

ABRUZZEN

Abruzzan
Nationalpark
+ Gran Sasso-
Berge

Reise in das wilde Herz Italiens

(Programmergänzung)

Nationalpark Abruzzzen und Nationalpark Gran Sasso

”

Die gesamte Wanderreise war traumhaft schön.

Sabine S. und Thomas K.
Regensburg

Wir besuchen zwei Naturräume: Der **Abruzzzen-Nationalpark** ist der älteste Nationalpark Italiens, seine Fläche reicht seit Anfang der neunziger Jahre bis in die Nachbarregionen Latium und Molise hinein. Wolf und Bär, Adler und Gämse sind seine bedeutendsten Tierarten, tiefe und weite Wälder, von der Buche beherrscht, suchen ihresgleichen in Europa, Wiesen und Hochmatten locken mit verschwenderischer Farbenfülle. Anschließend sind wir im **Gran Sasso-Gebirge**. Dieser höchste Teil des Apennin beeindruckt durch seine Weite und seine grandiosen Dimensionen. Fast dreitausend Meter hoch sind seine höchsten Berge. Eine Variation von Einzelgipfeln säumt die Hochebene des Campo Imperatore. Sie dehnt sich bis zu dreißig Kilometer in der Länge und bis zu fünf Kilometer in der Breite aus und liegt auf der Sonnenseite der Berge. Wir werden ausgedehnte Wanderungen in beiden Bergregionen unternehmen und ein abwechslungsreiches Programm genießen. Es warten Naturschätze und kulturelle Zeugnisse, an schönen Plätzen hören wir Literatur aus den Abruzzzen und die Küchen kredenzen Gutes.

Anreise

So, 13.09.

Individuelle Anreise zu den Treffpunkten **Regensburg**, Bahnhofsvorplatz, 07:30h, oder Bahnhof **Haar** (bei **München**), Parkplatz neben dem Ausgang an der Nordseite (erreichbar durch den S-Bahn-Tunnel), 10:00h. Abfahrt von Haar nach **Faenza**.

Abendessen und Übernachtung im Hotel in der Altstadt von Faenza.

Buon giorno, Abruzzo!

Mo, 14.09.

Die **Costa dei Trabocchi** zwischen **Pescara** und **Vasto** ist eine der typischen Landschaften der Abruzzzen. Seit alters her wurde hier auf besondere Weise Fischfang betrieben: Stelzen tragen eine Plattform, diese ein Holzhäuschen, Tische und Stühle. Balken sind mit Tauen verbunden, Netze warten auf ihren Einsatz. Unter uns schlägt die Brandung, aus dem Holzbau duften Fischgerichte und wir vertrauen uns **Rinaldo** an, der Fischer und Wirt zugleich ist. **Rocca S. Giovanni** heißt der Ort an der Adriaküste, in dem wir über den Wellen tafeln (mittags). Am Nachmittag erinnern wir uns an unser eigentliches Ziel, die Berge. So fahren wir den Sangro-Fluss hinauf, erreichen **Pescasseroli** am Abend, beziehen die Zim-

mer und lassen den Tag ausklingen.

Essen auf dem Trabocco über dem Meer. Übernachtung im Hotel in Pescasseroli (3 Übernachtungen dort).



So weit, so schön

Di, 15.09.

Kurz hinter **Barrea**, nur wenige Schritte abseits der Straße, tauchen wir in wunderbare Waldbilder ein. Das **Valle dell'Inferno** hinauf, an bizarren Felsformationen und alten Buchen vorbei. In einer Mulde liegt (meist ausgetrocknet) der **Lago Vivo**, darüber thront der **Monte Petros**, der höchste Berg im Nationalpark. Der Weg führt zwischen Baumriesen und Karstgebilden zu einer steilen Schlucht,

der Blick schweift weit und bleibt an den Meta-Bergen hängen. Am Nachmittag genießen wir die Aussicht über den See von **Barrea**.

Gehzeit 5 h / Auf 650 m, Ab 600 m / 3,5 St. Abendessen im Rest. in Civitella Alfedena.

Das Geschenk Wildnis

Mi, 16.09.

Unsere Tagesstour zeigt eine typische Landschaftsauswahl des Parks. Die Wanderung zieht sich von **Pescasseroli** den **Vallone Cavuto** hinauf, zu einem Sattel oberhalb zweier Täler. Wenn wir die Südflanke eines Bergmassivs queren, säumen herrliche Wiesen mit Blütenpracht, vereinzelt Buchen, Faulbäume und markante Felsen unseren Weg. Die Panoramablicke vom Kamm des **Monte Marcolano-Massivs** über das **Valle Cervara** und die dichten und weitläufigen Waldgebiete lassen ahnen, durch welche Lebensräume der Marsikanische Braunbär streift. Der Rückweg führt an viel Totholz vorbei – Lebensräume für Myriaden von Käfern und Pilzen und Grundlage für stets neuen Wald.

Gehzeit 6 h / Auf 630 m, Ab 450 m / 4 St. / Abendessen im Restaurant in Pescasseroli.

Wald des heiligen Antonius Do, 17.09

Wir verlassen unser Quartier und den Nationalpark und nehmen Kurs auf die Vorberge der Maiella. In **Pescocostanzo** besichtigen wir die **Kirche S. Maria del Colle**, ein vielgestaltiges, vor allem barockes Juwel. Wenige Kilometer weiter liegt der **Bosco S. Antonio**, ein einstiger Hute-wald mit langer Kulturgeschichte. Heute wirkt er eher wie ein Park mit seinen ein-drucksvollen Solitärbäumen und ist ein ideales kleines Wandergebiet. Danach geht es mit einem Halt in Sulmona in un-



ser zweites Quartier im **Gran Sasso**-Gebirge. Das malerische **Castel del Monte** ist mehrfach Drehort von Kinofilmen ge-wesen. Wir kommen am Spätnachmittag an und beziehen unsere Zimmer.
Übernachtung in Castel del Monte (5 Näch-te). Abendessen im Hotel.

Annäherung an die Weite Fr., 18.09.

Es wäre eine einfache Übung, mit dem Bus auf die Hochebene des **Campo Imperato-re** zu fahren und die ersten Schritte ohne große Umwege zu gehen. Wir folgen einer anderen Idee, die sich als Annäherung be-schreiben lässt. Die Wanderung zum Campo Imperatore geht über die ihm vorgelagerten Hügel, vorbei am **Monte Cappellone**, dem **Lago di Passaneta** und der Klosterruine **S. Maria del Monte**.

Gehzeit 4 h / Auf 260 m, Ab 120 m / 2-3 St. / Abendessen im Hotel in Castel del Monte.

Dem Himmel nah

Sa, 19.09.

Der Weg vom **Rifugio Ricotta** zum **Monte Cappuciata** und wei-ter nach **Cannatina** ist an Ausblicken reich. Er erfordert milde Anstiege in der Rand-lage des Gran Sasso-Massivs. Nach einem kurzen Stück auf einem breiten Feldweg biegen wir um eine felsige Böschung und kommen zu einem kon-trären Baumensemble. Links eine Art **Philemon** und **Baucis**-Buche und rechts ein Versammlung junger Buchenstäm-me. Ein idealer Rastplatz. Danach zieht sich der Pfad hoch, am **Monte Cappuciata** vorbei, doch mit Blicken ins

Tirino-Tal und zum **Sirente-Massiv**. Wenn das **Majella-Gebirge** in Sicht kommt und das Licht passt, mag es uns den Atem verschlagen, so beeindruckend ist das Panorama: Links unten die breite, flache Ebene, in der sich der **Pescara-Fluss** zur Adria schiebt, rechts der auslaufende Gran Sasso, die Schlucht von Popoli, da-hinter die **Morrone-Berge** und die Ma-jella. In der Armbeuge der Berge das Hü-gelland zwischen Meer und Gebirge. Der Pfad selbst führt durch stille, manchmal wie abgelegen wirkende Gegenden. Wir fahren über **Villa Santa Lucia** zurück, wo wir zu Abend essen.

Gehzeit 5 h / Auf 360 m, Ab 630 m. 3 St.



*Die Abruzzens sind ein
Italien im Kleinen.
Ein Divertimento geradezu,
mit allem, was das Land so
sinnlich macht.*



Wiederbelebung

So, 20.09.

Im Frühjahr 2009 widerfuhr der Hauptstadt der Abruzzen das Unglück eines Erbebens. Der Wiederaufbau L'Aquilas begann zögerlich — doch heute wirkt die Stadt in manchen Bereichen schon schöner als vorher. Wir beginnen unsere Stadterkundung mit der **Fontana novantaneve cannelle** (dem Brunnen der 99 Hähne), einem Wahrzeichen L'Aquilas. Steigen durch den **Rione Roio** hinauf zur **Piazza del Duomo**, schreiten durch unerwartete Türen und betreten unvermutete Räume. Nach dem Urbanen zieht es uns nach **Fossa** ins Dörfliche. Die Kirche **S. Maria ad Cryptas** mit ihren Freskenzyklen aus dem 13. Jh birgt neben der Malerei weitere kunsthistorische Besonderheiten. *Abendessen im Ristorante in Castel del Monte.*

Wo der Tratturo endet

Mo, 21.09.

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. *Gehzeit 4 h / Auf 400 m / Ab 150 m / 2-3 St. Abendessen im Hotel in Castel del Monte.*

Rückreise

Di/Mi, 22./23.09.

Rückfahrt über **Brixen**, *Abendessen und Übernachtung dort.* Rückkehr nach **München** gegen 12:30h, nach **Regensburg** gegen 14:30h

Schwierigkeitsgrad
min. 1 / max. 4



REISETERMIN

- So., 13.09. – Mi., 23.09.2026
- 11 Reisetage
- 10 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 Abruzzenreisen (1995) unser bevorzugtes und angenehmstes Verkehrsmittel. Wir werden auf der Hinreise in Faenza (zwischen Bologna und Rimini) und auf der Rückreise in Brixen (Südtirol) in zwei besonderen Hotels übernachten, um von Anfang bis Ausklang Komfort und Erholung zu genießen.

WANDERPROGRAMM

Klassisch, jedoch nicht allzu fordernd.



REISEPREIS

p.P. / DZ

€ 1.815,-*

* Einzelzimmeraufpreis 235 €.

Im Reisepreis enthalten: 1 Übernachtung auf der Hinreise im 4-Sterne-Hotel in Faenza, 3 Übernachtungen im 4-Sterne-Hotel in Pescasseroli, 5 Übernachtungen in 3-Sterne-Hotel in Castel del Monte, 1 Übernachtung auf der Rückreise im 4-Sterne-Hotel in Brixen. Alle Zimmer mit Dusche/Bad und WC. Frühstück, 1 Mittags- und 9 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/Haar.

Bildlegende

Titel

Campo Imperatore mit Monte Camicia

Seite 2 (Jeweils von oben und von links):

Altbuchen am Passo Cavuto, Trabocco Punta Tufano

Seite 3

Bosco San Antonio, Castel del Monte, Val Cervara (links) und Kamm des Monte Marcolano (rechts)

Seite 4

Blick vom Kammbereich des M. Cappuciata zur Majella, Schafherde auf dem Campo Imperatore