



PALAZZO FIUGGI

WELLNESS MEDICAL SPA

PERCORSI HIKING



INIZIA IL TUO PERCORSO VERSO LA LONGEVITÀ

I percorsi hiking di Palazzo Fiuggi, parte integrante del programma “Hiking for Longevity”, rappresentano una sintesi perfetta tra natura e scienza. Camminare immersi negli spettacolari paesaggi degli Appennini non è solo un esercizio fisico, ma un vero e proprio metodo scientificamente supportato per promuovere la longevità. Ogni passo è un viaggio verso il benessere, dove il movimento, la mindfulness e la connessione con l’ambiente si uniscono per trasformare profondamente corpo e mente. Questo non è solo un percorso nella natura, ma un percorso verso una vita più lunga, sana e consapevole.



S. SCOLASTICA

S. SCOLASTICA – COLLE LUNGO – S. DONATO – CESE COTTE – S. SCOLASTICA



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO
40 Minuti

DURATA ESCURSIONE
2 ore e 40 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO
7,1 km

DISLIVELLO
458 m in salita
441 m in discesa

ALTITUDINE
940 m

DIFFICOLTÀ
Facile

ANELLO DI COLLE CAPULATI

(TREVI NEL LAZIO)



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

30 Minuti

DURATA ESCURSIONE

2 ore

LUNGHEZZA PERCORSO

5 km

DISLIVELLO

250 m in salita

250 m in discesa

ALTITUDINE

1.000 m

DIFFICOLTÀ

Facile

SANTUARIO DELLA SANTISSIMA TRINITÀ DI VALLEPIETRA

(PERCORSO AD ANELLO)



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO
40 Minuti

DURATA ESCURSIONE
3 ore e 30 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO
9 km

DISLIVELLO
250 m in salita
250 m in discesa

ALTITUDINE
1500 m

DIFFICOLTÀ
Facile

JENNE PERIPLO MONTE LA SERRA



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

40 Minuti

DURATA ESCURSIONE

3 ore

LUNGHEZZA PERCORSO

5 km

DISLIVELLO

450 m in salita

450 m in discesa

ALTITUDINE

1300 m

DIFFICOLTÀ

Facile

ALTIPIANI DI ARCINAZZO-CASCATA DI TREVÌ

PERCORSO DI SOLA ANDATA



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

15 Minuti

DURATA ESCURSIONE

1 ore e 20 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO

3 km

DISLIVELLO

39 m in salita

310 m in discesa

ALTITUDINE

886 m

DIFFICOLTÀ

Facile

CAMPOCATINO, MONTE CREPACUORE



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

50 Minuti

DURATA ESCURSIONE

2 ore e 50 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO

5,1 km

DISLIVELLO

712 m in salita

712 m in discesa

ALTITUDINE

1.997 m

DIFFICOLTÀ

Facile

PESCHIO DELLA CORNACCHIA



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

50 Minuti

DURATA ESCURSIONE

4 ore e 45minuti

LUNGHEZZA PERCORSO

5,5 km

DISLIVELLO

233 m in salita

233 m in discesa

ALTITUDINE

1.988 m

DIFFICOLTÀ

Facile

MONTE SCALAMBRA DA SERRONE



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

35 Minuti

DURATA ESCURSIONE

7 ore e 20 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO

9,81 km

DISLIVELLO

760 m in salita

760 m in discesa

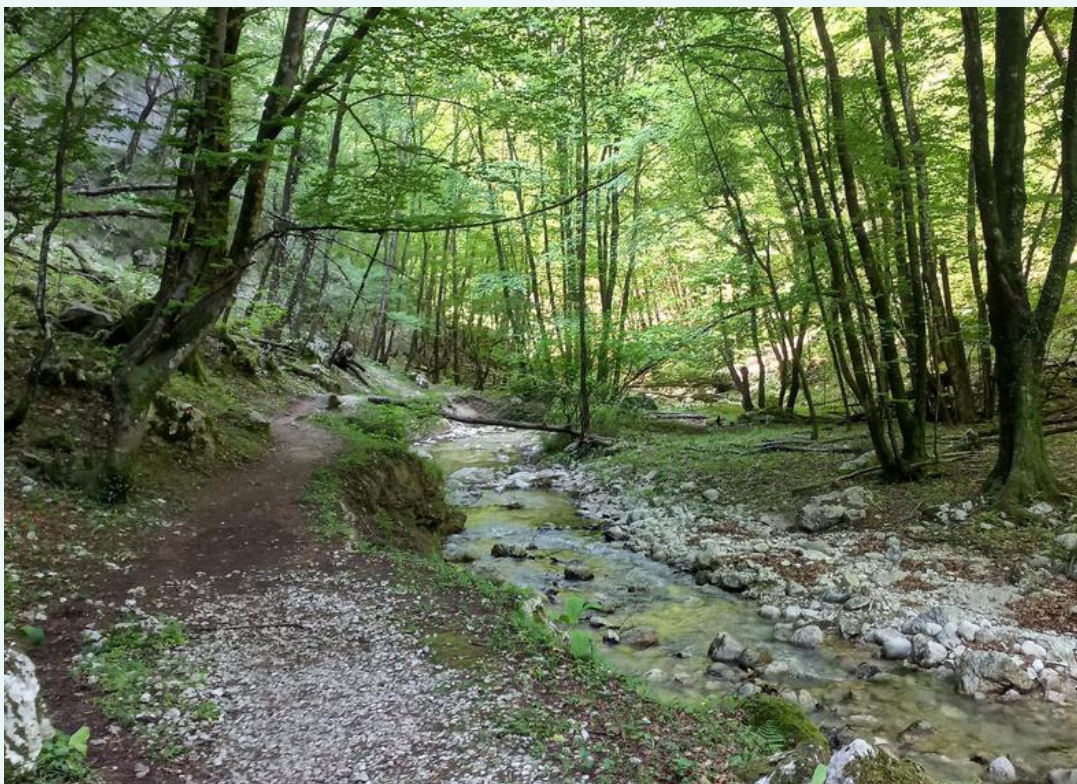
ALTITUDINE

1.420 m

DIFFICOLTÀ

Medio

COLLEPARDO E LA VALLE DEI SANTI



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

25 Minuti

DURATA ESCURSIONE

3 ore e 40 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO

11,2 km

DISLIVELLO

523 m in salita

523 m in discesa

ALTITUDINE

821 m

DIFFICOLTÀ

Medio

LA CERTOSA DI TRISULTI - COLLEPARDO



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

30 Minuti

DURATA ESCURSIONE

2 ore

LUNGHEZZA PERCORSO

5 km

DISLIVELLO

300 m in salita

300 m in discesa

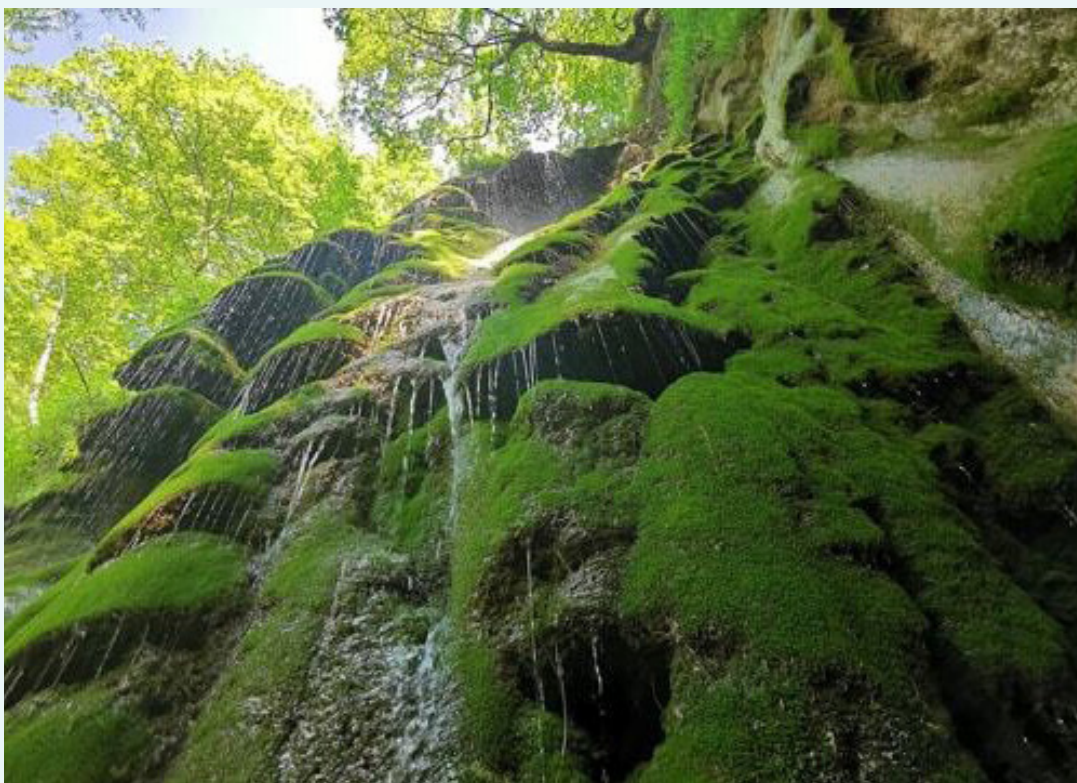
ALTITUDINE

825 m

DIFFICOLTÀ

Facile

GIRO CAPO RIO



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO
30 Minuti

DURATA ESCURSIONE
2 ore e 40 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO
7,78 km

DISLIVELLO
420 m in salita
400 m in discesa

ALTITUDINE
946 m

DIFFICOLTÀ
Medio

VIA CAMPOCATINO, GUARCINO – VICO NEL LAZIO



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

35 Minuti

DURATA ESCURSIONE

1 ore e 20 minuti

LUNGHEZZA PERCORSO

4,6 km

DISLIVELLO

140 m in salita

90 m in discesa

ALTITUDINE

1.520 m

DIFFICOLTÀ

Facile

PERIPLO MONTE ARCIANO



DISTANZA DA PALAZZO FIUGGI IN AUTO

10 Minuti

DURATA ESCURSIONE

2 ore

LUNGHEZZA PERCORSO

7 km

DISLIVELLO

163 m in salita

79 m in discesa

ALTITUDINE

1.000 m

DIFFICOLTÀ

Facile



PALAZZO FIUGGI

WELLNESS MEDICAL SPA

VIA DEI VILLINI, 34,

03014 FIUGGI FR, ITALY

+3907757661 - BOOKING@PALAZZOFIUGGI.COM