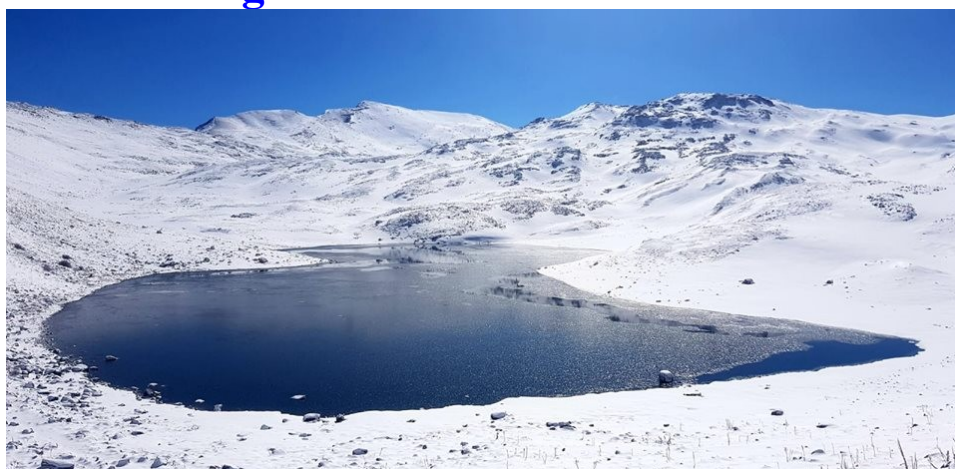


## Mercoledì 22 Aprile 2026

### Il Lago della Duchessa da Cartore



Il **lago della Duchessa** è un lago montano d'altura all'interno della riserva regionale Montagne della Duchessa, nel territorio del comune di Borgorose. Si tratta di un lago di origine glaciale di tipo alpino, uno dei pochi dell'Appennino, posto a 1.788 m s.l.m. in una conca tra le pareti di roccia del Murolungo (2.184 m) e i declivi del monte Morrone (2.141 m) e del sottogruppo Costone-Uccettu (2.239–2.004 m.) e sembra essersi formato dall'unione di due grandi doline carsiche.

Privo di emissari è alimentato solo dalle acque piovane e dallo scioglimento delle nevi.

Il Lago prende il nome da una figura storica ben precisa: Margherita d'Austria, figlia dell'imperatore Carlo V. Nel XVI secolo, Margherita d'Austria era feudataria di quei territori montani dell'Appennino Centrale, tra Abruzzo e Lazio. La zona in cui si trova il lago faceva parte dei suoi possedimenti e per questo motivo il lago venne associato al suo titolo nobiliare, diventando "della Duchessa".

Il percorso ad anello parte dal piccolo borgo di Cartore: si seguirà il sentiero 2B che risale la Val di Fua e il Vallone del Cieco, per arrivare, dapprima al rifugio Gigi Panei, agli stazzi delle Caparnie, e poi al Lago della Duchessa. Il ritorno avviene in parte sullo stesso percorso per poi imboccare il sentiero 2C ed arrivare a Cartore.

#### **DATI TECNICI:**

Difficoltà: EE - Dislivello: circa 950 m. - Lunghezza: circa 11 km

**APPUNTAMENTO:** contattare gli accompagnatori

#### **AVVERTENZE – NOTE:**

1. Contattare gli accompagnatori entro le 17 del giorno precedente (un paio di giorni prima se c'è la necessità del passaggio in auto)
2. Iniziativa riservata ai soli soci FederTrek con Tessera in corso di validità da esibire alla partenza; è possibile iscriversi sul posto (Costo € 15,00 per 365 gg) - Per minori di anni 18 Tessera FT 3€
3. Quota per l'associazione: 10 €
4. Abbigliamento: Scarpe da trekking con suola scolpita obbligatorie, bastoncini consigliati, mantellina, torcia, crema solare, abbigliamento adatto ad escursioni in ambiente media/alta montagna. Pranzo al sacco e acqua.
5. Per motivi di sicurezza od organizzativi l'escursione può subire variazioni ad insindacabile discrezione degli accompagnatori

*Gli accompagnatori sono volontari che non percepiscono compensi ed a cui vanno riconosciute le spese sostenute per l'organizzazione delle attività dell'associazione. Inoltre si riservano di accettare o meno le richieste di partecipazione per rispettare le condizioni di sicurezza previste per le attività.*

#### **INFO e PRENOTAZIONI:**

**AEV Aldo Kannevorff – 3476257310**

**AAEV Luana Catrini – 338 3876271**

[www.ogniquota.it](http://www.ogniquota.it)