

Zwar hat Italien nur einen kleinen Küstenstreifen Liguriens zwischen Levanto und La Spezia in den Status eines Nationalparks erhoben. Doch auch das Gebirge nur 50 Kilometer dahinter rund um Bedonia bie-

tet einsame Landschaftsbilder in denen die Urlaubsseele gerne versinkt (Foto Castello di Compiano).

Besonders das Leben in den abgeschiedenen Städtchen und Bergdörfern pulsiert noch im selben beschaulichen Takt, den seinerzeit die Erbauer der historischen Kirchtürme und Castelli erlebten.

Ein Stück Zufriedenheit



Cinque Terre: Nicht nur der Nationalpark Liguriens ist eine Reise Wert (kleines Foto). Besonders aber das gesamte Gebirge bis zur Po-Ebene ist an Ursprünglichkeit kaum zu überbieten. Grund: Der Massentourismus konzentriert sich an der Küste.



Haben Sie schon mal an einen Winterurlaub an der Mittelmeerküste gedacht? Milde 10 bis 20 Grad Celsius sind im Dezember zu 90 Prozent garantiert. Zu 100 Prozent jedoch wird der 20 Kilometer lange Küstenstreifen zwischen Levanto und La Spezia die Sinne berauschen. Zerklüftete Berge, unzugänglich versteckte Dörfer. Die Nationalparkidylle „Cinque Terre“ thematisiert eine selten schöne Mittelmeersteilküste, die 6700 Kilometer lange, Jahrhunderte alte Trockenmauern modellieren.

Sphäre-Verlag

Wer an Weihnachten als Individualtourist an die Küsten reist, gehört zu den echten Genießern. Denn: In den Sommermonaten herrscht in allen Regionen, an denen Meere branden oder Seen funkeln der absolute Ausnahmezu-

stand: Teutonengrill, 40 Grad im Schatten – wie Brathähnchen auf der Grillstange reihen sich die Lichtschutzfaktor 0,0 gefetteten Leiber im Sand.

Im Winter dagegen ziehen sich die touristischen Besatzungsmächte zurück. Die Einheimischen haben ihre Riviera Ligure wieder. Morgens treffen sie sich in den Bars. Entweder sie diskutieren mit molto temperamento in rhythmisch anschwellender Tonlage oder nippen silenzioso ihren tiefschwarzen Espresso. Oft versinken sie hinter ihrer „La Gazzetta dello Sport“. Aus deutscher Sicht wirkt die Lektüre dieser reichweitenstärksten Tageszeitung Italiens etwas kurios. Erstens weil sie sich, wie zwei weitere Blätter, ausschließlich mit dem Sport



beschäftigt und zweitens ihre Schlagzeilen auf rosafarbenes Papier druckt. Vielleicht liegt darin die Heiterkeit der Italiener begründet. Denn so belesen zumindest bleibt das fröhliche Gemüt der Südländer von der ätzenden Boulevard-Hetze germanischen Zuschnitts verschont.

An Sonntagen schlendern die Einheimischen in dicken Pullis mit hochgeschlagenem Kragen über ihren nassen Sand, den die milchige Scheibe der flachen Wintersonne kaum zu trocknen vermag. Für gewöhnlich sind Italiener ebenso wie wir Deutschen nicht gut zu Fuß. Das Statussymbol Auto bewältigt noch immer selbst in verkehrskollapsgefährdeten Städten die überflüssige Zigarettenautomatenfahrt oder verkürzt und verarmt den Kindern ihren Schulweg.

An diesem Küstenstreifen aber liegen die Städtchen und Dörflein isoliert wie kleine Inseln in tiefen, engen Talschnitten. Die Bewohner von Vernazza beispielsweise können das nur 3,5 Kilometer entfernte Traumstädtchen Monterosso über einen Fußweg erreichen. Mit dem Auto müssten sie satte 17 Kilometer auf kurvigen Kleinststraßen knapp eine Stunde Umweg fahren. Wegen der rauen Topografie zuerst 550 Meter hoch über das silber schimmernde Meer, etwas später ebenso viele Höhenmeter wieder hinab.

Von daher sind die historischen Sentieri, zu deutsch Wanderwege, entlang der Küste des Nationalparks nicht nur ökologisch eine echte Alternative, sondern auch ökonomisch.

Für den Nationalpark-Urlauber gibt diese Wanderung 1,5 Stunden lang den Blick frei in eine uns fremde Küstenwelt, wie ihn wohl die Seefahrer und Bauern der Cinque Terre in den letzten 1000 Jahre fast unverändert erlebt haben. Genauso alt ist Vernazza, das mehr als die anderen der insgesamt fünf Küstendörfer

Gemischtes Publikum: Sonnenbaden oder Wandern



Nationalpark Cinque Terre: Fünf abgeschiedene Küstendörfer wie Monterosso (Foto) liegen malerisch einsam in tief eingeschnittenen Buchten der ligurischen Riviera Italiens. In nur zwei bis drei Kilometern Luftlinie steigt hier dieser Küstenstreifen besonders steil bis auf 812 Metern Höhe an. Und dennoch gelang es den Menschen diesen unzugänglichen Bereich urbar zu machen.

6700 Kilometer Lesestein- und 11000 Kilometer Trockenmauern modellieren das Gebirge zu einer seltenen Terrassenlandschaft. Die Regierung hatte 1999 den 12 Kilometer langen schmalen Streifen zwischen Levanto und La Spezia unter den Schutz eines Nationalparks gestellt. Italien besitzt 24 solcher herausragenden Landschaften. Zum Vergleich: Deutschland hat 14 Nationalparke eingerichtet. Aktuell ringt Baden-Württemberg um die Gebietsabgrenzung des Nationalparks Nordschwarzwald.

Cinque Terre reiht sich seit 1997 in die UNESCO-Liste des Weltnatur- und -kulturerbes ein. Der Park grenzt an das Walschutzgebiet im Mittelmeer zwischen Ligurien, Südfrankreich und Sardinien. Hier leben viele Streifendelfine und Finnwale. Das Foto oben gibt den Blick auf das 500 Meter tiefer gelegene Hafenstädtchen Monterosso frei. Das kleine Foto zeigt den Strand bei Bonassola, außerhalb des Parks. Eine weitere Besonderheit: Zwischen Levanto und Framura gehört eine sechs Kilometer lange Küsten-Tunnelpromenade alleine Radfahrern und Fußgängern.

Nationalpark Cinque Terre: 3860 Hektar / max. Höhe: 812 m (Monte Malpertuso). Vergleich: Biosphärenreservat Schwäbische Alb 85300 Hektar, Ehemaliger Truppenübungsplatz Münsingen 3700 Hektar.



Teutonengrill: 40 Grad im Schattent – wie Brathähnchen auf der Grillstange reihen sich die Lichtschutzfaktor 0,0 gefetteten Leiber im ligurischen Sand.

Fotos: Sphäre-Verlag biosphaere-alb.com

des Nationalparks seine Wurzeln bewahrt hat. Eindrucksvolle architektonische Elemente wie Portale, Bogen- und Laubgänge zeigen, dass die Bewohner dieses Naturhafens einst einen etwas höheren Lebensstandard genossen haben. Die Wanderoute von Vernazza aus führt über einen Single-Trail über gelbroten, von Wanderschuhen feingemahlten Staub. Der Pfad führt

ständig auf und ab über hunderte in nackten Fels geschlagene Stufen, entlang Natursteinterrassen, von denen es hier über 6000 Kilometer geben soll. Die schwer zugänglichen Oliven- und Zitrusbaumplantagen an dieser extrem steilen Küste demonstrieren den Überlebenswillen dieser traditionellen Agrarwirtschaft.

Besonders der arbeitsintensive aber sonnenverwöhnte Re-

weinsaft findet schon seit der Antike reißenden Absatz. Amphorenfunde bei Ausgrabungen in Pompeji belegen die Beliebtheit der Traubensorten Bosco, Arbara und Vermentino, die in einer der faszinierendsten und spektakulärsten Weingegenden der Welt gewonnen werden. Dank des milden Mikroklimas reift in dieser Gegend ein qualitativ kostbarer, voller und trockener Weißwein heran. Ein Wein der gemeinsam mit dem Sciacchetra die Spitze der italienischen Weine einnimmt.

Doch nicht immer muss es Winter sein, um im Süden dem Ansturm an Sonnentouristen zu entgehen. Nur 50 Kilometer nördlich der Küstenlinie zwischen den bis zu 1500 Meter hohen Bergen rund um Bedonia herrscht selbst im August touristische Ruhe [Aufmacherfoto Seite 28]. Wobei diese Gegend keineswegs verschlafen ist. Im Gegenteil. Nördlich von Piacenza am Rande der Poebene laden 20 Burgen und Schlösser auf den Besuch. Diese historischen Bauten bilden wie früher auch heute noch den Mittelpunkt lebendiger Orte, angefüllt mit quirligen Geschäftsleuten, die in den schmalen Gassen Tür an Tür Gemüse, Backwaren, Hauswaren und Zeitungen feilbieten. In den Metzgereien hängen noch Schweinehälften ab, oder der Hasenbraten wartet fast wie er leibt und lebte auf seine noch nicht von Vakuum-Packs entfremdete Kunden. Hier schmeckt der Pfirsich noch wirklich zuckersüß. Und alles nur weil die Städtchen alleine über verschlungene Gebirgsstrassen erreichbar sind, deren rissiger und verworfener Serpentin asphalt flotte 50 Autokilometer zur langatmigen Dreistundenfahrt ausdehnt. Für die uniforme Warenlogistik moderner Lebensmittel- und Konsumversorger, auch Billig-Discounter genannt, ist dieser Landstrich schlicht nicht rentabel – noch nicht. ■



Fast wie gemalt – das Dörflein Lavaggirosso klebt förmlich am Hang.



Mediterrane Pinienwälder bewachen die Steilküste.



Buschwald – an der Küste dominiert die Macchie.



Hausbesetzer – Leerstände werden oft genutzt.



Nationalpark
Cinque Terre

©www.hikebikemap.de, OpenStreetMap (CC-by-SA 2.0)



Schwarzwaldklima – Regen bringt Grün nach Bedonia.



Unbewegt – die Zeit steht still in Framura.

Wir sind die Spezialisten für Homöopathie und Naturheilkunde.

Blutfette und Cholesterin - Harnsäure - Blutzucker erhöht?

Unsere neuen homöopathischen Ansätze unterstützen Ihre Therapien.

Adlumia fungosa (Kletternder Erdrauch)
Perilla ocymoides (Shiso, Sesamblatt)
Datisca cannabina (Scheinhanf)
Syzygium jambolanum (Jambul)

www.alte-apotheke-laichingen.de
Kostenlos informieren: Tel. 0800 5122 5122

