



COMUNITÀ MONTANA ZONA DEL MATESE · PNRR M2C1 Green Communities · Investimento 3.2 · CUP: E14H25000590006
Intervento N.4 "Geo-Turismo Esperienziale del Matese" · Voce A - Mappatura e Storytelling · Anno 2026

NOME

PERCORSO P05 · NATURA-SPORT · SAN GREGORIO MATESE / CASTELLO DEL MATESE

Anello del Lago Matese

Il lago carsico più alto d'Italia · ZPS/SIC · Monte Miletto (2.050 m) · Kayak · Sci nordico

SCHEDA TECNICA

Lunghezza	Dislivello	Durata	Difficoltà	Tipo	Periodo
12 km	+180 / -180 m	3,5 - 4 ore	Facile (T)	Anello	Aprile - Nov. (sci nordico invernale)

MAPPA DEL PERCORSO - TRACCIATO SCHEMATICO

SCALA ~1:15.000 · WGS84 · Elaborazione cartografica.



GPX

Anello_del_Lago_Matese <https://it.wikiloc.com/percorsi-corsa/giro-lago-del-matese-110171676>
Traccia anello 12 km. Sponda sud su asfalto SP, sponda nord su sterrato.

DESCRIZIONE GENERALE

DESC	Il Lago del Matese è il lago carsico più alto d'Italia (1.010 m s.l.m.) e il più grande lago naturale della Campania: 8 km di lunghezza, 2 km di larghezza, profondità massima 15 m. ZPS (Zona di Protezione Speciale) e SIC. Alle pendici del Monte Miletto (2.050 m). L'anello di 12 km percorre interamente la sponda del lago alternando tratti asfaltati panoramici (sponda sud, SP331) a tratti sterrati silenziosi (sponda nord). Inghiottitoi carsici attivi regolano naturalmente il livello delle acque. In inverno: sci nordico sulla SP331. Kayak e canoa sulla sponda sud.
------	---

PUNTID'INTERESSE - ANALISI TRIPARTITA GEO / FAUNA / STORIA

TAPPA 01	Belvedere Miralago - Polje Carsico (1.010 m)
GEO	Il Lago del Matese è un polje carsico: una depressione chiusa di origine tettonica e carsica parzialmente allagata. Le pareti calcaree di Monte Miletto (2.050 m, Cretaceo sup.) si riflettono nell'acqua. Il livello stagionale varia di 1-2 m regolato dall'inghiottitoio "Lo Scennerato".
FAUNA	Birdwatching eccezionale: moretta tabaccata (<i>Aythya nyroca</i> - specie protetta), moriglione (<i>Aythya ferina</i>), cicogna bianca (<i>Ciconia ciconia</i> - ospite irregolare), garzetta (<i>Egretta garzetta</i>), nitticora (<i>Nycticorax nycticorax</i>) in migrazione.
STORIA	Il lago è la carta d'identità paesaggistica del Matese. Conosciuto fin dall'età classica (Plinio il Vecchio lo cita nella <i>Naturalis Historia</i>), era usato per la caccia agli uccelli acquatici e per la pesca da parte delle comunità montane.

TAPPA 02	"Lo Scennerato" - Inghiottitoio Attivo (1.010 m)
GEO	L'inghiottitoio "Lo Scennerato" (dialettale per "lo scannato" = la gola) è il principale regolatore idrologico del lago. Nei periodi di bassa quota lacustre (fine estate) è visibile dalla sponda nord. Un geosito didattico per spiegare il carsismo profondo e la connessione tra laghi d'altura e sorgenti di fondovalle.
FAUNA	Zone umide perimetrali con canneto: migliarino di palude, cannareccione, tuffetto (<i>Tachybaptus ruficollis</i>). Rana di Lataste (<i>Rana latastei</i> - endemica padano-appenninica, presenza anomala in quota: studio in corso).
STORIA	La tradizione locale attribuiva la sparizione dell'acqua nel lago a forze soprannaturali. Solo nel XX sec. l'idrogeologia ha mappato i condotti carsici che collegano il lago alle sorgenti del fondovalle.

TAPPA 03	Sponda Nord - Sorgenti e CicloLago (1.010 m)
GEO	Sterrato silenzioso tra prati e boschi di salice e pioppo bianco. Sorgenti perenni alimentate da scioglimento nivale (nov.-apr.). La "CicloLago del Matese" è una delle rarissime ciclovie d'alta quota del Sud Italia.
FAUNA	Martin pescatore, airone cenerino, orchidee palustri (<i>Dactylorhiza sambucina</i> e <i>D. maculata</i>) nei prati umidi a maggio. Arvicola d'acqua (<i>Arvicola amphibius</i>) nelle rive del lago.
STORIA	La sponda nord era usata per la falciatura dei prati montani (maggese). Ancora oggi alcune famiglie di S. Gregorio Matese mantengono l'uso civico dei pascoli lacustri.

TAPPA 04	Rifugio dell'Esule (1.050 m) - Base Logistica
GEO	Il rifugio è situato sul versante SO del lago, al punto di massima quota del percorso. Da qui partono i sentieri di ascensione al Monte Miletto (2.050 m) e Monte La Gallinola (1.923 m): le due cime più alte del Matese, entrambe in calcari cretacei con affioramenti di rudiste e fossili.
FAUNA	L'area del rifugio è il punto di osservazione migliore per avvistare il capriolo (<i>Capreolus capreolus</i>) all'alba. Camoscio appenninico (<i>Rupicapra pyrenaica ornata</i>) occasionale sulle pareti di M. Miletto.
STORIA	Il Rifugio dell'Esule (1.050 m) è gestito stagionalmente da maggio a ottobre. Prenotazione obbligatoria per il pernottamento. È la base logistica della Grande Traversata del Matese Casertano (P09).

GEOSTORIA DEL LUOGO

Breve racconto	Plinio il Vecchio scrisse di questo lago: "amnis Sarnus... lacus Matese" - le acque del Matese, fonte misteriosa e inesauribile. Il lago è da sempre la risorsa idrica strategica del Matese: pesca, abbeveratoio, mulini ad acqua. Oggi è ZPS e SIC, ma per le comunità di S. Gregorio Matese e Castello del Matese rimane il cuore geografico e identitario della montagna.
----------------	---

PACCHETTO ESPERIENZIALE

PACCHETTO PKG-05	"Il Lago dei Laghi" - Anello Naturalistico e Sport Outdoor al Lago del Matese
Target: Famiglie da 5 anni, ciclisti (MTB/e-bike), birdwatcher, scolaresche. PMR parziale (sponda sud)	Il lago carsico più alto d'Italia: avifauna acquatica, inghiottitoi attivi, kayak e, in inverno, sci nordico. Un anello accessibile con varietà di attività outdoor per tutto l'anno.
Durata: 3,5-4 h (trekking) / 1,5 h (bici)	Difficoltà: Facile (T) - adatto da 5 anni
Periodo: Aprile - Novembre / Sci nordico: Dicembre - Marzo	Mobilità: A piedi o in bici - anello. Parcheggio Belvedere Miralago (41.4060°N, 14.3480°E)
Elementi:	Anello guidato + Birdwatching con binocolo + Kayak/canoa (prenotazione) + Sci nordico (inverno) + Visita rifugio + Brochure bilingue ZPS/SIC

SHORT DESCRIPTION IN ENGLISH

EN	Trail P05 - Anello del Lago Matese (Matese Lake Loop) 12 km loop D+ 180 m Duration: 3.5-4 h Difficulty: Easy (T) Apr-Nov (Nordic skiing in winter) The highest karstic lake in Italy (1,010 m asl) and the largest natural lake in Campania. ZPS/SIC. The loop alternates panoramic asphalt (south shore, SP331) with quiet dirt track (north shore). Active swallow holes regulate water levels naturally. Kayak and canoe available (booking required).
----	---

AVVERTENZE DI SICUREZZA

	Inghiottitoi attivi vicino alle sponde: non avvicinarsi in periodi di piena. Sponda nord: fondo misto. Vento forte in inverno. Rifugio Esule: prenotare obbligatoriamente. ☎Rifugio: +39 0823 1923501.
---	--

ACCESSO E LOGISTICA

Partenza	Parcheggio Belvedere Miralago, SP331/SP181 (41.4060°N, 14.3480°E).
In auto	Da Piedimonte Matese: SP181 vers Lago Matese (~25 km, 35 min).
Servizi	Rifugio dell'Esule (mag-ott). Noleggio kayak/canoa sponda sud.

CRITICITÀ RILEVATE

Criticità	Descrizione	Priorità
Sicurezza	Inghiottitoi attivi vicino alle sponde: non avvicinarsi in periodi di piena. Vento forte in inverno.	MEDIA
Accessibilità	Sponda nord: sterrato accessibile solo a bici o piedi. Sponda sud: asfalto SP (accessibile PMR).	BASSA

SITOGRAFIA

- geo-matese.it - Piattaforma Geo-Matese
- www.parcoregionaledelmatese.it - Ente Parco Regionale del Matese
- www.wikiloc.com - Tracce GPS escursionistiche del Matese
- www.sentieroitalia.cai.it - Sentiero Italia CAI
- geoportale.mite.gov.it - Geoportale ISPRA/MITE: geositi, habitat Natura 2000
- www.borghiubelliditalia.it - Borghi più belli d'Italia
- www.opentopomap.org - Mappe topografiche libere WGS84
- www.regione.campania.it/turismo - Turismo Campania
- www.komoot.com - Lago del Matese - Ciclolago del Matese giro ad anello

BIBLIOGRAFIA

- Comunità Montana Zona del Matese (2026) - Capitolato Speciale d'Appalto, Intervento N.4. CUP E14H25000590006.
- CAI Club Alpino Italiano (2020) - Standard di classificazione e segnaletica dei sentieri.
- ISPRA (2019) - Geositi italiani. Roma: ISPRA Rapporti 307/2019.
- Amato V. et al. (2014) - Geomorphology and late Quaternary evolution of the Matese Massif. Geomorphology, 214.
- Grimaldi S. et al. (2018) - Hydrogeological characterization of the Matese karst aquifer. J. Hydrology, 556.
- EUROPARC (2019) - Loving them to death? Sustainable tourism in Europe's Protected Areas.

TRACCE E MAPPE SUI SITI OUTDOOR

Wikiloc

Giro del Lago del Matese - strade carrabili asfaltate e sterrate (adatto cicloturismo)
<https://it.wikiloc.com/percorsi-corsa/giro-lago-del-matese-110171676>

 Le tracce su Wikiloc/Komoot sono caricate da utenti e possono differire dal percorso ufficiale descritto in questa scheda.