

Von den blauen Bergen ans Meer

Europas Fernradweg „Alpe Adria“ führt durch spektakuläre Landschaften. Im südlichen Teil ganz ohne Strapazen, wo die ehemalige Pontebbana-Eisenbahntrasse mit Viadukten und Tunneln begeistert. In Udine und Grado lockt dann Italien pur.

VON CLAUDIA HAASE

„Rallental“ „Verlangsam!“ Ein Bahnwärter mit Mütze, blauem Hemd und rotem Stopp-Signal in der Hand blickt streng – der Pappkamerad sieht verblüffend echt aus. Die Warnung ist berechtigt. Zwischen der ehemaligen Bahnstation Resiutta und einem zum Restaurant umgebauten Triebwagen am alten Gleis tummel sich die Gäste. Hier ist Aufpassen angesagt. Oder eine Pause.

Wir entscheiden uns für die Pause: Espresso, Wasser, Panini – wir sind mitten drin in der Leichtigkeit des Bike-Abenteuers. Und immer noch überrascht, dass Radeln in den Alpen Genuss pur sein kann. Zwei Tage sind wir jetzt im Sattel seitdem Start in Villach in Kärnten. Dort beginnt der südliche Teil des Alpe Adria Radwegs, der bis Grado ans Meer führt. Das größte Highlight der 180 Kilometer: Die umgebaute Trasse der alten Pontebbana-Bahn mit Viadukten, Tunneln und ehemaligen Bahnhöfen. „Selbst mit dem normalen Rad ist die Strecke gemütlich zu schaffen, wenn man fünf Tage einplant,“ weiß Manfred Traunmüller, der seit mehr als 30 Jahren Radreisen macht und jeden Kilometer der von seinem Unternehmen angebotenen Reisen selbst testet, klassisch, ohne Strom. Ab Villach geht es erst entlang der grünen Alpenflüsse Drau und Gail abseits großer Straßen sanft bergan. Nur einmal, nach den verlassenen Grenzposten bei Thörl-Maglern, ist es steiler. Die Eco-Taste am Bike hilft. Vor Tarvis leuchten die Berge in der Spätnachmittagssonne. Der Triglav mit Schneehaube. Blendend schön. Laut APP haben wir die meisten Bergan-Höhenmeter der Tour schon hinter uns. Im Hotel in Tarvis wartet das Gepäck – und, mamma mia, bestes und preiswertes italienisches Essen nach gerade einmal drei Stunden im Sattel.

Tarvis markiert mit seine ehemaligen Bahnhof Tarvisio Centrale den Beginn des „Herzstücks“ des „Ciclovía Alpe Adria“. Von den Habsburgern 1879 gebaut, ist die ehemalige Pontebbana-Bahn heute eine perfekte „Pista“. Breit, übersichtlich und so abwechslungsreich, dass sie als eine der schönsten Europas gilt. Schon in Camporossa ist der höchste Punkt der Reise erreicht. Bei 820 Meter über dem Meeresspiegel teilen sich die Wege, zumindest die des Wassers: Alle Bäche und Flüsse nördlich bahnen sich ihren Weg via Donau ins Schwarze Meer, alles Wasser ab hier fließt in die Adria. Von nun an geht's bergab, vorbei an einstigen Bahnhöfen, Wärterhäuschen, Fußgängerbrücken. Einige Stationen sind herausgeputzt, in Ugovizza locken „Bar & Cucina“, später in Chiusaforte ein bunter Radlertreff in einem großen Garten, wo früher offenbar mehrere Züge Platz hatten. Ein Abstecher führt uns nach Pontebba, bis



Die Silhouette von Grado voraus: Fünf Kilometer geht es am Radweg durch die Lagune.

FOTO:



Pedalo-Pause an der Piazza der sternförmig gebauten Festungsstadt Palmanova.

FOTO: CLAUDIA HAASE

1918 der Grenzort zwischen dem ehemaligen Reich der Habsburger und Italien. Die 2005 eröffnete neue Bahnstrecke bleibt für den Radfahrer praktisch unsichtbar. So wie auch die Autobahn kürzt sie das Kanaltal in langen Tunneln ab. Vor unserem ersten Tunnel – insgesamt sind es 22 Röhren – heißt es Warnwesten anziehen und Licht einschalten. Hui, nach ein paar Metern drinnen weiß man, was eiskalte Zugluft ist. Kaum wieder draußen, rattern wir über stählerne Eisenbahnbrücken und dann wieder unter Galerien entlang. Mal ganz nahe, mal weiter weg begleitet uns die türkisfarbene Fella mit ihren Mäandern im riesigen Natur belassenden Kiesbett, bevor sie der mächtige Tagliamento unterhalb von Moggio Udinese verschluckt und der Radweg mit dem Fluss Tagliamento seine Richtung ändert.

Aus Süden bläst hier heftiger Wind ins Tal, die Pontebbastrecke haben wir hinter uns, vor uns liegen Venzone und Gemona del Friuli, wo die Alpen auf einmal wie abgeschnitten enden, zack aus. Beide Orte haben historisches Flair und werden in Italien als besondere Bilderbuch-Schönheiten gefeiert. Das allerdings nur, weil die Bürger sich nach den verheerenden Erdbeben von 1976 wild entschlossen gegen die billige Planierung stemmten. In Gemona zeigt heute ein Museum die Katastrophe und das „Wunder“ des originalgetreuen Wiederaufbaus.

Dann hat uns Bella Italia – das Friaul mit seinen Hügeln, Weinbergen und Dörfern. 57 Kilometer bis Udine an Tag

Drei. Die einst reiche Handelsstadt Udine ist mit seinen Palästen, Arkaden und Plätzen allein eine Reise wert. Gern lassen wir uns Tiepolos Kunstwerke zeigen oder an der Piazza Matteotti erklären, dass ein Tajut ein kleines Glas Friulano Wein ist, ein Schluck für zwischen durch. Dazu gibt es Häppchen mit dem berühmten Daniele-Schinken oder Montasio-Käse aus den Bergen und Hügeln von nebenan.

Flachland prägt den Rest der Strecke. Eine sanfte Brise streicht durch Felder, auf denen noch Mohn blüht. Die Wege durch die Ebene sind winkeilig durch kleine Kanäle voller Wasser. Eine erste Plantage mit Olivenbäumen lässt keinen Zweifel, dass hier die Sonnenseite der Alpen ist. Dabei ist das Bergpanorama am gesamten Horizont noch zum Greifen nahe. Unglaublich, dass wir praktisch mühelos von dort gekommen sind. Für zwei Kulturhighlights legen wir ausreichend lange Pedalo-Pausen ein. Die ins Land geduckte und sternförmig gebaute Militärstadt Palmanova kündigt sich nicht aus der Ferne an. Ganz anders als in den kleinen Dörfern ringsum ragt aus ihr kein hoher Kirchturm in die Höhe. So sollte sie für Feinde möglichst lange unsichtbar bleiben. Besonders beeindruckend ist die Römerstadt Aquileia. Wir wandeln ein Stück über die 2000 Jahre alte, mit riesigen Steinen gepflasterte römische Fernstraße „Via Julia Augusta“. Eindeutig breiter als ein Radweg, aber echt holprig. Nur ein paar Steinwürfe entfernt lag der Hafen. Mehr als 280 historische Bauten schlummern noch un-

ALPE ADRIA RADWEG



Service

Reiseziel: Der Alpe Adria Radweg ist insgesamt 410 Kilometer lang. Er verbindet Salzburg mit Grado nahezu autofrei. Der nördliche Teil über Bad Gastein ist sportlich sehr anspruchsvoll mit starken Steigungen, er kann aber per Bahn abgekürzt werden. Die Bahnnahe mit Zu- oder Ausstieg gilt übrigens für die gesamte Strecke mit Ausnahme von Grado. Der südliche Teil ab Villach ist einfach zu bewältigen. Für etwas Sportliche sogar ohne E-Bike. An wenigen Stellen ist der Weg allerdings nicht asphaltiert. alpe-adria-radweg.com

Übernachten: Für jene, die sich die Übernachtungen der Reise selbst organisieren wollen, empfiehlt sich die Plattform fahrrad-hotels.com oder die Suche nach Bett und Bike. Wichtig sind überall absperrbare Fahrrad-Abteile. Gut Essen und Schlafen kann man etwa im Hotel Nevada in Tarvis. hotelnevadatarvisio.it In Grado bietet die Villa Bernt Zimmer mit viel Flair fast unmittelbar am Strand. hotelvillabernt.com

Pauschalreise: Die einfachste Variante ist eine Rad-Pauschalreise. Donaufreisen bietet sie bis 12. Oktober wöchentlich ab Samstag, Sonntag oder Montag für fünf Übernachtungen mit Frühstück an. Gepäckservice und Rücktransfer sind inklusive, ebenso GPS-Daten für die eigens ausgearbeiteten Routen und ein Service-Telefon bei Problemen. Die günstigste Variante kostet 648 Euro. Bei Schlechtwetter kann die Reise abgebrochen werden, die fehlenden Tage später nachgeholt werden. donaufreisen.at

ter der Erde. Die überirdische Attraktion Aquileias ist neben römischen Relikten die imposante Basilika, in der sich ein gigantisches, fast 1700 Jahre altes, 645 Quadratmeter großes frühchristliches Mosaik ausbreitet. Die Basilika wurde übrigens genau vor tausend Jahren nach dem Vorbild der Hildesheimer Michaeliskirche über das Mosaik gebaut, das damals schon zugedeckt gewesen sein dürfte. Erst 1909 wurde das entdeckt.

Wann kommt endlich das Meer? Kurz vor dem langen Damm nach Grado verstellt ein Pflanzen-Urwald die Sicht. Dar-

unter vergammelt der letzte Lost-Place-Bahnhof der Radreise. „Belvedere“ hieß er. Und genau das, die wunderschöne Aussicht auf Grado, die Fahrt durch die Lagune macht noch einmal Gänsehaut. Ziel erreicht. Grado ist ein Schmuckkästchen. Und voller Leben. Wir testen den Sand mit nackten Füßen. Sand, den die Flüsse Tagliamento und Isonzo in ihrem ewigen Strom hier abgeladen haben. Wir laden uns auch ab. Zu Aperitiv, Pasta, Fisch und Dolci – tatsächlich noch immer ohne Muskelkater.

Expertin: Auf Flügen kleiden wie auf dem Sofa

Auf Flügen ist es ratsam, auf etwas weiter geschnittene Kleidungsstücke zu setzen. „Bestenfalls hat man keine super engen Sachen an, sondern welche, in denen man auch bequem auf dem Sofa sitzen könnte“, sagt Laura Frommberg vom Luftfahrt-Fachportal „Aerotelegraph.com“.

Auf nächtlichen Langstreckenverbindungen hat die Vielfliegerin außerdem immer eine Schlafmaske und teils auch Wechselsachen dabei. Sie steigt dann „normal angezogen“ ein und ziehe sich vor dem Schlafengehen bequemere Kleidung an.

Warme Socken und Feuchtigkeitscreme

Ein weiterer Tipp der Expertin lautet: warme Socken einpacken. „Auf langen Flügen kann es kalt werden.“ Zwar geben Airlines teils auch Socken aus, aber manchmal seien die eigenen ja noch besser.

Unverzichtbar sei für sie auch eine Feuchtigkeitscreme im Handgepäck, da die Haut durch die trockene Luft an Bord schnell austrockne. „Außerdem fühlt man sich dadurch einfach noch mal frischer, wenn man am Ziel ankommt.“

tmn

Erlebniszug Bernina Glaciers: Bahnidylle pur

Historisch und spektakulär zugleich: Die idyllische Reise in den Bernina-Nostalgiewagen der Rhätischen Bahn, die stolze 100 Jahre lang beinahe täglich auf der Berninalinie unterwegs waren. Die beiden Triebwagen der ersten Generation entstanden bereits in den Jahren 1908 bis 1911.

Vom 9. Juli bis 7. August haben Gäste nun die Möglichkeit, wöchentlich an zwei Tagen mit der nostalgischen Bernina-Bahn in der Schweiz von Poschiavo nach Alp Grüm bis St. Moritz und zurück zu reisen.

Restaurant mit Bahnanschluss

Die Reise im Erlebniszug Bernina Glaciers führt vom Valposchiavo über Cavaglia weiter Richtung Alp Grüm – zum einzigen Restaurant mit ausschließlich Bahnanschluss. Danach geht es weiter über Ospizio Bernina, das Dach der Rhätischen Bahn auf 2253 Metern über dem Meer, entlang des Lago Bianco und Lej Nair. Die Sicht auf den Morteratschgletscher und die weltberühmte Montebello-Kurve zeigt: Die Bahnpioniere dachten bei der Linienführung auch an Genießer.

Gäste erleben diese Genussfahrt im Bernina Glaciers ohne Aufpreis zu dem normalen Ticketpreis – nötig ist lediglich ein gültiger Fahrausweis der jeweiligen Klasse.

Der Erlebniszug Bernina Glaciers fährt jeweils am Mittwoch und Donnerstag an folgenden Daten:

- 9. und 10. Juli
- 16. und 17. Juli
- 23. und 24. Juli
- 30. und 31. Juli
- 6. und 7. August

Weitere Informationen und Tickets gibt es unter: tickets.rhb.ch/de/pages/erlebniszug-bernina-glaciers

nh