

ABRUZZEN

Die Abruzzen sind ein Juwel und du verstehst es wirklich, einem Land und Leute näher zu bringen.

”

Ulrike S., Regensburg

Jubiläum
25 Jahre und
60 Reisen in die
Abruzzen

Reise in das wilde Herz Italiens

Im ersten Teil der Reise machen wir uns auf Wanderschaft durch die Gebirgslandschaften des Parco Nazionale Majella – zu Eremiten, romanischen Kirchen, durch mächtige Bachtäler, über frühlingsblühende Wiesen und zu wilden Bergen. Dann beeindruckt das Gran Sasso-Gebirge durch seine Weite und seine grandiosen Dimensionen. Fast dreitausend Meter hoch sind seine höchsten Berge; sie dominieren den Norden der Abruzzen. Südlich dieser Gipfel liegt die Hochebene des Campo Imperatore. Sie dehnt sich bis zu dreißig Kilometer in der Länge und bis zu fünf Kilometer in der Breite aus. Neben den vielfältigen Landschaften auf unseren abwechslungsreichen Wandertouren besichtigen wir Bergdörfer wie Santo Stefano di Sessanio und genießen das Leben in Castel del Monte, unserem Quartiersort.

Die Jubiläumsnote: Wir wollen in fünf Lieblingsrestaurants speisen und begehen diese kulinarischen Tage auch als Kunsttage — es liegen außergewöhnlich schöne romanische Kirchen auf unserer Strecke. An den übrigen Tagen wandern wir ganztägig, doch an den Kunst- und Kulinariktagen warten meist nur leichte und kürzere Touren, manchmal auch nur Spaziergänge auf uns. An einem Tag ist im »Chiostrò del Comune« in Bucchianico ein kleines Konzert der »Arsmusica Fara San Martino« geplant. Wir werden einige unserer Freundinnen und Freunde, die Erde und Wind seit fast dreißig Jahren begleiten, in den Abruzzen treffen und dabei haben.

Anreise

So, 23.05./13.06.

Individuelle Anreise zu den Treffpunkten **Regensburg**, Bahnhofsvorplatz, 09:15h, oder **München**, Hauptbahnhof, Bushaltestelle vor dem Ausgang an der Nordseite beim S-Bahn-Zugang, 11:00h. Abfahrt von München nach **Faenza**.

Abendessen und Übernachtung im Hotel in der Altstadt von Faenza.

Ankommen!

Mo, 24.05./14.06.

Die **Costa dei Trabocchi** zwischen **Pescara** und **Vasto** ist eine der besonderen Landschaften der Abruzzen. Seit die Eisenbahntrasse landeinwärts versetzt wurde, führt ein Wanderweg an der Küste entlang und verbindet mehrere Naturschutzgebiete. Wir kreuzen ihn, um den **Trabocco**, den Ort unseres Mittagessens zu erreichen. Seit alters her wurde an die-

ser Küste auf besondere Weise Fischfang betrieben. Stelzen tragen eine Plattform, diese ein Holzhäuschen. Balken sind mit Tauen verbunden, Netze warten auf ihren



Einsatz. Unter uns schlägt die Brandung, aus dem Holzbau duften Fischgerichte

und wir vertrauen uns **Maria** und **Rinaldo** an, die Fischers- und Wirtsleute zugleich sind. **Rocca S. Giovanni** heißt der Ort an der Adriaküste, in dem wir über den Wellentafeln. Am fortgeschrittenen Nachmittag erinnern wir uns an unser weiteres Ziel. So fahren wir ins Land hinein und besichtigen mit der Kirche **S. Tommaso** die erste Kirche der Reise. Der Architrav über dem Mittelportal zeigt berühmte Plastiken, im Inneren sehen wir eine »Heilige Säule«. Kurze Zeit später erreichen wir **Caramanico Terme**, beziehen die Zimmer und lassen den Tag ausklingen.

Essen und Kunst. Übernachtung im Hotel in Caramanico Terme (5 Übernachtungen).

Im Tal der Eremiten Di, 25.05./15.06.

Der **Orfento**: Kurz ist das Flüsschen, mächtig sein Tal. An der Eremiten des heiligen **Onofrio** werden wir spüren, was das Leben in der Einsiedelei nicht entbehren musste: Das Land, den Wind, das Wasser, die Tiere des Waldes und die Vögel am Himmel. An Wasserfällen vorbei und entlang beeindruckender Schluchtwände geht es zurück nach **Caramanico**.

Gehzeit 6 h / Auf- 400 / Abstiege 670 m / 3 St. / Abendessen im Restaurant in S. Eufemia.

Lesesteinarchitektur

Mi, 26.05./16.06.

Zwei Hügel, die das steinerne Erbe der uralten Hirtenkultur Mittelitaliens auf beeindruckende Weise bewahren. Das Ensemble der Schäferhäuser an den Felsen des **Colle della Civita** ist von einer Einfriedung aus Steinen umgeben und wirkt festungsähnlich. Auch auf dem Höhenzug des **Colle dell'Astoro** stehen Steinhäuser, sie wirken wie ein archaisches Dorf und wir staunen über die Baukunst vergangener Zeiten. Wir kehren im **Agriturismo Tholos** bei Roccamorice ein. Mit **Gabriele, Paola** und ihren Töchtern sind wir schon seit Mitte der neunziger Jahre verbunden. Ihre Küche ist eine hervorragende Mischung aus Respekt vor den Traditionen abruzzesischer Rezepte und der Lust, sich auf neues Geschmacksterrain zu begeben.

Wandern und Essen. Gehzeit 4,5 h / Auf 320 m / Ab 370 m / 3 St.



ersten Jahrtausend wurde das ehemalige Kloster auf einer Insel im **Pescara-Fluss** gegründet. Wie die meisten sehr alten christlichen Orte in den Abruzzen geht es auf pagane

ruine S. Maria del Monte.

Gehzeit 4 h / Auf 250 m, Ab 120 m / 2-3 St. / Übernachtung im Hotel in Castel del Monte (5 Übernachtungen). Abendessen im Hotel

Reichtum der Bergwelt

So, 30.05./20.06.

Zunächst steht **Sulmona**, die Geburtsstadt **Ovids**, auf unserer Agenda. Wir schnuppern die städtische Atmosphäre, bevor wir in **Pacentro** zu Mittag essen. **Carmine Cercone** hat seine **Taverna dei Caldora** zu einem der Spitzenrestaurants in den Abruzzen gemacht. Von Slowfood stammt nicht nur das Motto des Tages, sondern auch das weitere Zitat über die Familie Cercone: »Sie hält standhaft die von Ackerbau und Viehzucht geprägte Identität ihrer Küche hoch«. Der

Abschied wird uns schwer fallen. Danach geht es in eine auch von uns selten besuchte Kirche. **San Pietro ad Oratorium** im Flusstal des **Tirino** hat großformatige Fresken, ein Ziborium und das mythenumwobene Arepo-Quadrat bewahrt. Ihr erstes Zeugnis stammt aus dem Jahr 752. *Essen und Kunst* →

Kultstätten zurück (Casa d'Oro). Danach werden wir im Dorf **Bucchianico** erwartet. Ein Konzert der »Arsmusica Fara San Martino« im historischen Ambiente als Auftakt. Das Ristorante der Familie **Ferrara** gehört zu unseren Lieblingslokalen. Vor allem wegen **Assunta**, Köchin und Patronin, und **Claudio**, dessen agiler Geist über allen



Thymianduft Do, 27.05./17.06.

Wenige Meter abseits des Hotels verläuft der Weg in die **Orfentoschlucht**, in der wir heute nur den Bach überqueren und wieder hinauf nach **Deontra** steigen. Die Palette der Eindrücke ist verschwenderisch, die Landschaft atemberaubend. So lassen wir uns Zeit und genießen die Eindrücke. Entlang unseres Weges sehen wir Lesesteinhäuser (Capanne in pietra a secco), schreiten über steingesäumte Agrarflächen und haben (bei gutem Wetter) eine Fernsicht, die bis zur **Adria** und zum **Gran Sasso** reicht. In offener Landschaft mit spektakulären Panoramen wandern wir zu einer weiteren spektakulären Schlucht, in der die Eremiten, welche dem heiligen **Bartolomeo** gewidmet ist, unter einem Felsvorsprung liegt.

Wandern und Kunst. Gehzeit 6 h / Auf 510 / Ab 300 m / 3 St. / Abendessen im Agriturismo in Deontra

Disziplinen schwebt. Wir eröffnen unsere Speisenfolge in der Cantina, die der Architekt **Giuliano Di Menna** restaurierte. Ein Gang durch den Centro Storico des reizvollen und hoch über der Landschaft gelegenen Ortes wird den Tag abrunden. *Kunst und Essen*

Annäherung an die Weite

Sa, 29.05./19.06.

Wir ziehen um, verlassen die Majella und nehmen Kurs auf den Gran Sasso. Nach dem Bezug der Zimmer in Castel del Monte wäre es eine einfache Übung, mit dem Bus auf die Hochebene des **Campo Imperatore** zu fahren und die ersten Schritte ohne große Umwege zu gehen. Wir folgen einer anderen Idee, die sich als Annäherung beschreiben lässt. Die Wanderung zum Campo Imperatore geht über die ihm vorgelagerten Hügel, vorbei am **Monte Cappellone**, dem **Lago di Passaneta** und an der Kloster-



Wo der Tratturo endet

Mo, 31.05./21.06.
 Nach kurzem Aufstieg auf einem alten Tratturo schweigt unser Blick weit über weiche Hügel bis hin zum **Gran Sasso**-Massiv (2914 m). Vor uns liegen: Die große Weite, eine wilde Schlucht, Grasbuckel, Wiesen und der **Monte Camicia**. Früher war die Hochebene Ziel riesiger Schafherden. Am späten Nachmittag spazieren wir durch das mittelalterliche **S. Stefano di Sessanio** (1250 m).
Gehzeit 4h / Auf 400 m / Ab 150 m / 2-3 St., Abendessen im Ristorante in Castel del Monte

Das alte Dorf Di, 01.06./22.06.
 Heute erkunden wir den alten Ortskern: Die Räume des Heimatmuseums von **Castel del Monte** sind auf verschiedene



Häuser im antiken Borgo verteilt. Abends essen wir in der **Osteria del Lupo** in Castel del Monte. **Stefano d'Angelo** ist hochgeschätzter Koch, den Rezepten und Produkten der Region verpflichtet und seit Anbeginn unserer Gran Sasso-Reisen unser Partner. *Kunst und Essen*



Verborgenes Tal Mi, 02.06./23.06.
 Der Weg vom **Rifugio Ricotta** in die Landschaft **La Zingarella** um den **Colle Arcone** präsentiert ein Mosaik von Laubmischwald mit breiten Lichtungen und blühenden Wiesen mit schöner Aussicht. Es sind die Blicke auf den östlichen Teil der **Gran Sasso-Kette**, die diesen Parcours besonders machen. Unvermittelt taucht die Ebene des **Voltigno-Tals** auf und verzaubert uns mit weichen Wiesen und Wäldern – ein abwechslungsreicher Rundweg mit typischen Landschaftselementen der Abruzen.
Abendessen im Hotel

DIE AUSWAHL DER LIEBLINGS-RESTAURANTS bedeutet zunächst, es wird 2021 gelingen, diese fünf in einem Jahr im Rahmen einer Reise zu präsentieren — sonst ist das aus mannigfaltigen, vor allem organisatorischen, Gründen kaum möglich. Es musste dafür eine eigene Reise entstehen. Bitte wundern Sie sich jedoch nicht, wenn Speisen, Rezepte und Aromen in den Gasthäusern an den weiteren Tagen Schritt zu halten versuchen.

DIE WEINE DER ABRUZZEN sollen am vorletzten Abend gewürdigt werden. Vielleicht ist Christian Thoma, Weinkenner, -liebhaber und -händler (»Cum Tempore«) in Regensburg mit von der Partie. Er kredenzt, wir genießen.

Rückreise

Do, 03./Fr. 04.06. sowie 24./25.06.
 Rückfahrt über **Südtirol**, Abend zur freien Verfügung.
Übernachtung in Auer.
 Rückkehr nach **München** gegen 12:30h, nach **Regensburg** gegen 14:30h

Von oben und von rechts:
 (Seiten 4/5 Schlucht auf dem Campo Imperatore, Gran Sasso: Stiefmütterchenblüte vor Monte Pre-na, Mittagsgesellschaft auf dem Trabocco, Fresko in S. Pietro ad Oratorium, Majella: über dem Valle S. Spirito (Ginsterblüte), Aterno-Tal
 Seite 6: Eremo S. Bartolomeo, Antipasto im Agriturismo Tholos (Pecorino, Honig, Böhnchen, Walnuss, Olivenöl)
 Seite 7: Purpurknabenkraut

Mehr Informationen unter:
www.erdeundwind.de/reisen/abruzen/

Schwierigkeitsgrad
 min. 1 / max. 3



REISETERMINE

■ So., 23.05. – Fr., 04.06.2021
 ■ So., 13.06. – Fr., 25.06.2021
 jeweils
 ■ 13 Reisetage ■ 12 Übernachtungen

AN- UND RÜCKREISE

Hin- und Rückreise mit modernem 4-Sterne-Fernreisebus mit Klimaanlage/Schlafsessel/WC ab Regensburg/München. Der Reisebus ist seit Anbeginn unserer Abruzenreisen (1995) unser bevorzugtes und angenehmstes Verkehrsmittel. Wir werden auf der Hin- und Rückreise in Faenza und Auer übernachten, um von Anfang an Komfort und Erholung zu genießen.

WANDERPROGRAMM

Klassisch, mit leichteren Varianten.



REISEPREIS

p.P. / DZ € **1.780,-***

* Einzelzimmeraufpreis **235 €**.
 Im Reisepreis enthalten: 1 Übernachtung auf der Hinreise im 4-Sterne-Hotel in Faenza, 5 Übernachtungen im 3-Sterne-Hotel in Caramanico Terme, 5 Übernachtungen im 3-Sterne-Hotel in Castel del Monte, 1 Übernachtung im 3-Sterne-Hotel in Auer. Alle Zimmer mit Dusche/Bad und WC. Frühstück, 11 Mittags- oder Abendmenüs, alle Transfers im Rahmen des Programms, Eintrittsgelder, Steuern, Reisepreissicherungsschein, Hin- und Rückreise mit modernem 4-Sterne-Fernreisebus mit Klimaanlage/Schlafsessel/WC ab Regensburg/München. Der Reisepreis gilt ab/bis Regensburg/München.