

LIFESTYLE

TRANSALP-RADREISEN



Panoramareich:
 der Alpe Adria Radweg
 bei Tarvis (Oberitalien)
 mit Blick auf die
 Julischen Alpen.

Alpendurchquerung am Bike

Man muss kein kraftstrotzender Bike-Crack sein, um die Alpen per Fahrrad von Nord nach Süd zu queren. Drei offizielle Transalp-Radfernwege und die Angebote der Veranstalter machen die Radreise ans Meer einfach.

VON CLAUDIA JÖRG-BROSCHKE

Von Nord nach Süd durch Alpentäler und über Pässe radeln, die Berge hinter sich lassen und erst an der Oberen Adria enden: Das Erlebnis Transalp-Radreise ist entlang zwei offizieller, markierter Radfernroutrouten für jeden einigermaßen ambitionierten Freizeitsportler gut zu schaffen (ganz besonders per E-Bike), eine dritte ist etwas anspruchsvoller.

Am einfachsten und lohnendsten ist der Alpe Adria Radweg Salzburg-Grado (alpe-adria-radweg.com): Die 410 Kilometer sind durchgehend markiert und führen entweder auf eigener Trasse oder auf winzigen Nebenstraßen durch die herrliche Naturkulisse. „Für mich ist der Alpe Adria Radweg eine der schönsten Radtouren überhaupt“, sagt Manfred Traunmüller. Er muss es wissen: Der Geschäftsführer des Radreiseveranstalters Donau Touristik tritt alljährlich 8.000 Kilometer in die Pedale und kennt die Radwege Europas wie seine Westentasche.

Der Alpe Adria Radweg startet in der Mozartstadt Salzburg, folgt dem

Salzach- und Gasteinertal südwärts, unterquert im ÖBB-Tauerntunnel Bockstein-Mallnitz die Hohen Tauern (Achtung, Sperre bis 13. Juli 2025) und verläuft weiter über Mölltal, Spittal an der Drau, Villach nach Italien und weiter über Tarvis, Udine, Palmanova und Aquileia nach Grado an die Obere Adria. Am Weg baut er die Flussradweg-Schönheiten entlang Drau, Gail und Tagliamento ein.

Der schönste Abschnitt

Im italienischen Kanaltal wartet der schönste Abschnitt: Vor der Kulisse der Julischen und Karnischen Alpen nützt der Alpe Adria Radweg zwischen Tarvis und Udine die Trasse der einstigen Pontebbana-Bahn (Eröffnung 1879). Wo einst Dampfzüge schnauften, wird seit 2010 auf spektakulärer, autofreier Trasse gestrampelt, einstige Stationsgebäude wurden zu einladenden Cafés umgebaut. Zwischen Pontebba und Moggio Udinese begeistert eine Vielzahl historischer Brückenkonstruktionen, Viadukte und Tunnel,

tief unten rauscht der türkisgrüne Fluss Fella in seinem breiten Schotterbett. Obwohl der Alpe Adria Radweg hier parallel zur Autobahn verläuft, merkt man diese kaum, sie versteckt sich im Bergesinneren oder unterhalb der Radstrecke.

Ab Portis geht es dem naturbelassenen Fluss Tagliamento entlang, ab Udine sind die Alpen überwunden, und der mediterrane Süden mit mohnblumengeschmückten Feldern, Weingärten, stolzen Zypressen und duftenden Pinien beginnt. Unbedingt sehenswert sind das Mittelalter-Kleinod Palmanova (seit 2017 Unesco-Weltkulturerbe) und Aquileia (römische Ausgrabungen). Dann ist plötzlich das Meer erreicht: Auf eigener Radspur geht's über den fünf Kilometer langen Lagunendamm zum Zielort Grado. Fakultativ kann bis Triest verlängert werden (teils mit der Bahn).

Der Alpe Adria Radweg präsentiert sich mustergültig ausgebaut, ist aber wegen einiger Schotterpassagen nicht für Rennräder geeignet. Ach-

tung: In den Tunnels der Pontebbana müssen die Radler Licht einschalten, nur wenige sind beleuchtet. Zeitknappen Sportlern empfiehlt sich die schönste Strecke von Villach bis Grado: ca. 200 Kilometer, am E-Bike gut in drei Tagen zu machen.

Bahnfahrt als Verschnaufoption

Die Nordhälfte des Alpe Adria Radwegs hat drei Problemstellen, die aber jeweils dank ÖBB vermeidbar sind: 280 Höhenmeter Anstieg auf der stark befahrenen Bundesstraße B 159 zwischen Golling und Werfen. Und von Schwarzach im Pongau nach Dorfgastein warten fordernde 600 Höhenmeter und ein stark befahrener Autotunnel (eigener Radstreifen). Wem die wunderschöne, aber steile Bergwertung nach Bad Gastein zu anstrengend ist, der verlängert die Bahnfahrt bis Mallnitz oder gar ins Mölltal (Station Obervellach), denn südlich von Mall-

nitz ist der Radweg wegen Baustelle bis 2026 nicht befahrbar, die Sportler werden auf die verkehrsreiche B 105 umgeleitet.

Radeln auf alten Handelswegen

Die zweite offizielle Transalp-Tour für „Normalsportler“ ist die Via Claudia Augusta (viaclaudia.org): Dieser uralte Handelsweg seit der Römerzeit führt von Donauwörth oder Augsburg über Füssen (D), Fernpass und Landeck auf den Reschenpass. In Italien folgt er dem Etsch-Radweg (Vinschgau-Meran-Bozen). Ab Trento bestehen zwei Varianten: „Altinate“ (Feltre, Praderadego-Pass, Treviso, Jesolo, Venedig, 685 Kilometer) und „Padana“ (Rovereto, Monte Bondone, Lago di Garda, Verona, Ostiglia, Oltrepò, 750 Kilometer). Auf der Via Claudia Augusta empfehlen sich in Tirol zwei Bahn- bzw. Bus-transfers: über den stark befahrenen Fernpass (Reutte-Imst) und hinauf auf

den Reschenpass (teilweise Bauarbeiten bzw. 500 Höhenmeter Anstieg).

Die dritte offizielle Tour ist die Transalp München-Venedig (muenchen-venezia.info), eine Mountainbike-Variante mit 5.000 Höhenmetern Anstieg auf 560 Kilometer Länge. Ihr Streckenverlauf: München-Isar bzw. Tegernsee-Achensee-Innsbruck-Brenner-Sterzing-Pustertal-Cortina d'Ampezzo-Vittorio Veneto-Treviso-San Donà di Piave-Jesolo-Venedig.

Natürlich können die Transalpradtouren auf eigene Faust erfahren werden. Übernachtungsmöglichkeiten sind aber oft rar. Wir empfehlen die Buchung einer vororganisierten individuellen Radreise (siehe Tabelle) mit Hotels, Gepäcktransfer und Transport von Rad samt Reiter zurück in die Heimat. Auf Wunsch ist auch ein Guide möglich. Einige Anbieter stellen zudem eigene Touren abseits der offiziellen Routen zusammen. **G**

Transalp-Radreisen: mit dem Bike durch die Alpen bis ans Meer

Radreise (Dauer), Etappenziele, Leistungen*	Termine/Anreise, Preis*; Website
ALPE ADRIA-RADWEG – alpe-adria-radweg.com (410 km)	
Klassisch Salzburg-Grado (9 Tage): Salzburg-St. Johann im Pongau-Schwarzach-Bad Gastein-Spittal/Seeboden am Millstätter See-Tarvisio-Carnia-Venzone/Osoppo-Udine-Grado; sportliche Tour, 425 km; 8 ÜF, 5 Abendessen, Pkw-Parkplatz, Bahnfahrt Tauernschleuse Bockstein-Mallnitz, Bahn-Rückreise	Jeden Do. und Fr. zw. 17. Juli und 10. Oktober; ab 1.069,-; donaureisen.at
Mallnitz-Triest (8 Tage): Mallnitz-Seeboden/Millstätter See bis Grado wie oben-Monfalcone/Triest (tw. per Bahn), ca. 330 km (leicht); 7 ÜF, 1 Abendessen, Pkw-Parkplatz, Bahn-Rückreise	Jeden Sa. und So. bis 11. Oktober; ab 828,-; donaureisen.at
Villach – Grado (7 Tage): Villach-Tarvisio-Moggio Udinese-Udine-Grado; ca. 210 km, leicht; 6 ÜF, Parkplatz Villach	Jeden So. bis 28. 9. 2025; ab 759,-; kärnten-radreisen.at
Salzburg-Villach für Familien (8 Tage) Salzburg-Golling-St. Johann-Bad Gastein-Mölltal-Spittal an der Drau-Villach; 175 km, mittelschwer; 7 ÜF 3* und 4*, Bahnfahrten Schwarzach-Gasteiner Tal und Bockstein-Mallnitz	Jeden Sa. bis 4. 10. 2025; ab 929,-; eurobike.at
VIA CLAUDIA AUGUSTA – viaclaudia.org/radtour/rad-route-via-claudia-augusta (685 bzw. 750 km)	
Augsburg-Verona klassisch (12 Tage): Augsburg-Landsberg-Schongau-Füssen-Imst-Reschensee-Meran-Castelfeder-Trient-Belluno Veronese-Verona; 11 ÜF 3*, Transfers über Fern- und Reschenpass	Jeden Sa. bis 20. 9. 2025; ab 1.899,-; asi-reisen.de
Augsburg-Venedig III (14 Tage): Augsburg bis Trient wie oben-Feltre-Pieve di Soligo-Quarto d'Altino-Venedig; ca. 580 km, einfach; 13 ÜF, Transfers Fern- und Reschenpass, Trient-Levico Terme, Quarto d'Altino-Venedig	28. 6.-11. 7.; 19. 7.-1. 8., 30. 8.-12. 9. 2025; ab 2.179,-; radreisen.at
MÜNCHEN-VENEDIG – muenchen-venezia.info (Mountainbiketour; 560 km, 5.000 hm im Anstieg)	
Vom Marienplatz zum Markusplatz (12 Tage): München-Bad Tölz-Maurach/Achensee-Innsbruck-Mühlbach-Toblach-Cortina d'Ampezzo-Longarone-Conegliano-Treviso-Venedig; 1 ÜF 3* und 4*, 1 Transfer Innsbruck-Brennerpass	Jeden Di. bis 4. 10. 2025; ab 1.728,-; eurobike.at
Gemütliche Tour (12 Tage): Streckenverlauf wie oben – Venedig Mestre; 510 km, mittelschwer; 11 ÜF, Videoeinweisung, Transfer Innsbruck-Brennerpass	Jeden Di. bis 30. 9. 2025; ab 1.676,-; austria-radreisen.at
ANDERE TRANSALP-TOUREN (vom Veranstalter zusammengestellt)	
Erlebnisreise Wien-Triest: Von der Kaiserstadt an die Adria (10 Tage): Wien-Wiener Neustadt-Bruck an der Mur-Graz-Maribor-Celje/Lasko-Ljubljana-Postojna-Triest; mittelschwer (ca. 560 km); 9 ÜF, Bahnfahrt Wiener Neustadt-Semmering, Lenkertasche (eine pro Zimmer)	Jeden Fr. zw. 13. 6. und 19. 9. 2025 (alle 14 Tage); ab 1.390,-; radreisen.at
Transalp München-Gardasee (11 Tage): München-Starnberger See-Garmisch-Partenkirchen-Mittenwald-Leutasch-Imst-Burgeis-Meran-Auer-Trient-Torbole/Riva; 10 ÜF, Transfer Landeck-Nauders	Jeden So. bis 13. 9. 2025; ab 1.469,-; eurobike.at
Mountainbike-Tour Bike Everest Tirol 2025, Garmisch-Nauders (9 Tage): Garmisch-Zugspitzarena-Ötztal-Imst-Pitztal-Landeck-Serfaus-Pfunds-Nauders; ca. 280 km, 8.848 hm bergauf (mittelschwer); 8 ÜF 3*	Täglich 20. 6.-15. 9. 2025; ab 1459,-; radurlaub.com
Schweiz, Alpenüberquerung Nord-Süd-Route: Basel-Lugano (8 Tage): Basel-Aarau-Luzern-Amsteg-Gotthardpass-Bellinzona-Lugano; 7 ÜF 3*, Schifffahrt Beckenried-Flüelen; Zuschuss für Bahnreise, Schweizmobil-Plus-Einjahresabo, Ticino Ticket (zahlreiche Inklusivleistungen); anspruchsvoll	Täglich 14. 6. -28. 9. 2025; ab 1.475,-; asi-reisen.de

hm = Höhenmeter. ÜF = Übernachtung mit Frühstück. * Preis pro Person auf Basis Doppelzimmer; bei organisierten Veranstalter-Radreisen (es handelt sich um individuelle Touren ohne Guide) sind neben Unterkunft auch Gepäcktransfer von Hotel zu Hotel, ausführliche Reiseunterlagen (zumeist inkl. GPS-Daten/Radreise-App) und Service-Hotline (täglich) inkludiert. Preise: Stand Mitte Mai 2025