giovanni in Tuscia - Percorso126A	E	Monti Volsini	Villa San Giovanni in Tuscia	Percorso126A	1,6	70	45	:30
N	1	141C	Viterbo	VT	Villa San Giovanni in Tuscia-Vetralla	E	Monti Cimini	Villa San Giovanni in Tuscia	Vetralla	1,3	80	30	:20
N	1	163	Viterbo	VT	Ponte di Santa Maria di Sala - Pian di Lance	E	Selva del Lamone	Riserva Lamone	Loc. Santa Maria in Sala	9,5	300	285	2:40
N	1	163A	Viterbo	VT	Selva del Lamone	E	Selva del Lamone	CAI163 Selva Lamone	CAI163 Selva Lamone	4,9	85	65	1:10
N	1	175	Viterbo	VT	Oriolo Romano-La Mola	E	Monti della Tolfa	Oriolo Romano	La Mola CAI175A	6,1	10	50	1:30
N	1	175A	Viterbo	VT	Il Pescolaro	E	Monti della Tolfa	CAI 175 -Loc. La Mola	CAI 105-Loc. La Castellina	2,90	75	10	1:00
N	1	175C	Viterbo	VT	Sentiero Faggeta Unesco	E	Monti della Tolfa	Oriolo Romano	Monte Raschio	8,4	255	260	2:00
N	1	176	Viterbo	VT	Oriolo Romano - Bassano Romano	E	Monti Sabatini	Oriolo Romano	Bassano Romano	9,3	225	270	2:10
N	1	176A	Viterbo	VT	Strada vicinale di Cacciano - Strada Fonte Chiappino CAI266	E	Monti Sabatini	CAI 176B-Strada Vicinale di Cacciano	CAI 266 Ciclovía dei Boschi	2,0	40	110	:30
N	1	176B	Viterbo	VT	CAI176 - CAI176C	E	Monti Sabatini	CAI 176	CAI 176C	5,7	20	240	1:25
N	1	176C	Viterbo	VT	Bassano Romano - CAI 132	E	Monti Sabini	Bassano Romano via Roma	CAI 132 via della Cornacchia	4,0	10	70	1:00
N	1	176D	Viterbo	VT	Covoni - Percorso 176B	E	Monti Sabatini	CAI 266 (Covoni)	CAI 176B	1,2	60	0	:20
N	1	176E	Viterbo	VT	CAI 176A-CAI 176B	E	Monti Sabatini	Strada vicinale di Cacciano-bivio con CAI 176B	Poggio Stracciacapello-bivio con CAI 176A	0,8	5	45	:15
N	1	176F	Viterbo	VT	Stracciacapello-CAI 266 Ciclovía dei Boschi	E	Monti Sabatini	Parcheggio Faggeta di Stracciacapello	CAI 266 Ciclovía dei Boschi	1,7	0	145	:25
N	1	176H	Viterbo	VT	Strada di Fonte Chiappino - Stracciacapello	E	Monti Sabini	Strada di Fonte Chiappino	Stracciacapello	1,0	116	0	:20
N	1	176L	Viterbo	VT	175C - Strada Bassanese	E	Monti della Tolfa	CAI 175C	CAI 176 via Bassanese	3,1	85	100	1:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	1	176M	Viterbo	VT	CAI 266-CAI 175D Fosso di Giovannaccio	E	Monti della Tolfa	CAI 266	CAI 175D	1,2	25	55	:30
N	1	177A	Viterbo	VT	Variante al lago di Monterosi	T	Parco Bracciano Martignano	Bivio Via Sutri Vecchia	Via Cimina	0,9	5	40	:10
N	1	177B	Viterbo	VT	Via Francigena - 269B	E	Parco Bracciano Martignano	Via dello Sboccatore	Via Sutri Vecchia (via Francigena Romea)	0,7	30	15	:15
N	1	178	Viterbo	VT	Cavoni Nepi - Castel Sant'Elia	EE	Monti Cimini	Cavoni Nepi	Castel Sant'Elia	3,7	40	110	1:30
N	1	178A	Viterbo	VT	percorso 178 - Via Francigena Cimina	E	Monti Cimini	CAI 178	Via Francigena Cimina	3,1	110	0	1:00
N	1	178B	Viterbo	VT	CAI 178-CAI178	EE	Monti Cimini	CAI178	CAI178	0,3	20	0	:15
N	1	178C	Viterbo	VT	Percorso 178 - Caduta del Picchio	EE	Monti Cimini	CAI178	Caduta del Picchio	0,8	50	10	:30
N	1	178D	Viterbo	VT	percorso 178 - percorso 178A	E	Monti Cimini	CAI 178	CAI 178A	0,2	35	0	: 5
N	1	192	Viterbo	VT	Castiglione in Teverina - Sermugnano	E	Valle del Tevere	Castiglione in Teverina	Sermugnano	11,0	490	320	3:00
N	1	193	Viterbo	VT	Sant'Angelo - Sipicciano	E	Valle del Tevere	Sant'Angelo	Stazione Sipicciano	14,0	215	455	3:00
N	1	193B	Viterbo	VT	Sant'Angelo - percorso CAI 193	E	Valle del Tevere	Sant'Angelo	CAI 193	5,1	10	185	1:10
N	1	195	Viterbo	VT	Da Bassano in Teverina a Bomarzo	E	Valle del Tevere	Bassano in Teverina	Bomarzo	9	210	220	2:20
N	1	195A	Viterbo	VT	DA CAI 195 a Mugnano	E	Valle del Tevere	CAI 195	Mugnano	2,6	170	30	:45
N	1	198	Viterbo	VT	Da Orte a CAI 103	E	Valle del Tevere	Orte	CAI 103	4,8	160	190	1:00
N	1	198A	Viterbo	VT	Laghetto Vadimone	E	Valle del Tevere	Via Amerina Orte	CAI 134D	5,7	20	25	1:20
N	2	201	Monterotondo	RM	201 "Madonna delle Grazie"	T	Monte Soratte	Sant'Oreste	Chiesa S.M. Delle Grazie	1,6	240	40	:30
N	2	201A	Monterotondo	RM	Cappella SS. Salvatore - Bivio con percorso Le Sentinelle	T	Monte Soratte	Cappella SS. Salvatore c/o percorso 201	incrocio sentiero 204B "Le Sentinelle"	0,2	18	2	: 5

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	2	202	Monterotondo	RM	PERCORSO VITA	T/E	Monte Soratte	Via Riccioni Giosafat	Inizio Sentiero "Le Grotte" 206	2,9	80	30	:50
N	2	202A	Monterotondo	RM	LE CARBONARE	T	Monte Soratte	Percorso Vita	Quadrivio Sent. 201/205	0,8	135	0	:30
N	2	202B	Monterotondo	RM	CASACCIA DEI LADRI	E	Monte Soratte	Percorso Vita	Sentiero Le Grotte	0,5	125	0	:10
N	2	202C	Monterotondo	RM	CAMPICCIOLO	T	Monte Soratte	Percorso Vita	Strada Comunale Crocicchia	1	0	190	:20
N	2	203	Monterotondo	RM	Santa Romana e dei Meri	T	Monte Soratte	S. ORESTE - DAL PARCHEGGIO	Ruderi Chiesa Santa Romana	1,5	170	25	1:00
N	2	203A	Monterotondo	RM	Collegamento "Santa Romana - Percorso Vita	T	Monte Soratte	Bivio Sentiero 203 vicino Santa Romana	PERCORSO VITA	2,5	280	120	:45
N	2	204	Monterotondo	RM	Strada militare	T	Monte Soratte	Cancello ingresso zona militare	Uscita galleria	2,6	70	0	:45
N	2	204A	Monterotondo	RM	COLLEGAMENTO TRA 204 E 202	E	Monte Soratte	Strada Militare	Percorso Vita	0,5	170	0	:45
N	2	204B	Monterotondo	RM	Le Sentinelle	E	Monte Soratte	Strada Militare km 0,085 (sent. 204)	Percorso Alta Via (sent. 204C)	1,0	107	56	:25
N	2	204C	Monterotondo	RM	Alta via	EE	Monte Soratte	Strada Militare (sent. 204) c/o Casa Arte e Mestieri	Eremo di Sant'Antonio (vicino Madonna delle Grazie)	1,6	210	5	:40
N	2	205	Monterotondo	RM	PERCORSO DEGLI EREMI	E	Monte Soratte	Cappella Annunziata	Madonna delle grazie e ritorno Cappella Annunziata	1,4	275	0	1:30
N	2	206	Monterotondo	RM	PERCORSO LE GROTTI - DAL PERCORSO VITA ALLA VETTA	E	Monte Soratte	FINE PERCORSO VITA	Eremo San Silvestro	1,3	200	0	:50
N	2	207	Roma	RM	Campagnano - Formello	T	PARCO DI VEIO	CAMPAGNANO DI ROMA	FORMELLO	8,5	290	0	2:40
N	2	207A	Roma	RM	Formello-Località Monte Michele	E	PARCO DI VEIO	FORMELLO	Monte Michelòde	11,0	60	0	2:40
N	2	207B	Roma	RM	Valle del Sorbo	E	PARCO DI VEIO	FORMELLO	FORMELLO	2,2	80	75	:35
N	2	207C	Roma	RM	Strada del Sordo-Formello	E	PARCO DI VEIO	Strada del Sordo	FORMELLO	2,1	145	100	:30
N	2	207D	Roma	RM	Strada del Sordo-Mola di Formello	E	PARCO DI VEIO	Strada di Formello	Mola di Formello	2,1	45	65	:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	2	207E	Roma	RM	Anello collina ARSIAL	E	PARCO DI VEIO	Mola di Formello	Mola di Formello	2	95	70	1:00
N	2	207F	Roma	RM	Fosso della Mola di Formello-Formello	T	PARCO DI VEIO	Fosso della Mola di Formello	Formello	2,1	60	0	:35
N	2	207G	Roma	RM	SP 10A - MADONNA DEL SORBO	T	PARCO DI VEIO	sp 10A (provinciale Sacrofano)	Santuario Madonna del Sorbo	2,1	20	105	:35
N	2	208	Roma	RM	Formello-La Giustiniana	E	PARCO DI VEIO	Formello	La Giustiniana	18	160	220	5:00
N	2	208A	Roma	RM	Campetti - Isola Farnese	E	PARCO DI VEIO	Campetti	Isola Farnese	1,5	45	25	:30
N	2	208B	Roma	RM	Campetti-Prato della Corte	E	PARCO DI VEIO	Campetti	Via Prato della Corte	3,	20	80	:45
N	2	208C	Roma	RM	Mola di Farnese - Campetti	E	PARCO DI VEIO	Mola di Farnese	Campetti	1,0	70	65	:30
N	2	209	Roma	RM	Sacrosano-Formello	T	PARCO DI VEIO	SACROFANO	FORMELLO	9,1	150	170	3:00
N	2	209A	Roma	RM	Sacrofano-Pacifico	E	PARCO DI VEIO	Sacrofano	Pacifico	9,3	155	265	3:00
N	2	209B	Roma	RM	Strada Prima Porta.Monte Quadraro	E	PARCO DI VEIO	Strada Prima Porta	Monte Quadraro	4,9	160	135	1:15
N	2	209C	Roma	RM	Variante Boschetto	E	PARCO DI VEIO	SACROFANO	SACROFANO	0,7	0	40	:20
N	2	209D	Roma	RM	Monte Musino	E	PARCO DI VEIO	CAI 209B	CAI 209A	0,9	0	0	:40
N	2	210	Monterotondo	RM	Sacrofano-Morlupo	E	PARCO DI VEIO	Sacrofano	Morlupo	9,5	225	170	2:50
N	2	210A	Monterotondo	RM	Magliano Romano-Fontanile Citerna	E	PARCO DI VEIO	Magliano Romano	Fontanile Citerna	2,9	20	40	:50
N	2	210B	Monterotondo	RM	Via Campagnanese - Castellaccio	E	PARCO DI VEIO	Via Campagnanese	Castellaccio	2,3	0	60	:50
N	2	210C	Monterotondo	RM	Via Campagnanese-Castelnuovo di Porto	E	PARCO DI VEIO	Via Campagnanese	Castelnuovo di Porto	8,3	120	210	2:50
N	2	210D	Monterotondo	RM	NATURALISTICO	E	PARCO DI VEIO	CAI 210C	CAI 210	0,6	40	20	:15

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	2	210E	Monterotondo	RM	Collegamento CAI 210C con CAI 210	E	PARCO DI VEIO	CAI 210C	CAI 200	1,2	90	30	:35
N	2	211	Roma	RM	Magliano Romano - Casali	E	PARCO DI VEIO	MAGLIANO	CAMPAGNANO DI ROMA	7,4	115	165	2:10
N	2	211A	Roma	RM	Fontanile Ruinassa - 211	E	PARCO DI VEIO	MAGLIANO	CAMPAGNANO DI ROMA	0,81	0	0	:30
N	2	260	Roma	RM	Oriolo Romano - Bracciano	E	Parco Bracciano Martignano	Oriolo Romano	Bracciano	8,2	55	190	3:00
N	2	260A	Roma	RM	Bosco San Celso	T	Parco Bracciano Martignano	Lungolago	Lungolago	2,0	70	70	:50
N	2	260B	Roma	RM	Fontana vecchia - Olmata Tre Cancelli	T	Parco Bracciano Martignano	Fontana vecchia	Olmata Tre Cancelli	2,6	20	65	:50
N	2	261	Roma	RM	Oriolo Romano - Manziana	T	Parco Bracciano Martignano	Oriolo Romano	Manziana	4,8	50	110	1:15
N	2	262	Roma	RM	Manziana - Pisciarelli	E	Parco Bracciano Martignano	Manziana	Pisciarelli	3,0	25	115	1:00
N	2	262A	Roma	RM	Ponte della merla - Archi di Boccalupo	E	Parco Bracciano Martignano	Ponte della Merla	Archi di Boccalupo	1,0	30	0	:20
N	2	262B	Roma	RM	Manziana - Caldara	T	Parco Bracciano Martignano	MANZIANA	Caldara	6,3	0	100	2:00
N	2	265	Roma	RM	Canale Monterano - Oriolo Romano	E	Parco Bracciano Martignano	CANALE MONTERANO	ORIOLO ROMANO	6,9	120	70	2:10
N	2	265A	Roma	RM	Pozzo Tufo - Monterano	E	Parco Bracciano Martignano	Pozzo Tufo	Monterano	1,5	0	95	:30
N	2	265B	Roma	RM	Pozzo Tufo - Ara di San Baccano	E	Parco Bracciano Martignano	Pozzo Tufo	Ara di San Baccano	2,5	80	0	:50
N	2	266	Roma	RM	266 Ciclovía dei Boschi	E	Parco Bracciano Martignano	Campo Sportivo Trevignano Romano	Strada Bassanese	10,0	315	175	3:30
N	2	266A	Roma	RM	Rimessini	E	Parco Bracciano Martignano	Strada Rocca Romana	Innesto Ciclovía 266	0,8	25	10	:15
N	2	266B	Roma	RM	Ciclovía dei Boschi Centro Volo Rapaci Monte Rinacceto	E	Parco Bracciano Martignano	266 Ciclovía dei Boschi	Centro Rapaci-Monte Rinaceto	2,9	210	75	1:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	2	266C	Roma	RM	266C Provinciale Settevene Palo - Ciclovía dei Boschi 266	E	Parco Bracciano Martignano	Strada Provinciale Settevene - Palo	Ciclovía dei Boschi	3,9	230	0	1:10
N	2	266D	Roma	RM	266 Calandrina - Ciclovía dei Boschi 266	E	Parco Bracciano Martignano	Località Calandrina	CAI 266	0,2	45	0	:10
N	2	266E	Roma	RM	266E Centro Volo Rapaci 266B	E	Parco Bracciano Martignano	Centro Volo Rapaci	266B	0,9	115	0	:20
N	2	269	Roma	RM	Trevignano Romano - Monterosi	E	Parco Bracciano Martignano	Trevignano Romano	Monterosi	7,8	235	130	2:40
N	2	269B	Roma	RM	269B Campo Sportivo Trevignano Romano - Monterosi	E	Parco Bracciano Martignano	Campo Sportivo Trevignano Romano	Monterosi	7,4	115	145	2:30
N	2	269C	Roma	RM	269C Belvedere di Trevignano	T	Parco Bracciano Martignano	269C Belvedere di Trevignano	269	1,9	0	90	:40
N	2	269D	Roma	VT	269D Variante per Monterosi	T	Parco Bracciano Martignano	CAI 269B	Cai 269	1,0	0	25	:20
N	2	270	Roma	RM	270 Ciclovía dei laghi	T	Parco Bracciano Martignano	Via dei Caputi	Monte Chiodo	7,9	100	100	2:40
N	2	270B	Roma	RM	270B Polline	E	Parco Bracciano Martignano	Cai 270	Lungolago Polline	3,8	10	75	1:00
N	2	292	Monterotondo	RM	Anello di Meana	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	Uffici della RNR	Uffici della RNR	0,8	10	10	:20
N	2	293	Monterotondo	RM	Anello Sentiero della Fornace	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	Parcheggio Uffici Riserva	Parcheggio Uffici Riserva	4,4	55	55	1:40
N	2	294	Monterotondo	RM	Nazzano Via F. Cavalletti - Torrita Tiberina Borgo del Popolo - SP15a	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	Nazzano (Via del Porto)	Torrita Tiberina	8,9	193	173	2:40
N	2	294A	Monterotondo	RM	Collegamento sent 294 - Parcheggio La Cesa SP40b	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	Area picnic Tevere n° 7	Parcheggio La Cesa SP40b	0,9	130	10	:25
N	2	295	Monterotondo	RM	SP15a - Incrocio sentiero 294	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	Ecoturismo Tevere-Farfa	Casale della Vedova	0,6	20	30	:10

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	3	301	Tivoli	RM	La Scarpellata	E	Monti Lucretili	Marcellina	M. Gennaro (Scarpellata)	6,2	980	0	3:15
N	3	301A	Tivoli	RM	La Scalarola Scarpellata	T	Monti Lucretili	La Scalarola Scarpellata	Chiesetta Pratone	1,9	20	20	:40
N	3	302	Tivoli	RM	Marcellina Prato-Favale	E	Monti Lucretili	Marcellina	Prato Favale	3,30	500	0	2:20
N	3	302A	Tivoli	RM	Prato Favale-Monte Morra	E	Monti Lucretili	Prato Favale	M. Morra	1,3	250	0	:50
N	3	302B	Tivoli	RM	Incrocio sentiero S,Polo	E	Malepasso	Prato Favale	Malepasso	0,6	0	40	:15
N	3	303	Tivoli	RM	S.Polo-Pratone di Monte Gennaro	E	Monti Lucretili	S. Polo dei Cavalieri	Pratone	8,0	400	380	2:50
N	3	303A	Tivoli	RM	Marcellina-San Polo	E	Monti Lucretili	Marcellina	San Polo dei Cavalieri	3,9	330	0	1:20
N	3	303B	Tivoli	RM	Fonte Longarina-Madonna dei Ronci	E	Monti Lucretili	Fonte Longarina	Mad.na dei Ronci	2,7	20	140	:45
N	3	303C	Tivoli	RM	I Ghiacci-Convertillo	E	Monti Lucretili	Campo sportivo	Convertillo	1,5	80	100	1:00
N	3	303D	Tivoli	RM	Le Pianate	E	Monti Lucretili	Le Pianate	Incrocio 303C	0,7	50	50	:40
N	3	303E	Tivoli	RM	Valle Cavalera-Campitello	E	Monti Lucretili	Valle Cavalera	Fonte Campitello	1,5	100	70	:35
N	3	304	Tivoli	RM	Vicovaro-Mad. Dei Ronci-Prato delle Forme	E	Monti Lucretili	Vicovaro	Prato delle Forme	9,5	560	500	4:00
N	3	304A	Tivoli	RM	Vicovaro-Fosso di San Martino	E	Monti Lucretili	Vicovaro	Fosso Valle S. Martino	4,4	365	300	1:50
N	3	304B	Tivoli	RM	Fonte Longarina-Madonna dei Ronci	E	Monti Lucretili	Fonte Fumiccia	Prato delle Forme	3,6	300	0	1:00
N	3	304C	Tivoli	RM	Sentiero Anita	E	Monti Lucretili	Colle Cerro	Prato dei Porcini	3,0	465	400	2:40
N	3	305	Tivoli	RM	Rocciovine-Monte Gennaro	E	Monti Lucretili	Rocciovine	M. Gennaro	10,0	850	700	3:40
N	3	305A	Tivoli	RM	Stretta Vallicina	E	Monti Lucretili	Fosso Canepine	Cese Porcile	1,9	200	180	:50

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	3	305B	Tivoli	RM	Monte Follettoso	T	Monti Lucretili	Cese Percile	M. Follettoso	1,8	110	100	:50
N	3	305C	Tivoli	RM	Campitello-Valle Lopa	E	Monti Lucretili	Fonte Campitello Alta	Valle Lopa	4,5	150	80	1:40
N	3	306	Tivoli	RM	Licenza-Fosso di Vena Scitta	E	Monti Lucretili	Licenza	F.so Vena Scritta	4,5	380	300	1:50
N	3	306A	Tivoli	RM	Licenza-Laghetti diPercile	E	Monti Lucretili	Licenza	Laghetti di Percile	5,3	220	180	2:50
N	3	306B	Tivoli	RM	Sentiero dell'Aquila	E	Monti Lucretili	La Posta	Osservat. dell'Aquila	1,50	130	0	1:00
N	3	307	Tivoli	RM	Percile-Laghetti di Percile	E	Monti Lucretili	Percile	Laghetti di Percile	5,5	130	0	1:50
N	3	307A	Tivoli	RM	Colle Serranile-Colle Prioni	E	Monti Lucretili	C. Serranile	Fosso Turana	3,0	0	200	1:30
N	3	307B	Tivoli	RM	S. Cosimato-Mandela-C. Prioni	E	Monti Lucretili	Laghetti Percile	Rovine Morella	7,0	350	0	2:30
N	3	308	Tivoli	RM	Orvinio-Le Pratarelle	E	Monti Lucretili	Orvinio	Le Pratarelle	3,1	100	50	:50
N	3	309	Rieti	RI	Poggio Moiano-Monte Pellecchia	E	Monti Lucretili	Poggio Moiano	M. Pellecchia	17,8	800	450	8:30
N	3	309A	Rieti	RI	Fonte Castello-Valle Barletta	E	Monti Lucretili	F. Castello	Valle Bariletta	3,5	100	90	1:30
N	3	309B	Rieti	RI	Pratoritto-Monte Castellano	T	Monti Lucretili	Pratarelle	M. Castellano	1,0	100	80	:25
N	3	309C	Rieti	RI	Sentiero delle Orchidee	T	Monti Lucretili	Sent. Pratarelle	Sent. Praterelle	0,6	20	20	:40
N	3	310	Rieti	RI	Scandriglia-Le Pratarelle	E	Monti Lucretili	Scandriglia	Le Pratarelle	7,5	390	300	2:20
N	3	311	Rieti	RI	Scandriglia-Monte Serrapopolo	E	Monti Lucretili	Scandriglia	M. Serrapopolo	5,5	670	550	2:30
N	3	311A	Rieti	RI	Serrapopolo-Casale Bruciato	E	Monti Lucretili	M. Serrapopolo	Casale Bruciato	3,8	150	100	1:00
N	3	311B	Rieti	RI	Sorgente Stalla Pescara-Sella Colle La Foresta	E	Monti Lucretili	Sorg. Stalla Pescara	Sella Colle la Foresta	1,2	130	100	:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	3	312	Tivoli	RM	Monteflavio-Monte Pellecchia	E	Monti Lucretili	Monteflavio	M. Pellecchia	5,40	600	400	2:20
N	3	312A	Tivoli	RM	Valle del Prete-Forcella Pizzo	E	Monti Lucretili	Valle del Prete	Forcella Pizzo Pellecchia	1,50	130	120	:40
N	3	312B	Tivoli	RM	Forcella di Pizzo Pellecchia-Monte Pellecchia	E	Monti Lucretili	Forcella di Pizzo Pellecchia	M. Pellecchia	2,4	260	0	1:20
N	3	312C	Tivoli	RM	Madonna del Carmine-Valle del Prete	E	Monti Lucretili	Madonna del Carmine	Valle del Prete	2	70	0	:30
N	3	313	Tivoli	RM	Monteflavio-Montefalco	E	Monti Lucretili	Monteflavio	Montefalco	2,0	100	80	:40
N	3	313A	Tivoli	RM	Monteflavio-Montefalco	E	Monti Lucretili	Monteflavio	Montefalco	2,0	100	80	:40
N	3	313B	Tivoli	RM	Monteflavio-C. dei Prati	E	Monti Lucretili	Monteflavio	Colle dei Prati	1,3	30	0	:30
N	3	314	Monterotondo	RM	Moricone-Monte Matano	E	Monti Lucretili	Moricone	M. Matano	3,0	360	0	1:30
N	3	314A	Monterotondo	RM	Moricone-Le Pianate	E	Monti Lucretili	Moricone	Le Pianate	3,1	360	200	1:35
N	3	314B	Monterotondo	RM	Monte Matano-Valle Cerchiara	E	Monti Lucretili	Monte Matano	Valle Cerchiara	4,9	320	95	1:45
N	3	314C	Tivoli	RM	Terre Bianche -Forcavia	E	Monti Lucretili	Terre Bianche	Forcavia	1,90	100	50	:35
N	3	314D	Monterotondo	RM	Pantanelle-Castiglione	E	Monti Lucretili	Pantanelle	Castiglione	0,6	50	30	:20
N	3	315	Rieti	RI	Orvinio-Santa Maria del Piano	T	Monti Lucretili	Orvinio	S. M.del Piano	4,0	150	150	1:30
N	3	316	Tivoli	RM	La Stretta	EE	Monti Lucretili	Valle Fico	Pratone	3,9	700	650	2:20
N	3	317	Tivoli	RM	Montorio Romano-Colle della Caparnassa	E	Monti Lucretili	Montorio Romano	Colle. della Caparnassa	3,0	500	430	3:00
N	3	317A	Tivoli	RM	Monteflavio-Passo della Croce	T	Monti Lucretili	Monteflavio	Passo della Croce	2,0	110	0	:40
N	3	318	Tivoli	RM	Palombara Sabina-Pratone	E	Monti Lucretili	Palombara Sabina	Pratone	10,0	750	700	4:10

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	3	319	Tivoli	RM	Palombara-Monte Gennaro	E	Monti Lucretili	Palombara	M. Gennaro	6,5	990	0	3:40
N	3	319A	Tivoli	RM	S.Nicola-Castiglione	E	Monti Lucretili	S. Nicola	Castiglione	2,5	170	70	1:00
N	3	320	Rieti	RI	Orvinio-Serre D'Accia	E	Monti Lucretili	Orvinio	Serra D'Accia	9,8	230	180	3:40
N	3	320A	Tivoli	RM	Cineto Romano-Laghetti di Percile	E	Monti Lucretili	Cineto Romano	Laghetti di Percile	5,3	180	100	1:40
N	3	320B	Tivoli	RM	Laghetti di Percile-Riofreddo	E	Monti Lucretili	Laghetti di Percile	Riofreddo	6,8	230	200	1:40
N	3	320C	Tivoli	RM	Cineto Romano-Riofreddo	E	Monti Lucretili	Cineto Romano	Riofreddo	3,2	170	0	1:20
N	3	320D	Tivoli	RM	Laghetti di Percile-Fiaterno	E	Monti Lucretili	Laghetti di Percile	C. Fiaterno	1,5	200	200	:45
N	3	320E	Tivoli	RM	Percile-Colle Serre	E	Monti Lucretili	Percile	Colle Serre	4	370	50	1:40
N	3	321	Rieti	RI	Vallecupola Monte Navegna	EE	Monte Navegna	Forca di Vallecupola	Monte Navegna	2,8	400	80	1:30
N	3	322	Rieti	RI	Castel Di Tora-Monte Navegna	E	Monte Navegna	Castel di Tora	Monte Navegna	4,6	950	40	2:00
N	3	323	Rieti	RI	Ascrea - Monte Navegna	E	Monte Navegna	Ascrea	Monte Navegna	5,2	750	0	3:00
N	3	324	Rieti	RI	Ascrea - Mirandella - F.te le Forche	E	Monte Navegna	Ascrea	Fonte Le Forche	3,5	550	50	2:00
N	3	325	Rieti	RI	Varco Sabino - Fonte le Forche	E	Monte Navegna	Varco Sabino	Fonte le Forche	4,4	500	40	1:30
N	3	330	Tivoli	RM	Tivoli-Colle Cucco	E	Monte Catillo	Via Don Nello Del Raso	Colle Lucco	5,0	350	0	2:00
N	3	331	Tivoli	RM	Bivio Hotel S. Angelo - S. Polo	E	Monte Catillo	Bivio Hotel S. Angelo	San Polo	7,5	410	80	2:50
N	3	331B	Tivoli	RM	Rifugio Fonte Bologna-Sentiero 331	E	Monte Catillo	Rifugio Fonte Bologna	Sentiero CAI 331	2,0	20	0	:40
N	3	332	Tivoli	RM	332 Sentiero Fantini" Strada SP30a Ex casello Ferroviario-	E	Monte Catillo	Strada SP30a - Ex casello Ferroviario	Monte Sterparo	4,0	345	0	2:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	3	333	Tivoli	RM	Quadrivio-Monte Sterparo	E	Monte Catillo	Quadrivio	M. Sterparo	1,6	30	0	:30
N	3	334	Tivoli	RM	Colle Lecinone-Colle delle Travi	E	Monte Catillo	Colle Lecinone	Colle dei Travi	2,5	40	0	:50
N	3	335	Tivoli	RM	Sentiero CAI 335: Colle Lecinone - Monte Sterparo	E	Monte Catillo	M. Sterparo	Colle Lecinone	1,0	150	0	:20
N	3	336	Rieti	RI	Cerreto - Certo Piano	E	Monte Navegna	Cerreto	Certo Piano	4,0	180	110	1:30
N	3	337	Rieti	RI	Certo Piano - Fonte le Forche	E	Monte Navegna	Certo Piano	Fonte Le Forche	1,9	255	105	:50
N	3	338	Rieti	RI	Cesa Piana - Quercia Bella	E	Monte Navegna	Cesa Piana	Quercia Bella	6,2	390	360	2:30
N	3	339	Rieti	RI	Ascrea - Valle dell'Obito	T	Monte Navegna	Ascrea	Valle dell'Obito	4,4	380	115	1:30
N	3	340	Rieti	RI	Paganico – F.te Palumbo – Le Grotte	E	Monte Navegna	Paganico Sabino	Le Grotte	4,8	350	0	1:30
N	3	341	Rieti	RI	Paganico - Monte Cervia	E	Monte Navegna	Paganico Sabino	Monte Cervia	3,6	715	85	1:50
N	3	341A	Rieti	RI	Loc. La Rotta incr. s. 345–Iaccetto incr.s. 341	E	Monte Navegna	La Rotta	Iaccetto	2,7	230	230	1:30
N	3	342	Rieti	RI	Paganico - C.le Pobbio - M.te Cervia	E	Monte Navegna	Paganico Sabino	Monte Cervia	8,0	850	290	3:00
N	3	343	Rieti	RI	Collegiove - M.te Cervia	E	Monte Navegna	Collegiove	Monte Cervia	2,1	420	70	1:30
N	3	344	Rieti	RI	Collegiove - Vena Maggiore - M.te Cervia	E	Monte Navegna	Collegiove	Monte Cervia	4,4	455	90	2:00
N	3	345	Rieti	RI	Santa Croce - Malpasso	E	Monte Navegna	Santa Croce	Malpasso	5,4	490	45	2:30
N	3	346	Rieti	RI	Collalto Sabino - M.te San Giovanni	E	Monte Navegna	Collalto Sabino	Monte San Giovanni	2,4	150	145	1:00
N	3	346A	Rieti	RI	Bivio Vallicelle s. 346 -Innesto 344 (q.1050 m.)	EE	Monte Navegna	Bivio Vallicelle	Innesto s. 344 (q. 1050m)	2,9	380	180	1:50
N	3	347	Rieti	RI	Anello M.te San Giovanni	E	Monte Navegna	Anello di San Giovanni in Fistola		2	160	160	1:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	3	348	Rieti	RI	Colle Martino - Nespolo	E	Monte Navegna	Colle Martino	Nespolo	6,0	250	205	1:30
N	3	349	Rieti	RI	Nespolo - Il Rio	E	Monte Navegna	Il Rio	Nespolo	5	210	215	1:30
N	3	350	Rieti	RI	Scrocco-Fonte Colombo	E	Monti Sabini	Scrocco	Fonte Colombo	17,0	640	680	6:00
N	3	351	Rieti	RI	Ornaro Alto - Montenero Sabino - Gole del Farfa -	E	Monti Sabini	L'Osteriola	Sterparelle	28,8	1347	1700	11:30
N	3	351A	Rieti	RI	San Martino	E	Monti Sabini	Fontanile Quattroventi (allaccio con 351)	Piazzetta di Pomonte	2,1	153	185	1:10
N	3	351B	Rieti	RI	Fara Sabina (Preventorio Savoia)-Toffia-Guado Fosso Riana	E	Monti Sabini	Allaccio con 351 (Ponte sul Fosso Riana)	Preventorio Savoia	6,2	570	279	3:20
N	3	351D	Rieti	RI	Forca Troila-Cima San Paolo	E	Monti Sabini	Allaccio con 355	Allaccio con 351 Località Cima San Paolo	2,6	108	129	1:00
N	3	351E	Rieti	RI	Gole del Farfa	EE	Monti Ruffi	Mandrio (Allaccio con 351)	Ponte di Mompeo (Allaccio con 351)	2,7	274	160	1:40
N	3	352	Rieti	RI	Media Valle del Farfa	E	Monti Sabini	Madonna del Mattone	Canale Farfa 2	12,9	290	555	4:20
N	3	352A	Rieti	RI	Rocca-San Domenico-Madonnella	E	Monti Sabini	Località Rocca Allaccio con 352	Località Madonnella Allaccio con 352	5,5	398	222	2:30
N	3	352B	Rieti	RI	Granica-Fonte Cannavina	E	Monti Sabini	Granica (Allaccio con 352)	Fonte Cannavina Allaccio con 351	5,5	352	187	2:20
N	3	352C	Rieti	RI	Castelnuovo di Farfa-San Donato	E	Monti Sabini	Fonte Cisterna	San Donato	1,1	7	89	:25
N	3	352D	Rieti	RI	Piscine di Farfa-Castelluzzo	T	Monti Ruffi	Piscine di Farfa (Via Granica per Farfa)	Castelluzzo (Allaccio con 352)	0,7	10	10	:15
N	3	352E	Rieti	RI	Campo di Granica-La Grotticella	E	Media Valle del Farfa	Campo di Granica (Allaccio con 351)	La Grotticella	3,4	180	40	1:00
N	3	353	Rieti	RI	Osteria di Tancia-Salisano	E	Monti Sabini	Osteria di Tancia	Vignorio	6,0	175	557	2:30
N	3	354	Rieti	RI	Casperia - Roccantica - Piano Forno	E	Monti Sabini	Casperia (Porta Romana)	Piano Forno	14,0	1042	634	6:30
N	3	354A	Rieti	RI	Eremo San Leonardo	E	Monti Sabini	Valle Croce-Allaccio con 354	Santo Crazio-Allaccio con 354	2,4	273	150	1:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	3	355	Rieti	RI	Casperia - Montenero Sabino	E	Monti Sabini	Porta Santa Maria - Casperia	Piazza del Municipio - Montenero Sabino	25,2	1429	1336	10:40
N	3	355A	Rieti	RI	Cresta di Monte Tancia	E	Monti Sabini	Forchetta delle vacche allaccio con 355	Sbarra di chiusura girevole su strada dei Trocchi allaccio con	4,9	200	534	2:20
N	3	356	Rieti	RI	Anello Monte Pizzuto	E	Monti Sabini	Allaccio con 354 Località Valle Gemini		8,2	714	714	4:50
N	3	357	Rieti	RI	Poggio Perugino - Monte Pizzuto - Roccantica	E	Monti Sabini	Poggio Perugino (Chiesa S. Maria delle Grazie)	Roccantica	9,7	493	923	4:40
N	3	358	Rieti	RI	Caprareccia delle Monache-Monte Alto-Ara Vecchia	E	Monti Sabini	Caprareccia delle Monache	Ara Vecchia (Allaccio con 358A)	10,0	771	673	5:10
N	3	358A	Rieti	RI	Anello Bruno Grossi	EE	Monti Sabini	Fosso della Mola Vecchia	Fosso della Mola Vecchia	0,98	128	0	:30
N	3	358B	Rieti	RI	Pie di Macchia-Cima Monte	E	Monti Sabini	Pie di Macchia	Cima Monte	0,98	128	0	:30
N	3	359	Rieti	RI	Cottanello-Casperia	E	Monti Sabini	Cottanello.	Casperia (Porta S. Maria)	18,4	1190	1360	9:10
N	3	359A	Rieti	RI	Cerreto	E	Monti Sabini	Colonia (Allaccio con 359)	Mattatoio (SP 48g Castagneto)	1,3	16	100	:25
N	3	359B	Rieti	RI	Coste di Montasola	E	Monti Sabini	Fonditali	Via Forcella	1,7	145	45	:50
N	3	359C	Rieti	RI	Castagna Comunità-Valle Raina	E	Monti Sabini	Castagna Comunità	Valle Raina	1,1	147	13	:40
N	3	360	Rieti	RI	Casperia-Valle Ferrara	E	Monti Sabini	Bivio per Casperia (SP 48 di Finocchietto allaccio con 355)	Valle Ferrara (Allaccio con 359)	10,5	837	322	4:40
N	3	360A	Rieti	RI	Streppara-Campo Nente	E	Monti Sabini	Streppara	Campo Nente	1,8	185	5	:50
N	3	361	Rieti	RI	Montasola-Casperia	E	Monti Sabini	Montasola (Via Fonte Vecchia)	Casperia (Via Santa Maria)	16,8	944	1073	7:40
N	3	362	Rieti	RI	Castagneto-Madonnella	E	Monti Sabini	Castagneto	Madonnella	8,2	360	650	3:30
N	3	362A	Rieti	RI	Raccordo 363-362	EE	Monti Sabini	CAI363	CAI362	9,0	90	65	:30
N	3	363	Rieti	RI	Anello di Santo Tomeo	E	Monti Sabini	Chiesa Sant'Antonio	Capo Le Vigne. Quota 485	8,1	510	510	3:50

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	3	364	Rieti	RI	I Prati-La Cappelletta-Pie di Selve	E	Monti Sabini	I Prati di Stroncone	Pie di Selve	14,1	735	1055	6:20
N	3	365	Rieti	RI	Cottanello-Valle Frasso	E	Monti Sabini	Cottanello (vicino San Cataldo). Quota 537	Valle Frasso	9,4	705	300	4:10
N	3	365A	Rieti	RI	Raccordo 365-633	E	Monti Sabini	Allaccio con 365	Allaccio con 633 (Umbria)	0,9	7	77	:15
N	3	365B	Rieti	RI	Prati di Sotto-Castiglione Vecchio-SP 48 di Finocchieto	E	Monti Sabini	I Trocchi	S.P. 48 di Finocchieto.	5,0	55	400	1:50
N	3	365C	Rieti	RI	Allaccio CAI 365 con strada vicinale Cappelletta Monte	E	Monti Sabini	Allaccio con 365 (Prati di Sopra)	Allaccio con strada vicinale Cappelletta Monte	1,7	55	200	:40
N	3	366	Rieti	RI	Ponte sul Velino-Macchia Lupara	E	Monti Sabini	Ponte sul Velino (Allaccio con 501)	Macchia Lupara (Allaccio con 364)	7,7	729	158	3:40
N	3	371	Rieti	RI	Poggio Moiano - Rocca Sinibalda	T	Monte Navegna	Poggio Moiano	Rocca Sinibalda	16,2	795	660	5:00
N	3	375	Rieti	RI	Rocca Sinibalda - Longone - Varco Sabino	T	Monte Navegna	Longone	Rocca Sinibalda	19,7	900	715	6:30
N	3	391	Monterotondo	RM	SP15a c/o Campo Base Alfa - SP15a c/o Campo Base Alfa	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	Ponte di Montorso riva sinistra del Tevere	Ponte di Montorso riva sinistra del Tevere	11,6	120	120	3:10
N	3	391A	Monterotondo	RM	Bivio inferiore sent. 391 - Bivio superiore sent. 391	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	CAI 391(inferiore)	CAI 391 (superiore)	2,3	35	10	:30
N	3	391B	Monterotondo	RM	Approdo Traghetto Leonardo - Fattoria Didattica	T	Riserva Naturale Nazzano Tevere Farfa	Approdo Traghetto Leonardo	Fattoria Didattica	0,6	15	0	:10
N	4	383	Monterotondo	RM	Ponticelli di Scandriglia-Montelibretti	T	Via Francigena di S. Francesco (Salaria 4 Regioni senza confini)	Ponticelli di Scandriglia	Montelibretti	13,1	350	440	3:40
N	4	436	Monterotondo	RM	Sentiero Celeste	T	Bosco di Grotta Cerqueta	Ingresso via Colle Giochetto	Al punto di partenza	2,1	120	120	1:15
N	4	437	Monterotondo	RM	Sentiero Giallo	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	Via Basento	Pozzo di San Francesco	2,9	72	98	:45

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	4	437A	Monterotondo	RM	CAI 437-CAI 429B	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	CAI 437	CAI 439A	0,2	0	0	: 5
N	4	438	Monterotondo	RM	Percorso Blu	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	Via di Castelchiodato Monterotondo	Via Basento Mentana	3,1	54	92	:55
N	4	438A	Monterotondo	RM	Collegamento fra sentiero 438 e 437	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	Da sentiero 438 (blu)	Sentiero 437 (giallo)	0,4	14	7	:10
N	4	438B	Monterotondo	RM	Ingresso Strada Provinciale-CAI 438	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	Ingresso su Strada Provinciale Castel Chiodato (nei pressi dei resti di una Cisterna Romana)	Sentiero 438 (Blu)	1,9	39	39	:35
N	4	438C	Monterotondo	RM	Da via di Gattaceca a Sentiero CAI 438	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	Via di Gattaceca	Sentiero CAI438	0,7	32	5	:15
N	4	439	Monterotondo	RM	Sentiero Rosso	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	Località Piazza di Spagna Gattaceca	Incrocio con anello sentiero 439B	0,9	12	25	:15
N	4	439A	Monterotondo	RM	CAI 439-CAI 438	T	Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco	Bivio sentiero 439	Bivio sentiero 438	1,3	65	45	:25
N	4	484	Monterotondo	RM	Percorso coincidente con Via di Francesco tappa 22	E	Cammino di Francesco	Montelibretti Via delle Vignacce bivio Via Roma	Monterotondo Via F. Cecconi bivio via Gramsci	14,3	260	360	4:00
N	4	485	Monterotondo	RM	CdF da Monterotondo a Roma Monte Sacro	T	Cammino di Francesco	Monterotondo	Roma Monte Sacro	21,7	350	450	5:30
N	4	491	Monterotondo	RM	Sentiero di Collelungo	T	Riserva Naturale Nomentum	Parcheggio Via Nomentana	Via Fontappresso	1,7	10	100	:25
N	4	491A	Monterotondo	RM	Incrocio sentiero 491 vicino ingresso Riserva - Fontanile di	T	Riserva Naturale Nomentum	Parcheggio Riserva	Area pic-nic fontanile di Collelungo	1,7	60	100	:40

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	4	491B	Monterotondo	RM	Fontanile di Collelungo - Località Romitorio Casali di Mentana	T	Riserva Naturale Nomentum	Fontanile di Collelungo	Località Romitorio Casali di Mentana	1,6	85	10	:25
N	4	492	Monterotondo	RM	Anello Macchia Mancini	T	Riserva Naturale Nomentum	Santa Lucia (RM) - Via Manzoni	Santa Lucia (RM) - Via Manzoni	3,7	135	135	1:00
N	4	492A	Monterotondo	RM	Via Manzoni-CAI 492	T	Riserva Naturale Nomentum	Via Alessandro Manzoni (Fontenuova)	Bivio sentiero anello 492	2,1	110	35	:35
N	4	493	Monterotondo	RM	Brusciano-Colle Peschioso-Fagge	T	Riserva Naturale Nomentum	Brusciano	Colle Peschioso	5,1	440	440	1:40
N	4	494	Monterotondo	RM	Anello	T	Riserva Naturale Nomentum	km 21,200 Via Nomentana	km 21,200 Via Nomentana	5,5	140	140	2:00
N	4	686	Roma	RM	686 Via di Francesco Tappa 22	T	Via Francigena di S. Francesco (Salaria 4 Regioni senza confini)	Roma Monte Sacro	Basilica di S. Pietro (Città del Vaticano)	16	10	30	4:30
N	5	500	Palestrina	RM	Via Empolitana-Guadagnolo	E	Monti Prenestini	Via Empolitana Km 9.6 - 41.964624 12.900998	Guadagnolo	7,2	900	50	3:00
N	5	500A	Palestrina	RM	Variante di collegamento La Selva - Monti Prenestini	T	Monti Prenestini	Fine variante Anello La Selva	CAI 500	0,8	40	5	:10
N	5	500B	Palestrina	RM	Castel Madama-Spina Santa	E	Monti Prenestini	Villa Caprara	Spina Santa	5,4	620	20	2:00
N	5	501	Palestrina	RM	Ciciliano-Intersezione con CAI 502	E	Monti Prenestini	Ciciliano	Intersezione con CAI 502	4,7	500	90	1:45
N	5	502	Palestrina	RM	Sentiero Karol Woytyla	E	Monti Prenestini	Via Empolitana Km 17.500	Santuario della Mentorella	4,0	600	0	2:00
N	5	502A	Palestrina	RM	Colle Bastiano-Piedimonte	E	Monti Prenestini	Colle Bastiano	Piedimonte	1,9	75	10	:45
N	5	502B	Palestrina	RM	Pisoniano-Ara di Palazzo	E	Monti Prenestini	Pisoniano	Ara di Palazzo	3,0	170	170	:45
N	5	503	Palestrina	RM	Genazzano-Rocca di Cave	E	Monti Prenestini	Genazzano	Rocca di Cave	4,0	550	50	2:00
N	5	504	Palestrina	RM	Santuario della Mentorella-Tre Confini (CAI 500)	E	Monti Prenestini	Santuario della Mentorella	Tre Confini (Intersez. Con CAI 500)	1,5	40	80	1:00
N	5	504B	Palestrina	RM	Santuario della Mentorella-Tre Confini (CAI500)	E	Monti Prenestini	Parcheggio Santuario Mentorella	Monte Cerella innesto CAI 500	0,6	110	20	:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
N	5	505	Palestrina	RM	Pisoniano, Finestra Orografica, Mentorella, Guadagnolo	EE	Monti Prenestini (Monti Caprini)	Pisoniano	Guadagnolo	5,0	380	0	2:00
N	5	505A	Palestrina	RM	Ara di Palazzo - 505	E	Monti Prenestini	Colle Bastiano	Piedimonte	1,9	75	10	:45
N	5	506	Palestrina	RM	San Vito-Monte Guadagnolo	E	Monti Prenestini	San Vito	Monte Guadagnolo	6,5	500	150	2:00
N	5	507	Palestrina	RM	Genazzano-Capranica Prenestina	E	Monti Prenestini	Genazzano	Capranica Prenestina	4,5	550	0	2:00
N	5	508	Palestrina	RM	Da Cave a Capranica Prenestina	E	Monti Prenestini	Cave	Capranica Prenestina	6,3	600	150	3:30
N	5	509	Palestrina	RM	Da Palestrina a Capranica Prenestina (Castel San Pietro	E	Monti Prenestini	Palestrina	Capranica Prenestina	10,0	660	260	3:30
N	5	510	Palestrina	RM	Monumento naturale regionale Valle delle Cannucceta -	E	Monti Prenestini	SP58a altezza Casale delle Ginestre	Innesto su sentiero 509	2,0	80	130	1:00
N	5	511	Palestrina	RM	Sentiero Natura Mola Bossi	E	Monti Prenestini	Capranica Prenestina	Mola Bossi	2,0	50	75	1:30
N	5	512	Palestrina	RM	Da Capranica Prenestina a Guadagnolo	E	Monti Prenestini	Capranica Prenestina	Guadagnolo	8,2	425	130	2:30
N	5	513	Palestrina	RM	Castel San Pietro Romano-Colle Cialdea	E	Monti Prenestini	Castel S.Pietro Romano Loc. Fontana Nuova	Colle Cialdea innesto 512	6,7	400	90	2:00
N	5	514	Palestrina	RM	Poli-Le Prata (CAI 515)	E	Monti Prenestini	Poli	Loc. Le Prata su sent.515	3,8	500	50	1:30
N	5	515	Palestrina	RM	Casape-Guadagnolo	E	Monti Prenestini	Casape	Guadagnolo	6,0	500	0	1:45
N	5	515A	Palestrina	RM	Tre Confini CAI500- Colle Mazzetta CAI515	E	Monti Prenestini	Tre Confini	Colle Mazzetta	2,5	120	220	:40
N	5	516	Palestrina	RM	Santa Maria Nuova-Spina Santa CAI 500	E	Monti Prenestini	Santa Maria Nuova	Spina Santa CAI 500	5,2	550	70	2:00
N	5	516A	Palestrina	RM	Forca Cerella-CAI517	E	Monti Prenestini	Forca Cerella	Innesto con CAI 517	2,7	300	150	1:30
N	5	517	Palestrina	RM	Da S.Gregorio da Sassola a CAI500	E	Monti Prenestini	San Gregorio da Sassola	CAI500	5,3	725	50	2:00
N	5	518	Tivoli	RM	Sambuci-Cerrito Piano	E	Monti Tiburtini	Sambuci Piazza Roma	Cerrito Piano	5,5	450	80	1:50

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	5	518A	Tivoli	RM	CAI 518-Torricella	E	Monti Tiburtini	Sentiero CAI518	Torricella	0,8	10	50	:20
N	5	518B	Tivoli	RM	Le Pretare-Cisterna	E	Monti Tiburtini	Le Pretare	Cisterna	0,7	40	10	:20
N	5	519	Tivoli	RM	Vicovaro-Cerrito Piano	E	Monti Tiburtini	Vicovaro	Cerrito Piano	5,6	550	90	2:00
N	5	519A	Tivoli	RM	Castel Madama-Vicovaro	T	Monti Tiburtini	Castel Madama. Via S.Quirico	CAI 519	6,5	150	250	1:40
N	5	520	Tivoli	RM	Cerrito Piano-Castel Madama	E	Monti Tiburtini	Cerrito Piano	Castel Madama	7,2	170	545	2:15
N	5	520A	Tivoli	RM	Passo della Fortuna-Torricella	E	Monti Tiburtini	Passo della Fortuna	tTorricella	9,9	565	435	3:30
N	5	520B	Tivoli	RM	Fonte del Casone-Via Empolitana	T	Monti Tiburtini	Fonte del Casone	Via Empolitana	0,9	15	80	:15
N	5	520C	Tivoli	RM	Sentiero CAI520B-Sentiero CAI520	E	Monti Tiburtini	CAI520B	CAI520	1,4	158	10	:40
N	5	520D	Tivoli	RM	Boschetto-CAI 518	E	Monti Tiburtini	Boschetto	CAI 518	4,8	215	125	1:45
N	5	561	Tivoli	RM	Saracinesco-Anticoli Corrado	E	Monti Ruffi	Saracinesco	Anticoli Corrado	5,0	470	0	1:50
N	5	562	Tivoli	RM	Sanbuci - Saracinesco	E	Monti Ruffi	Sanbuci	Saracinesco	4	470	0	1:20
N	5	563	Tivoli	RM	Cerreto L. - Forca Travella	T	Monti Ruffi	Cerreto Laziale	Forca Travella	4,30	340	0	2:00
N	5	563A	Tivoli	RM	Forca Travella - Monte Costasole	E	Monti Ruffi	Forca Travella	M. Costasole	1,75	230	0	:45
N	5	564	Tivoli	RM	Cerreto-Rocca Canterano	E	Monti Ruffi	Cerreto Laziale	Rocca Canterano	4,2	240	0	1:20
N	5	564A	Tivoli	RM	San Michele - Retommella	E	Monti Ruffi	San Michele	Retommella	3,8	200	0	1:40
N	5	564B	Tivoli	RM	Cerreto Laziale-Gerano	T	Monti Ruffi	Cerreto Laziale	Gerano	2,2	30	0	:50
N	5	565	Tivoli	RM	Rocca Canterano - Canterano	E	Monti Ruffi	Rocca Canterano	Canterano	2,5	0	180	:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
N	5	566	Tivoli	RM	Anticoli Corrado-Fonte del Merro	E	Monti Ruffi	Anticoli Corrado	Fonte del Merro	4,8	200	0	1:20
N	5	568	Tivoli	RM	Marano Equo - Monte Costasole	E	Monti Ruffi	Marano Equo	M. Costasole	6,6	750	0	2:40
N	5	570	Tivoli	RM	Canterano-Subiaco	T	Monti Ruffi	Canterano	Subiaco	10	0	200	2:40
N	6	615	Roma	RM	Monte Mario, Via Gomenizza 81 - Via Monti della Farnesina	E	Percorso urbano	Via Gomenizza 81_monte Mario	Via Monti della Farnesina	7,7	145	55	2:00
S	5	501	Latina	LT	Via Appia Superiore	E	Monti Ausoni	Piazza Municipio Terracina	Via Appia km108	7,2	290	280	2:00
S	5	530	Latina	LT	Anello di Monte Leano	E	Monti Ausoni	San Silvano (Terracina)	San Silvano (Terracina)	11,4	630	630	3:30
S	5	530A	Latina	LT	CAI 530-Punta Leano	T	Monti Ausoni	Sella M. Leano	Punta Leano	1,0	45	90	:15
S	5	531	Latina	LT	Via dei Cippi	E	Monti Ausoni	Torre dell'Epitaffio	Monte Romano	11,7	1100	250	4:00
S	5	531A	Latina	LT	Via dei Cippi Variante Santo Stefano	E	Monti Ausoni	Santo Stefano	Sella M. Acquasanta	3,0	200	180	1:00
S	5	532	Latina	LT	Frasso-Monte Romano	E	Monti Ausoni	Frasso (Sonnino)	Monte Romano	9,8	940	100	3:30
S	5	532A	Latina	LT	Variante Cavallo Bianco-Campo Soriano	E	Monti Ausoni	Le Piastre (Sonnino)	Campo Soriano	5,6	200	250	1:55
S	5	533	Latina	LT	Sonnino-Monte Romano	E	Monti Ausoni	Sonnino (LT)	Monte Romano	5,5	425	160	2:00
S	5	534	Latina	LT	Rifugio La Cona (sentiero 533)-Monte delle Fate	E	Monti Ausoni	Sonnino (LT) Rifugio La Cona	Monte delle Fate	5,9	600	150	2:20
S	5	535	Frosinone	FR	Valle Vettia (Ravicelle)-Monte delle Fate	E	Monti Ausoni	Ravicelle (Amaseno)	Monte delle Fate	3,9	615	0	2:00
S	5	536	Latina	LT	Anello Mandra di Riccitiello-Monte delle Fate	E	Monti Ausoni	Mandra di Riccitiello (Monte San Biagio)	Mandra di Riccitiello (Monte San Biagio)	8,2	600	600	3:05
S	5	538	Latina	LT	San Silvano-Francolane	E	Monti Ausoni	San Silvano	Francolane	7,1	510	130	2:10
S	5	539	Latina	LT	Dei Santi e del Pastore	E	Monti Ausoni	Cisterna di Vardito	Monte Latiglia	4,9	695	70	2:15

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
S	5	539A	Latina	LT	Variante Fontanile San Mauro	E	Monti Ausoni	Cisterna DI Vardito	Incrocio con CAI 539	0,8	190		:20
S	5	540	Latina	LT	Giro Quercia del Monaco - Cima del Monte-Acquaviva	E	Monti Ausoni	Passo della Quercia del Monaco	Passo della Quercia del Monaco	10,0	520	520	3:20
S	5	541	Latina	LT	Sentiero Emilo Selvaggi	E	Monti Ausoni	Cimitero di Terracina	Cimitero di Terracina	14,0	700	700	4:10
S	5	542	Latina	LT	Sentiero di San Francesco o Giove Anxur	E	Monti Ausoni	Piazza Municipio (Terracina)	Area Arch. Monte Sant'Angelo (Terracina)	2,1	170	0	:45
S	5	544	Latina	LT	La Fiora-Sella Leano	E	Monti Ausoni	La Fiora	Sella di Monte Leano	4,1	450	50	1:30
S	5	548	Latina	LT	Forcella Buana-Monte delle Fate	E	Monti Ausoni	Valle San Vito	Monte delle Fate	7,3	705	360	3:00
S	5	562	Latina	LT	V-Incenso	T	Isole Ponziane	Le Forna	Punta Incenso	1,3	85	30	:40
S	6	601	Alatri	FR	Campocatino Monte La Monna	E	Monti Ernici	Campo Catino	La Monna	6,7	390	270	2:30
S	6	602	Alatri	FR	Campo Catino Fonte del Pozzotello	E	Monti Ernici	Campo Catino	Fonte del Pozzotello	3,4	150	110	1:10
S	6	603	Alatri	FR	Colle Pannunzio-Sorgenti del Vermicano-Campocatino	E	Monti Ernici	Colle Pannunzio	Campo Catino	3,8	435	140	1:40
S	6	604	Alatri	FR	Guarcino-Colle Pannunzio-Campocatino	EE	Monti Ernici	Guarcino	Campo Catino	5,5	1110	60	4:00
S	6	605	Alatri	FR	Guarcino Capo Cosa-La Monna	E	Monti Ernici	Guarcino	La Monna	7,4	1410	170	4:30
S	6	606	Alatri	FR	Campo Sportivo Vico nel Lazio-Monte La Monna	E	Monti Ernici	Vico Nel Lazio	La Monna	6,8	1305	0	4:30
S	6	607	Frosinone	FR	Cappella SS Trinità-Monte La Monna	E	Monti Ernici	SS. Trinità di Collepardo	Sella M.La Monna-M.Fanfilli (CAI 601)	6,2	1200	50	4:00
S	6	608	Frosinone	FR	Trisulti-Sella Faito-Monte Rotonaria	E	Monti Ernici	Abbazia diTrisulti	Monte Rotonaria	5,0	925	10	2:30
S	6	609	Frosinone	FR	Vado di Porca-Rifugio di Pietra Acquara	E	Monti Ernici	Vado di Porca	Rifugio di Pietra Acquara	8,4	600	440	3:30
S	6	610	Alatri	FR	Campo Catino-Filettino (SI)	E	Monti Simbruini	Campo Catino	Filettino	10,7	80	775	3:20

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
S	6	611	Frosinone	FR	Rifugio di Pietra Acquara-Pizzo Deta (Sella del Pratillo)	E	Monti Ernici	Rif. Di Pietra Acquara	Sella del Pratillo	8,3	950	250	5:10
S	6	611B	Alatri	FR	Valle San Giovanni-Monte Ginepro	E	Monti Ernici	Valle San Giovanni	Monte Ginepro	4,1	700	10	2:30
S	6	612	Frosinone	FR	Frazione di San Nicola-Rifugio di Petra Acquara	E	Monti Ernici	Fraz. S.Nicola	Rif.Della Pietra Acquara	12,8	1090	610	4:30
S	6	614	Frosinone	FR	Prato di Campoli-Fontana dell'Era	E	Monti Ernici	Valle di Femmina Morta	Fontana dell'Era	3,3	50	250	1:00
S	6	615	Frosinone	FR	Prato di Campoli -Femmina Morta-Monte Brecciaro	E	Monti Ernici	Prato di Campoli	Monte Brecciaro	7,9	810	30	3:30
S	6	615A	Frosinone	FR	Valle di Femmina Morta (CAI 615)-Valle San Giovanni	E	Monti Ernici	CAI 615 Valle di Femina Morta	CAI 611B Valle San Giovanni	2,50	120	55	1:00
S	6	615B	Frosinone	FR	Vallone di Femmina Morta-Forca Palomba	E	Monti Ernici	Vallone di Femmina Morta (CAI 615)	Forca Palomba (CAI 616)	0,9	105	10	:40
S	6	616	Frosinone	FR	Prato di Campoli-Monte del Passeggio	E	Monti Ernici	Prato di Campoli	M. del Passeggio	05,5	930	30	3:00
S	6	616A	Frosinone	FR	Prato di Campoli-Valle delle Vacche-Forca Palomba	E	Monti Ernici	Prato di Campoli	Forca Palomba	1,8	350	0	1:15
S	6	616B	Frosinone	FR	Forca Palomba-Fosso della Neve	E	Monti Ernici	Forca Palomba	Fosso della Neve	1,75	100	30	:45
S	6	617	Sora	FR	Prato di Campoli-Pizzo Deta	E	Monti Ernici	Prato di Campoli, località Pozzi Vecchi	Pizzo Deta	5,2	890	105	2:30
S	6	617A	Sora	FR	Prato di Campoli-Vado di Veroli	E	Monti Ernici	Prato di campoli (CAI 617)	Vado di Veroli (CAI 619)	1,6	385	0	1:00
S	6	618	Sora	FR	Prato di Campoli Vado della Rocca	E	Monti Ernici	Prato di Campoli	Vado della Rocca	2,1	340	20	1:30
S	6	619	Sora	FR	Passo del Melancoro-Serra Comune-Pizzo Deta	EE	Monti Ernici	Passo Del Melancoro	Pizzo Deta	5,9	670	390	3:00
S	6	620	Sora	FR	Sentiero Chiavone	E	Monti Ernici	Fontana Grande	Valle Scura CAI 621	5,5	690	30	2:30
S	6	620A	Sora	FR	Colle dei Lupi-Rifugio Faito	E	Monti Ernici	Colle dei Lupi	Rifugio Faito	2,5	150	70	1:00
S	6	621	Sora	FR	Convento Passionisti - Fossa dell'Ortica - Prato di Campoli	E	Monti Ernici	Sora (Convento Padri Passionisti)	Prato di Campoli	17,0	1440	600	7:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
S	6	621A	Sora	FR	Santa Maria-Macchia Faito	E	Monti Ernici	Santa Maria	Macchia Faito	2	320	10	1:10
S	6	621B	Sora	FR	Valle Scura-Monte Pedicino	E	Monti Ernici	Valle Scura	Monte Pedicino	2,2	250	10	1:50
S	6	622	Sora	FR	Antenne-Passo del Melancoro - Prato di Campoli	E	Monti Ernici	Antenna (Cese Catena)	Prato di Campoli (Pozzi Vecchi)	10,3	1140	640	4:30
S	6	622A	Sora	FR	San Silvestro-San Leonardo, incrocio 624B	E	Monti Ernici	San Silvestro	San Leonardo	3	350	105	1:20
S	6	623	Sora	FR	Piazza S. Rocco-Forca- Colle S. Angelo -Serra Alta	E	Monti Ernici	Sora (Piazza S.Rocco)	Serra Alta	7,9	1440	0	3:30
S	6	623A	Sora	FR	Grotta delle Monache -Colle Sant'Angelo	E	Monti Ernici	Valle della Difesa	Colle Sant'Angelo	1,4	300	30	1:30
S	6	624	Sora	FR	Convento Padri Passionisti-Pineta-Serra Alta	E	Monti Ernici	Sora (convento Padri passionisti)	Serra Alta	8,1	1430	100	4:00
S	6	624A	Sora	FR	Pineta – Colle Sant'Angelo – Valle delle Grotte	E	Monti Ernici	Pineta	Valle delle Grotte	3,7	480	80	1:30
S	6	624B	Sora	FR	Valle delle Grotte-Grotta Fra Michele-Fico	E	Monti Ernici	Valle delle Grotte-Bivio CAI 624	Fico, Incrocio con CAI 624	3,2	230	180	1:30
S	6	624C	Sora	FR	Variante 624 Grotta Brigante Chiavone	E	Monti Ernici	Valle delle Grotte, bivio CAI 624	Valle delle Grotte, incrocio con CAI 624	1,2	190	90	1:00
S	6	628	Sora	FR	Serra Alta - Le Fosse - Linguaggio della Forca - Serra Comune	E	Monti Ernici	Serra Alta	Serra Comune	4,7	690	550	2:30
S	6	651	Tivoli	RM	Alta Via Cervara di Roma - Sella del Pozzotello	EE	Monti Simbruini	Cervara di Roma	Sella del Pozzotello	46,5	990	1180	5:30
S	6	652	Tivoli	RM	Cervara di Roma-Campo Secco-SS. Trinità	E	Monti Simbruini	Cervara di Roma	Santuario SS. Trinità	21,6	550	360	6:20
S	6	654	Alatri	FR	Fonte della Moscosa - Serra Magliano	E	Monti Simbruini	Fonte della Moscosa - Incrocio sentiero 651	Serra Magliano - Incrocio Sentiero 610	8,8	450	650	2:30
S	6	655	Alatri	RM	Trevi nel Lazio-Monte San Leonardo-Filetino	E	Monti Simbruini	Trevi nel Lazio	Filetino	13,0	1160	915	4:00
S	6	656	Alatri	FR	Trevi nel Lazio - Le Fontane - Fontana Faito - Vallepietra	E	Monti Simbruini	Trevi nel Lazio	Vallepietra	12,8	960	925	3:30
S	6	661	Tivoli	RM	Anello Prataglia da Cervara di Roma	E	Monti Simbruini	Cervara di Roma - Morra Coreara		13	710	630	4:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
S	6	661A	Tivoli	RM	Colle Scuella - Colabro	E	Monti Simbruini	Colle Scuella	Colabro	0,7	55	5	:20
S	6	661B	Tivoli	RM	Cervara di Roma-Fonte Martino	E	Monti Simbruini	Cervara di Roma	Fonte Martino	2,3	110	200	:30
S	6	663	Tivoli	RM	Anello di Campaegli	E	Monti Simbruini	Campaegli		11,0	300	300	4:00
S	6	664A	Tivoli	RM	Anello Camerata Nuova per Prataglia	E	Monti Simbruini	Camerata Nuova		9,2	440	0	3:00
S	6	664D	Tivoli	RM	Camerata Nuova-Rifugio S.A.I.F.A.R.	E	Monti Simbruini	Camerata Nuova	Rifugio S.A.I.F.A.R.	15,4	540	330	4:10
S	6	671C	Tivoli	RM	Contrada Barili-Le Valli (Campaegli)	E	Monti Simbruini	Contrada Barili	Campaegli	4,7	770	110	2:00
S	6	673E	Tivoli	RM	Campo dell'Osso-Fonte delle Vaglie	E	Monti Simbruini	Campo dell'Osso	Fonte delle Vaglie	5,1	160	500	1:50
S	6	681A	Tivoli	RM	Anello di Jenne per monte Pratiglio	E	Monti Simbruini	Jenne		9,7	570	570	3:30
S	6	683B	Tivoli	RM	Vallepietra-Colle Campitellino	E	Monti Simbruini	Vallepietra	Colle Campitellino	6,0	740	80	2:10
S	6	692A	Tivoli	FR	Trevi nel Lazio-Ponte Castello	E	Monti Simbruini	Trevi nel Lazio	Ponte Castello	6,6	310	460	2:20
S	6	692C	Alatri	FR	Arco di Trevi - Santa Maria della Portella - Ponte di San Teodoro	E	Monti Simbruini	Bocca della Selva	Ponte S. Teodoro	6,4	385	125	2:00
S	6	692D	Alatri	FR	Anello Ponte S. Teodoro	T	Monti Simbruini	Ponte S. Teodoro	Ponte San Teodoro	7,9	630	630	2:30
S	6	695	Alatri	FR	Fonte del Pozzotello-Monte Femmina Morta	E	Monti Simbruini	Fonte del Pozzotello	M.Femmina Morta	5,3	250	440	1:40
S	7	701	Latina	LT	Selva di Cori - Monte Lupone	E	Monti Lepini	Selva di Cori (Norma)	M. Lupone	5,5	800	50	2:50
S	7	702	Colleferro	RM	Campo di Segni - Monte Lupone	E	Monti Lepini	Campo di Segni	Monte Lupone	4,0	535	0	2:00
S	7	703	Colleferro	RM	Montelanico-Costa delle Tombelle	E	Monti Lepini	Strada comun. Montelanico-Campo di Montelanico	Costa delle Tombelle (sentiero CAI 704)	3,3	320	0	1:15
S	7	704	Latina	LT	Ospedaletto-sella dell'Erdigheta (M. Lupone)	E	Monti Lepini	Ospedaletto (Norma LT)	Sella dell'Ardigheta (intersezione con CAI 701)	5,6	740	100	2:35

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
S	7	705	Colleferro	LT	Rocca Massima-Monte Lupone	E	Monti Lepini	Località Lubro	Monte Lupone	6,2	870	70	3:20
S	7	706	Latina	LT	Valle Vacche (Cori) -Valle dell'Inferno - Monte Ardigheta	E	Monti Lepini	Via Fontanelle, Cori	Sella dell'Ardigheta	6,2	870	20	3:20
S	7	707	Colleferro	RM	Pian della Faggeta-Acqua di Mezzavalle-Monte Capreo	E	Monti Lepini	Pian della Faggeta	Croce di Capreo	3,7	520	30	1:50
S	7	707A	Colleferro	RM	Sella di Mezzavalle- sella del Semprevisa	T	Monti Lepini	Sella di Mezzavalle	Sella del Semprevisa	0,7	30	10	:15
S	7	707B	Colleferro	RM	Acqua di Mezzavalle-Fonte del Sambuco-CAI 709	E	Monti Lepini	Vicinanze Acqua di Mezzavalle	Colombrella (sent. 709)	2,8	230	90	1:15
S	7	708	Colleferro	RM	Pian della Faggeta Monte Pizzone	E	Monti Lepini	Pian della Faggeta	Monte Pizzone	4,5	420	15	2:10
S	7	708A	Colleferro	RM	Pian della Faggeta raccordo con CAI708	E	Monti Lepini	Pian della Faggeta	Intersezione con CAI 708	2,6	170	0	1:15
S	7	708B	Colleferro	RM	Pian della Faggeta-Sambuco	E	Monti Lepini	Pian della Faggeta	Fonte del Sambuco	1,6	370	0	:50
S	7	709	Latina	LT	Sant'Erasmo-Semprevisa	EE	Monti Lepini	Sant'Erasmo	Cima del Semprevisa	4,8	730	30	2:30
S	7	710	Latina	LT	Sentiero Daniele Nardi	E	Monti Lepini	Le Cornetta, Bassiano	Cima M. Semprevisa	5,7	975	40	2:50
S	7	711	Latina	LT	Longara - Monte Fulcino - 710	E	Monti Lepini	Longara (Sezze)	Rifugio Liberamonte	5,6	550	15	2:20
S	7	712	Latina	LT	Longara-Valle Naforte- Monte La Croce	E	Monti Lepini	Longara (Sezze)	Monte La Croce	4,7	870	10	3:10
S	7	713	Colleferro	RM	Fontana La Fata (Carpineto)-Sorgente Rapiglio	E	Monti Lepini	Loc. Ciroletto	Valle della Fota	5	340	180	1:40
S	7	714	Latina	LT	P.te Vado La mola-Sella di Mezzavalle	E	Monti Lepini	Ponte Vado La Mola, Sermoneta	Sella dell'Ardicara (o Mezzavalle) Carpineto	9,2	1200	10	5:00
S	7	714A	Latina	RM	Diramazione per Malvisciolo	E	Monti Lepini	Sorgente La Fota	Malvisciolo	1,2	70	10	:30
S	7	715	Latina	LT	Valle Sanguinetti-Valle La Fota	E	Monti Lepini	Sanguinetti, Bassiano	Valle della Fota	5,6	530	130	2:10
S	7	716	Colleferro	RM	Il Volubro (Campo di Montelanico)-Croce di Capreo	E	Monti Lepini	Campo di Montelanico	Monte Caprea	7,0	818	40	3:20

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
S	7	717	Frosinone	FR	Raccordo CAI 720 con CAI 718	E	Monti Lepini	Sella m. Malaina	Sentiero 720	2	220	90	:50
S	7	718	Frosinone	FR	Pian della Croce-Monte Malaina	E	Monti Lepini	Pian della Croce	Monte Malaina	2,6	390	5	1:30
S	7	719	Colleferro	RM	Cona di Selvapiana - Monte Malaina	E	Monti Lepini	Cona di Selvapiana	Monte Malaina	5,1	800	50	2:30
S	7	720	Colleferro	RM	Gorga-Sprone Maraoni	E	Monti Lepini	Gorga	Sprone Maraoni	6,6	600	100	3:20
S	7	721	Frosinone	FR	Morolo - Sprone Maraoni-Sgurgola	E	Monti Lepini	Morolo	Sgurgola	12,0	1000	980	7:40
S	7	721A	Frosinone	FR	Sgurgola - Pozzo San Leonardo - CAI 721	E	Monti Lepini	Bivio Sentiero 721 prossimità di Sgurgola	Bivio Sentiero 721	2,7	400	0	1:20
S	7	721B	Frosinone	FR	CAI 721-Santa Secondina - CAI 721	E	Monti Lepini	Sentiero CAI 721	Sentiero CAI721	4,5	380	100	1:30
S	7	721C	Frosinone	FR	Fonte dell'Acero - CAI 721	E	Monti Lepini	Fonte dell'Acero	CAI 721	0,6	60	10	:15
S	7	722	Frosinone	FR	Pian della Croce-Intersezione CAI 724	T	Monti Lepini	Santa Serena	Intersezione con CAI 724	0,8	0	50	:15
S	7	723	Frosinone	FR	Pian della Croce (Fonte di Santa Serena)-Monte Gemma	E	Monti Lepini	Pian della Croce	Monte Gemma	2,8	450	40	1:10
S	7	724	Frosinone	RM	Acqua del Carpino - Monte Gemma	E	Monti Lepini	Acqua del Carpino	Monte Gemma	5,8	540	40	2:50
S	7	724A	Frosinone	FR	Raccordo 722-724	E	Monti Lepini	722 Piano della Croce	Intersezione con 724	0,6	140	0	:30
S	7	725	Latina	LT	Valico valle di Monteacuto-Monte Gemma	EE	Monti Lepini	Prossimità chiesetta di San Luca	Monte Gemma	2,2	730	10	2:10
S	7	726	Frosinone	FR	Patrica-Monte Cacume	E	Monti Lepini	Patrica	Monte Cacume	3,6	690	0	2:10
S	7	728	Colleferro	RM	Segni-Monte La Croce-Montelanico	E	Monti Lepini	Prossimità Segni	Montellanico	8,1	470	660	2:50
S	7	728A	Colleferro	RM	Campo di Segni-via dei Cavalli-CAI728	E	Monti Lepini	Campo di Segni	Sentiero Cai 728	1,6	130	0	:30
S	7	730	Latina	LT	Valico valle di Monte Acuto-Intersezione con CAI 726	E	Monti Lepini	Chiesetta di S. Luca	Monte Cacume	5,3	400	50	2:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
S	7	730A	Frosinone	FR	Collegamento 725 con 730	E	Monti Lepini	Quota 1123, CAI 725	Prati di Mastro Marco	2,1	230	30	1:00
S	7	731	Colleferro	RM	Sentiero De Paolis (Campo di Segni- CAI 705)	E	Monti Lepini	Campo di Segni	Località le Fosse	3,5	350	50	1:20
S	7	732	Colleferro	RM	Sentiero Storico via della Mola	T	Monti Lepini	Via Carpinetana lia traversa	Chiesa S. Pietro, Segni	4	457	0	2:40
S	7	734	Frosinone	FR	Santa Serena-Semprevina-Sprone Maraoni	E	Monti Lepini	Santa Serena	Croce di Sprone Maraoni	3,0	260	180	1:00
S	7	735	Colleferro	FR	Sprone Maraoni-Monte Malaina	E	Monti Lepini	Sprone Maraoni	Cima di Monte Malaina	7,7	440	250	2:45
S	7	736	Colleferro	LT	Flying in the sky	E	Monti Lepini	Rocca Massima	Rocca Massima	9,3	400	400	2:30
S	7	737	Frosinone	FR	Chiesa Madonna de Viano - Rifugio Santa Maria	E	Monti Lepini	Chiesa Madonna de Viano	Rifugio Santa Maria	2	530	0	2:00
S	7	738	Frosinone	FR	Anello di San Nicola	EE	Monti Lepini	Parcheggio Casa della Cultura (Sgurgola)	Parcheggio Casa della Cultura (Sgurgola)	1,5	150	150	:45
S	7	750	Latina	LT	Torre Paola-San Felice Circeo	EE	Promontorio del Circeo	Torre Paola	San Felice Circeo	6,6	650	540	4:20
S	7	751	Latina	LT	Sentiero dell'Uliveto	E	Promontorio del Circeo	Torre Paola	San Felice Circeo	4,7	250	150	2:00
S	7	751A	Latina	LT	Raccordo 751-755	E	Promontorio del Circeo	CAI751	CAI 755	0,1	0	0	: 2
S	7	754	Latina	LT	Sentiero delle mura ciclopiche	EE	Promontorio del Circeo	Torre Fico (via del Sole)	Le Crocette	0,9	200	0	:40
S	7	755	Latina	LT	Sentiero del Brecciaro	E	Promontorio del Circeo	Via del Brecciaro (Cava)	strada di servizio per l'acquedotto di Mezzomonte	2,4	160	50	1:30
S	7	756	Latina	LT	Guardia Orlando-sentiero 750	E	Promontorio del Circeo	Fortino di Guardia Orlando	Via dell'Acropoli	1,3	100	0	:35
S	7	757	Latina	LT	Torre Fico-La batteria	E	Promontorio del Circeo	Torre Fico	La Batteria	4	50	140	1:00
S	8	801	Cassino	FR	Cavendisch Road	E	Monumento Naturale di Montecassino	Monacato Caira	Cimitero Polacco	4,6	360	110	1:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
S	8	801A	Cassino	FR	Sentiero delle Chiaie	E	Monumento Naturale di Montecassino	Monterotondo	Località Pozzo Alvito	3,3	420	30	1:30
S	8	801B	Cassino	FR	Sentiero della Stele	E	Monumento Naturale di Montecassino	Cimitero Polacco	Carro Armato	1,7	90	110	:40
S	8	802	Cassino	FR	Sentiero storico per Montecassino	E	Monte Cairo	Cassino	Montecassino	1,6	240	5	1:00
S	8	803	Cassino	FR	Sentiero di S.Scolastica	E	Monte Cairo	Santa Scolastica	Cimitero Militare Polacco	2,7	330	0	1:00
S	8	806	Cassino	FR	Sentiero Trocchio	E	Monte Trocchio	Località S. Lucia-Cervaro	Rudere Castello Monte Trocchio	2,5	280	0	:55
S	8	810	Cassino	FR	Fortini tedeschi di Monte Cifalco	E	Monte Cairo	Inizio Strada per i Fortini Tedeschi	Monte Cifalco	2,7	360	150	1:10
S	8	820	Cassino	FR	Le Casermette	E	Monte Cairo	Cava di Rena	Monte Cairo	4,0	560	0	1:40
S	8	821	Cassino	FR	Cava di Rena	E	Monte Cairo	Cava di Rena	Monte Cairo	3,0	540	5	1:20
S	8	824	Cassino	FR	Sentiero Omo di Cairo	E	Monte Cairo	Fine Sentiero 821	Omo di Cairo	3,3	350	300	1:50
S	9	904	Esperia	LT	Anello Piana di Sant'Onofrio	T	Monti Aurunci	Forcella Luino	Piana S. Onofrio	4,9	200	200	1:50
S	9	905	Esperia	LT	Canale del Tasso - Monte Faggeto	E	Monti Aurunci	Località Portelle	Monte Faggeto	4,1	690	10	2:10
S	9	906	Esperia	FR	Rifugio Ranucci - Monte Faggeto	E	Monti Aurunci	SP Greci	Monte Faggeto	9,7	860	100	3:40
S	9	907	Esperia	FR	Anello Sant'Ermio - Monte Faggeto	E	Monti Aurunci	Località Sant'Ermio	Pozzo La Corte	13,0	1050	1050	5:20
S	9	907B	Esperia	FR	Da CAI 907 a Monte Fragoloso	E	Monti Aurunci	Volta del Corno	Monte Fragoloso	1,2	210	10	:25
S	9	913	Esperia	LT	Masseria Santilli-Monte Petrella	E	Monti Aurunci	Spigno Vecchio	Monte Petrella	6,7	1130	40	3:00
S	9	913B	Esperia	LT	Collegamento Cese di Oglio - Monte Petrella	E	Monti Aurunci	Cese di Oglio	Monte Petrella	1,3	225	0	:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
S	9	913C	Esperia	LT	Collegamento Fontana di Canale - Monte Sant'Angelo	E	Monti Aurunci	Fontana di Canale	Monte S. Angelo	0,8	100	0	:15
S	9	914	Esperia	FR	Selvacava - Monte Fammera	EE	Monti Aurunci	Colle Bastia	Monte Fammera	4,7	790	50	3:15
S	9	915	Esperia	FR	Fraile - Monte Petrella (per Fosso di Canale)	E	Monti Aurunci	Fraile	Monte Petrella	5,7	490	0	2:35
S	9	915B	Esperia	LT	Collegamento tra valli - Rifugio Pornito - Fraile	E	Monti Aurunci	Rifugio Pornito	Fraile	3,4	250	220	1:15
S	9	915C	Esperia	FR	Collegamento Piana di Polleca - Forcella di Fraile	E	Monti Aurunci	Piana di Polleca	Forcella di Fraile	2,0	230	0	:45
S	9	916	Esperia	LT	Del Pellegrino	E	Monti Aurunci	San Vennitto Intersezione con CAI 919	Madonna della Civita	4,5	200	80	1:30
S	9	917	Esperia	LT	La Valle di Itri - Monte Orso	E	Monti Aurunci	La Valle di Itri	Monte Orso	3,1	440	0	1:10
S	9	918	Esperia	LT	Crocette - Monte Appiolo	E	Monti Aurunci	Località Crocette	Monte Appiolo	7,0	460	80	2:20
S	9	918B	Esperia	LT	Crocette - Rifugio Appiolo	E	Monti Aurunci	Località Crocette	Rifugio Monte Appiolo	4	180	0	1:10
S	9	918C	Esperia	LT	Taverna - RifugioMonte Appiolo	E	Monti Aurunci	Taverna	Rifugio Monte Appiolo	3,85	540	70	1:35
S	9	919	Esperia	LT	Serra Saglione - Monte Vele	E	Monti Aurunci	Serra Saglione	Monte Vele	4,66	510	0	1:45
S	9	919B	Esperia	LT	Crocette - La Ripa	E	Monti Aurunci	Crocette	La Ripa	5,35	60	170	1:30
S	9	920	Esperia	LT	La Valle di Itri - Monte Ruazzo	E	Monti Aurunci	La Valle di Itri	Monte Ruazzo	3,0	350	10	1:00
S	9	923	Esperia	LT	Piana di Sant'Andrea - Chiesa di Santa Maria Romana	E	Monti Aurunci	Piana di Sant'Andrea, km 125,6 via Appia	Chiesa di Santa Maria Romana	7,3	590	70	2:35
S	9	925	Esperia	LT	Via Appia Antica nel Parco Naturale dei Monti Aurunci	T	Monti Aurunci	Via Appia km 125,9	Via Appia km 128,4	2,5	130	0	:40
S	9	926	Esperia	FR	Dalla Guerra al Tabacco	E	Monti Aurunci	Contrada S. Oliva (Pontecorvo)	Contrada Tordoni (Pontecorvo)	13,2	780	360	4:10
S	9	949	Esperia	LT	Contrada Raino - Madonna della Civita	E	Monti Aurunci	Contrada Raino	Santuario Madonna della Civita	2,6	400	0	1:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
S	9	950	Esperia	LT	La Valle di Itri - Monte Trina	E	Monti Aurunci	La Valle di Itri	Monte Trina	9,5	700	210	3:15
S	9	951	Esperia	LT	La Valle di Itri - Monte Revole	E	Monti Aurunci	CAI 920 (Forcella di Campello Vecchio)	Monte Revole	4,1	450	20	1:40
S	9	952	Esperia	LT	Passo San Nicola – Monte Trina	T	Monti Aurunci	Passo San Nicola	Intersezione con CAI 950	3,0	180	0	1:00
S	9	953	Esperia	LT	Passo San Nicola – Monte Viola	E	Monti Aurunci	Passo San Nicola	Monte Viola	11,6	670	120	3:45
S	9	953B	Esperia	LT	Deviazione per Piana dei Pozzi	E	Monti Aurunci	Sentiero CAI 953	Pian dei Pozzi	0,4	0	40	:15
S	9	953C	Esperia	LT	Deviazione per Campello Vecchio	E	Monti Aurunci	Sentiero Cai 953	Mura Campello Vecchio	0,4	50	0	:10
S	9	954	Esperia	LT	Formia (Loc. Acerbara) – Monte Tuonaco	E	Monti Aurunci	Formia	Monte Tuonaco	10,0	870	0	4:00
S	9	955	Esperia	LT	Rifugio Acquaviva – Monte Tuonaco per Piano Terruto	E	Monti Aurunci	Rifugio Acquaviva	Monte Tuonaco	4,5	360	10	1:50
S	9	956	Esperia	LT	Rifugio Acquaviva – Monte Ruazzo	E	Monti Aurunci	Rifugio Acquaviva	Monte Ruazzo	2,9	340	30	1:00
S	9	956B	Esperia	LT	Collegamento Fosso di Fabio – Sella di Monte Viola	E	Monti Aurunci	Fosso di Fabio (CAI 956)	Sella di Monte Viola (CAI 958)	0,7	30	20	:20
S	9	957	Esperia	FR	Rifugio Portella – Monte Revole	E	Monti Aurunci	Località Portella	Monte Revole	5,1	670	30	2:25
S	9	957B	Esperia	FR	Cerretello – Valle Piana	E	Monti Aurunci	Località Cerretello (CAI 957)	Valle Piana (CAI953)	2,6	265	95	1:00
S	9	958	Esperia	LT	La Valle di Itri– Monte Viola	E	Monti Aurunci	Sentiero 920 (Forcella di Campello Vecchio)	Monte Viola	2,5	330	10	1:00
S	9	959	Esperia	FR	Forcella di Fraile – Monte Revole	E	Monti Aurunci	Forcella di Fraile	Monte Revole	2,2	300	10	1:00
S	9	960	Esperia	LT	Rifugio di Pornito – Cima del Redentore	E	Monti Aurunci	Rifugio Pornito	Cima del Redentore	4,0	440	0	1:30
S	9	961	Esperia	LT	Redentore – Monte Sant'Angelo	E	Monti Aurunci	Rifugio Pornito	Monte S. Angelo	2,5	220	20	:50
S	9	962	Esperia	LT	Collegamento CAI962B-CAI915	E	Monti Aurunci	CAI 962B (La Valliera)	Immissione in CAI915	1,7	400	30	1:00

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
S	9	962B	Esperia	LT	Area Picnic La Valliera- Intersezione su CAI961	T	Monti Aurunci	Area Picnic Valliera	Intersezione con CAI 961	0,6	70	0	:10
S	9	963	Esperia	FR	Polleca – Monte Petrella	E	Monti Aurunci	Località Polleca	Forcella di Fossa Juanna	6,5	750	0	2:30
S	9	963B	Esperia	FR	Cisterna Cupa – Monte Forte	E	Monti Aurunci	Cisterna Cupa (CAI 963)	Monte Forte	3,2	320	10	1:20
S	9	963C	Esperia	FR	Cisterna Cupa-Campodivenza	E	Monti Aurunci	Cisterna Cupa (CAI 963B)	Campodivenza	2,1	60	10	:40
S	9	964	Esperia	FR	Esperia - Santuario Madonna Monte Vetro	E	Monti Aurunci	Monticelli	Santuario Madonna Monte Vetro	2,5	400	0	1:10
S	9	965	Esperia	FR	Rio Polleca - Monte Lago	E	Monti Aurunci	Rio Polleca	Monte Lago	2,0	250	40	1:10
S	9	966	Esperia	FR	Esperia - Monte D'Oro-Esperia	E	Monti Aurunci	Esperia	Monte D'Oro	8,0	600	40	2:00
S	9	967	Esperia	FR	Tasso – Monte Forte	E	Monti Aurunci	Località Tasso	Monte Forte	4,0	570	0	1:40
S	9	967B	Esperia	FR	Guado del Faggeto-Monte Belvedere	E	Monti Aurunci	Guado Faggeto	Monte Belvedere	2,8	180	20	1:15
S	9	968	Esperia	LT	Biviano-Monte Petrella	E	Monti Aurunci	Località Biviano	Forcella Fossa Joanna (CAI 963)	7,5	950	20	3:45
S	9	968B	Esperia	FR	Rifugio La Valle-Loc.Cisternole	E	Monti Aurunci	Rifugio La Valle	Località Cisternole	0,8	130	0	:20
S	9	969	Esperia	LT	Spigno Vecchio – Monte Fammera	E	Monti Aurunci	Spigno Vecchio	Fammera di Spigno, Intersezione con CAI 914	6,4	640	20	2:10
S	9	970	Esperia	FR	Valle Gaetana – Monte Fammera	E	Monti Aurunci	Valle Gaetana	Monte Fammera	2,4	390	70	1:10
S	9	970B	Esperia	LT	Valle Gaetana – Fammera di Spigno	E	Monti Aurunci	Valle Gaetana	Fammera di Spigno	1,3	50	20	:30
S	9	973	Esperia	FR	Coreno Ausonio - Costa Carosa - Monte Maio	E	Monti Aurunci	Coreno Ausonio	Monte Maio	6,8	700	80	2:30
S	9	973B	Esperia	FR	Collegamento la Matthia	T	Monti Aurunci	CAI 973	Via Marinaranne	3,8	220	190	1:10
S	9	974	Esperia	FR	Antica via Serra	T	Monti Aurunci	Località Piedi di Serra (Coreno Ausonio)	Località Colle Vallicella (Coreno Ausonio)	1,0	170	0	:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disl-	tempo
S	9	975	Esperia	FR	Vallemaio - Coreno Ausonio	E	Monti Aurunci	Vallemaio	Coreno Ausonio	10,7	420	400	3:00
S	9	975B	Esperia	FR	Vallemaio - Monte Maio	E	Monti Aurunci	Vallemaio	Sella Costa Carosa-Monte Maio, Sent. CAI 973	2,3	380	0	1:10
S	9	976	Esperia	LT	Loc. Ventosa - Monte Maio	E	Monti Aurunci	Località Ventosa	Monte Maio	6,6	730	40	2:30
S	9	976B	Esperia	FR	Coreno Ausonio -Via Marinaranne	E	Monti Aurunci	Coreno Ausonio	Via Marinaranne	3,6	220	10	1:10
S	9	980B	Esperia	FR	Coreno Ausonio Loc. Termine - Monte Ornito	E	Monti Aurunci	Località Termine	Monte Ornito	2,4	170	100	:50
W	5	501	Frascati	RM	Frascati - Croce di Tuscolo	E	Colli Albani	Frascati	Croce di Tuscolo	7,8	280	30	2:00
W	5	502	Frascati	RM	Monte porzio Catone-Croce di Tuscolo	E	Colli Albani	Monte Porzio Catone	Croce di Tuscolo	2,8	230	30	1:00
W	5	502A	Frascati	RM	Raccordo 502-503	E	Colli Albani	Intersezione con CAI 502	Intersezione con CAI 503	1,6	50	10	:30
W	5	503	Frascati	RM	Montecompatri-Rocca Priora	E	Colli Albani	Montecompatri	Rocca Priora	4,2	80	30	1:15
W	5	503A	Frascati	RM	Variante cima Monte Salomone	E	Colli Albani	CAI 503	CAI 503	0,9	90	70	:20
W	5	504	Frascati	RM	Rocca Priora-Bosco del Cerquone	E	Colli Albani	Rocca Priora	Doganella	5,4	120	260	1:30
W	5	505	Frascati	RM	Circuito delle Fonti di Rocca Priora	E	Colli Albani	Nuovo cimitero di Rocca Priora	Nuovo cimitero di Rocca Priora	10,8	300	300	3:10
W	5	508	Frascati	RM	Campi di Annibale-Grottaferrata (Via dei Peschi)	E	Colli Albani	Campi di Annibale	Grottaferrata (via dei Peschi)	8,7	60	240	2:30
W	5	508A	Frascati	RM	Collegamento CAI 508-CAI503	E	Colli Albani	Intersezione con CAI 508	Intersezione con CAI 503	2,1	120	0	:45
W	5	509	Frascati	RM	Circuito delle Faete di Rocca di Papa	E	Colli Albani	Rocca di Papa, Via Sacra	Rocca di Papa via delle Muretta	7	325	330	2:10
W	5	510	Frascati	RM	Periplo del Lago di Albano	T	Colli Albani	Via Spiaggia del Lago	Via Spiaggia del Lago	9,7	0	0	2:30
W	5	510A	Frascati	RM	Collegamento CAI 510 con CAI 511	E	Colli Albani	CAI 510	CAI 511	1,5	155	0	:30

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
W	5	511	Frascati	RM	Cappuccini di Albano-Lago di Nemi	E	Colli Albani	Cappuccini di Albano	Lago di Nemi	6,8	220	120	1:50
W	5	511B	Frascati	RM	Fontana Tempesta-Nemi	E	Colli Albani	Fontana Tempesta	Nemi	1,9	20	70	:30
W	5	512	Frascati	RM	Le Piagge di Genzano-Monte Cavo	E	Colli Albani	Le Piagge di Genzano	Monte Cavo	6,6	480	50	2:15
W	5	512A	Frascati	RM	Collegamento CAI 512-CAI 516	T	Colli Albani	Intersezione CAI 512	Intersezione Cai 516	1,1	20	30	:20
W	5	515	Frascati	RM	Periplo del Lago di Nemi	T	Colli Albani	Museo delle navi	Museo delle navi	5,9	65	65	1:40
W	5	515A	Frascati	RM	Lago di Nemi-Nemi	E	Colli Albani	Lago di Nemi	Nemi	1,2	235	5	:30
W	5	516	Frascati	RM	Fontana Tempesta-Maschio delle Faete	E	Colli Albani	Via dei Corsi (Nemi)	Maschio delle Faete	3,5	290	20	1:10
W	5	516A	Frascati	RM	Collegamento CAI 517 con CAI 516	E	Colli Albani	CAI 517	CAI 516	2,0	20	50	:40
W	5	516B	Frascati	RM	Da CAI 516 a via di Monte Cavo	E	Colli Albani	Intersezione con CAI 516	Via di Monte Cavo	2,0	90	40	:40
W	5	517	Frascati	RM	Pratoni del Vivaro-La Forcella	E	Colli Albani	Circolo Ippico F.I.S.E.	La Forcella	3,9	250	25	1:05
W	5	517A	Roma	RM	CAI 516 (via dei Corsi)-Casa del Parco Pratoni del Vivaro	E	Colli Albani	CAI 516 (via dei Corsi)	Casa del Parco Pratoni del Vivaro	5,2	20	90	1:20
W	5	518	Roma	RM	Doganella-Passo del Lupo	E	Colli Albani	Cava dell'Algido	Maschio D'Ariano	5,1	250	20	1:45
W	5	519	Roma	RM	Pratoni del Vivaro- Fontana Marcaccio	E	Colli Albani	Circolo Ippico F.I.S.E., Rocca di Papa	Velletri, Fontana Marcaccio	5,4	380	350	2:00
W	5	520	Roma	RM	Via dei Laghi-Passo del Lupo	E	Colli Albani	Via dei Laghi	Maschio D'Ariano	6,6	380	140	2:10
W	5	521	Roma	RM	Nemi-Doganella	E	Colli Albani	SP76a	Doganella (Cava dell'Algido)	12,8	230	190	2:35
W	5	523	Roma	RM	Fontana Marcaccio-Passo del Lupo	E	Colli Albani	Fontana Marcaccio	Passo del Lupo	3,40	200	10	1:05
W	5	523A	Roma	RM	CAI 523-Maschio D'Ariano	E	Colli Albani	Sentiero CAI 523	Maschio D'Ariano	0,6	120	0	:10

Area	Sett.	Num.	Sezione CAI	Prov	Nome sentiero	Diff.	Gruppo montuoso	Località di partenza	Località di arrivo	Lung.	Disl+	Disli-	tempo
W	5	525	Frascati	RM	Lariano-Fonte Ontanese-Passo del Lupo	E	Colli Albani	Lariano, via Vittoria Colonna	Passo del Lupo	12,8	620	80	3:55
W	5	526	Frascati	RM	Lariano-Casa del Parco Artemisio	E	Colli Albani	Lariano, via Algidus	Casa del Parco Artemisio	7,2	340	70	2:30