

Weg vom Gletscher bis zum Meer In elf Etappen bis nach Triest

Vom Gletscher bis ans Meer - so verlockend klingt das Motto des Alpe Adria Trails, von dem wir einige Etappen erwandert haben. Nach Ende unserer 15-tägigen Tour ab Ende August kann ich versichern, dass sich das Motto erfüllt hat. Wir, mein Mann Manfred und ich, hatten uns einer von unserem Bekannten Gerhard privat organisierten Reise vom Großglockner bis nach Triest angeschlossen.

Zwölf begeisterte Wanderer trafen sich am 23. August in Mallnitz (Österreich), die ein Bus in ein Hotel am Fuße des Großglockners brachte. Nach einer Übernachtung und einer Fahrt auf die Franz-Josefs-Höhe (2360 Meter) starteten wir unsere

erste Wanderung über einen steilen Serpentinpfad bis zur Pasterze, die die früheren Ausmaße des durch den Klimawandel geschrumpften Gletschers vor Augen führte. Die erste Strecke mit etwa 5,5 Stunden Gehzeit (1350 Meter runter und 290 Meter hinauf) führte uns an Wasserfällen, blühenden Wiesen, Almen und einem Staudamm vorbei, bis wir ins Zentrum von Heiligenblut gelangten, wo wir übernachteten.

Am nächsten Tag wanderten wir an den Apriacher Stockmühlen und am Mentlhof vorbei, wobei uns noch einmal ein grandioser Blick auf den Großglockner erwartete. Tagesziel nach etwa fünf Stunden Gehzeit war Großkirchheim-Döllach, der ehemalige Hauptort des Goldbergbaus in den Hohen Tauern. Am nächsten Tag brachte uns ein Bus zur Hansbauer-Hütte in Kärnten, von wo wir zum Tschiernock (2082 m) wanderten, zur Alexanderhütte abstiegen, um nach einem kurzen Aufstieg in unserer Un-



Die Apriacher Stockmühlen sind eine technische Meisterleistung.



Millstätter Hütte: Das erste Getränk nach der Wanderung ist immer das beste.

terkunft, der Millstätter Hütte (1880 Meter), zu gelangen. Hier hatten wir die einzige Hütten-Übernachtung auf der Tour.

Ansonsten nutzten wir Bustransfers, Gepäcktransport und Hotelunterkünfte mit Halbpension, was uns ermöglichte, den ansonsten 33 Etappen umfassenden Trail auf die landschaftlich schönsten Strecken auf 11 Etappen zu verkürzen. Grundsätzlich weist der Weitwanderweg, der die Länder Österreich, Slowenien und Italien streift, keine besonderen technischen Schwierigkeiten auf und kann im Grunde von jedem, der über eine gewisse Kondition und Erfahrung verfügt, gut gegangen werden. Man kann die Strecke sicher auch selbst individuell organisieren, kann verlängern, verkürzen oder von der Streckenführung abweichen. Doch auf jeden Fall sollte man ein GPS dabei haben, da trotz der guten Ausschilderung so mancher Hinweis auf die Route nicht leicht zu entdecken ist. Trotz Corona-Zeiten konnten wir als „Großfamilie“ bei Einhaltung der Hygiene-Vorschriften sicher reisen, da wir nur Gebiete mit niedrigen Infektionszahlen durchwanderten. Unterkünfte in Slowenien zu bekommen, erwies sich jedoch manchmal als schwierig, da diese oft von Einheimischen ausgebucht waren: Die slowenische Regierung hat zur Ankurbelung der Wirtschaft Hotelgutscheine an die Bürger vergeben.

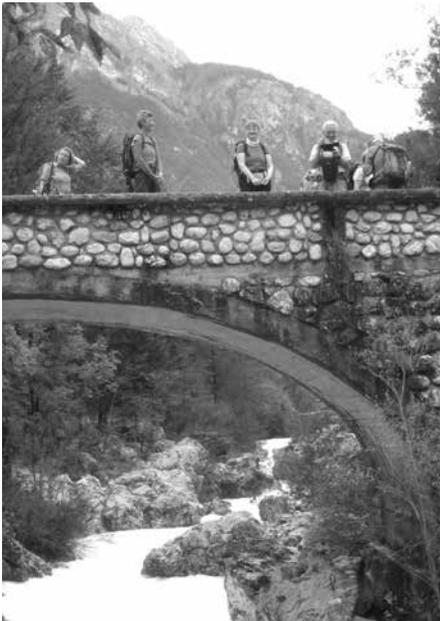
Wir hatten das Glück, dass die Gruppe, die meist aus Süddeutschen bestand, vom Tempo und Kondition bei Gehzeiten von 4,5 bis 8 Stunden gut zusammenpasste: Die Jüngste war



*Romantisch und schön zugleich:
der Ossiacher Schluchtweg.*

48, der älteste 83 Jahre. Alle waren wir begeistert von der landschaftlichen Vielfalt des Trails, die immer aufs Neue überraschte. Nach dem Hochgebirge zum Start wanderten wir nach der Hüttenübernachtung auf dem Millstätter Höhenweg an Almen vorbei, bis wir vor dem imposanten Granattor standen, das an das größte Granatvorkommen Europas im Innern der Millstätter Alpe erinnert. Ein mit Granatkieseln gepflasterter Steig führt hinab nach Döbriach am See (550 Meter hoch, 1760 Meter runter), wo wir einen

Ruhetag mit Schwimmen und Besichtigungen einlegten. Am 29. August brachte uns der Bus zum Ossiacher See, dem fischreichsten Gewässer in Kärnten. Durch eine bemoosten und felsige Schlucht wanderten wir auf die Ossiacher Tauern hinauf, genossen die ersten Blicke auf den Wörther See und die Karawanken, bis wir durch den Teufelsgraben in Velden ankamen. Am nächsten Tag ging es ins Dreiländereck: Von Tarvis aus, dem traditionsreichen italienischen Wintersportzentrum, gelangten wir über einen steilen Pilgerweg auf den Monte Lussari. Für etwa 1000 Höhenmeter brauchten wir nur 2,5 Stunden. Wir hatten uns beeilt, da es nicht nur anfang zu regnen, sondern sich kurz danach auch ein heftiges Gewitter entlud. Im obigen Gast-



Eine alte Steinbrücke führt über die Soca.

haus hatte der Wirt ein Einsehen, als er uns tropfnass vor sich sah und warf den Kaminofen an. Es war einer der wenigen Schlechtwetter-Tage auf der Tour, die uns ansonsten mit Sonnenschein und Temperaturen bis über 30 Grad verwöhnte. Eine Gewitterpause nutzten wir, um mit der Gondel wieder vom Monte Lussari herunterzufahren. Nebel und Regen verwehrten uns leider den Blick auf die Julischen Alpen.

Morgens Wandern in Italien, abends Übernachtung in Slowenien, genauer in Bovec, dem bekannten Wassersport-Mekka. Der Regen hatte die wilde Soca anschwellen lassen, sodass sich kein Kajak oder Kanu auf dem Fluss befand, an dessen Ufern wir am nächsten Tag entlangwanderten. Sein kristallklares, normalerweise türkisfarbenes Wasser, der schneeweiße Fels und das üppige Grün machten ihn als Naturjuwel im Alpenraum berühmt. Doch wir sahen eher in ein aufgewühltes bräunliches Wasser, Cappuccino sei das dieses Mal, meinte ein Wirt bei unserer Einkehr.

Trotzdem: Diese Wanderung gehörte mit zu den schönsten der ganzen Tour. Am 1. September ging es dann wieder nach Italien. Wir kamen nach einer wegen glitschiger Passagen auf Fels-, Wurzel- und Geröllwegen recht beschwerlichen Wanderung zum Wallfahrtsort Castelmonte Santuario und danach in die hübsche Stadt Cividale del Friuli, wo wir einen Ruhetag einlegten. Sie ist nicht nur wegen ihrer guten Weine bekannt, sondern auch als Weltkulturerbe.

Tourenberichte

Am zwölften Tag unserer Wanderung säumten Weinfelder, Feigen und Zitronenplantagen unseren Weg nach San Floriano an der Grenze zu Slowenien, wo wir in Breg in Landhäusern übernachteten. Von dort aus starteten wir am nächsten Morgen unsere Etappe in die sogenannte slowenische Toscana mit großen Weinfeldern und Obstplantagen. Nach der Besichtigung des Schlosses Dobrovo Castle brachte uns der Bus zurück nach Italien, nach Cormons. Das Ende der Reise nahte: Nach der „Ersteigung“ der Gipfelchen von Monte Debeli und Monte Arupcupa erreichten wir die Adria-Küste in Duino-Aurisina. Auf einem Küstenfelsen thront das Schloss Duino, das wir besichtigten und das uns zu grandiosen Ausblicken auf schwimmende Boote im blauen Meer verhalf. Die Etappe

endete am Ende des Rilke-Weges in der Sistiana-Bucht.

Auf den Punkt gebracht: Es war eine wunderschöne Reise mit etlichen landschaftlichen, kulturellen und kulinarischen Höhepunkten. Wer immer bekannte Weitwanderwege wie den E 5 von Meran nach Oberstdorf kennt, weiß um zeitweilige Massenaufläufe an besonders schönen Aussichtspunkten oder in Hütten. Wir dagegen wunderten uns, dass wir auf den meisten Etappen über Stunden keinen anderen Menschen begegneten. Nur in Bovec trafen wir eine weitere Wandergruppe, die mit dem DAV Summit-Club unterwegs war. Corona hat vermutlich viele Wanderer abgeschreckt.

Martina Drexler (Text)
Manfred Karras (Fotos)



Am Ziel: Die Gruppe erreichte nach elf Etappen Triest.