

GRAN SASSO NATIONALPARK

VERGESSENES BERGPARADIES

Einsame Gipfel, eine karstige Hochebene und Hunderte von mittelalterlichen Dörfern prägen das Bild des höchsten Gebirgszugs des Apennins. Wer hier Urlaub macht, erlebt eine faszinierende Mischung aus hochalpinen Outdooraktivitäten gepaart mit einer unvergesslichen Reise in die Vergangenheit.

Text: Almut Otto

*Fotos: Gran Sasso Nationalpark / M. Anselmi,
ENIT / Sandro Bedessi*



„Gab es im Mittelalter W-Lan?“, fragt Mario und deutet auf die dicken Mauern seines historischen Hotels am Rande von S. Stefano di Sessanio. Das Haupthaus des ehemaligen Bauernhofs stammt aus dem 17. Jahrhundert, doch in diesem verschachtelten Gebäude sind sogar Relikte aus der romanischen Zeit zu finden. So langsam wird mir meine Luxusfrage peinlich! Ich kann doch mal zwei Tage ohne Internet auskommen, oder? Der Gastgeber schmunzelt: Natürlich ist er vernetzt. Und auch das Plumpsklo im zweiten Stock ist eine Attrappe. Das hausgemachte Essen ist mehr als vorzüglich, der Wirt kennt sich in seinen Bergen perfekt aus und hat jede Menge Ausflugstipps parat.

Santo Stefano di Sessanio gehört zu den schönsten und mit 1.250 Metern auch höchstgelegenen Orten Italiens.

Einen ersten Eindruck über die karge Landschaft verschafft die Burgruine Rocca Calascio, deren Wurzeln aus dem Jahr 1000 stammen. Auf 1.460 Metern Höhe bietet die ehemalige Festung eine perfekte Rundumsicht. Gen Norden zeigt die Gran Sasso-Gebirgskette mit dem Corno Grande (2.912 Meter) und dem spektakulären Monte Camicia (2.564 Meter) ihre mächtigen Flanken, im Südwesten wartet der Majella Nationalpark mit dem Monte Amaro (2.793 Meter) auf, im Süden ist der Regionalpark Sirente-Velino zu sehen und bei gutem Wetter reicht die Sicht sogar bis zur Adriaküste.



In Castel del Monte wurden Hollywood-Produktionen wie „Der Tag des Falken“ (1985) und „The American“ (2010) gedreht.

Noch heute führen Wanderschäfer ihre Herden durch das Land.



SCHAFE PRÄGTEN DIE LANDSCHAFT

Die höchstgelegene Burg des Apennins stand früher mit anderen Türmen der Gegend per Spiegel- und Feuerzeichen in Kontakt. So konnten die ehemals wohlhabenden Anwohner – ihre wirtschaftlichen Beziehungen reichten bis zu den Medici nach Florenz – ihre Schafe und deren kostbare Wolle vor Banditen schützen.

Genau genommen sind die gesamten Abruzzen von Schafen geprägt. Besonders deutlich wird dies am Campo Imperatore, dessen Bergwälder durch unaufhörliche Rodung einer heute kargen Weidelandschaft weichen mussten. Dementsprechend nannte der italienische Alpinist Fosco Maraini dieses Gebiet aufgrund seiner Ähnlichkeit zum mächtigen Vorbild liebevoll „Little Tibet“.

In Spitzenzeiten weideten an die drei Millionen Schafe in den saftigen Hochebenen des Campo. Doch im Winter – von Oktober bis April – ging es in wärmere Gefilde. Dank dieser Fernweidewirtschaft, der sogenannten Transhumanz, bieten die Abruzzen heute eindrucksvolle Trekking-, Bike- und Reitrouden durch bunte Blumenwiesen, Orchideenfelder, karstige Landschaften und über Kalksteingebirge. Eingekehrt wird in einem der vielen – für ihre Nachhaltigkeit ausgezeichneten – Agricoltura-Betriebe. Und natürlich darf abends der bekannte Montepulciano d’Abruzzo nicht fehlen.

GIGANTISCHE FILMKULISSE

Der außergewöhnliche Charme der Abruzzen lockte übrigens schon viele berühmte Hollywood-Regisseure an. So wurde der Schafzüchterort Castel del Monte, mit seinen schmalen Gassen, steilen Treppen und schmucken Steinhäusern Schauplatz des US-Films „The American“ (2010), während Filme wie zum Beispiel „Der Tag des Falken“ (1985) und der „Name der Rose“ (1986) die gesamte Kulisse des Gran Sasso Nationalparks nutzten.

Auch uns zieht es mit dem Radl nach Castel Monte. Neugierig begleitet uns ein knapp siebenjähriger Junge durch das mittelalterliche Städtchen. Was wir hier machen, möchte er wissen. Noch während wir ihm erklären, wie sehr wir die Idylle dieses geschichtsträchtigen Ortes bestaunen, ruft seine Mutter ihn zum Abendessen. Dobbiamo andare – Wir müssen gehen! Ciao, Bella Italia! Wir kaufen einen echten Pecorino aus Castel del Monte und reisen zurück in die Zukunft.



Ob Radeln, Reiten oder Wandern: Man trifft außerhalb der Saison kaum einen Menschen.

WANDERN

Von einer Tagestour bis zur Fernwanderung – der Gran Sasso Nationalpark bietet unendliche Möglichkeiten. Je nach Gegend und Jahreszeit geht es an prachtvoll blühenden Blumenwiesen, kargen Landschaften, halbwilden Pferden, Schafherden und vor allem mittelalterlichen Dörfern wie dem Castel del Monte mit seinem berühmten Pecorinokäse vorbei.

Becht, Sabine; Talon, Sven: Abruzzen – Müller (Michael), Erlangen; 2. Auflage. 2012; 288 Seiten, ISBN-13: 978-3899534283, 16,90 Euro
Carta Escursionistica, Gran Sasso d’Italia, topographische Wanderkarte 1:25.000 mit Vergrößerung der Region um Corno Grande in 1:15.000, 2007, Edizioni il Lupo, ASIN: B007RLHV5M, 13,90 Euro

BERGTouREN UND KLETTERN

Für Sportkletterer und Kletterer ist das Kalkgestein des Corno Piccolo an. Hier gibt es Routen von IV bis VI. Hervorragend ausgestattet und abwechslungsreich sind zudem der Monte Aquila und Farindola. Die Ost- und Südflanken des Corno Grande warten jeweils mit einigen wunderschönen, alpinistischen Routen auf. Weitere Informationen und Klettertouren gibt es über Mountain Evolution, Via largo Giardetti Matteo e Amedeo 5, 64047 Pietracamela (TE), www.mountainevolution.com

BIKEN

Ob antike Pfade, breite Forstwege oder abschüssige Schotterpisten – für Mountainbiker gibt es im Gran Sasso-Gebiet ein fast spinnennetzartiges Geflecht aus Wegen. Wer mit dem eigenen Bike unterwegs ist, kann sich schon vorab im Internet beim Touristenbüro für die Abruzzen an die 46 Touren mit über 3.000 Kilometern Gesamtlänge unter www.besuchabruzzo.de heraussuchen und GPS-Daten downloaden. Speziell im Gran Sasso Nationalpark können zudem von Mai bis Oktober an zehn „Papin Sport“-Standorten Bikes ausgeliehen werden. Besonders angenehm: Für Reparaturen oder die Rückgabe sucht man sich einfach den nächstgelegenen Papin Service aus.

Kompass Karte Gran Sasso d’Italia, L’Aquila, Wander- und Bikekarte 669, 1:50000, 2013, ISBN-13: 9783854910244, 7,50 Euro oder **PDF von Abruzzoturismo** Papin Sport, T. +39/0348/1751049, www.parks-biking.it

REITEN

Natur, Kultur oder Kulinarisches – um das Gran Sasso-Massiv führt ein 300 Kilometer langer Reitweg, der keine Wünsche offen lässt. Seit über zehn Jahren schon zählen die Abruzzen zu einem Reiter-Eldorado. Der Grund: Die Wege sind so angelegt, dass sich Mensch und Tier in Herbergen und Restaurants ausgiebig stärken können. Zudem ist für Übernachtungsmöglichkeiten mit Pferdunterstand gesorgt. Hier gibt es Pferde: Associazione Equestre „A Cavallo nel Parco“, L’Aquila – Assergi (AQ), T. +39/0348/3014960 oder auch unter www.parks.it

Wo früher einst Wälder waren, ist heute eine karge, aber eindrucksvolle Landschaft.



ALLGEMEINES

GRAN SASSO UND MONTI DELLA LEGA NATIONALPARK

Der 1991 gegründete Gran Sasso e Monti della Lega Nationalpark gehört zu den größten Italiens. Seine Fläche von 148.935 Hektar zieht sich vom Westen nach Südosten und bildet eine Landverbindung zwischen dem Euro-Sibirischen Raum und dem Mittelmeerraum. Drei auffällige Berggruppen kennzeichnen den Park: Die Gran Sasso-Kette mit dem Corno Grande (2.912 Meter), dem höchsten Berg des Apennins, und dem Ghiacciaio del Calderone, Europas südlichem Gletscher; der 24 Kilometer lange, runde Bergrücken des Monti della Laga sowie die Zwillingberge Monti Gemelli. Bemerkenswert ist zudem das durch Gletscher geformte, beckenförmige Hochplateau (1.600 – 2.200 Meter) des Campo Imperatore. Von einheimischen Bergfreunden wird die 25 Kilometer lange und 8 Kilometer breite, karstige Landschaft gern als „Little Tibet“ bezeichnet.

Während der Gran Sasso und die Monti Gemelli hauptsächlich aus Dolomit- und Kalkstein bestehen, sind die Monti della Laga aus Sandstein und Mergel geformt.

Im Park leben an die 50 abruzzesische Gämsen, die letztes Jahrhundert als ausgerottet galten. Zudem sind hier der Apenninwolf, Hirsche und Rehe sowie knapp hundert 100 Vogelarten, darunter seltene Greifvögel, zu Hause. Aufgrund seiner außergewöhnlichen Lage wächst im Nationalpark eine interessante Mischung aus mediterranen, orientalischen, kontinentalen und arktischen Pflanzen.

Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga, via Del Convento, 1 – 67010 Assergi (AQ), T. +39/0862/60521, www.gransassolagapark.it
Tourismusbüro Abruzzes, Corso V. Emanuele II, 301, 65122 Pescara, T. +39/085/42900900 oder aus Italien T. 800/502520,
www.besuchabruzzo.de

ANREISE

Mit dem Auto über die A22 bis Modena, dann A1 Richtung Bologna, bei Bologna auf die A14 abbiegen, an der Adria entlang bis Giulianova, dort auf die 80 bis Teramo fahren, dann geht's über die A24 durch den Gran Sasso Tunnel, Abfahrt L'Aquila Ost auf die 17 zum Beispiel bis Barisciano. Per Flugzeug nach Rom, von dort ca. 1,5 Stunden Fahrt mit dem Auto zum Nationalpark oder nach Pescara, ca. 1 Stunde Fahrt bis zum Nationalpark.

BESTE JAHRESZEIT

Von Mai bis Oktober zum Wandern, Biken und Klettern. Im Winter heißt es dann Skifahren oder Tourengehen.

ÜBERNACHTUNG

RESIDENCE IL PALAZZO

Die Residenz verfügt über vier komfortable Appartements mit Küche und Kamin. Wer hier residiert, sollte mindestens einmal an dem hervorragenden – selbstverständlich vom Wirt selbst zubereiteten – Abendessen teilnehmen. Residence il Palazzo, Via Gabriele D'Annunzio 12, 67020 Borgo Medievale di Santo Stefano di Sessanio, T. +39/0862/89445,
www.residenceilpalazzo.it

RIFUGIO DELLA ROCCA CALASCIO

Eine Übernachtung im Mittelalterambiente bietet dieses außergewöhnliche Rifugio. Der Eigentümer hat sämtliche verlassenen Häuser des Ortes in kleine Suiten verwandelt. Ob Zweibettzimmer mit Jacuzzi, großzügige Familienappartements oder 16-Zimmer-Herberge – hier ist für jeden Geschmack ein Dach über dem Kopf zu finden.

Rifugio della Rocca Calascio, 67020 Calascio (AQ), T. +39/0338/8059430,
www.rifugiodellarocca.it

ACCA' LASCIO

Einfach, aber sehr geschmackvoll ausgestattete Zimmer mit Gemeinschaftsküche und Bed & Breakfast. Es stehen fünf Doppelzimmer mit Bad und drei Appartements für zwei bis vier Personen zur Verfügung. Außerdem gibt es ein Gemeinschaftskaminzimmer mit Wifi. Vorteil dieser Unterkunft: Inhaber Lorenzo Baldi ist zudem Bergführer und hat für alle Arten von Ausflügen sehr gute Tipps parat. Acca' Lascio, Via Preta jerta snc., 67020 Calascio (AQ), T. +39/03280/828539, www.gransassoski.it

HÜTTEN

Das Rifugio Franchetti (2.433 Meter) ist im Sommer für Wanderer und im Winter für Skifahrer geöffnet. Unbedingt an Wochenenden und in den Ferien vorbuchen! Weitere Details gibt es hier www.rifugiofranchetti.it

Die Alpenvereinshütte Rifugio Duca degli Abruzzi (2.388 Meter) am Portella gelegen hat nur begrenzte Plätze und ist nicht ständig geöffnet. Hier lohnt sich die vorherige Anfrage unter www.rifugioducadegliabruzzo.it

Das Bivacco Andrea Bafle ist immer und für jedermann geöffnet. Es liegt auf 2.669 Metern und bietet sich für Klettertouren zum Corno Grande an.

Des Weiteren gibt es im Gran Sasso-Gebiet zahlreiche Hütten, die normalerweise geschlossen sind. Die Schlüssel erhalten Interessenten über den Club Alpino. Hier eine Liste der Hütten: www.lagagransasso.it

Idyllisch: Der kleine See



Von der Kirche Santa Maria della Pietà bei der Burgruine Rocca Calascio gibt es einen traumhaften Blick zu den Nationalparks Gran Sasso, Majella und Sirente-Velino
Foto: Gran Sasso.

