Ausgabe 1 | 2010
Deutschland 7,80 Euro | Österreich 8,60 Euro
Schweiz 15,60 sFr | Italien 9,90 Euro

GARDASEE Journal 2010

GARDASEE

Journal 2010

GENIESSEN | ENTSPANNEN | ENTDECKEN

Aktuelle Infos 2010

Familienurlaub
Was die ganze Familie glücklich macht

Gourmet-Tour
Entdeckenswerte Feinkostläden, Restaurants und Winzer

Sportparadies
Mountainbiken, Segeln, Surfen & mehr

Übernachtungstipps
in allen Preiskategorien

Golf & Wellness

Ausgehtipps
Tanzen und Chillen am Lago

www.gardasee-journal.de

4 191806 407806 01

Auf den Trails im Gardaseegebiet ist für jeden die ideale Tour dabei.

*Text*_Andreas Albrecht
*Fotos*_Thilo Weimar und andere

Die unendliche Geschichte vom Biken

Schon als Kind hatte ich eine unbestimmte Sehnsucht nach Sonne, Bergen, Wind und Wasser. Im Geografieunterricht war ich unschlagbar darin, auf der großen alten Weltkarte auf Anhieb alle möglichen Regionen zu finden. Immer wieder schweifte mein Blick über die Alpen hin zum italienischen Stiefel und blieb am Gardasee hängen.
Mittlerweile ist der mediterrane See eines meiner Lieblingsziele und im Herbst 2008 war ich wieder mal unterwegs, um die letzten fehlenden Touren für den „Gardasee GPS Bikeguide 3“ und für meine Leser zu erkunden ...

Abseits

der hinlänglich bekannten und zu bestimmten Zeiten sehr überlaufenen Pfade im Norden des Gardasees gibt es noch jede Menge aufzuspüren, denn Wege, Pfade, Trails sind ja hinreichend vorhanden. Ich mache mir „nur" die Mühe, daraus eine vernünftige Runde zu machen: „Die Linie muss Sinn ergeben", pflege ich zu sagen und mein Bikefreund Matthias, der diesmal dabei ist, verdreht die Augen, so oft hat er den Spruch schon gehört. Heute stehen wir auf der Terrasse des *Rifugio Fiori del Baldo* in 1819 Meter Höhe an den südlichen Ausläufern des Monte-Baldo-Massivs. Vor uns verläuft ein nahezu idealer Kammweg. Links geht die Sicht bis zu den Lessinischen Alpen. Dazwischen liegt das Etschtal. Rechts schweift mein Blick hinunter zum Gardasee und wieder hinauf zu den Bergen, die sein Westufer begrenzen.

Die gesamte Region ist durchzogen von uralten Pfaden, die die Bewohner im Laufe der Jahrtausende angelegt haben, um ihren Lebensunterhalt zu sichern. Früher ist wahrscheinlich kaum jemand in die Berge gegangen, um die schöne Aussicht zu genießen. Fast immer standen handfeste Interessen dahinter, sei es um Nahrungsmittel zu beschaffen, hochgelegene Wiesen zu bewirtschaften oder Handel zu treiben. Heute finden wir hier alte Karrenwege vor, die im frühen Mittelalter entstanden sind und von der Wegebaukunst unserer Vorfahren berichten. Sie erzählen ebenfalls von den damals zur Verfügung stehenden Transportmitteln, die an manchen Stellen tiefe Furchen in den steinigen Untergrund eingegraben haben.

Andere Wege waren für den Transport mit Mulis oder Eseln vorgesehen. Soweit sie nicht zugewachsen sind, können wir ihre Überreste als Trails nutzen. Bergauf sind diese Wege mit dem Mountainbike kaum befahrbar. Erst der militärische Wegebau, der sich an den logistischen Anforderungen der Kriegsführung orientieren musste, schuf im 19. und 20. Jahrhundert auch bergauf befahrbare Strecken. Die nutzen wir heute gerne – damit erfüllen sie wenigstens jetzt einen sinnvollen Zweck.

Es gibt immer Neues zu entdecken

…, auch wenn man meinen möchte, dass die inzwischen stattliche Anzahl von Tourführern alles erschöpfend erfasst hat. Manche Pfade haben einfach nicht den Weg in das Kartenmaterial gefunden, das es zuhauf gibt.

Richtig interessant wird es nämlich erst im Gelände. Das ist Matthias und mir klar, als wir vom *Rifugio Fiori del Baldo* schließlich losfahren. Knapp 2000 Höhenmeter haben wir uns nach oben gekämpft und nun wollen wir die wieder „vernichten"! Los geht es mit dem Trail auf dem Kammweg, der sich zum *Forte di Naole* hinzieht. Der Ausdruck „atemberaubend" wird oft überstrapaziert, doch hier trifft er mit Recht zu. Der Kamm verläuft in südlicher Richtung, eine ideale Linie.

Aus dem Etschtal drücken Nebelschwaden nach oben, die am Kamm abreißen und die Sicht freigeben. Vor uns liegt das *Forte di Naole*, eine der vielen Festungen aus der Zeit des 19. und 20. Jahrhunderts, als sich hier die Grenzen ständig verschoben. Manche Festungen wurden von den Österreichern gebaut, hießen „Werk" und die Schussrichtung zeigt nach Süden. Später, als dieses Gebiet an Italien fiel, wurde aus „Werk" ein „Forte" und die Schussrichtung der Kanonen musste nun natürlich umgedreht werden. Das *Forte di Naole* wurde von den Italienern errichtet und vor einigen Jahren behutsam restauriert.

Weiter geht es bergab auf der Militärstraße und über Stock und Stein auf selten befahrenen Pfaden. Bei einem Wasserloch verlieren wir etwas Zeit mit der Suche nach einem direkten Weg nach Lumini, der laut Karte vorhanden sein könnte. Da ist aber nur eingezäuntes Gelände, das von Brombeerhecken umgeben ist – kein Durchkommen.

Deshalb folgen wir den vorhandenen Wegen und kommen an der Verbindungsstraße zwischen Caprino Veronese und

Superpfade am Monte Baldo mit atemberaubenden Ausblicken auf das Wolkenmeer über dem See

„Im Zweifel hat immer die Natur recht, niemals die Karte oder das GPS!“

Lumini heraus. Matthias grinst schon und weiß, dass wir nicht die Teerstraße runterrollen werden: „Die Linie muss stimmen“, nimmt er meine Worte vorweg und legt bergauf einen kleinen Zwischenspurt ein. Ich lasse ihn ziehen und rufe ihm hinterher, dass er in Lumini schon mal einen Platz in der wärmenden Nachmittagssonne freihalten soll. Das fällt ihm nicht schwer, denn in dem verschlafenen Örtchen ist nie viel los. Immerhin gibt es ein Albergo und eine Bar, wo wir uns einen Cappuccino gönnen. Zum krönenden Abschluss wartet dann noch eine Variante der Sperane-Trails auf uns, ehe wir durchs alte Mühlental zurück nach Garda rollen.

Die Bühne ist der Lago di Garda

Für die nächste Tour lassen wir uns von Garda inspirieren, dem hübschen Ort, der dem See seinen heutigen Namen gab. Eng nebeneinander liegen die Berge der Hügelkette, die Garda wie ein riesiges natürliches Amphitheater umschließen. Die Bühne ist der Gardasee, der sich aus den unterschiedlichsten Blickwinkeln immer wieder selbst in Szene setzt – Applaus ist ihm gewiss!

Mir fällt als Name für diese Tour spontan *Giro di Garda* ein. Matthias ist noch skeptisch und meint: „Lass uns erst mal die Runde fahren.“ Als wir am Abend dann wieder an der Strandpromenade sitzen, kennt uns der Kellner schon und bringt uns postwendend unsere Lieblingsgetränke, für mich ein Kristallweizen und für Matthias ein Hefeweizen. Wir dürfen das so nennen, da wir oberhalb des Weißbieräquators unseren Hauptwohnsitz haben. Wir prosten uns zu und Matthias segnet meine Namensgebung ab, denn auf dieser Runde finde ich als Mountainbiker alles, was mir gefällt: knackige Anstiege, knifflige Singletrails, grandiose Panoramen und jede Menge Fahrspaß. Das alles wohldosiert in kleinen, abwechslungsreichen Portionen, die Appetit auf mehr machen. La Rocca Vecchia, Monte Lenzino, Monte Bandiera und Monte Luppia heißen die Stationen dieser Rundtour, die ganzjährig befahrbar ist.

„Giro di Garda – die Tour, die alles bietet, was gefällt“

Wie ich bei sehnsüchtigen Blicken im deutschen Winter auf die Webcams am Gardasee immer wieder erfahren habe, gibt es selbst im Januar und Februar oft längere sonnige Schönwetterperioden und fast nie Schnee.

Auch die Tour, die wir uns für den nächsten Tag ausdenken, ist eine, die man sogar in normalen Wintern am Gardasee fahren könnte. Ganz hoch hinaus geht es nicht. Der Monte Moscal ist der letzte Berg vor der Ebene, die sich nach Verona hinzieht. Er verspricht einen ordentlichen Trail, und dieser beginnt bei einem Haus, das wahrlich eine traumhafte Aussicht auf den Gardasee bietet. Eine Frau ist zu sehen, mit meinen spärlichen Italienischkenntnissen bitte ich sie um Wasser und lasse eine Bemerkung über das wunderschöne

Panorama einfließen. „Sí, veramente bello questo panorama!" antwortet sie und zeigt uns den Wasserhahn, wo wir unsere Trinkflaschen auffüllen. Das gibt mir Gelegenheit, nach dem weiteren Weg zu fragen, denn der scheint durch eine Schranke mit einem Schild *Strada privata* versperrt zu sein. Sie meint, es sei kein Problem, das Schild sei nur da, um die Motocrosser abzuhalten.

Auf dem Gipfel des Monte Moscal angekommen, bietet sich uns eine sensationelle Rundsicht. Der Platz hat irgendwie etwas Spirituelles, ich kann mir gut vorstellen, dass sich hier die Menschen schon vor Tausenden von Jahren versammelt haben, um archaische Rituale abzuhalten.

Schließlich nehmen wir noch die alte Militärstraße hinauf zum Forte San Marco. Die haben wir gestern beim Kartenstudium entdeckt. „Komm lass uns mal da hinfahren, das sieht aus wie der kleine Bruder vom Tremalzo", schlägt Matthias vor. In 40 Kehren auf teilweise sehr grobem Untergrund kommt tatsächlich ein ähnliches Feeling auf. Der „Spaß" dauert zum Glück nicht ganz so lange wie am Tremalzo, ist aber auch nicht ohne, da es hier in Südwestlage kaum Schatten gibt, und die Sonne unbarmherzig brennt.

„Ein Leckerbissen für Trailfreunde"

Gleich nach der Festung geht ein Pfad nach Lubiara. Er verläuft über grobe Steine, abschüssige Felsplatten und ist mit Stufen durchsetzt. Für die einen dauert er zu lange, weil sie schieben wollen oder müssen, die anderen sind traurig, dass es nur etwa 100 Höhenmeter sind. Wie dem auch sei, das ist das Schöne an den Touren am Südende des Gardasees: Es gibt anspruchsvolle Trails in Hülle und Fülle. Sie lassen sich aber gut kombinieren zu Touren, die auch für Einsteiger interessant sind.

Das „Rüttelmonster" nach Castelletto

Viel zu schnell gehen die Tage hier für uns vorbei. Zum Abschluss dieser Saison lassen wir uns noch einmal bequem nach oben shuttlen. Der Kreis schließt sich für uns, als wir aus dem abenteuerlichen Korblift am Rifugio Fiori del Baldo aussteigen. Jetzt ist uns die Landschaft vertraut, wir können die Trails lesen, die uns in fast direkter Falllinie hinunter ans Ufer des Gardasees bringen werden. Ganz ohne eigene Muskelkraft sind wir hier angelangt, in Verbindung mit dem Service *Bus & Bike*. Von Garda aus kann man sich im Sommer täglich und an den Wochenenden bis in den Oktober hinein an verschiedene Punkte shuttlen lassen: ein Service, den man im Trentiner Norden des Gardasees vermisst.

Wir haben rund 1800 Höhenmeter Abfahrt zum Ufer des Gardasees vor uns, fast komplett auf Trails, groben Karrenwegen und Schotterpisten, dazu ohne nennenswerte Gegenanstiege. Matthias findet schnell den Namen für diese Tour: das Rüttelmonster nach Castelletto. Diese Tour sollte man wirklich nur mit einem Fully fahren. Ein breites Grinsen hat sich auf unseren Gesichtern festgesetzt und es verschwindet nicht, bis wir in Castelletto am Seeufer angekommen sind – wow! Der Kontrast könnte nicht größer sein, als wir uns zum Abschluss am malerischen kleinen Hafen niederlassen. Selten waren wir so glücklich wie an diesem Tag.

Mecki's Bar

Der Kulti-Treffpunkt für Radfahrer

Fährt man von Torbole in Richtung Riva, kurz vor der Abbiegung in Richtung Linfano, liegt auf der rechten Seite die beliebte Bar mit den besten Toasts weit und breit. Mary, die gute Seele der Bar, sorgt mit Herzenswärme dafür, dass die Radler ja nicht verhungern. Ihr Mann und ihre beiden Söhne hel-fen tatkräftig mit, um die vorwiegend radfahrenden Gäste rasch und zur Zufriedenheit zu bewirten. Alles begann 1962 mit einem kleinen Kiosk. Bereits in dieser Zeit kreierte Mary ihren heute legendären „reich gefüllten Toast".

Nach den Surfern entdeckten in den 80er-Jahren die Mountainbiker den Trentiner Teil des Gardasees und rasch auch Mecki's Bar. In dieser Zeit nahm Ivan, Marys Erstgeborener, als Straßenradsportler an den Olympiaden in Seoul (1988) und in Barcelona (1992) teil. Begeistert vom Erfolg des Sohnes und den vielen radfahrenden Gästen änderten Mary und ihr Mann Rinaldo gemeinsam mit den Söhnen Ivan und Lucio, Letzterer übrigens ebenfalls ein erfolgreicher Radsportler, ihr Konzept: Es entstand „Mecki bike & coffee", das bis heute ein *centro* für Radfahrer ist. Die Familie kümmert sich um alles, was man im Radurlaub benötigt, und das mit sehr viel familiärem Charme (www.mecki.com).

Bücher unserer Autoren

Viel ist über den Gardasee geschrieben worden und unzählige Gardaseeführer sind auf dem Markt. Da die Zeit auch hier nicht stehen bleibt, sind diese nach einem Jahr meist schon wieder veraltet. Es gibt jedoch Bücher, die einfach nur Lust darauf machen, den Lago di Garda besser kennenzulernen. Keine klassischen Reiseführer, sondern Einstimmungen auf den Urlaub...

KULINARISCHE ENTDECKUNGEN AM GARDASEE 2010

Monika Kellermann

Nach dem großen Erfolg der Kulinarischen Entdeckungen 2009 hat Monika Kellermann wieder zahlreiche Ristoranti & Co. rund um den Gardasee und sein Hinterland getestet. Unzählige Restaurants, Trattorien und Osterien gibt es am Lago di Garda, dem traumhaft schönen Urlaubsparadies. Aber wo isst man wirklich gut? Wo findet man noch die echte Trattoria, wo die Pasta tatsächlich noch jeden Tag von Hand zubereitet wird? Wo ist das romantische Ristorante mit Seeblick und dennoch guter Küche oder die gemütliche Enoteca, wo man auch eine schmackhafte Kleinigkeit zu essen bekommt? In welcher der zahlreichen Bars kann man sich bei einem Aperitivo, begleitet von Stuzzichini (Appetithäppchen), die Zeit bis zum Abendessen angenehm vertreiben?
Monika Kellermann, die etwa die Hälfte des Jahres am Lago di Garda lebt, ist auch dieses Jahr wieder für Sie auf kulinarische Pirsch gegangen. Sie hat alle Lokale aus den „Kulinarischen Entdeckungen 2009" erneut unter die Lupe genommen und zahlreiche neue Ristoranti & Co. getestet, die sie den Lesern auf ihre begeisternde Weise vorstellt.
Neu in der Ausgabe 2010:
* 30 Neuentdeckungen
* Vorstellung von Aperitivo-Bars, die neben Spritz & Co. auch Häppchen zur Happy Hour anbieten
* 36 Seiten umfangreicher als die Ausgabe 2009

ISBN 978-4-00-029287-3
256 Seiten mit Fotos
Preis: 17,80 €
Erhältlich über
www.gardasee.de,
bei Amazon und in
Genussläden am Gardasee

MEERESBRAUSEN, SONNENGLANZ – POETEN AM GARDASEE

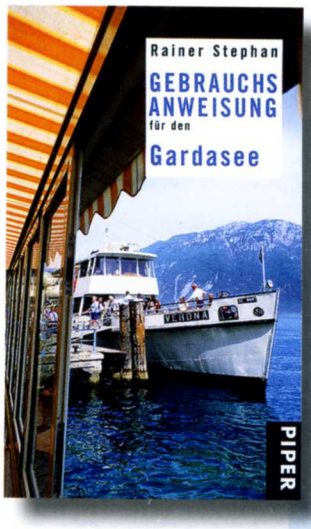
Dirk Heißerer

„Im schönen Land Italien liegt ein See," singt Dante. Hier fühlte sich Catull „von Sorgen frei", hatte Goethe den Wunsch seine Freunde um sich zu versammeln, ruderte Thomas Mann in erholsamen „Sonnenfrieden" – das angenehme, wohltuende Klima hat zu allen Zeiten Dichter angezogen.
Aber wie Vergil wusste, kann der See auch „aufbrausen" wie das Meer mit tosenden Fluten, was Goethe bestätigte, der hier ein „köstliches Schauspiel" und ein nicht bloß anekdotisches Abenteuer in Malcesine erlebte. In Arco und Riva, den Kurorten des alten Österreich, suchten Rainer Maria Rilke, Friedrich Nitzsche, Heinrich und Thomas Mann sowie Franz Kafka Erholung bei Luftkuren. Besonders milde ist die Luft am lombardischen Ufer in Gardone. Paul Heyse hatte hier eine Villa und schrieb „Novellen vom Gardasee". D. H. Lawrence und Frieda von Richthofen erlebten hier eine leidenschaftliche Liebe, und natürlich war da noch Gabriele d'Annunzio und viele, viele mehr, die den See in ihr Herz geschlossen hatten und wunderbare Gedichte, Novellen und Romane über den Gardasee schrieben.
Dr. Dirk Heißerer erzählt auf unterhaltsame Weise Geschichten über die berühmten Dichter und Poeten, gespickt mit deren Gedichten und Anekdoten. Ein wirklich lesenswertes Buch.

Dr. Dirk Heißerer promovierte nach dem Studium der Germanistik, Philosophie, Kunstgeschichte und Völkerkunde. Er arbeitete mehrere Jahre als Studienreiseleiter in Italien für literarische Reisen. Für sein Buch „Wo die Geister wandern" erhielt er 1993 den Schwabinger Kunstpreis. Er lebt in München.

ISBN 3-424-01476-1
Kösel & Diederichs Verlag
456 Seiten
Preis: 22,50 €

GEBRAUCHSANWEISUNG FÜR DEN GARDASEE
Rainer Stephan

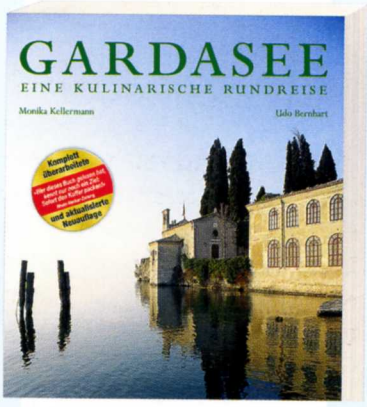


„Bei Rovereto geht's rechts raus", schreibt Rainer Stephan und nimmt die Leser mit auf eine ganz persönliche Entdeckungsreise. Er erklärt die Gardaseewinde, die hier aus allen Himmelsrichtungen kommen können und geht der Mentalität der Einheimischen auf den Grund. Er stellt klar, dass die Landzunge von San Vigilio tatsächlich zum Allerschönsten auf der ganzen Welt gehört. Er erzählt anschaulich von der Angst der Deutschen vor den Deutschen und erklärt auf charmante Weise, dass – Goethe hin, Catull her – der Gardasee das Traumziel für alle Naturfreunde, Sportbegeisterte, Bildungshungrige und Genießer ist. Wer wissen möchte, was es mit der Seesardine auf sich hat, weshalb der Ortsname Limone nichts mit den Zitrusfrüchten zu tun hat, und wo es abseits der berühmten Leitplankenstrände die romantischsten Badeplätze gibt, für den ist diese Gebrauchsanleitung genau das Richtige.

Rainer Stephan war von 1980 bis 2009 Redakteur bei der Süddeutschen Zeitung. Heute ist er im Ruhestand und wenn er nicht auf Reisen ist, lebt er in München.
Gerne frönt er dem *dolce far niente* und am liebsten am nahen Gardasee.

ISBN 9 783492 275408
Piper Verlag
165 Seiten
Preis: 12,90 €

GARDASEE – EINE KULINARISCHE RUNDREISE
Monika Kellermann / Udo Bernhart

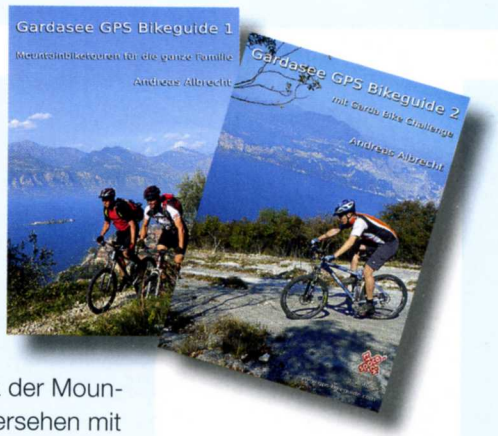


Wein, Olivenöl, Kirschen und natürlich *limoni* – all das und vieles mehr gedeiht prächtig rund um den Lago di Garda und begeisterte schon Goethe. Für ihn war die Gegend das Symbol für italienisches *dolce vita*, hier und nirgendwo anders ist das Paradies! Das empfand auch Monika Kellermann, die eigentlich nur ihre Italienischkenntnisse verbessern wollte und dann doch an diesem herrlichen Fleckchen Erde hängen blieb. Seit vielen Jahren lebt sie nun hier und entdeckt alteingesessene Winzer, Olivenölbauern, versteckte Osterien, verführerische Genussläden. Sie trifft Käsemacher und Trüffelsucher und verrät Ihnen, wie man selbst in dem als Touristengebiet bekannten Gardasee abseits der ausgetretenen Pfade noch überraschende Entdeckungen macht. So lernen wir es kennen, das Land, in dem die Zitronen blühen, und wollen uns am liebsten sofort auf den Weg dorthin machen. Nach dem großen Erfolg der ersten Ausgabe erscheint im Frühjahr 2010 eine überarbeitete Ausgabe. Das Format ist nun kleiner und damit handlicher zum Mitnehmen. Hinzu kommen 50 neue Seiten mit spannenden Neuentdeckungen.

Monika Kellermann veröffentlichte bereits über 70 Kochbücher und schreibt für zahlreiche Gourmet- und Weinzeitschriften. Seit 2001 hat sie eine kleine Wohnung am Gardasee und pendelt zwischen München und dem Benaco.
Udo Bernhart arbeitet seit über 20 Jahren als freier Fotograf auf der ganzen Welt.

ISBN-13: 978-389910458-5
Collection Rolf Heyne
392 Seiten
Preis: 24,90 €

GARDASEE GPS BIKEGUIDE 1 und 2
Andreas Albrecht



Offenbar hat Andreas Albrecht mit seinem „Gardasee GPS Bikeguide" den Zeitgeist genau getroffen. Seit vielen Jahren gilt der Gardasee als *das* Eldorado für Mountainbiker. Und das zu Recht: Der See ist umrahmt von einer faszinierenden Berglandschaft, deren Gipfel bis in Höhen von über 2000 Metern hinaufragen. Viele Wege führen durch malerische Olivenhaine, Wälder und skurrile Felslandschaften. In den beiden Bikeguides findet man traumhaft schöne Touren, nicht nur im Norden des Lago di Garda, dem Mekka der Mountainbiker, sondern auch an den südlichen Ausläufern des Monte Baldo. Alle Touren sind versehen mit GPS-Tracks, dadurch wird die Orientierung im uralten Wegenetz zum Kinderspiel. Nach dem großen Erfolg der ersten beiden Bände hat Andreas Albrecht neue Touren recherchiert. Sein drittes Montainbike-Buch erscheint im Frühjahr 2010.

Andreas Albrecht hat die gesicherte Existenz aufgegeben, um seinen Traum zu leben. Nach dem Erfolg seiner Website begann er Bücher zu schreiben und peu à peu ist aus dem Bike-Hobby mehr geworden. Sein Lebensmotto: „Suche nicht den Weg. Der Weg findet dich."

ISBN: 978-3837-01514-0
144 Seiten
Preis: 29,80 €
inkl. GPS-Daten
www.albrecht.trackspace.de