mountainbike reisen.ch

TRANS ABRUZZEN

Durch Italiens wilde Mitte.

Wusstest du, dass zwischen den Alpen und Sizilen nochmals ein Gebirge mit Gipfeln auf fast 3000 Metern liegt? Die Abruzzen sind die höchste Gipfelkette im Apennin. Hier befindet sich der südlichste Gletscher Europas und ein noch fast unentdecktes Bikerevier...Wir biken durch die Berge der Nationalparks Monti Sibillini und Gran Sasso. Die Distanz zwischen der Sandküste an der Adria und dem alpinen Gebirge beträgt nur gerade 50 Kilometer. Das gibt dieser Tour einen ganz besonderen Charakter.

1. Tag Busfahrt Sargans-Città Sant'Angelo

Wir treffen uns am frühen Morgen beim Büro von mountainbikereisen.ch in Bad Ragaz zur gemeinsamen Anreise im klimatisierten Kleinbus. Die Fahrt führt uns durch den San Bernardino und über Mailand, Bologna und Ancona weiter bis zu unserem Ausgangspunkt nahe Sulmona. Übernachtung im Hotel.

2. Tag Pescasseroli, ca. 33 km/1150 Hm

Nach einem kurzen Bustransfer erreichen wir den Ausgangspunkt unserer Biketour an einem lauschigen See. Wir befinden uns am Eingang zum Parco Nazionale d' Abruzzo. Endlich steigen wir auf die Bikes und pedalieren uns warm. Biker sind noch eher rar in dieser Gegend. Wer es entspannter angehen lassen möchte, steigt später aus dem Bus. Der Weg wird steiler und mit zunehmender Höhe anspruchsvoller und schmaler. Der Karrweg mündet schliesslich in einen Singletrail bis zum Pass und zur späten Mittagsrast. Wir stehen auf dem menschleeren Übergang. Es folgt eine supercoole Singletrail-Abfahrt. Der Weg ist zugeschnitten auf unser Können, bietet aber immer wieder mal eine kleine Herausfoderung. Eine kurze Gegensteigung noch, bevor wir kurz nach vier Uhr unser Etappenziel im Abruzzen-Nationalpark erreichen.

3. Tag Pescasseroli-Celano, 44 km/850 Hm (ohne Shuttle ca. 60 km/950 Hm)

Von unserem Hotel steigen wir nach einem kurzen Flachstück auf einer wenig befahrenen Strasse sanft höher. Bald verlassen wir die Strasse und zweigen ab ins Nirgendwo. Wir überqueren die Hügelkette hinüber zur Fucino-Ebene. Der historische Trail ist durchaus mal eigenwillig, versteckt sich da und dort im Dickicht und zwingt dich auch mal zum Schieben. Wir gelangen auf einer Piste hinunter ins Dörfchen des „langen Tals" und treffen dort auf unseren treuen Begleitbus, der bereits auf uns wartet.
Nach einem Cappuccino auf der Piazza im verschlafenen Bergdörfchen verladen wir in unseren Begleitbus und fahren bequem zum schönen Hotel in Celano. Alle die möchten, sausen die letzten 25 Kilometer zum Hotel über den Fucino-See, einem im 19. Jahrhundert ausgetrockneten 300 km2 grossen Gewässer.

4. Tag Celano-Rocca Calascio, 49 km/1200 Hm

Es geht gleich beim Hotel bergauf. Und wie! 900 Höhenmeter am Stück sind zu bewältigen. Jeder kann seinen Rhythmus fahren. Über ein Naturträsschen erreichen wir unseren Übergang auf 1600 Metern. Wir befinden uns über der wilden Celano-Schlucht. Vor uns tut sich eine grossartige, einsame Gegend auf. Nach einem ausgiebigen Panorama-Halt fahren wir hinunter zum Aterno Fluss. In einer hübschen Bar gönnen wir uns nach dem Mittagslunch einen Cappuccino. Immer wieder staunen wir über die unverwechselbare Fauna und Flora. Wenn wir Glück haben, erspähen wir einige Gämse. Eine lange Abfahrt bringt uns weit hinunter ins Tal. Die letzten Kilometer nach Rocca Calascio auf 1416 m legen wir im Begleitbus zurück. Wer will, kann die gut dreissig Kilometer auch biken. In Rocca Calascio übernachten wir in einer eindrucksvollen Burg. Diese Nacht wirst du nicht so schnell vergessen.

5. Tag Rocca Calascio-Pietracamela, 45 km/1300 Hm

Das Gebirgsmassiv „Gran Sasso", der steinerne Riese der Abruzzen, erwartet uns! Über hübsche Alpwege steigen wir auf zu einer Hochebene und weiter auf einem Teerträsschen bis zum Osservatorio Campo Imperatore auf 2130 m. Hier hat Pantani 1998 die Königsetappe des Giro d'Italia gewonnen. Nach einer wohlverdienten Mittagspause steigen wir über einen fabelhaften Hochgebirgstrail nochmals 150 Höhenmeter auf. Auf dem Pass bietet sich uns ein prächtiges Panorama! Die anschliessende Abfahrt nach Pietracamela

auf 1000m fordert unsere Fahrtechnik etwas heraus. Kalte Füsse bekommst du aber nur von den letzten Schneeresten im oberen Teil.

6. Tag Pietracamela-Amatrice, 36 km/750 Hm

Gleich beim Hotel lassen wir uns bequem von der Schwerkraft tausend Höhenmeter hinunterrollen. Unten im Talboden verladen wir die Bikes und vermeiden so eine vielbefahrene Strasse. Die eigentliche Bikeetappe startet in einem hübschen Bergdörflein auf über 1000 m ü.M. Von hier steigen wir gut 600 Hm auf hübschen Weglein und geniessen immer wieder ein atemberaubendes Panorama hinüber zum Gran Sasso. Wir befinden uns in den Monti della Laga im Herzen des Parco Nazionale di Gran Sasso. Über einen Pass erreichen wir den „Lago Campotosto“ und biken weiter auf dem Sentiero Italia, abwechselnd auf Natursträsschen und Trails bis zu unserem Ziel in Amatrice.

7. Tag Amatrice-Nórcia, 41 km/1100 Hm

Es bleiben noch knapp zehn Kilometer zum warm Fahren. Wer möchte, steigt in den Bus. Fast meditativ kurbeln wir von einer Umdrehung in die andere. Der Weg meint es gut mit uns. Wir gewinnen schnell an Höhe. Das Mountainbike ist jetzt quasi unser Medium und alles fühlt sich leicht und richtig an. Unterwegs werden wir angesichts des Ausmasses der Zerstörung der letzten Erdbeben nachdenklich. Auf einem Weg mit leichtem Auf und Ab geht es ohne fahrtechnische Schwierigkeiten über die Monti Sibillini. Schliesslich finden wir uns am Rande einer weitläufigen Hochebene wieder. Wir biken zum Dessert über einen tollen Singletrail hinunter zum mittelalterlichen Nórcia, wo wir nach einer kurzen Besichtigung der Altstadt die Bikes verladen und in etwas mehr als einer Stunde zum Hotel fahren.

8. Tag Assisi, 24 km/1180 Hm

Der Tag beginnt mit einem kurzen Shuttle an den Fuss des Monte Civitelle. Wenn du noch ein wenig sportliche Betätigung suchst, legst du diese Strecke auf dem Bike zurück. Auf teils etwas steilen Weglein ist dein Stehvermögen gefragt. Spätestens wenn wir aus dem Wald kommen und der Berg die Sicht auf die Ebene unter uns frei gibt, dann weisst du, dass sich die Anstrengungen gelohnt haben. Wow! Dieser Blick nach unten, von oben runter schauen, mit dem Gefühl von Demut, was da um uns herum ist. Und dann ist da der lange Weg runter nach Assisi. Der macht richtig Spass!
Das lebhafte Touristenörtchen ist der würdige Abschluss einer grossartigen Mountainbikereise! Wir highfiven uns zu und nehmen uns stolz in die Arme. Deine Begleiter verladen die Bikes, während du dich bei einem Bier feierst. Wir fahren anschliessend noch einige Kilometer mit dem Begleitbus, um die lange Heimreise vom nächsten Tag etwas abzukürzen.

9. Tag Heimreise nach Bad Ragaz

Wir nehmen Abschied von den Abruzzen und fahren mit dem mountainbikereisen.ch-Bus über Bologna, Mailand und den San Bernardino zurück nach Bad Ragaz. Ankunft am frühen Abend.

(Programmänderungen vorbehalten)

Reisedaten	Anzahl Tage	Preis in CHF	EZ-Zuschlag total CHF
08.06.2024 – 16.06.2024	9	1890.-	420.-
14.09.2024 – 22.09.2024	9	1890.-	420.-

Beachte die aktuelle Verfügbarkeit von Plätzen auf www.mountainbikereisen.ch

Strecke und Anforderungen

Konditionell: mittel (es gibt zahlreiche Möglichkeiten, die Tour nach Belieben auszudehnen oder abzukürzen)
Technisch: mittel bis über kurze Strecken anspruchsvoll

Ausrüstung

Gewartetes Mountainbike, Bikeschuhe und Helm (Tragepflicht). Nach deiner Anmeldung bekommst du von uns eine detaillierte Ausrüstungsliste.

Ersatzteile und Werkzeuge

Auf unseren Touren haben wir eine umfangreiche Werkzeugkiste mit Ersatzteilen dabei.

Unterkunft und Verpflegung

Schöne Mittelklassehotels mit Vollpension.

Begleitbus

Unser Bus-Chauffeur transportiert unser Gepäck von Hotel zu Hotel. Wir treffen diesen nach Möglichkeit einmal pro Tag. An allen Tagen steht der Bus individuell zum Einsteigen/Shutteln zur Verfügung.

Treffpunkt

Bad Ragaz (ca. 07.30 Uhr), 10.00 Uhr Bellinzona SBB

Gruppengrösse

8 bis max. 12 Personen

Im Preis inbegriffen

- An- und Rückreise ab Sargans und Bellinzona
- 8 Übernachtungen im DZ mit Vollpension
- (Lunchpaket am Mittag)
- Guide von mountainbikereisen.ch
- Gepäcktransport
- Alle Transfers und Busshuttles
- Technischer Support bei Pannen

Im Preis nicht inbegriffen

- Verpflegung während der An- und Rückreise
- Tischgetränke

Mögliche Leitung

Michael Bletsch, Richard Grämiger, Silvio Grasso