
Italien 2019
Abruzzen
Tom Schilling

Für meine Mutter

## Impressum

Auflage November 2026
© Tom Schilling, Dresden, Deutschland

Dieses Buch ist ein Ausdruck der Webseite
**"https://www.tom--schilling.de/wandern/wandern_2019_abruzzen.html"**
gedruckt im Selbstverlag

Die auf der Webseite herunterladbare PDF-Datei ist im Format A5 gedruckt, damit sie auf eBook-Readern oder Handys mir kleinem Bildschirm unterwegs optimal gelesen werden kann. Fotos sind in dieser Version naturgemäß winzig. Benötigt man größere Formate, kann die WEBSEITE (nicht dieses PDF) mittels der Druckfunktion des Browsers in beliebigen Größen ausgedruckt werden. Für elektronische Versionen ist ein Browser auf Chromium-Basis (wie Edge oder Vivaldi) zu empfehlen, weil er die Verlinkung des Inhaltsverzeichnisses zu den Kapiteln ins PDF übernimmt, wenn über "Als PDF speichern" gedruckt wird.

Für Ausdrucke auf Papier empfehle ich chlorfrei gebleichtes Papier, das aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern stammt, in denen Umwelt- und Sozialstandards eingehalten werden und das mit FSC- oder blauem Engel-Siegel zertifiziert wurde. Wohlhabenden empfehle ich darüber hinaus einen Ausdruck in Farbe, damit die vielen Fotos zu Geltung kommen.

Sollten Sie mehr als 25 Druckexemplare anfertigen, denken sie bitte daran, ein Pflichtexemplar an die Deutsche Nationalbibliothek zu schicken, siehe **"https://www.dnb.de/DE/Professionell/Sammeln/Koerperliche_Medienwerke/koerperliche_medienwerke_node.html"**.

Mehr Informationen zum optimalen Druck dieser Webseite finden Sie auf **"https://www.tom--schilling.de/programmieren/programmieren_webseite.html#druck"**.

# Inhalt


0. **Vorbereitung**
1. **Dresden → Acquasanta Terme → San Paolo**
2. **San Paolo → Colle Pidocchi**
3. **Colle Pidocchi → Pizzitello**
4. **Pizzitello → Monte Pelone Meridionale**
5. **Monte Pelone Meridionale → Campotosto**
6. **Campotosto → Foresteria Locanda Del Cervo**
7. **Foresteria Locanda Del Cervo → Colle dei Briganti**
8. **Colle dei Briganti → Capanne**
9. **Capanne → Campo Imperatore / Fonte Cerreto**
10. **Campo Imperatore → Castel del Monte**
11. **Castel del Monte → Pescosansonesco**
12. **Pescosansonesco → Bolognano**
13. **Bolognano → San Nicolao**
14. **San Nicolao → San Nicolao**
15. **San Nicolao → Pacentro**
16. **Pacentro → Sulmona → Silvi Marina**
17. **Silvi Marina**
18. **Silvi Marina → Rom**
19. **Rom → Dresden**
20. **Fazit**

# 2019 Auf wilden Wegen durch stille Dörfer in den Abruzzen.

209 km, 11.230 m, 11.300 m, 2976 m, 137 m,
16 Tage

---

## Vorbereitung

"Wilde Wege, stille Dörfer", so heißt der Wanderführer von Christoph Henning, der 2007 im Rotpunktverlag Zürich erschienen ist. Das Buch war mir aufgefallen, als ich die zwei Bände von "Zu Fuss von Genf nach Nizza" im gleichen Verlag gekauft hatte. Das Wort "Bände" trifft es hier ganz gut, denn alle drei sind echte Klopper. Der Abruzzen-Führer bringt 600 g auf die Waage. Wird es wieder nichts mit Ultraleicht-Trekking. :-(

Das Buch beschreibt einen Weg durch die Abruzzen von Nord nach Süd in 15 Etappen mit einigen Varianten. Mir war klar, daß ich das nicht komplett schaffen werde, weil ich nur 19 Tage Zeit habe und noch einen Tag am Meer und einen Tag in Rom verbringen will. Ich hatte mir deshalb zwei Varianten für den Ausstieg überlegt. Der offizielle Beginn des Weges in Amatrice war für mich schwer zu erreichen, deshalb beginne ich nordöstlich davon und nehme noch die Monti della Laga mit. Das ist eine Kette von 10 Gipfeln, die bis knapp 2500 m aufragen. Dafür lasse ich mich vom Bus in Acquasanta Terme absetzen.

Für den Zustieg in die Monti della Laga über Monte Cesarotta und Cima Fonteguidone war in Open Street Map kein Weg eingezeichnet. In Satellitenbildern war einer zu erkennen und auf Gipfelfotos entdecke ich Wegweiser, die zeigen, daß es einen Wanderweg zum Macera della Morte gibt, der am nördlichen Ende der Bergkette liegt. Das wird schon funktionieren.




**Karte der Wanderung mit Start/Ziel und Übernachtungen**

---

# Fr 23.8.2019 Dresden ↣ Acquasanta Terme ↣ San Paolo

km 4, 4 km, 505 m, 15 m, 435 m, 925 m

Früher Vogel fängt den Wurm. Ich stehe um vier Uhr auf, damit ich den ersten Flug 6:05 Uhr nach München kriege. Das Ziel ist, heute möglichst noch bis an den Einstieg der Wanderung zu kommen. In München habe ich zweieinhalb Stunden Aufenthalt, dann fliege ich weiter nach Rom. Mein Plan war, daß ich vom Flughafen eine Station mit dem Zug fahre, mir im Decathlon am Flughafen eine Gaskartusche besorge und mit dem nächsten Zug eine halbe Stunde später weiterfahre nach Rom Tiburtina. Von dort sollte mich ein Bus ins Gebirge bringen.

Der Flug kommt fast pünktlich an. Auf dem Flughafen läuft man endlos weit, bis man zur Gepäckausgabe kommt. Man wird an allen Duty Free Läden vorbeigeführt. Mein Rucksack erscheint als Letzter auf dem Gepäckband. Ich schnappe ihn und düse los Richtung Zugterminal. Vor der Schranke kaufe ich am Automaten ein Ticket. Von der Vorbereitung wußte ich, daß die Fahrt 8 € kostet, aber der Automat verkauft mir was für 14 €, weil erste Klasse voreingestellt war. Typische Touristenabzocke.

Am Bahnsteig standen zwei Züge. Rechts einer, der irgendwohin fuhr, aber nicht Rom Tiburtina dranstehen hatte. Links einer nach Rom Termini. Ich steige in den Zug links ein und fahre los. Dummerweise hält er nicht am Decathlon sondern fährt durch bis in die Innenstadt. Das wirft meine Pläne komplett durcheinander. Ich will jetzt in einer Stunde von Rom Termini nach Rom Tiburtina laufen, was man eigentlich schaffen kann. Einen kleinen Umweg mache ich zu einem Carrefour, weil ich dachte, so ein riesiger Carrefour hat bestimmt Gaskartuschen. Leider war der doch sehr klein und hatte keine. Auf dem Weg habe ich noch weitere

Supermärkte und eine Eisenwarenhandlung abgeklappert. Letzterer hatte Stechkartuschen, aber weil ich bei der Planung so auf dieses Decathlon fixiert war, hatte ich den Stechkartuschenadapter nicht mitgenommen.

Gut, also nirgends gab's Gaskartuschen. Als ich am Tiburtina Busbahnhof ankomme, stand da schon mein Bus. Im Bus bezahlen ging nicht, ich muß mich am großen Ticketschalter anstellen. Ich kaufe ein Ticket nach Aquasanta Therme für 10 € und komme noch mit diesem Bus mit. Der fährt knapp 3 Stunden, davon macht er 20 Minuten Halt in einem kleinen Nest vor einem Bäcker. Leider nicht in größeren Orten, wo es vielleicht eine Tankstelle gegeben hätte.




**Busstop vor dem Bäcker**

In Aquasanta Therme sind in OpenStreetMap 2 Bars, aber gar keine Läden eingemalt. Ebenso bei Google. Ich war angenehm überrascht, daß es einen Supermarkt gab. Der hatte zwar auch keine Gaskartuschen, aber der Kassierer zeigt mir von der Tür aus einen Eisenwarenladen. Im Eingang lagen total verstaubte Stechkartuschen. Erst auf den zweiten Blick entdecke ich daneben Primuskartuschen. Ich nehme eine 230 g Kartusche für 8,50 €. Die Welt ist wieder in Ordnung.

Statt gleich in meinen Wanderweg einzusteigen, schlendere ich ein wenig durch den Ort, mache Fotos und setze mich in eine Pagode

am Ortsausgang. Ich vertilge eine der geschmierten Schnitten von zu Hause und lasse den Streß von mir abfallen. Erst danach steige ich in den schön ausgebauten Wanderweg ein, der gleich nach dem Ort von der Straße abzweigt. Nach wenigen Metern kommt mir ein Mountainbikefahrer mit Hund entgegen, der mich am überdachten Rastplatz sitzen sehen hat und mich nach dem woher und wohin fragt. Wir schwatzen ein wenig.



**Rückblick auf Aquasanta Terme**

Am ersten, von mir vorher ausgeguckten Zeltplatz gehe ich vorbei. Ich kann heute noch mehr schaffen. Nach fünfhundert Metern Anstieg werden die Berge flacher. Ich finde einen Platz für mein Zelt auf einer kleinen Lichtung. Wegen des hohen Grases etwas bucklig, aber sonst ganz OK. Schnell noch etwas gekocht, die Kidney-Bohnen, eines meiner schweren nicht dehydrierten indischen Gerichte. Ordentlich scharf, aber mit Brot von zu Hause ganz lecker.



**GPS:** 42.74846, 13.44083

**Zelt vor San Paolo**

# Sa 24.8.2019 San Paolo ↣ Colle Pidocchi

km 11, 7 km, 670 m, 175 m, 926 m, 1428 m

Ich hatte eine gute Nacht. Es war windstill, es flatterte nichts am Zelt und auch von außerhalb waren keine Geräusche zu hören. Den Wecker hatte ich falsch gestellt, ich wache von selbst um sieben auf. Es gibt einen heißen Kaffee, zubereitet mit meiner tollen Gaskartusche. Vor 9 Uhr ziehe ich los.



**Der Weg ist aufwendig mit 3 Bändern markiert.**

Auch heute war ich wieder begeistert von diesem Weg, der stetig Höhenzug für Höhenzug erklimmt, ohne daß er zwischendurch wieder ein Stück runtergeht. Ohne Gepäck kraxle ich den Abstecher zu einer Burgruine hoch. Die Ruine selber war nicht beeindruckend, aber von der Graskuppe habe ich einen fabelhaften Rundblick über den Wald. Unter einem Überhang hatte man eine Sitzgruppe aufgebaut und ich nutze die Chance, um mich mal lang zu machen. An dieser Stelle treffe ich auch die einzigen anderen Wanderer.



**Rastplatz**

Von Aquasanta Terme hatte ich anderthalb Liter Wasser mitgenommen und das war irgendwann mal fast alle. In der Nähe des Rastplatzes hätte ich aus einer Pfütze auf einem Steinband Wasser schöpfen können. Ich verschmähe das, denn ich war voller Zuversicht, daß ich zwei Kilometer nach dem Monte Libretti auf eine Quelle treffe, die in OSM eingezeichnet war.

An der Position der Quelle kam dann das böse Erwachen. Da war nicht mal eine Andeutung von Wasser. Die gibt es einfach nicht. Weil zu beiden Seiten des Kamms Bäche eingetragen sind, steige ich ein wenig ab, finde aber trotzdem kein Wasser. So gehe ich weiter, bis es 14 Uhr zu gewittern beginnt. Ich baue das Zelt auf und lege die Unterlegplane in eine Senke neben dem Zelt, damit sie das erwartete Regenwasser auffängt. Auch an Kopf- und Fußende fange

ich das vom Zelt abfließende Wasser in Töpfen auf. Alles ist bereit, allerdings tobt zwar über mir ein Gewitter, es regnet aber kaum. Das bißchen Wasser war gleich wieder verdampft.



**GPS:** 42.71516, 13.41392

**Zelt am Colle Pidocchi**

17 Uhr gehe ich noch mal los von meiner unfreiwillig frühen Zeltstelle, die übrigens toll ist, weicher Moosboden und wunderbar eben. 270 Höhenmeter unter mir soll es die Cascata delle Prate geben. Da könnte ja auch Wasser fließen. Diesen Wasserfall will ich finden. Ich nehme 2 Literflaschen mit. Unterwegs esse ich mich an vielen Brombeeren satt, die sehr groß, länglich und süß sind.

Ich steige bis unter die Kaskade ab und finde kein Wasser, auch oberhalb nicht. In einer Spitzkehre entdecke ich einen schmalen Fußweg und folge dem, bis ich zu einem Schlammplatz komme, wo es an zwei Stellen etwas tröpfelt. Dort konnte ich endlich Wasser aufnehmen. Leider hatte ich nichts zum Schöpfen dabei, so daß ich nur anderthalb Liter in die Flaschen bekommen habe. Wenigstens konnte ich mich satt trinken. Auf dem Rückweg zum Zelt begann es wieder zu regnen. Als ich am Zelt ankomme, ist schon wieder alles aus meinen Auffangbehältern verdampft. Mal sehen, vielleicht regnet es ja nachts stärker. Ansonsten hab ich noch eine Flasche. Da muß ich morgen etwas früher losgehen.



**GPS:** 42.71299,  =13.42601

**Quelle**

# So 25.8.2019  Colle Pidocchi ↣ Pizzitello

km 19, 8 km, 870 m, 45 m, 1425 m, 2254 m



**Wasser-Ertrag auf der Zeltplane,**



**vom Kopfende,**



**vom Fußende,**



**und alles zusammen.**

6.15 Uhr klingelt der Wecker. Ich sammle alle meine Wasservorräte zusammen, die durch den Regen in der Nacht zustande gekommen sind. Das war nicht mal eine Tasse voll. Ich muß noch anderes Wasser dazu kippen, um mir einen Kaffee kochen zu können. Vorher drücke ich das Regenwasser und auch das Schlammplatzwasser von gestern durch ein Tempotaschentuch, um die Schwebstoffe herauszufiltern. Geschmacklich war alles OK.



**Gemeinsam sind wir stark.**

Dreiviertel neun gehe ich los. Zuerst folge ich dem rot markierten Weg, der irgendwann verschwindet. An einem Abzweig nehme links einen Weg, der laut Karte eine Sackgasse sein soll, sich aber als der neue gute Pfad herausstellt. Auf Höhenrücken gehe ich manchmal

einfach querfeldein, weil ich keine Wegmarkierung sehe. An zwei Stellen stehen Steinmännchen und später treffe ich wieder auf eine rote Markierung.



**Zustieg zu den Monti della Laga**

Ich komme an der Macera della Morte (Steinhaufen des Todes) bis zu der Abzweigung, wo es in Open Street Map keinen Weg mehr gibt, in den Bildern von Bing und Google aber ein Pfad zu erkennen ist. Auf der einen Seite des Wegs gibt es eine steile Abbruchkante, auf der anderen eine flache Wiese. Es ist erstaunlich, daß auf Satellitenbildern ein 15 Zentimeter breiter Fußpfad gut zu erkennen ist. Der Weg war mit Stangen markiert. Das gab mir die Zuversicht, daß ich nicht der Erste bin, der ihn geht.



**Macera della Morte (2022 m)**

Wenig später werfe ich den Rucksack ab und mache eine Blaubeerpause. Die vollen Büsche waren zu verlockend und es schien gerade mal wieder die Sonne. Während ich noch sammle, zwingt mich das erste Gewitter des Tages die Regensachen anzuziehen und in einer Kuhle Schutz zu suchen. In der verkarsteten Landschaft gibt es keinen Mangel an Senken. Einige Blitze schlagen ganz in der Nähe ein, so daß Licht und Schall gleichzeitig eintrafen.



**Weg im Nebel**

Ich sitze den Regen bis zum Ende aus. In einer Pfütze schöpfe ich frisches Wasser. Auch das ist voller Schwebstoffe und muß erst durch ein Tempo gereinigt werden. In der Ferne waren noch andere Gewitter zu hören, die mich den ganzen Tag begleiten sollten.



**Graupelfleck, auch den habe ich noch zu Wasser verarbeitet.**



**Pizzitello (2221 m)**

Ich mache noch 200 Höhenmeter und sehe vor dem Pizzo di Sevo ein kleines Plateau unterhalb des Hauptkamms mit einem Felsblock drauf, wo ich das nächste Gewitter aussitzen könnte. Die Bergflanke und der Felsen könnten etwas Windschutz bieten und mein Zelt ist dort nicht der höchste Punkt. Es ist erst 15 Uhr, eigentlich viel zu früh, um schon Schluß zu machen. Aber direkt auf dem Kamm ist es mir zu gefährlich, deshalb steige ich dahin ab. Sehr weit bin ich auch heute nicht gekommen.



**GPS:** 42.67410, 13.35081

**Zelt nach dem Pizzitello, Blick zurück.**

Nachdem ich das Zelt aufgebaut hatte, fing es sofort an zu regnen. In einer Regenpause mache ich mir indischen Spinat mit Frischkäse

warm, das Zweite und Letzte meiner nicht dehydrierten Fertiggerichte. Und mit dem Warmmachwasser noch einen guten Tee. Schmeckt auf jeden Fall nicht nach Pfützenwasser.

Ich habe heute noch viel Tag rumzubringen, deshalb wird der Wecker wieder auf 6:15 Uhr gestellt. Mal sehen, wie es morgen aussieht. Ob ich dann vor dem Nachmittagsgewitter über die höchste Kette mit einigen 2400er Bergen und einigen 2000er Satteln dazwischen komme.

Wenn man im Regen steht, fließt das Wasser von der Regenjacke außen auf die Regenhose und daran außen herunter auf die Sandalen. Beim Hocken dagegen fließt das Wasser an den Oberschenkeln zum Hintern und von dort ist es irgendwie in die darunter getragene Hose gelangt. Die ist heute klatschnaß und wird jetzt erst mal im Schlafsack am Körper getrocknet.

Außerdem hatte ich meine Panoramakamera ohne wasserdichten Beutel unten im Rucksack. Auch deren dicht gewebter Beutel ist naß und kommt mit in den Schlafsack. Bisher hatte ich diese Kamera noch nicht herausgeholt, weil ich mit meiner neuen Fuji voll ausgelastet war. Den Deckel der Fuji habe ich schon zweimal verloren, weil meine angeklebte Befestigung mit einem dünnen Bändchen nicht gehalten hat. Jetzt habe ich alles dick mit Ducktape überklebt, mal sehen, ob das hält.

# Mo 26.8.2019 Pizzitello ↣ Monte Pelone Meridionale

km 27, 8 km, 590 m, 615 m, 2116 m, 2425 m



**So geht der Weg von meiner Zeltposition weiter.**

Der Tag fing gut an. Das Handy weckt mich 6:15 Uhr. Wie bisher jeden Morgen schien die Sonne. Ich frühstücke, packe zusammen und gehe zügig los. Der Kamerabeutel ist immer noch feucht, hoffentlich nimmt die Kamera das nicht krumm.






**Pizzo di Sevo (2419 m)**

9:30 Uhr bin ich auf dem Pizzo di Sevo. Ich knipse ein Panorama, aber die Luft ist schon wieder so diesig, daß man nicht viel darauf erkennt. Hinter dem Kreuz liegt ein Geo-Cache.




**Vandalen haben die Wegweiser zerstört.**

Den Abzweig zum Aufstieg auf den Cima Lepri, den zweiten 2400er, verpasse ich und gehe stattdessen an seiner Nordflanke entlang nach Osten. Der Weg war zu einladend. Dadurch komme ich endlich an einen Bach, an dem ich mein braunes Regenwasser durch klares, frisches, partikelfreies Wasser ersetzen kann.



**Eine Schafherde am gegenüberliegenden Hang**



**Ein Wasserlauf. Endlich wieder ordentliches Trinkwasser!**

Hinter dem Bach führt der Weg sanft ansteigend zu einer Rippe, wo ich eigentlich nicht hin wollte. Ich gehe auf der Rippe nach Süden Richtung Cima Lepri. Dort komme ich in Kontakt mit der großen Schafherde, die ich schon eher gesehen hatte. Sie wird bewacht von einem Dutzend riesiger weißer Hunde, die aus der Ferne selber wie Schafe aussehen. Man merkt, daß hier Wolfsgebiet ist. Die Schafe müssen sicher einiges an Schutzgeld aufbringen. Der Schäfer pfeift die Hunde zurück und wir reden ein wenig. Er spricht nur Italienisch, doch ich verstehe, daß ich auf dem richtigen Weg bin.



**Auf der Rippe zum Cima Lepri**

50 Meter unterhalb des Gipfels biegt der Weg nach Osten auf den Kamm ab. Ich schenke mir die Gipfelbesteigung. Wie an den Vortagen fängt es gegen 14 Uhr an zu regnen und die ersten Gewitter entstehen. Ich bin ganz froh, daß die Route knapp unterhalb des Pizzo di Moscio entlangführt, und verspüre auch kein Verlangen, bei Gewitter auf diesem Gipfel zu stehen.




**Blick von unterhalb des Pizzo di Moscio auf den Weg zum Monte Gorzano.**

Alle Wege hier sind rot-weiß markiert. Es stehen auch genügend Markierungsstangen rum. Weil aber alle Wege die gleichen Stangen haben, muß man immer genau gucken, was das für ein Weg ist. Manche Wege haben eben auch keine Markierung. Oder sie wurde zerstört.




**Vandalen am Sella della Solagna**

Nachdem das erste Gewitter durch ist, sehe ich unterhalb des Monte Pelone Meridionale eine waagerechte Wiese, wo ich mein Zelt aufstellen könnte. Ich breche also auch heute die Etappe vorzeitig ab. Es regnet noch ein wenig, aber der große Spätnachmittagsguß blieb aus und auch ein weiteres Gewitter. Zwar gewitterte es überall sonst rundherum, aber nicht mehr bei mir.



**GPS:** 42.63566, 13.41206

**Zelt an der Ostflanke des Monte Pelone Meridionale**

Ich koche mir ein Süppchen und mache Abendbrot. Von der vom Flughafen mitgenommenen Süddeutschen Zeitung lese ich die erste Lage durch, bleibt noch viel Material für die nächsten langen Abende. Ich schleppe wieder Mal einen Haufen Kram durch die Gegend, der nicht auf der Packliste stand und nicht eingeplant war. Abends besuchen mich drei Pferde.



**Ein Mäusebussard schaut mir beim Zeitunglesen zu.**

# Di 27.8.2019 Monte Pelone Meridionale ↣ Campotosto

km 41, 14 km, 445 m, 1355 m, 1320 m, 2429 m



**Dieses Wasser brauche ich noch nicht.**

Am Morgen scheint die Sonne direkt in den Zelteingang und läßt mich zeitig munter werden. Nach dem Frühstück gehe ich schon kurz nach 8 Uhr weiter den Kamm entlang. Ziel ist der Monte Gorzano, der dritte 2400er und vorletzte hohe Gipfel in der Kette. Dort kreuzt der Hauptkamm einen in west-östlicher Richtung verlaufenden Bergrücken. An einer in die Wiese gegrabenen Quelle scheuche ich ein kleines Reh auf.





**Ich nähere mich dem Monte Gorzano.**



**Vermutlich von den Hirten gebaute Quelle. Ich fülle die Flaschen.**

Ich drücke etwas auf die Tube und mache oben nicht zu lange Rast, weil ich die Befürchtung hatte, daß auch heute wieder Gewitter kommen. Heute will ich wenigstens den Abstieg aus den Monti della Laga erfolgreich hinter mich bringen.



**Monte Gorzano (2458 m)**

Als ich vom Gipfel herunterkomme, sehe ich eine Kuh im Sattel neben einem Teich. Sobald ich näher kam, trollte sie sich und als ich zum nächsten Anstieg ansetze, umgeht sie den auf einer Traverse. Mir ist dieser Weg zu schlammig und ich gehe weiter über den Kamm. Nach dem Gipfel sehe ich sie wieder vor mir und irgendwann steigt sie weit voraus vom Kamm ab und ich verliere sie aus den Augen.




**Diese Kuh ist so schnell auf dem Kamm unterwegs, daß ich sie anderthalb Stunden lang nicht einholen kann.**

Der letzte Gipfel der Kette ist ein Doppel- oder laut OSM sogar ein Dreifachgipfel, dessen Spitzen weit auseinanderliegen, der Cima della Lagnetta (Von Nord nach Süd: 2372 m, 2369 m, 2270 m). Wahrscheinlich sind den ersten Entdeckern die Namen ausgegangen.




**Den Cima della Lagnetta gibts gleich zweimal.**

Danach folgt der Abstieg in den Ort Campotosto am gleichnamigen Stausee. Hier komme ich das erste Mal mit der Route in Berührung, die im Schweizer Reiseführer beschrieben ist. Sie beginnt in Amatrice und erreicht nach 4 Stunden entspannter Wanderung ebenfalls diesen Ort. Vielleicht kann ich dort im Hotel übernachten. Der Wanderführer beschreibt 2 Hotels im Ort. Anfang 2011 war das

Barilotto wegen Erdbebenschäden noch geschlossen und beim anderen, dem Valle, wurde erwähnt, daß der Besitzer vor der Pensionierung steht und das Hotel verkaufen möchte. Ich war gespannt, was ich vorfinden würde.



**Wenn die Wolken mal aufreißen, sehe ich den Compotosto-Stausee.**

In der Senke nach dem letzten Gipfel des Cima della Lagnetta liegt eine weitere Quelle, die zwar in OSM eingetragen ist, ich aber trotzdem ein wenig suchen mußte. Ich brauche sie nicht, denn durch die Wolken ist es nicht heiß, so daß ich wenig Wasser verbraucht habe. Auch hier ist der Wegweiser zerstört. Von der Senke aus verlasse ich den Kamm Richtung Stausee.





**Sorgente Pane e Cacio**



**Ein schöner Rastplatz, aber es ist noch zu früh für das Zelt.**

Compotosto war ein Schock. Das meiste stand noch so da, wie direkt nach dem Erdbeben, nur mit Zäunen abgesperrt, weil einsturzgefährdet. Ein paar Bagger waren am Werk und einige Häuser waren schon bis auf die Grundmauern abgerissen worden. Als einziges fertig war die Straße und daran ein 50 Meter langes fett betoniertes Stück Bürgersteig mit protzigem Stahlgeländer. Das war sicherlich das Geringste, was die Menschen hier brauchten. Das Erdbeben war übrigens vor 10 Jahren, am 6. April 2009. Die Leute leben immer noch in behelfsmäßigen Container-Baracken. Die Kinder, die davor spielten, kannten nichts anderes.



**Compotosto, 10 Jahre nach dem Erdbeben**

*[**Kommentar von 2026:** Zufälligerweise ist das Google-Maps-Auto dort mehrmals vorbeigefahren. 2019 habe ich es nur um wenige Tage verpaßt. **Auf Google Maps ist die Stelle hier zu finden.** Die Ansicht wurde auch in den Folgejahren immer wieder aufgenommen (Auf das kleine "weitere Zeiträume anzeigen" klicken und unten ein Jahr auswählen.). Im Juli 2023 wurden die Häuser*

*gerade abgerissen und die Bewohner lebten immer noch in Baracken. Auf dem jüngsten Bild vom Juni 2024 wird gerade etwas Großes an die Straße gebaut.]*

Das Hotel Valle mit super Seeblick sah von außen nicht zerstört aus, war aber geschlossen. Und das Barilotto war, wie 2011 im Buch beschrieben, ebenfalls dicht. Zwar läuft die Kneipe noch weiter in der Baracke neben dem Haus, aber man konnte nicht mehr übernachten.



**Das Hotel Valle ist geschlossen.**



**Als Einziges fertig ist ein Stück Fußweg.**

Ich habe ein paar Bilder gemacht, wobei ich mich nicht getraut habe, die Menschen vor ihren Wohncontainern zu fotografieren. Danach habe ich mir aus dem Alimentari einen Haufen Obst geholt, Joghurt, ein Bier und Brot und bin wieder aus dem Ort rausgetrottet.

Im Buch sind noch zwei Ausweichquartiere angegeben: Das Gran Lago in Poggio Cancelli liegt 6 Kilometer in der falschen Richtung und das Serena in Rio Fucino 6 Kilometer in der richtigen. Ich gehe weiter meinen Track entlang.



**Diese Kirche etwas außerhalb des Ortes wird von Holzbalken zusammengehalten.**

Durch ein kleines Wäldchen gelange ich ans Seeufer. Die Stelle ist sehr schön und ich beschließe, das Zelt aufzuschlagen. Es ist wieder sehr früh, 17 Uhr. Eigentlich hätte ich weitergehen sollen, wenn ich mal Kilometer machen will. Der Platz liegt etwas von der Straße entfernt. Von dort sieht mich niemand, obwohl ich einen wunderbaren Ausblick auf den See und den Ort habe. Aus der Ferne sieht Campotosto wieder sehr schön aus. Hinter dem See steigen verschiedene kleine Bergketten auf.



**GPS:** 42.54755, 13.37702

**Blick aus dem Zelt bei Campotosto am Ufer des gleichnamigen Sees**

Es fliegen viele Vögel herum und es gibt leider auch viel Viehzeug, weswegen ich das Zelt erstmal zuziehen mußte. Später am Abend beruhigte sich das und ich konnte den Eingang gefahrlos wieder öffnen und Tee kochen. Heute wird's mal kaltes Abendbrot. Es gibt Wurst und das im Ort gekaufte frische Brot. Dazu das gerade noch genügend gekühlte Bier, das mir sehr gut geschmeckt hat. Habe leider vergessen, ein Foto vom Etikett zu machen.

Meine morgige Etappe deckt sich fast mit der vom Wanderführer. Am Anfang gehe ich statt am Hang über dem See lieber am Seeufer entlang. Ein kleines Stück Straße ist dabei nicht zu vermeiden. Ziel für morgen ist das Locanda del Cervo, ein vom Forst betriebenes Hotel. Mal sehen, ob ich dort für eine Nacht unterkomme. Danach weicht meine Route wieder von der des Wanderführer-Autors ab. Weil ich ein Zelt mithabe, brauche ich die Übernachtung in Pietracamela nicht. Der Autor beschreibt diese Etappe auch als nicht besonders schön, weil sie lange im Wald verläuft. Ich will stattdessen etwas südlicher schon mal in das Gran Sasso Massiv einsteigen und länger in der Höhe unterwegs sein. Das bedeutet vermutlich 3 Tage Wanderung in den Bergen, ohne jemanden zu sehen.

# Mi 28.8.2019 Campotosto ↣ Foresteria Locanda Del Cervo

km 53, 12 km, 285 m, 780 m, 808 m, 1347 m

Am Morgen war das Zelt total naß, was an einem Seeufer mit Nebelschwaden und ohne Baum drüber wenig verwunderlich ist. Mit dem Lappen wische ich das Gröbste ab und warte auf die Sonne. Ich mache mir einen Kakao und esse etwas vom trockenen Vanille-Gebäck aus dem Alimentari. Von den beiden gekauften

großen Weintrauben hatte mir die Verkäuferin nur eine eingepackt. Ärgerlich, ich hatte mich darauf gefreut. Der Pfirsich war dafür sehr gut. Unterwegs gab es noch 2 Bananen, damit ich Gewicht verliere (also mein Rucksack, nicht ich selbst).



**Das klatschnasse Zelt am Morgen. Aus der Ferne sieht Compotosto hübsch aus.**

Zwei Schnaken hatten es zwischen Innen- und Außenzelt geschafft und die ganze Nacht gerasselt. Das war ordentlich Lärm. Auch sonst war ständig was zu hören, weil das Seeufer eine biologisch sehr aktive Zone ist. Auf dem See startende und landende Enten, Schafgebimmel vom gegenüberliegenden Ufer und ein Pferd bei mir am Zelt.

Beim Zeltabbau sehe ich an einem meiner Häringe eine fette gelb-schwarze Spinne, die meine Zeltleine als Basis ihres Netzes verwendet hatte. Eine Armada 2 Millimeter großer schwarzer Schnecken kämpfte sich die Zeltplane hoch. Außerdem umschwirrten mich eine Menge Fliegen und auch eine Mücke.



**Am Ufer des Compotosto-Sees**

Ich bin heute also mal eine dieser Etappen aus dem Buch gegangen, zumindest fast. Die Wanderung am Seeufer entlang ist sehr angenehm. Erst kurz vor dem Abfluß komme ich an einem betonierten und abgesperrten Zufluß nicht weiter und muß zur Straße aufsteigen.



**Endlich mal ein Toilettenhäuschen, wo man nicht so genau zielen muß!**

Der Abfluß des Sees ist ein tiefes Tal. Von der Staumauer aus sehe ich Unmassen Vögel darin herumschwirren, etwas unheimlich. Ich überquere die Staumauer, hole mir an der Quelle an der Straße Wasser und gehe danach den Hang hoch zurück ins Tal des Rio Fucino. Die Straße war eigentlich so schlammig, daß sie nur mit Allradantrieb zu bewältigen schien. Trotzdem kamen mir drei Autos entgegen.



**Alvi auf der anderen Talseite scheint unerreichbar.**

An einer Biegung kam eine Stute mit Fohlen ganz forsch um die Ecke, sah mich und machte kehrt. Weil der Weg so eng war, habe ich sie eine Weile vor mir her getrieben, bis sie nach oben

ausweichen konnten. In Tottea sind keinerlei Erdbebenspuren zu entdecken. Ich gehe zum großen Platz im Ort, aber außer einer Apotheke bietet der Ort nichts.



**Grotta di Lourdes vor Tottea**

Den letzten Kilometer geht es einen schönen Weg an einer Flanke entlang abwärts. Zuerst ein breiter Kiesweg wird es ein schmaler Fußpfad. Am Etappenziel, der Locanda del Cervo hoffe ich, in einem Zimmer unterzukommen. Auf dem Bild im Internet ist nur ein großer Schlafsaal zu sehen, aber für mich haben sie ein Dreibettzimmer mit nur einem bezogenen Bett. Ich bin schon vor 15 Uhr da, habe also genug Zeit, um mich in akzeptablen Zustand zu bringen. Ich dusche das erste Mal auf dieser Tour, wasche Wäsche und lade meine Elektrik auf und freue mich schon auf das Abendessen. Im Buch wird das Restaurant sehr empfohlen. Eine halbe Seite ist der Beschreibung des Mehrgänge-Menüs gewidmet. Normalerweise esse ich ja nicht viel, aber heute habe ich richtig Hunger. Ich setze mich nach draußen unter die Sonnenschirme zu einer größeren italienischen Gesellschaft. Eine Frau spricht deutsch und verrät mir, daß das Abendessen 19:30 Uhr beginnt.

Vor dem Gewitter ziehe ich mich auf mein Bett zurück und spreche den Audiokommentar ins Handy. Die Blitze krachen ganz

ordentlich. Für 3 Sekunden fällt der Strom aus. Eine Minute vorher hatte ich meine Geräte vom Netz genommen, nicht daß mir ein Blitzeinschlag die Kamera killt.



**GPS:** 42.54269, 13.46119

**Wäschetrocknen bei Mistwetter in der Foresteria Locanda Del Cervo**

Zum Abendessen sitze ich ganz allein in der Gaststube. Ich werde herzlich umsorgt und bin am Schluß proppevoll. Das Essen war wirklich sehr gut. Als ersten Gang gibt es Gnocchi mit Parmesan und in Öl eingelegten scharfen Paprikascheibchen. Durch den Trick mit der Schärfe schaffe ich auch die weiteren Gänge. Muß ich mir merken, falls ich mal anfangen sollte, zu kochen.

# Do 29.8.2019 Foresteria Locanda Del Cervo ↣ Colle dei Briganti

km 66, 13 km, 1170 m, 550 m, 826 m, 1631 m

Heute Morgen gab's um 7 Uhr Frühstück, Cappuccino und dazu ein warmes Croissant mit Füllung. Ich hätte auch noch Zwieback mit Marmelade haben können, aber darauf hatte ich keine Lust. Nachdem ich alles zusammengepackt hatte, was im Zimmer verstreut war, ging es weiter den Wanderweg entlang. Nach 7 Minuten Aufstieg ist der Weg wegen Baumfällarbeiten abgesperrt. Konnte man darauf nicht schon am Anfang des Weges hinweisen? Ich höre die Kettensäge am gegenüberliegenden Hang. Fluchend drehe ich um und laufe die Straße bis Nerito.



**Gesperrt wegen Baumfällarbeiten**

Den im Buch beschriebenen Alimentari im Ort habe ich gefunden, aber da gab es nicht viel, was mich interessiert hätte, vor allem kein Obst. Ich kaufe einen Erdbeerjoghurt und verputze den gleich vor Ort. Glücklicherweise war gerade Markt. Ein Bauer verkauft Obst und Gemüse von seinem Wagen aus. Ich nehme leckere Pfirsiche und eine Paprikaschote. Zu viel wollte ich nicht mitschleppen, ich hab noch einen Apfel von gestern. Leider hatte er keine Weintrauben, die hätte ich sofort wieder genommen. Daneben waren Stände mit Pullovern und Kram aufgebaut. Wer das wohl kauft? Einen schönen Käsestand hatten sie nicht. Egal, ich habe noch genug zu essen.



**Weg am Bach**



**Quelle mit Rastplatz, laut Plakette 2015 erbaut, 2019 schon wieder zerstört.**

Aus dem Ort nehme ich den Wanderweg, der im Buch steht. Der biegt später nach links ab und ich gehe an einer Wasserstation geradeaus weiter. Nach einer weiteren Wasserstation ist er nur noch 20 cm breit, unmarkiert, aber sehr einleuchtend. Er geht nämlich immer auf der orographisch linken Seite des Fosso Nerito Bachs nach oben. Häufig sind Nebentäler von rechts zu queren. Aber immer so, daß man weiß, es geht hinterher geradeaus weiter. Ich bin mit diesem Weg sehr lange gut gefahren, bis ich mich an einer Stelle doch noch verfranzt hab. Ich sehe einen schönen Fleck Moos, auf dem ich eine Pause mache und bin so auf den Rastplatz fokussiert, daß ich den Abzweig davor nicht bemerke. Laut Karte soll es steil den Hang hoch gehen und oben finde ich auch den Weg wieder.




**Zweimal Wald**

In 1500 Meter Höhe erreiche ich ein Plateau. Da hört der Wald auf, und wird zu Gebüsch. Die Wege werden uneindeutiger. Es gibt viele davon, die alle zu einer größeren Fahrspur führen, der ein Stück folge. Ich verlasse sie nach rechts, auf einen Weg, der zunächst hervorragend mit roten Strichen an den Bäumen markiert ist. Später liegt so viel abgestorbenes Material auf dem Weg, daß man auch gleich querfeldein gehen könnte.



**Winzige Baumpilze**

Beim Abstieg verliere ich zwei Mal kurz den Weg und komme am Masseria Cappelli heraus, wo ich eine weitere Rast einlege. Es steht eine intakte Sitzgruppe davor und die Brombeerbüsche müssen

abgeerntet werden. Ich esse den letzten Pfirsich und genieße eine halbe Stunde lang die Abwesenheit von Fliegen, die mich den ganzen Tag genervt haben.



**Masseria Cappelli**

Ab hier bin ich auf der Variante 3A des Wanderführers unterwegs, die ich leider nicht von Beginn an laufen konnte, weil sie im Nirgendwo an einer Straße beginnt. Der Autor geht davon aus, daß man sich dort absetzen läßt. Zwei Kilometer nach dem Rastplatz wäre das Rifugio Domenico Fioretti gekommen. Ich hatte vor, dort nach einem Quartier zu fragen. Aber kurz vor dem Refuge liegt ein Picknickplatz, auf dem eine Wasserquelle tröpfelt. Der ist bestimmt auch zum Zelten gedacht. Ich baue unter der Waldkante mein Zelt auf und sofort fängt der Regen an. Da habe ich alles richtig gemacht, ich bin nicht naß geworden. Das Zelt war allerdings noch naß von der feuchten Wiese am See. Im Hotel hatte ich es vergessen zu trocknen.



**GPS:** 42.48126, 13.45543

**Allein auf dem Picknickplatz am Colle dei Briganti.**

Schon gegen eins gab es heute Gewitter und gegen vier war wieder alles schön. Da dachte ich schon, das war's und ich komme am Abend noch zu ein paar Höhenmetern. Jetzt bin ich schon wieder vom Gewitter eingebremst worden. So werde ich mein Soll nicht schaffen, wenn jeden Nachmittag ein Gewitter kommt. Ich bin aber auch nicht traurig, daß ich die Regenklamotten nicht noch mal eingesaut habe.

Ich mache mir ein Nudelgericht mit Hühnchen von Quechua warm. Und einen Man's Tea, den mir mal jemand geschenkt hat. Der war als spicy deklariert. Ich hatte nur die Hälfte Wasser verwendet, aber es ist überhaupt nichts spicy daran. Schmeckt aber ganz nett.

# Fr 30.8.2019 Colle dei Briganti ↣ Capanne

km 76, 10 km, 1190 m, 735 m, 1450 m, 2244 m

In der Nacht haben ein paarmal Wölfe geheult. Es war weit weg, aber ich war mir ziemlich sicher, daß es Wölfe waren. Viertel sieben

hab ich mich wecken lassen. 20 Minuten später beginne ich mit der Frühstücksvorbereitung. Zuerst einen Kaffee, dann einen Grießbrei von Komet, den meine Mutter mal gekauft hatte. Wenn man den mir ein paar Brombeeren aufgepeppt hätte, wäre er wahrscheinlich gut geworden. Durch die zwei Koch-Aktionen ist es doch wieder 9 geworden, bis ich losgestapft bin. Der Picknickplatz ist ein sehr hübsches, langgestrecktes Gebiet mit 3 Quellen, vielen Bänken und Tischen und einigen Lagerfeuerplätzen. Keine Ahnung, ob man dort biwakieren darf. Ich verstehe die italienischen Schilder nicht.
*[Nachtrag 2026: Das Schild mit der Aufschrift "Area Pic-nic e Campeggio" beschäftigt sich mit dem Pilze sammeln auf dem Gelände. Wenn man da was falsch macht, drohen drastische Strafen in italienischen Liren. Das andere Schild verbietet das Befahren des Platzes.]*




**Verbotsschilder**



**Das Ende des Picknickplatzes ist zugleich das Ende des Waldes.**

Am Rifugio Domenico Fioretti war niemand da. Es ist ein großer Bau mit schöner Sonnenterrasse, in den einige Leute reinpassen. Ich hatte am Abend ein Auto talwärts fahren hören. Und am Morgen kam ein Auto hoch, das aber weitergefahren und später umgekehrt ist.



**Rifugio Domenico Fioretti**



**Vandalen**

Nach dem ersten Absatz waren ein paar Schafe zu sehen. Ich komme an einen Talkessel, wo vier Schäfer an den vier Ecken des Platzes ihren Pferch für die Herde gebaut haben. Daneben dann jeweils ihre Behausung, teils aus Stein, teils als Wohnwagen. Beim Näherkommen springen 5 große weiße Schäferhunde auf und umkreisen mich. Ich grüße die Schäfer und die Hunde lassen von mir ab. Jeder der Schäfer hatte 5 oder mehr solche Hunde zum Schutz der Herde. Wenn sie es mit Wolfsrudeln aufnehmen müssen, scheint das hier nötig zu sein.



**Die Pferche von oben.**

Ich komme gut voran und mache im Schatten des letzten Buschs das erste Päuschen. Auch weiter oben noch mal hinter einem Hangabriß, wo ebenfalls noch ein bißchen Schatten war, denn heute früh

brannte die Sonne. Bei 2100 Höhenmetern verfehle ich meinen geplanten Track, weil ich dem gut markierten Weg folge, der auf dem Sella di Monte Corvo rauskommt, statt am Sella Venacquaro.



**Sella di Monte Corvo**

Oben bemerke ich meinen Fehler, weil der Teich auf dem Paß fehlt. Kein Problem, ich kann den Höhenweg am Rand des Talkessels nehmen, um zum richtigen Paß zu kommen. Die Aussicht ins Valle Venacquaro und den gegenüberliegenden Sella dei Grilli ist von beiden Pässen beeindruckend.



**Sella Venacquaro**

Danach geht es 300 Meter abwärts ins Tal und dort fühle ich mich wirklich einsam. Nur ein paar Kühe weiden auf dem Talboden. An den Berghängen entstehen permanente Wolken, so daß ich eine Weile im Schatten gehe, obwohl rundum die Sonne scheint.



**Talboden Valle Venacquaro**

Auf der anderen Talseite erreiche ich wieder die gleiche Höhe wie vorher. Der Paß ist sehr breit und flach. Ich lege mich für einen Moment ins Gras und entspanne mich. Beim Abstieg werde ich von Gämsen beobachtet und sehe viele Tiere in der Ferne am Hang stehen. Schade, daß ich kein Tele mithabe.



**Rückblick vom Sella dei Grilli mit Gämse (rechts).**



**Mehr Gämsen auf der anderen Seite.**

Ich steige wieder 300 Meter ab. Auf der anderen Talseite hätte ich dasselbe wieder hoch gemußt, um am Rifugio Garibaldi zu übernachten. Weil es schon wieder zu gewittern begann, beschloß ich, nicht mehr auf den nächsten Paß zu steigen, sondern mir was in den sehr kleinteilig zusammengeschobenen Brocken der Endmoräne zu suchen. Es dauerte eine Weile, bis ich mein Plätzchen gefunden habe, weil es einfach zu zerwürfelt ist. Natürlich wollte ich möglichst weit unten bleiben, weil es gewitterte. Dazu sollte es

eben, waagerecht und distelfrei sein. Letztlich erfüllt nur ein Fleck alle Kriterien. Immer noch ein wenig schief und die Häringe sind auch mit Gewalt nicht in den Boden zu bringen. Ich behelfe mir mit großen Steinen. Wenigstens ist es windstill. Bisher hatten glücklicherweise nur ein paar Tröpfchen den Weg zu mir gefunden.



**GPS:** 42.46314, 13.53638

**In den Moränen des Val Maone ist mein Zelt versteckt.**

Von den beiden Bergflanken fallen permanent Steine herab, es poltert wie eine nicht enden wollende Lawine. Sie sind weit genug weg und erwischen mich nicht. Das Geräusch hatte ich beim Zeltaufbau noch nicht wahrgenommen, es wurde am Abend immer stärker. In Richtung meines Fußendes bemerke ich in der Ferne einen sich bewegenden braunen Fleck. Das könnte natürlich eine Gämse oder ein Steinbock sein, aber anhand der hoppelnden Bewegung vermute ich einen Bären. Wollen wir mal hoffen, daß wir heute nicht zusammenfinden und daß mich auch die Wölfe verschonen, die in der Ferne heulen. Ich klappe mein Taschenmesser auseinander, lege den Wanderstock griffbereit und auch den Topf und den Deckel, damit ich Lärm machen kann. Dazu noch den Mückenspray (stinkt schön) und die Trillerpfeife.

Im Dachfirst hängen schon zwei Spinnen. Sie sind zwischen Innen- und Außenzelt, da können sie bleiben. Heute gibt es mein drittletztes Fertiggericht, Spaghetti Carbonara von Quechua. Der Fleischanteil ist in Form von Mini-Pellets in die Teigwaren gemixt. Das ist optisch nicht toll und geschmacklich auch nicht. Ich glaube nicht, daß ich die wieder nehme.

Aktuell bin ich etwa auf 1900 Meter. Morgen könnte ich dann den letzten Aufstieg noch machen, bis zum Rifugio Garibaldi, und dann gleich weiter auf den höchsten Berg, den Corno Grande (2912 m). Zwischendurch sind keine größeren Abstiege mehr. Mal sehen, ob ich das schaffe. Laut Norweger (yr.no) war leider heute der beste Tag dafür, weil es die ganze Zeit nicht regnen sollte. Zu trinken habe ich noch genug, an der letzten Tränke habe ich 3 Liter aufgefüllt.

# Sa 31.8.2019 Capanne ↣ Campo Imperatore / Fonte Cerreto

km 90, 14 km, 1730 m, 1505 m, 1901 m, 2876 m

Die Wölfe haben mich gestern nicht gefressen. Am Abend heulen sie in der Nähe meines Kopfendes. Ich mache Lärm mit Topf und Deckel, um meine Wehrhaftigkeit zu demonstrieren. Kurz danach heulen sie am Fußende. Die sind also an meinem Zelt vorbeigekommen, ohne daß ich was bemerkt habe. Bei dem Geheul rutscht mir das Herz in die Hose und ich fühle mich schrecklich. Immerhin schaffe ich es, noch ein wenig davon aufzunehmen.

Ich wache in der Nacht einige Male auf, weil ich das Zelt schief aufgebaut hatte und der Wind das hohe Gras am Zeltstoff rieb. Dadurch entstanden viele seltsame Geräusche. Zudem kullerten irgendwelche Dinge mein Zelt runter, vermutlich Schnecken, die sich hochgeschleimt haben und dann runtergerollert sind. Toller Schneckenspaß! In Summe habe ich wahrscheinlich trotzdem ganz gut geschlafen.



**Wegweiser**

Bemerkenswert an diesem Tal war, daß es null Kuh- oder Schafscheiße gab. Es ist ein Tal, das nicht zum Weiden genutzt wird, vermutlich weil es kein Wasser gibt und über das Geröll auch keines hingefahren werden kann. Dadurch wird es zum Refugium der Wildtiere, der Gämsen und Wölfe.



**Wiesenplateau**

Gestern Abend hatte ich noch einen Hubschrauber gehört und ihn über dem Berg, von dem die Steine herunterfielen, auch gesehen. Erst heute wurde mir klar, daß das eigentlich mein Ziel ist, der Corno Grande. Vom Zelt aus sah ich nur das Ende vom Grat, von dem aus man noch mal 400 Meter bis zur Spitze steigt. Vermutlich war irgendwas passiert, daß sie jemanden retten mußten.





**Rifugio Garibaldi mit einer trutzigen Außenmauer, die auch Schneemassen übersteht.**

Das Rifugio Garibaldi ist abgeschlossen. Es gibt auch kein Wasser hier. Das Zisternenwasser ist abgestellt oder die Zisterne ist leer, was angesichts der ständigen Gewitter eher unwahrscheinlich ist. Trotzdem bietet sich die Bank davor für eine kurze Rast in der Sonne an.



**Yin und Yang - Sanfter Grashang und schroffe Felsen**



**Grat zum Corno Grande**



**Rückblick vom Grat des Corno Grande.**



**Blick nach Süden auf die Gebäude des Campo Imperatore in der Ferne.**

Am Corno Grande herrscht der totale Zirkus, Unmassen Leute sind unterwegs, es wird laut gejubelt und geschwatzt. Es ist Wochenende. Meine Einsamkeit ist zu Ende. Die Hütten auf dem Campo Imperatore will ich deshalb gar nicht erst probieren, sondern schnurstracks daran vorbeilaufen, um ein ruhiges Plätzchen für die Nacht zu finden.



**Bergsteiger am Corno Grande.**



**Gipfelbuch im Kreuz.**

Aus dem Wanderführer weiß ich, daß nordöstlich vom Corno Grande der südlichste Gletscher Europas liegt. Vermutlich bin ich der letzte Mensch, der ihn lebend gesehen hat. Ich sehe mich schon beim Verhör: "Ich war es nicht, Herr Wachtmeister! Ich hab ihn nicht umgebracht! Also nicht nur ich."



**Gletscher Ghiacciaio del Calderone.**



**Der höchste Punkt**



**Bergspatz**



**Corno Grande**
**Gipfelplakette**



**GPS:** 42.46314, 13.53638

**Auf dem Corno Grande.**

Wäre ich am Morgen 2 Stunden früher losgekommen, dann hätte ich auf dem Gipfel noch Sonne gehabt. So fingen beim Abstieg schon wieder die ersten Gewitter an. Dummerweise hatte ich 15 Uhr noch eine Pause gemacht und meine Begegnung mit den Wölfen auf Handy aufgenommen. 400 Meter vor dem Campo Imperatore legt das Gewitter noch mal richtig zu und ist direkt über mir. Blitz und Donner kommen gleichzeitig. Ein Wanderer vor mir kauert sich an den Wegrand, aber da ist er bei den flachen Hängen immer noch der lokal höchste Punkt. Mir ist das zu unsicher und ich renne mit voller Kraft zusammen mit einem jungen Mann zur Seilbahnstation. Meinen Wanderstock schiebe ich zusammen und trage ihn waagerecht. Es bleibt keine Zeit, um Regensachen anzuziehen. Etwa 100 Meter vor der Station schlägt direkt hinter mir ein Blitz ein. Er schnipst einen kleinen Kiesel hoch, der mich an der rechten Wade trifft. So knapp war es noch nie! Ein großer Wasserschwall

läuft direkt vor dem Stationseingang das Dach runter. Dahinter stehen Menschen, die mich heranwinken. Ich renne weiter und erreiche total durchnäßt den schützenden Unterstand.



**Campo Imperatore**

Bei dem Wetter will ich zumindest mal im Hotel nach einer Übernachtung fragen. Aber für die 100 Meter bis dahin müßte das Gewitter aufhören. Das Hotel sieht von Weitem ziemlich abgewrackt aus, wer weiß, ob das noch in Betrieb ist. Ich nutze die Wartezeit, um zu Hause anzurufen. Danach erkunde ich die Seilbahnstation. Es gibt eine abgesperrte Treppe nach unten, die zu einem langen Gang führt. Der ist völlig verwahrlost, mit eingeschlagen Leuchtreklamen-Kästen, die aber teilweise noch Licht spendeten. Ein Abzweig führt zu einer Kirche, die abgeschlossen ist. Im Zugang flackerten Kerzen vor einem großen Porträt des Papstes Wojtyla. Offensichtlich wird er hier noch verehrt. Über den anderen Abzweig gelangt man zum Hotel. Da endet mein Weg. Der Eingang zur Lobby war mit dicken Ketten und Schlössern zugehängt. Scheiben waren zerschlagen und alles war dreckig und heruntergekommen. Es gab noch eine weitere Tür zu einem kleinen Raum, ebenfalls abgeschlossen. Drinnen war noch ein Monitor eingeschaltet und zeigte einen blauen Bildschirm. Wie in einem Endzeit-Science-Fiction-Film. Irgendjemand lebte dort noch.




**Mysteriöses Büro**

Bei dem Gewitter kam so viel Wasser runter, daß der ganze Platz eine einzige große Pfütze war. Zelten wäre jetzt nicht so spaßig. Nachdem der Regen aufgehört hat, frage ich doch mal in der Jugendherberge in der alten Seilbahnstation nach einem Quartier. In der Bar ist kaum ein Durchkommen und nach 10 Minuten Warten erfahre ich, daß ich mir ein Zimmer mit jemandem teilen könnte. Irgendwie habe ich heute keine Lust darauf, mir ist die Location auch zu laut und quirlig.

Auf dem Rückweg sehe ich vier Leute zum Lift gehen und einer fragt mich, ob ich mitkommen will. Zwar hatte ich in der Karte unten schon einen Zeltplatz gesehen, aber ich bin unentschlossen und das war mein nächster Fehler heute. Nachdem sie abgefahren sind, dämmert es mir, daß der Zeltplatz die beste Option ist. Leider ist schon das nächste Gewitter im Anzug und der Lift darf nicht mehr fahren. Ich warte, friere und bin frustriert. Drei, vier Mal heißt es, es geht gleich los und dann gibt es doch keine Freigabe von woher auch immer. Anderthalb Stunden später ist auch dieses Gewitter durch und der Lift fährt noch einmal. Weil ich oben kein Ticket kaufen konnte, fahre ich ohne runter und gehe dann unter dem wachsamen Blick des Gondelführers zum Ticketschalter, um nachzubezahlen und auch für morgen gleich eines zu bekommen. Runter und Hoch kostet dasselbe wie Hoch und Runter.



**Warten auf die Seilbahn.**



**Endlich gehts runter.**

Unten finde ich den fast leeren Zeltplatz, schlage mein Zelt auf wunderbar weichem, ebenen Waldboden auf und besorge mir zwei Duschmarken. Acht Minuten heiß Duschen weckt die Lebensgeister wieder. Ich mache mich auf die Suche nach einem Lebensmittelladen, aber Fonte Cerreto ist ein typischer Kunstort, der nur für Skifahrer gebaut wurde. Drei Hotels, vier Bars, aber kein Alimentari. Ich frage auf dem Zeltplatz nach einem Laden, der nächste ist in zehn Kilometern, nee danke.



**GPS:** 42.42506, 13.52788

**Auf dem Zeltplatz in Fonte Cerreto**

Dann fällt mir ein Schild an der Rezeption auf, daß sie Früchte verkaufen. Aktuell haben sie zwar nichts da, aber ich kann was bestellen. Ich krame also die italienischen Namen von Obst aus dem

Gedächtnis und bestelle für morgen zwei Pfirsiche, einen Apfel und Weintrauben. Das mit dem Wein war schwierig, denn mir fiel nur vino ein. Weintrauben heißen aber uva. Und "Das, woraus vino hergestellt wird." stieß in meiner Gestensprache lange auf Unverständnis. Wenigstens führte die Diskussion dazu, daß ich noch einen halben Liter kalten vino bianco aus einem 10-Liter Pack abgefüllt bekomme. Durch den Wein wurden meine schon lange mitgeschleppten sehr trockenen Vanillekekse, eine Spezialität der Region, richtig köstlich.

Weil ich noch ein richtiges Abendessen brauche, mache ich mir am Tisch noch ein Chinasüppchen warm. Das war ein Experiment aus unserem neuen Asia-Laden im Karstadt. Ich hatte einfach zwei Tüten gekauft, nicht die billigsten, die hatten außer dem Firmennamen keinerlei lateinischen Zeichen drauf. Lediglich zwei arabische Zahlen: 450, was vermutlich für Milliliter Wasser steht, und 4-5, sicherlich für die Minuten Kochzeit. Alles andere war in Chinesisch oder Japanisch oder was auch immer. Ich bin immer wieder begeistert von asiatischen Fertiggerichten, und finde, die Asiaten haben uns Europäer um Meilen abgehängt. Ein beiliegendes Tütchen Öl und ein Tütchen Würze würden auch unsere gefriergetrockneten Gerichte ordentlich aufpeppen. Meine Nudeln schmeckten dadurch etwas rauchig und scharf, ziemlich lecker. Kein Vergleich zu den Quechua-Nudeln gestern. Und irgendein Tier mußte dafür sicher auch nicht leiden.




**Asia-Nudeln**

Am Abend schallt noch etwas Lärm von den Hotels herüber, aber diese Nacht werde ich bestimmt gut schlafen. Der Plan für morgen sieht so aus, daß ich wieder mit der Seilbahn hochfahre, und versuche, bis Castle Monte zu kommen. Im Buch ist die Etappe als sehr lang, aber auch sehr schön beschrieben, vorbei an 4 Seen. Das wäre das erste Mal, daß ich eine komplette Etappe des Wanderführers so gehe, wie sie sich der Autor ausgedacht hat.

# So 1.9.2019 Campo Imperatore ↣ Castel del Monte

km 110, 20 km, 460 m, 1225 m, 1359 m, 2127 m

Nachts um vier läßt irgendein Idiot sein Motorrad an und gibt minutenlang Vollgas bis er dann endlich losfährt, immer mit maximalem Geräusch. Einfach nur ein Arschloch, das die ganzen Leute wecken wollte. Man hat's nirgends perfekt. Oben sind die heulenden Wölfe, unten sind die Idioten.



**Wiederaufstieg mit der Seilbahn**

Früh hab ich mich erst spät wecken lassen, weil ich nicht wußte, wann die Pfirsiche und Äpfel kommen. Aus dem Zelt heraus mache ich Kaffee und packe zusammen. Ich hole mein Obst ab und bezahle dafür 4 €, ein fairer Preis. Die erste Seilbahn um acht Uhr verpasse ich gerade so. Das rechne ich mal noch zur Pechsträhne vom Vortag dazu. In der nächsten Bahn treffe ich einige Leute wieder, die gestern zum Beispiel an der Bar standen und mit mir ins Tal gefahren waren. Für das Personal scheint man oben keine Übernachtungsplätze zu verschwenden.



**Hotel Campo Imperatore**

Gegen 10 Uhr war ich wieder oben. Ich hatte eine wunderbare Aussicht, wußte mittlerweile aber auch, daß das nicht lange so bleiben würde. Ich mache Fotos vom Hotel und vom Observatorium. Tief unter mir im Berg, genauer an einem Abzweig im Autobahntunnel liegt noch eine weit größere Forschungsstätte, das **Laboratori Nazionali del Gran Sasso**. Es dient der Erforschung der kleinsten Elementarteilchen, der Neutrinos. Die können das Massiv darüber mit Leichtigkeit durchdringen, während alle andere Strahlung darin steckenbleibt und dadurch abgeschirmt wird. Zu unsterblichem Ruhm ist diese Forschungseinrichtung 2011 gelangt, als sie verkündet hatten, daß sie überlichtschnelle Neutrinos aus dem CERN empfangen hätten, was die Wissenschaft in ihren Grundfesten erschüttert hätte. Letztlich mußten sie zurückrudern, weil angeblich ein LAN-Kabel fehlerhaft eingesteckt war und die Messung verfälscht hatte.



**Observarorium Gran Sasso**

Nach dem Scindarella-Paß gehe ich über eine riesige Pferdekoppel, bestimmt einen Kilometer lang. Drei Typen stehen am Gatter und streiten sich lautstark, grüßen aber nett zurück. Sie fangen die Pferde ein und wollen wahrscheinlich eines davon im mitgebrachten Pferdetransportwagen mitnehmen.



**Blick zurück auf den Campo Imperatore.**



**Campo Nevada, ein gescheitertes Tourismusprojekt. Jetzt Pferdeställe.**

Nach der Straßenquerung verpasse ich den Höhenweg über den Cima Faiete und wandere auf der südlicheren Alternative. Ab und zu ist der Weg mit einem Fähnchen markiert, einem kleinen Stück Blech an einen Eisenstab geschweißt und rot-weiß angestrichen. Meist war es so, daß man, wenn man an so einem Fähnchen stand, rundherum keine andere Markierung gesehen hat, weder nach vorne noch nach hinten. Wenn man nicht den Track gehabt hätte, würde man niemals auf ein nächstes Fähnchen treffen.



**Wald ?**



**Teich**

Leider war mein Track auch nicht perfekt. Der führte häufig weglos über die Wiese. Damit ich die Richtung halte, muß ich oft nachsehen, ob ich rechts oder links vom Track bin, und mir selber einen kraftsparenden Weg im Höhenprofil suchen. Einige Male muß ich am Hang queren und komme an die Belastungsgrenze meiner Sandalen, in denen ich immer weiter zur Seite rutsche. Ich ziehe sie fester, aber schräge Grashänge bleiben nicht mein Lieblingsterrain.





**Pilze**

Meine ständigen Antreiber waren die Fliegen. Das waren andere als die Waldfliegen auf den letzten Etappen, die immer auf die Augen losgehen. Diese Fliegen schienen mich für ein Pferd zu halten. Sie gingen nur auf den Rucksack und dunkle Kleidungsstücke und haben die Augen und Hände weitgehend in Ruhe gelassen. Auch durch starken Wind ließen sie sich nicht abschütteln. Sekunden nachdem ich sie mit der Hand vom Hosenbein verscheucht hatte, saßen sie wieder da. Ich gönne mir trotz der Fliegen eine Pause. Solange ich ruhig dasitze, unternehmen auch die Fliegen nichts.



**Weg durch die Ebene.**



**Über diesen Paß will ich noch, bevor das Gewitter dort ist.**

Leider zog erneut ein Gewitter auf und es gibt schon wieder ein Wettrennen zwischen mir und den Gewitterwolken. Über besonders exponierte Pässe will ich noch schnell drüber, bevor das Gewitter da ist. Weitere Pausen sind also nicht drin. Glücklicherweise halten die Gewitter Abstand und bei mir regnet es nur manchmal schwach.



**Rifugio Racollo**



**Castel del Monte - die Burg auf dem Berg.**

Kurz bevor ich in den Ort Castel del Monte komme, sehe ich von oben ein Gebäude, das ein Hotel sein könnte. Ein Hotel-Schild bemerke ich erst mal nicht und auch die Werbetafel weist nicht

darauf hin, daß sie Zimmer anbieten. Ich frage trotzdem nach und bekomme ein kleines Einmannzimmer mit Balkon auf die Straße, sehr hübsch. Anscheinend bin ich der einzige Kunde. Erst später sehe ich, daß es sich um das Albergo Parco Gran Sasso handelt, das im Wanderführer beschrieben ist.




**GPS:** 42.36736, 13.72137

**Werbeschild des Restaurants**

Nach dem Duschen waren die Regenschauer und Gewitter vorbei und ich sehe mir den Ort an. Der historische Ortskern ist sagenhaft schön. So viele verwinkelte Gassen, Mauerbögen, Treppen hoch, Treppen runter und dazu Türen und Fenster an irgendeiner Stelle der Häuser, phantastisch! Ich bin also im leichten Nieselregen durch den Ort hin und her gelaufen und habe Fotos gemacht.



## Gasse in Castel del Monte












**Castel del Monte**




**Briefträgers Alptraum - 11-15, 29, 69, 72, 108, 120, 156 ?**



**Torbögen**

Zuerst suche ich noch einen Alimentari. Ich gehe einmal längs durch den ganzen Ort. Ganz am Anfang finde ich einen offenen Hofladen, danach nur drei geschlossene Lebensmittelläden. Nach meinem Fotostreifzug war der Hofladen immer noch offen (zum Sonntag!) und ich kaufe drei verschiedene Käse, in gereiftem, mittleren und eher rohem Zustand, dazu zwei lokale Biere für je 5 Euro den halben Liter. Ich hätte in der Osteria del Lupo essen können, die im Wanderführer empfohlen war, oder in meinem Hotel, aber alleine im Restaurant zu Abend zu essen, habe ich selten Lust. In Italien noch weniger als anderswo, weil es als Außenstehender keinen Spaß macht, den lautstarken italienischen Familien dabei zuzusehen, wie sie das Essen zelebrieren. Ich bin also mit dem Käse und den Bieren zurück in mein Hotelzimmer und habe das einfach so verputzt. Mein Fazit: Der rohe Käse war am besten, der mittlere war nicht so toll und der gereifte irgendwo dazwischen. Danach ist nicht mehr viel passiert, ich bin in drei Minuten eingepennt.

# Mo 2.9.2019 Castel del Monte ↣ Pescosansonesco

km 137, 27 km, 810 m, 1425 m, 378 m, 1359 m

Ich war doch nicht allein im Hotel. Abends kam noch ein Bulgare (vermute ich), der ohne Punkt und Komma sehr ausdauernd laute Reden geschwungen hat. Und einer über mir rückte anscheinend Stühle. Rück, rück, rück, quietsch, quietsch, quietsch, das ging eine halbe oder dreiviertel Stunde lang so, immer abwechselnd. Keine Ahnung, was die dort gespielt haben. Den Rest der Nacht habe ich dann allerdings recht gut geschlafen.

Ich wollte gestern Abend schauen, was das Wetter so macht, aber von meinem Zimmer aus hatte man weder Telefonnetz noch WLAN, so daß ich das auf den heutigen Tag verschoben habe. Um 7 Uhr setze ich mich in Erwartung des Frühstücks halb acht schon mal in den Frühstücksraum und lade den Wetterbericht. Das am Vortag zu sehende große Unwetter hatte sich etwas relativiert. Für heute war etwas Regen angesagt, für morgen nur noch 18 statt 38 Millimeter Niederschlag. Aktuell war es regenfrei.



**Das Albergo Parco Gran Sasso am nächsten Morgen.**

Das Frühstück bestand aus recht trockenem Rührei und und kleinen Scheibchen Speck, Toastbrot, Wurst, sehr gutem Joghurt mit Feige, einem Schoko-Croissant und zwei Cappuccinos aus dem Automaten, ziemlich lecker. Beim Zusammenpacken sortiere ich paar gelesene Zeitungsseiten aus und spare so ein wenig Gewicht. Auf den Regen bereite ich mich vor, indem ich neue Haltepunkte für die Isomatte suche, damit ich sie in zwei Tüten eingepackt an die Seite statt hintendran anschnallen kann. So paßt auch die Rucksackhülle wieder über den Rucksack. Viertel zehn komme ich los.



**Der Weg**

Zuerst laufe ich östlicher als die im Buch eingezeichnete Route durch Wald. Es gibt einen schön markierten Wanderpfad, dem ich folge. Er bringt mich nach Ofena, einem weiteren sehr hübschen Städtchen. Ich setze mich auf den großen Marktplatz, esse einen Pfirsich, relaxe und schaue wieder nach dem Wetter. Beim Ansehen des Ortes treffe ich auf viele tote Enden. Zweimal war der steile Weg mit einem Baugitter abgesperrt und ich mußte umkehren. Eine Gasse war so eng, daß ich mit meinem nun breiteren Rucksack nicht durchkam. Also bin ich auch hier umgekehrt. Die nächste Gasse war wieder abgesperrt. Letztlich bin ich die Umgehungsstraße gegangen und von unten zurück in den Ort. Am Ortsende entdecke ich noch einen Lebensmittelladen, aber außer einem Pfirsich und einem Joghurt brauche ich nichts. Die Verkäuferin erzählt mir, daß vor 14 Tagen zwei junge Burschen ebenfalls meinen Weg gegangen sind.





**Gassen in Ofena**



**Getarnter Kasten**

Weiter geht es zuerst neben einem Fahrradweg und dann durch einen verwilderten Olivenhain, eigentlich eher Buschland. Den Brunnen in Capo d'Acqua brauche ich dringend, denn es war wahnsinnig heiß und keine Spur von Regen war bisher heruntergekommen.




**Schneckenrennen**

Nach Capo d'Acqua beginne ich schon mal nach einem Quartier zu suchen. Das Azienda Agrituristica Il Fortino ist geschlossen. Am Abzweig zur Campo Base Corvo steht ein Schild, daß das Restaurant offen ist. Ich gehe einen Kilometer und 100 Höhenmeter den Hang hoch, nur um festzustellen, daß das nicht stimmt. Es ist alles dicht und bei der neben dem Tor aufgemalten Telefonnummer geht niemand ran. Ich hätte ihnen ihr "offen"-Schild rumdrehen sollen. Ich war so sauer, daß ich ihnen eine wütende Nachricht im Briefkasten hinterlassen habe.



**Wachhunde an der Campo Base Corvo**

Zurück am Brunnen überlege ich, was ich noch für Optionen habe. Da wäre noch das Hotel Petra in Pescosansonesco Vecchio gewesen. Ich gehe in diese Richtung, will aber auch nicht im Dunkeln in einer Stadt vor einem verschlossenen Haus enden. Es ist mittlerweile 18 Uhr geworden, weshalb ich schon mal rechts und links vom Weg die Hänge teste, ob da oben was Schönes zum Pennen ist. Als ich anderthalb Kilometer vor dem Ort einen Abzweig auf eine Wiese entdecke und dort einen noch schmaleren Abzweig zu einer Waldkante, stelle ich dort mein Zelt auf. Auf dem Weg dahin haben mich wieder die Waldfliegen gepeinigt, die immer unbedingt auf dem Gesicht landen wollen. Nachdem ich das Zelt aufgebaut habe, war damit Ruhe. Es scheint eher Spinnenland zu sein. Und Ameisenland. Sobald man Steine hochhebt, wuselt es drunter. Mal sehen, wie viele Ameisen ich morgen im Zelt habe.



**GPS:** 42.25202, 13.87085

**Zelt westlich von Pescosansonesco**

Es nieselt ein wenig. Der Wetterbericht sagt für morgen immer noch zwischen 11 und 14 Uhr 18 mm Niederschlag vorher, davon das meiste 13 bis 14 Uhr. Mal sehen, vielleicht kann ich das irgendwo aussitzen. Danach sollte es wieder schön werden. Ich hatte damit geliebäugelt, bei dauerhaft schlechtem Wetter abzubrechen und ans Meer zu fahren, aber so schlimm war es noch nicht und am Meer sah es auch nicht besser aus. Natürlich wird es wieder Gewitter geben. Auch heute war es so, daß ich dem Gewitter davongerannt

bin, also hinter mir war alles schwarz und es blitzte, und vor mir noch Sonnenschein, genau wie gestern. Sehr merkwürdig, vielleicht ist ja mein Schweiß der letzte Auslöser in all dieser Feuchtigkeit, daß sich Gewitterwolken bilden?

Morgen geht es bis runter auf den tiefsten Punkt der Wanderung, dann gleich wieder hoch. Mal sehen, ob ich dann eine Übernachtung finde, die offen ist.

# Di 3.9.2019 Pescosansonesco ↣ Bolognano

km 152, 15 km, 235 m, 685 m, 137 m, 741 m

Die ganze Nacht jaulen in der Ferne die Wölfe und Hunde antworten mit Gebell. Zu leise, daß ich es mit dem Handy aufnehmen kann. Die mehreren Mikrofone dämpfen Hintergrundgeräusche sehr gut. Wo ich lautes Wolfsgeheul gehört habe, ist nur Rauschen. Vielleicht hätte ich dafür die Kamera nehmen sollen.

In der Nacht hat mich ein Geräusch aufgeschreckt, als irgendwas durchs Unterholz hinter dem Zelt gekrochen ist und Zweige knackten. Ich mache Lärm und das Geräusch hört auf, aber nichts rennt panisch davon, wie ich das bei Wildschweinen erlebt hatte. Das Knacken kam in der restlichen Nacht nicht mehr zurück.

Heute sollte nun der Tag sein, wo der große Niederschlag runterkommt. Vor einigen Tagen waren 38 mm angesagt, jetzt waren es bloß noch 18. Ich bin gespannt. In der Nacht regnet es ein paar Mal, aber früh hört es auf und ich kann Kaffee kochen. Dazu ein paar Waffeln. Das Schwarzbrot bekomme ich zum Frühstück nicht

runter. Dann fing es noch mal ein wenig an zu regnen. Ich mache das Zelt wieder zu und warte ab. Zwischendurch kam mal ein Auto einen Weg lang und zwei Leute, die sich unterhalten haben. Ich glaube nicht, daß sie mich gesehen haben. Dann packe ich im Zelt den Rucksack, so daß ich das nasse Zelt am Schluß nur obendrauf legen muß, und bin losmarschiert.



**Grotta Tricolore in Pescosansonesco**

Pescosansonesco Vecchio gefällt mir ganz gut. Ich laufe ein wenig durch die Gassen und halte nach dem Hotel Petra Ausschau. Auf einem der großen Sammelwegweiser stand es drauf, aber direkt aufgedrängt hat es sich mir nicht. Hinterher ist mir wieder eingefallen, daß es ja ein Kloster ist. Vielleicht hätte ich genauer nachsehen müssen, aber ich glaube, das gibt es wirklich nicht mehr. In einer Pause sehe ich mir die im Führer angegebene Webseite an. Die führt auch ins Leere. Ein Glück, daß ich vorher gezeltet und nicht nach diesem Petra Hotel gesucht habe, sonst wäre ich ziemlich ins Dunkle gekommen und hätte ein Problem mit dem Schlafquartier gehabt.




**Fontana Romana in Pescosansonesco**

Es war schönes Wetter, warm und immer noch trocken. Unterhalb des Ortes ist ein riesiger Brunnen mit 10 wasserspeihenden Gesichtern. Ich mache Morgenhygiene und tanke Wasser. Damit muß ich nicht sparen, denn Wasser gibt es hier überall. Weiter gehe ich in Richtung Torre de' Passeri. Ich spare mir den Weg durch den Ort, der vom Autor als Weg durch die Zivilisationshölle beschrieben wird, zu einer der schönsten Kirche der Abruzzen. Mein Weg umgeht den Ort im Norden. Statt der im Buch beschriebenen Asphaltstraßen nehme ich eine Abkürzung über Wirtschaftswege.



**Unwetterwolken**

Diese Entscheidung habe ich schon bald verflucht, denn meine Keen-Sandalen ziehen Lehm magisch an. Ich mache einen Schritt und habe eine 1 cm dicke Lehmschicht darunter. Mache ich noch

einen Schritt, habe ich 2 cm, noch einen Schritt 3 cm. Man bekommt riesige Batzen an die Füße und läuft wie auf Plateauschuhen. Natürlich ist es sehr rutschig, denn auch wenn man alles abgestreift hat, hat man immer noch eine lehmige Sohle. Selbst auf Asphalt kommt man damit ins Rutschen, weil das ein Schmierstoff ist, der ewig hält.

Ich war letztlich gezwungen im Stechschritt zu wandern. Mit jedem Schritt werfe ich das gestreckte Bein nach oben, damit sich der Dreck löst und nach vorn wegfliegt. Daß die Sandalen bei Nässe unbrauchbar sind, war mir schon auf Lanzarote aufgefallen, ich hatte es aber verdrängt. Für die Abkürzung der Asphaltstraße habe ich doppelt so lange gebraucht, als wenn ich auf der Straße gelaufen wäre. Hoffentlich ist das schlechte Wetter morgen vorbei und der Lehm trocknet wieder. Auf Staubböden läuft es sich ganz gut.



**Plateauschuhe, ich erfinde den Stechschritt.**

Fortan benutze ich nur noch Asphaltstraßen und gehe entlang des Bahndamms in den Ort. Der Supermarkt lockt mich. In Ortsmitte versperrt ein Rummel-Fahrgeschäft auf einem Tieflader den Weg. Ich kann an der Seite vorbeigehen. Demnächst wird hier irgendwas gefeiert und dafür eine Festbeleuchtung installiert und Buden aufgebaut. Unter einer Wasserpumpe entlehme ich meine Sandalen. In der Garibaldistraße existiert ein Carrefour. Ich kaufe das übliche: Einen Käse, der sehr geschmacklos ist, Joghurt, Weintrauben und

einen halben Liter Wein im Pappkarton für einen Euro mit 22% Mehrwertsteuer. Da bleibt dem Winzer nicht viel. Als ich am Ende der langen, trostlosen Straße voller Schmutz und Verfall ankomme, beginnt es gerade wieder zu regnen. Am Bahnhof gibt es glücklicherweise eine überdachte Bank. Ich setze mich, esse was, trinke mein 0,33er Bier aus und warte ab.

Das war der Punkt, wo ich mal im Internet nachgeschaut habe, wo ich heute übernachten könnte. Die Webseiten der Quartiere im Ort, die im Buch erwähnt sind, gibt es beide nicht mehr. Und auch am Etappenziel Musellaro gab es nichts. Dann wird es wahrscheinlich auch die Quartiere nicht mehr geben. Ich richte mich schon auf eine weitere Nacht auf dem Acker oder irgendwo im Busch ein. Bei booking.com gibt es an beiden Orten auch nichts, nur ein Bed and Breakfast für vier Personen in Torre de' Passeri. Zu groß und zu teuer. Dann finde ich im Ort vor dem Etappenziel, Bolognano, noch ein anderes B&B, das La Cascata, für 36 €. Das nehme ich.

Buchen bei booking.com ist auf dem kleinen Handybildschirm wie immer ein Trauerspiel in mehreren Akten. Schon das Zusammensuchen von Telefonnummer und Emailadresse nervt. Dann die bildschirmfüllenden Hinweise auf die App und das Einloggen mittels Google App, die man wegklicken muß, um weiterarbeiten zu können. Die "fast geschafft"-Lügen. Der Höhepunkt ist aber, wenn beim Eingeben der Kreditkartennummer, wenn doch für booking.com alles schon gegessen ist, eine rote Warnmeldung erscheint, daß sich andere sich mein Quartier ansehen. Sie verschiebt den Bildschirm, so daß ich mein Eingabefeld wieder suchen muß, um weitermachen zu können. Was erhoffen sich die Deppen davon? Daß ich noch schneller tippe? Obwohl ich doch ohne die Störungen längst fertig wäre! Wenn mir der Laden gehören würde, hätte ich die Programmierer schon längst

wegen geschäftsschädigendem Verhalten gefeuert. Aber als Monopolist kann man sich eben alles erlauben und braucht auf gar keinen Fall an die Kunden zu denken.

Ich kündige mich für 18 Uhr an und gehe los. Einen Regenguß warte ich unter einem Baum ab. Es war immer die Frage, zieht man die Jacke aus oder wieder an? Ist es besser, bergauf zu schwitzen oder regennaß zu werden? Es gab keine durchgehende Asphaltstraße nach Bolognano. Deswegen nehme ich doch wieder eine mit weißem Kalkstein gepflasterte Nebenstraße, in der Hoffnung, daß die nicht wieder zu einer Lehmpampe wird. Bis auf ein paar Stellen, wo ich Pfützen ausweichen mußte, und meine sauberen Sandalen sofort wieder Lehm ansetzten, war alles in Ordnung mit diesem Weg. Schon 16 Uhr bin ich kurz vor dem Ort und auf der Landstraße kommt mir ein Auto entgegen, hält und der Fahrer fragt mich, ob ich das B&B gebucht habe. Es ist ein älteres Paar, sehr nett. Sie wenden und nehmen mich zum Quartier mit.



**GPS:** 42.21704, 13.96005

**B&B in Bolognano**

Sie weisen mich ein und bringen noch einige Dinge vorbei. Ich dusche und gehe danach in den Ort. Ein großes schwarz-weiß Porträt und eine Tafel weisen darauf hin, daß Josef Beuys hier lange gelebt hat. Eine Straße trägt seinen Namen und das Blaue Haus ist immer noch blau. Die Baronin Lucrezia De Domizio Durini, eine Galeristin und Förderin der Kunst, hatte ihn eingeladen, hier zu arbeiten. Ich mag die Werke von Josef Beuys sehr. In Paris hatte ich 1994 im Centre Georges Pompidou seine große Retrospektive gesehen und mich wie ein Schneekönig gefreut, daß ich, anders als die Franzosen, Beuy's viele Kritzeleien auf seinen Grafiken lesen konnte. :-)

Auch heute noch ist der Ort voller Kunst. Am besten gefiel mir die Abbildung des Gemäldes "La raccolta delle zucche" von Francesco Paolo Michetti. Ich mag den Kontrast der farbenfrohen lustigen Truppe zu der düsteren, zerstörten Festung im Hintergrund. Mir sagt das: Aus den trostlosesten Umständen kann neue Lebensfreude erwachsen.



**Francesco Paolo Michetti - La raccolta delle zucche**



**Hommage an Josef Beuys**

Der Ort selber ist auch hübsch. Er liegt am Steilhang des Flusses Fiume Orta und von einigen Stellen aus habe ich einen schönen Blick auf die Sandsteinwände der anderen Talseite. Als es wieder zu regnen beginnt, verziehe ich mich in mein Quartier.



**Kreisverkehr, Bolognano**



**Andere Talseite**



**Brunnen**

Das B&B ist klasse. Ein schöner Raum und eine voll ausgerüstete Küche. Nur mein Balkon hinten raus ist sehr klein. Sie hatten eine Bewertung von 9,7 an der Tür stehen. Kann ich weiter empfehlen. Ich mache mir als Erstes einen leckeren Kaffee. Danach zwei Fertigsuppen mit Brot. Zum Schluß verziehe ich mich auf den etwas größeren Balkon der Etage über mir, wo eigentlich die Wäsche trocknet, und trinke den Rotwein aus einem hübschen Glas und esse dazu meinen komischen Käse.



**Mein karges Mahl und das vorbereitete Frühstück.**

Die morgige Etappe wäre mit allen Extras (d.h. dem Abstecher in die Orfento-Schlucht) 26 Kilometer lang. Das werde ich wohl nicht schaffen. Deswegen ist das Minimalziel, bis zu einem Zeltplatz bei Caramanico Terme zu kommen. Und dann vielleicht die Talwanderung ohne Gepäck am nächsten Tag zu machen. Das bringt zwar meinen Zeitplan noch weiter durcheinander, weil ich noch einen Tag mehr brauche. Aber was soll's, ich werde ohnehin nicht alles erfüllen. Hauptsache morgen ist schönes Wetter.

# Mi 4.9.2019 Bolognano ↣ San Nicolao

km 168, 16 km, 1060 m, 545 m, 290 m, 805 m



**Weg nach Musellaro**

Als ich am Morgen losgehe, herrscht wieder eitel Sonnenschein. Durch eine hügelige Kulturlandschaft gehe ich nach Musellaro. Dort steige ich ab zum Fiume Orta und wechsle über die neben die eingestürzte Ponte Luco gebaute Ersatzbrücke auf die andere Seite der Schlucht.



**Steine im Bach**

Der Wiederaufstieg führt auf schmalem Pfad durch Buschwerk, vorbei an verlassenen Gehöften und Gärten und hübschen Felsformationen. Ein Stück des Weges ist mit Signalband abgesperrt. Vor langer Zeit hing ein Zettel in einer Plastikhülle daran, aber außer den Fetzen der Hülle ist nichts erhalten geblieben. Ich folge den schwachen Fußspuren im Gras, um die Stelle zu umgehen.



**Überwucherte Ruine**



**Hübscher Gipfel**





**Verwilderte Walnuß und Birnen.**

Nach San Tommaso sehe ich mir die Ruinen der Kirche an. Die Mauern wurden sehr kunstfertig aus Blöcken unterschiedlicher Größe und Farbe zusammengesetzt und bilden dadurch faszinierende Muster.



**Ruine der Chiesa San Tommaso**







**Mauerwerk und Schmucksteine der Chiesa San Tommaso**

Bis nach Caramanico Terme ist es nicht mehr weit. Vor der großen Brücke über den Orfento verlasse ich den Track und gehe in den Ort. Weit unterhalb der Brücke schlängelt sich der schmale Bach, der dieses tiefe Tal erschaffen hat. Das will ich morgen erkunden.



**Caramanico Terme**



**Tal des Orfento, von der Brücke aus fotografiert.**

Caramanico Terme ist ein nobler und sicher hochpreisiger Kurort. Der Supermarkt im Ort hat noch Mittagspause, deshalb gehe ich gleich weiter zu meinem Ziel. Der Zeltplatz Da Rondinella, den das Buch beschreibt, liegt 3 Kilometer außerhalb in südöstlicher Richtung in San Nicolao. Bis dahin steige ich auf einer Straße in Serpentinen wieder 300 Meter empor. Diesmal war ich mir relativ sicher, daß der Zeltplatz geöffnet ist, denn am Beginn der Straße standen gleich 3 Schilder. Der Besitzer des Zeltplatzes betreibt auch noch ein Hotel, ein B&B und ein Restaurant, um wirklich jedem Vorbeikommenden etwas bieten zu können.

Es war heiß und als ich oben ankam, war ich ziemlich fertig. Im Haus ist niemand. Ich erkunde den Zeltplatz und treffe den jungen Sohn des Besitzers, der mir sagt, daß geschlossen wäre.

Wahrscheinlich meinte er nur das Restaurant. Ich setze mich erst mal hin und entspanne mich nach dem harten Anstieg. Nach einer Weile kommt der Besitzer und sagt mir, daß ich für 5 € zelten kann, ich kann mir selber einen Platz suchen. Das ist natürlich ein sensationell geringer Preis. Weil ich nicht noch mal nach Caramanico absteigen möchte, frage ich ihn nach etwas Obst und er schenkt mir drei Äpfel, eine schon etwas angegorene Kiwi und eine Gurke. Die habe ich am nächsten Tag alle verputzt. Auf der Grasfläche war noch ein Tarp gespannt und ein fest aufgebautes, großes Zelt, das nicht bewohnt war. Am Eingang stand ein Campermobil. Also fast leer, der Zeltplatz. Ich verkrieche mich in die hinterste Ecke unter niedrige Bäume. Da ist es morgen tagsüber vor der Sonne geschützt und es gibt nachts kein Kondenswasser am Zelt.



**GPS:** 42.15068, 14.01556

**Zelt auf dem Agri campeggio Caramanico**

Nachdem das Zelt steht, gehe ich in die Kneipe zum Essen. Der erste Gang waren Tagliatelle mit scharfem Pesto, so ähnlich, wie ich es schon im Forsthaus bekommen hatte. Sehr appetitanregend, werde ich auch zu Hause mal ausprobieren. Als zweiten Gang dann 10 Fleischspießchen. Die waren ebenfalls lecker. Dazu stellt er mir noch einen süßlichen Kräuterschnaps hin oder Likör. War auch gut.

Ich hatte noch einen halben Liter Rotwein, weil der Bierkühlschrank ausgeschaltet war. Ich werde also heute bestimmt gut schlafen.

# Do 5.9.2019 San Nicolao ↣ San Nicolao

km 178, 10 km, 450 m, 450 m, 805 m, 1250 m

Nachts regnet es kurz, aber nicht schlimm. Früh war das Zelt schon wieder abgetrocknet. Ich hatte ja heute nichts Großes vor. Nur die längste Wanderung in den Canyon. Ich räume alles Schwere aus dem Rucksack und starte mit leichtem Gepäck. Weil ich nicht hin und zurück den gleichen Weg laufen will, gehe ich bis zum hinteren Ende des Tals auf der Hochfläche, zuerst über den Col Del Vento.



**Zugang zum oberen Ende der Orfento-Schlucht über das Hochland.**



**Herbstzeitlose und Gottesanbeterin**

Auf den Wiesen waren die Fliegen wieder sehr nervig. Ich erdulde das eine Weile und als ich im Schatten des Waldes angekommen war, überlege ich, mir die Gaze über den Hut zu ziehen. Diesmal war der Wald allerdings fast fliegenfrei und ich lasse es. An der

Fonte Rava Cupa tröpfelt nur wenig Wasser. Zuerst ist die Talwanderung ziemlich langweilig. Man läuft zwar auf halber Höhe durch das Tal, aber es ist alles voller Bäume und man sieht nichts vom Bach. Man sieht kaum mal den gegenüberliegenden Hang. Die andere Seite ist vermutlich noch langweiliger, denn die läuft oben entlang. Unten am Bach angekommen, gehe ich stromauf, bis das Tal mit einem Maschendrahtzaun abgesperrt ist. Dort kehre ich um. Davor durchfließt der Bach eine Felsspalte, die man durchkrabbeln kann. Ich hole mir nasse Füße.



**Archaischer Rastplatz**

Im Tal waren ziemlich viele Spinnen. Ich war heute der Erste auf diesem Weg, deshalb habe ich viele Spinnen abbekommen. Weil ich meinen Stock im Zelt vergessen hatte, schnitze ich mir aus einem alten Ast einen Wanderstab, mit dem ich vor mir herumwedeln kann. Am Ende der Tour lasse ich ihn am Talausgang für Bedürftige stehen.



**Eingang der Klamm**

Für den Rückweg gehe ich nahe am Bach entlang. Nach einer Weile kommen dann wirklich spektakuläre Abschnitte. Zuerst schaut man von oben in den schmalen Spalt der Klamm. Auszurutschen verbietet sich an dieser Stelle von selbst, denn man würde ziemlich weit fallen. Ab der Ponte Della Pietra gehe ich auf der linken Seite, weil für diese eine mit Seilen abgesicherte schmale Stelle versprochen wurde. Der Weg geht dort unter Auswaschungen des Bachs einen Moment auf einer schmalen Betonmauer entlang. Tafeln am Weg erzählen, daß sich drei entflohene alliierte Kriegsgefangene von September 1943 bis April 1944 in der Schlucht versteckt haben und von Einheimischen versorgt wurden. Sicher sehr entbehrungsreich, im Schnee dort auszuharren.



**Orfento-Schlucht, Ausrutschen verboten!**



**Orfento-Schlucht**

An der Ponte San Benedetto wechsle ich auf das rechte und an der Ponte del Valone wieder auf das linke Ufer. Erstere Brücke war stark erneuerungsbedürftig. Die neuen Bohlen lagen schon am Ufer zum Auswechseln bereit, weil man durch die verwitterten Bretter der Brücke jederzeit durchbrechen konnte. Ich gehe vorsichtig drüber. Die Schlucht ist jetzt nicht mehr so spektakulär. Man läuft näher am Bach und das Tal ist flacher.




**Ponte San Benedetto**

Bis zur großen Stahlbrücke bin ich heute nicht gegangen, sondern schon vorher nach links den Hang hoch. Ich komme an einem dicht umzäunten Gelände vorbei, wie ein Hochsicherheitstrakt. Hier wird vermutlich der Schwefel dem Kur-Wasser dazugegeben. Man sieht im Ort viele kranke und alte Menschen.



**Ausgang der Schlucht**

Im Supermarkt versorge ich mich mit Kleinigkeiten und latsche danach wieder die Straße zum Zeltplatz hoch. Sowohl der Camper-Van als auch die anderen Nachbarn, die das Tarp aufgestellt hatten, fahren an mir vorbei und halten es beim Überholen nicht für nötig, mich zu fragen, ob sie mich mitnehmen können. Danach kam noch

ein schwarzes Auto. Das sind meine neuen Nachbarn, die zwei große Billigzelte aufbauten. Zwei Männer und eine Frau, aber auch mit denen hatte ich keinen Kontakt.

Auch am zweiten Tag war ich wieder im Restaurant essen. Es gab Spaghetti, danach einen Teller halb und halb, Geflügel und Schwein und eine kleine Wurst. Die Wurst habe ich als Einziges nur kurz gekostet und liegengelassen. Dazu ein kühles Bier.

# Fr 6.9.2019 San Nicolao ↣ Pacentro

km 200, 22 km, 875 m, 995 m, 669 m, 1282 m

Ich packe zusammen und gehe zum Bezahlen. Der Wirt ist so nett, er berechnet mir nur eine Nacht für insgesamt 5 Euro. So günstig habe ich noch nirgends übernachtet. Ich bedanke mich und ziehe los.

Im Buch wird nach Sant'Eufemia a Maiella eine Route über Wiesen und querfeldein beschrieben. Das war mir schon beim Planen zu komplex, das alles zu verfolgen. Ich bin stattdessen eine alte, stillgelegte Straße gegangen, die in größerem Bogen dorthin führt. Das kostet mich 150 Höhenmeter extra und einen Kilometer Umweg, aber die Strecke war sehr schön. Vermutlich durch Erdbeben waren einzelne Teile der Straße gegeneinander verschoben worden und die Wildnis holte sie sich langsam zurück.



**Vom Erdbeben gebeutelte Straße**

Vor dem Ort sehe ich, daß es auch einen markierten Wanderweg gegeben hätte, dem der Autor anscheinend gefolgt war, aber ich hatte den Einstieg in diesen Weg verpaßt. Ging der gleich am Zeltplatz los? Ich komme danach durch kleine Orte, die alle sehr schön sind. Bei San Giacomo gibt es einen kleinen Zeltplatz, der wohl noch in Betrieb ist. In Roccacaramanico tanke ich Wasser und mache eine kurze Rast.



**Roccacaramanico**

Von dort aus gehe ich den letzten großen Anstieg zu diesem bizarren Hotel auf dem Passo Leonardo. Es waren Leute da, aber wahrscheinlich war nur Kneipenbetrieb. Ich hatte überlegt, nach einer Übernachtung zu fragen, aber man hätte dort dann nichts anderes gehabt. Der Wind pfiff rundrum. Die super Aussicht hätte man draußen nicht lange genießen können.




**Hotel Celidonio am Passo San Leonardo.**

Ich gehe weiter und steige ab nach Pacentro. Der Weg verläuft wunderschön parallel und mit gebührendem Abstand zur Straße, die in vielen Serpentinen den Hang hinunter führt. Zum Schluß bietet sich ein wunderbarer Ausblick auf den Ort.




**Pacentro kommt näher.**



**Pacentro**

Sobald ich das Ortseingangsschild erreicht habe und ins Internet komme, buche ich mir ein Quartier. Für 60 € komme ich im B&B San Marco unter. Ich gehe zur angegebenen Adresse und rufe die zwei Telefonnummern an, die im Eingang hingen. Eine alte Frau holt mich ab und lotst mich völlig woanders hin zu einer Art Schuppen, weit weg von dem Haus, wo ich gebucht hatte.

Am Anfang stört mich, daß es so dunkel ist. Das Frühstück stand schon da, wie meistens in Italien, ein paar Kekse und das ist es dann. Letztendlich war ich aber doch ganz angetan von dem Quartier, denn es hatte eine Waschmaschine. Ich habe meine Hose gewaschen, die voller Lehmflecken war und kann morgen Zug fahren, ohne zu stinken. Der angepriesene Balkon erwies sich als kleiner Eckwinkel, wo man sitzen und in den Hinterhof gucken konnte. Letztendlich war es dort ruhig, ich habe am Abend dort gesessen, Wein getrunken, Käse und Tomaten gegessen. Es war eigentlich ganz nett.




**GPS:** 42.04872, 13.99023

**Küche und Schlafzimmer meiner Unterkunft.**

Ich sehe mir die Stadt an, die von Nahem genau so hübsch ist wie aus der Ferne.







**Gassen in Pacentro**



**Ein Kletterbaum wird vorbereitet.**

Abends suche ich lange nach einer Lösung, wie es weitergehen soll. Ich vergleiche Hotels und sehe nach, ob es nicht einen schönen Campingplatz am Meer gibt. In Google Maps grase ich die ganze Küste danach ab. Es gibt nichts, nur Caravan-Stellplätze oder Ressorts mit Animation, bei denen ich ein ganzes Häuschen buchen mußte, aber keinen schönen Zeltplatz, so wie der letzte.

Ich habe dann doch ein Hotel gebucht, was meine erste Idee war. Nachts halb drei bin ich so weit und buche in einem kleinen Ort, Silvi Marina, ein Zimmer für zwei Nächte. Das liegt zwei Bahnstationen von Pescara entfernt, nahe am Bahnhof. Von Sulmona fährt direkt ein Zug dahin, so daß ich in Pescara nicht mal umsteigen muß.

# Sa 7.9.2019 Pacentro ↣ Sulmona ↣ Silvi Marina

km 209, 9 km, 10 m, 335 m, 358 m, 686 m

Statt drinnen bei künstlichem Licht zu sitzen, decke ich mir den Tisch auf dem Balkon und frühstücke mit Ausblick auf den Hinterhof. Der Tag begann ganz angenehm.



**Die in Italien obligatorische Wäscheleine über den Hof.**

Am Anfang gehe ich über Wiesenwege, dann asphaltierte Radwege und am Schluß habe ich noch zwei Kilometer Straße bis in den Ortseingang von Sulmona. Ich setze mich in ein Rondell und trinke den mitgebrachten Eistee, der nicht mehr ganz so eisig ist. Ich habe Zeit, mir den Ort anzusehen. Es findet ein Markt statt, Leute kommen mir mit großen Beuteln mit frischem Obst entgegen. Der

Bahnhof liegt zwei Kilometer außerhalb des Ortes. 14 Uhr fahre ich mit dem Zug.
*[Hier enden meine Aufzeichnungen. Der Rest ist aus dem Gedächtnis erzählt.]*




**Sulmona**




**GPS:** 42.56261, 14.10820

**Hotelzimmer und Hotelstrand.**

# So 8.9.2019 Silvi Marina

Heute hänge ich rum, erkunde die Gegend, gehe vor dem Hotel baden und lasse es mir gut gehen. Die Übernachtung in Rom hatte ich mir schon vor einem Monat gebucht. Weil Rom so weitläufig ist, wollte ich unbedingt eine Unterkunft im Zentrum, von der aus ich meine Streifzüge unternehmen kann. Meine Wahl fiel auf das

Hotel Major Aventinus in einer Villa auf dem Aventin-Hügel. Dort habe ich mir eine Mönchszelle gebucht. Das Hotel ist sehr preiswert und wird vermutlich hauptsächlich von Religionsstudenten besucht.



**Fontana la Nave in Pescara**



**Aldi Süd-Ost**

# Mo 9.9.2019 Silvi Marina ↣ Rom

Ich verabschiede mich vom Meer und fahre mit dem Zug nach Rom. Am frühen Nachmittag beziehe ich meine Klosterzelle im Erdgeschoß und bin dann bis in die Nacht in Rom unterwegs. Es gibt so viel zu sehen.



**GPS:** 41.88173, 12.47949

**Meine Klosterzelle**



**Doppelstock-Wald auf dem Aventin-Hügel**



**Tiber**



**Brautpaar am Tiber**



**Trajanssäule**



**Kolosseum**

# Di 10.9.2019 Rom ↣ Dresden

Nachts halten mich die Mücken wach, die im vielen Grün der Umgebung ideale Brutstätten finden. Das Zimmer ist so hoch, daß ich nicht ran komme, und ich möchte auch keine roten Tupfen auf

dem weißen Putz hinterlassen. Ich habe noch einen halben Tag Zeit, Rom zu erkunden. Den Morgenkaffee nehme ich in einer großen und sehr gut besuchten Cafeteria. Er ist hier spottbillig und sehr gut.



**Abschied vom Kloster**





**Circus Maximus**

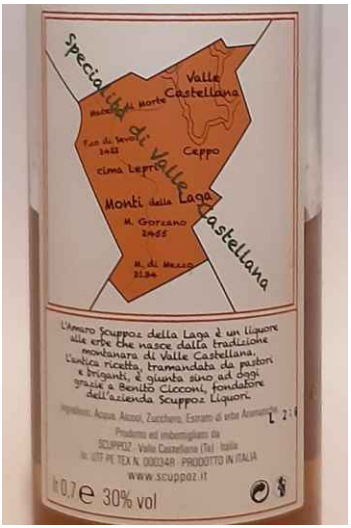




**Die Via di Porta San Sebastiano zwischen zwei Grün-Phasen.**

In einem Schnapsladen entdecke ich einen Likör aus der Gegend zu Beginn der Wanderung. Hinten drauf ist eine stilisierte Karte. Da steht klar "Monti della Laga" drauf. Ich war von Einheimischen mehrfach verbessert worden, daß es "Monti della Lag**o**" hieße. Ich kaufe ihn, aber er ist nicht mein Fall und steht 2026 immer noch halbvoll rum. Es ist ein sehr bitterer Magenbitter. Der Flug nach Zürich verspätet sich 20 Minuten, ich schaffe trotzdem problemlos meinen Anschluß.




**Der Likör aus den Monti della Laga.**

# Fazit

Das war ein wunderbares Abenteuer, das mir sehr gut gefallen hat. Wegen der vielen Gewitter habe ich weniger geschafft, als ich mir vorgenommen hatte, und muß schauen, ob ich die restlichen Etappen noch mit einer anderen Tour verbinden kann. Extra deswegen anzureisen, lohnt sich vermutlich nicht, so schön es in Italien auch ist.