

**JETZT NEU**

Deutschland 6,50 €  
Österreich 7,20 € | Schweiz 11,90 CHF | Luxemburg 7,70 € | Belgien 7,70 € | Niederlande 7,70 € | Italien 8,20 €

GRAVEL TOUREN 1-23

# GRAVEL TOUREN

DAS MAGAZIN RUND UMS GRAVELBIKE



Das Abenteuer auf zwei Rädern ruft



Unbekanntes Terrain entdecken



Bikepacking: In die Taschen, fertig, los!

**KAUFBERATUNG**



**15** GRAVEL BIKES  
unter der Lupe

**30**  
ROUTEN-IDEEN  
ZUM  
AUSTOBEN

## NEUE GRAVEL-REVIERE

GROSSE FREIHEIT: SPEED, SPASS, SCHOTTER

**Außergewöhnlich**  
**GRAVEL-ERLEBNIS**  
**ZENTRALASIEN**

**NATURPARADIES**  
**ASTURIEN**

**Schweiz**  
**SCHOTTERN**  
**IM KANTON ZUG**

**EIFEL-MOSEL-TAUNUS**  
**Mehrtagesreise in Deutschland**



**NEU**  
**AUF DEM MARKT**

Das richtige Equipment  
Mode für Gravelbiker  
»Liteville 4-ONE Mk2  
Limited AXS« im Test



# ASTURIEN

*Komm ins Naturparadies Spaniens*



*turismoasturias.es*



**Asturien**  
naturparadies

**LOREN NOWAK**  
REDAKTEURIN GRAVEL TOUREN MAGAZIN



## Graveln in Girona im Nordosten Spaniens! Hier entstand unser Editorial-Foto.



Abb.: GHOST/Stephan Wieser

# Hallo, liebe Leserinnen und Leser!

Sind Sie urlaubsreif? Dann halten Sie diese druckfrische Ausgabe des **GRAVEL Touren Magazins** gut fest!

Wir präsentieren nämlich wieder aufregende und entspannte Touren-Ideen, die Ihr persönliches Streckennetz-Portfolio in Deutschland, Österreich, Italien, Spanien, Asien, Irland und der Schweiz erweitern soll. Ob Sie mehr der Typ »Radeln & genießen« oder eher »Adrenalinjunkie« sind, spielt keine Rolle – wir haben für Gravelbiker jeder Gesinnung etwas im Repertoire. Hier ein kurzer Einblick in einen Teil unserer Reportagen: Radfahrend den Kopf frei bekommen hat Martin Bissig hinter den Toren des Kantons Zug, denn dort fand er ein wahres Gravel-Eldorado, das seine Reifen zum Glühen und das alltägliche Gedankenkarussell zum Stoppen brachte. Den vollständigen Beitrag (»Auf Gravel-Hills durchs Crypto-Valley«) finden Sie auf den Seiten 34 bis 40. Thorsten Brönner steuert dieser Ausgabe gleich drei kontrastreiche

Artikel bei. Wie gut kennen Sie den Westen Deutschlands? Thorsten führt uns gediegen an Seen vorbei, über stillgelegte Bahntrassen und durch Weinberge. »Eifel-Mosel-Taunus per Rad« gibt's auf den Seiten 18 bis 24 zu lesen. Seine zweite Reise nimmt uns mit in eine ganz andere Welt: Das Abenteuer Zentralasien steht auf dem Reiseplan! Es geht tief hinein in die unberührte Bergwelt des Tian Shan-Gebirges (Kirgisistan) – eine Graveltour mit Expeditionscharakter und geschotterten Wegen ohne Ende (Seiten 72 bis 78). Wer wiederum eine mehrmals wandelnde Landschaft vom Sattel aus erleben möchte und eher auf ruhige Pisten steht, macht sich in die Region Friaul-Julisch Venetien (Seiten 52 bis 58) auf. Wenn es ums eingangs erwähnte gewünschte Urlaubsfeeling geht, dann ist Italien mit Meer und bester Eiscreme ja wohl immer eine gute Wahl!

Ich wünsche Ihnen die Gravel-Auszeit, die Ihnen das zurückgibt, was Sie vermissen!

Wir zählen auf  
**Ihre  
Meinung**

Wir freuen uns über Ihre  
Leserpost – zu allen Themen!  
[info@msv-medien.de](mailto:info@msv-medien.de)



INNENTEIL GEDRUCKT AUF 100 % RECYCLINGPAPIER.

Auf der Suche nach einem passenden Geschenk für outdoorbegeisterte Familienmitglieder oder Freunde?  
Dann schauen Sie doch in unserem Online-Shop vorbei: [shop.msv-medien.de](https://shop.msv-medien.de)





Wir stellen Ihnen u. a. in dieser Ausgabe die schönsten Gravel-touren im Schweizer Kanton Zug vor – hier wurde auch unser Titelcover aufgenommen. (Titelbild: Martin Bissig; Einklinker: Giant/Maxwell Frank; Pixabay/Tim Hill; Trek/Rick Schubert)

34

## MARKTÜBERSICHT

### 15 NEUE GRAVELBIKES IM ÜBERBLICK

Der Gravelbike-Markt bietet heute für nahezu jeden Anspruch das passende Bike. Neben den großen, etablierten Herstellern mischen auch immer mehr kleinere Bike-Schmieden in der Szene mit. Unsere umfangreiche Marktübersicht soll Ihnen einige Highlights des Modelljahrs 2023 näherbringen.



44

72



**NEUES ONLINE-PORTAL**  
Besuchen Sie uns auf  
[wir-leben-outdoor.de](http://wir-leben-outdoor.de)



Der schnellste Weg zu Ihrem Bike&Travel-Magazin.



Erhalten Sie exklusiv Neuigkeiten zu unseren Zeitschriften:

[www.msv-medien.de/newsletter](http://www.msv-medien.de/newsletter)



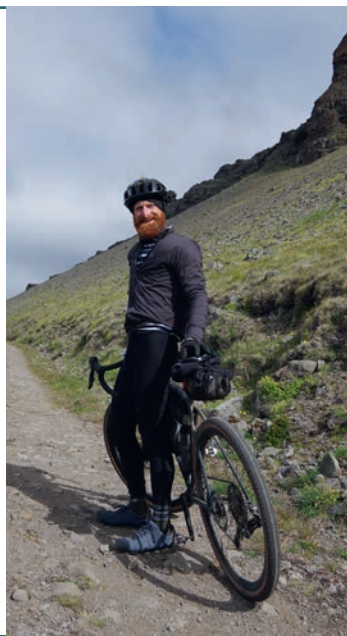
52

88

*Dieses Rennen hat  
es in sich!*

## ARNA WESTFJORDS WAY CHALLENGE

Eine Gravelbike-Herausforderung der besonderen Art zwischen Islands dünn besiedelten Westfjorden. Mit einem Teilnehmer-Interview.



62



## Neuheiten & Szene

**GRAVEL Touren News** 12  
Neuigkeiten aus der Radszene

**First Look** 26  
• Poison Bikes E605  
• Focus Bikes Atlas 8.9 60

**Arna Westfjords Way Challenge** 88  
Porträt des Gravelbike-Rennens zwischen Islands dünn besiedelten Westfjorden und Interview mit zwei Teilnehmern

**Das ist neu auf dem Markt** 94  
Interessante Produkte, Trends und Innovationen

## Unterwegs

**Eifel-Mosel-Taunus per Rad** 18  
Der grüne Westen Deutschlands ist ein ideales Terrain für stille Mehrtagestouren mit dem Gravelbike

**Graveltouren im Naturpark Altmühltal** 28  
Mit Schotter unterm Rad in die Erdgeschichte

**On tour im Kanton Zug (Schweiz)** 34  
Auf Gravel-Hills durchs Crypto-Valley

**Schotter-Rennradfahren in der größten Gravel-Region Tirols** 42  
»Gravel.Tirol«: Let's get dusty and dirty!

**Region Friaul-Julisch Venetien** 52  
Zwischen Bergen und Meer

**Val d'Aran (Spanische Pyrenäen)** 62  
370 Schotterkilometer locken Gravelfans ins Arantal

**Unterwegs in einer anderen Welt: Kirgisistan (Zentralasien)** 72  
Dem Himmel ganz nah

**Grünes Naturparadies Asturien** 80  
Graveln im Norden Spaniens: von verschneiten Berggipfeln über grüne Hügel bis hin zu Steilküsten und Sandbuchten

## Kaufberatung

**»Führe mich zum Schotter«** 44  
15 aktuelle Gravelbike-Modelle im Fokus

## Marktcheck

**Gut gerüstet auf Tour** 70  
Praktisches Zubehör und funktionelle Bekleidung

## Getestet

**Liteville 4-ONE Mk2 Limited AXS** 92  
Teamplayer

## Weiteres

**Impressionen** 06  
Die Welt des Gravelbikers in eindrucksvollen Bildern

**Vorschau & Impressum** 98  
Hinweise zur nächsten Ausgabe, Tipps und Kontaktadressen

Impressionen

Österreich, Deutschland & Italien

# Drei Mal Heidenspaß



# Österreich

Hallo, Grazer Bergland! Unsere Gravel-Aufnahme entstand bei Stattegg, einer Gemeinde in der Steiermark, am Fuße des Schöckls (1.445 m). Anspruchsvolle Gravelbike-Touren inmitten schöner Almlandschaften gibt es hier in alle Himmelsrichtungen. Da heißt es nur noch: Kopf aus, Urlaub an!

Abb.: KTM

Neue Grenzen ausloten, wilde Off-road-Erlebnisse und zwischendurch einfach innehalten, abschalten und die Umgebung auf sich wirken lassen – unsere Impressionstrecke hat diesmal drei Länder herausgepickt und jeweils ein Highlight zum »Nach(er)fahren« für Gravelbiker herausgepickt.



# Graveln in Berlin



## TOURENFAKTEN

- ↳ Streckenlänge: 74,5 km
- ↳ Fahrradweg: 34,4 km
- ↳ Nebenstraße: 17,7 km
- ↳ Straße: 14,2 km
- ↳ Startpunkt: U-Bahnhof Bayerischer Platz, Berlin
- ↳ Highlights: Pfaueninselchausee, Glienicker Brücke, Havel-Radweg, Havelchausee, Grunewaldturm

Die Graveltour »Zum Wannsee und zum Grunewaldturm« als Rundweg führt durch Berlin zum Wannsee und zum historischen Turm im Grunewald zurück zum Startpunkt in Berlin-Schöneberg. Zunächst radelt man durch die Stadt und passiert den Preußenpark, bevor es in die Natur geht. Die Gravel-Strecke verläuft durch den Ortsteil Wannsee im Bezirk Steglitz-Zehlendorf, der für die von der Havel umschlossene Wannsee-Insel und das Strandbad Wannsee bekannt ist, das größte Binnenseebad Europas. Im weiteren Verlauf genießt man den Blick auf die Pfaueninsel (Bild) – ein gärtnerisches und architektonisches Meisterwerk auf 67 Hektar. Dann überquert man die Glienicker Brücke mit einer traumhaften Aussicht über die Havellandschaft und landet im Potsdamer Ortsteil Sacrow. Bis zum Grunewaldturm ist man auf dem Havel-Radweg unterwegs. Die Havelchausee ist stadtbekannt und bietet beste Bedingungen für Rennradfahrer.

**Weitere Infos:** [visitberlin.de](http://visitberlin.de)

## Übernachtungstipp in den Südtiroler Bergen

Als Treffpunkt der Roadbike-Szene ist das 4-Sterne-Hotel »Melodia del Bosco« mit seiner Lage im Herzen der Dolomiten »DAS« Gravel- und Rennrad-Hotel schlechthin. Denn hier trifft man Gleichgesinnte und schwingt sich mit Gastgeber



Abb.: Hotel Melodia del Bosco

und Bike-Experte Klaus Irsara in den Sattel. Einen ortskundigeren Guide wird man nicht finden! In Alta Badia wagt man sich an die imposante Umrundung des Sellastocks und genießt alpines Gravelbiken vom Feinsten – das imposante Panorama des UNESCO-Welterbes Dolomiten raubt dabei jedem

den Atem. Gemeinsam mit Klaus wird Asphalt gegen Schotter getauscht und der Naturpark Fanes-Sennes-Prags oder die Armentarawiesen erforscht. Zum Entspannen und Regenerieren lädt nach einem Dolomiten-Tag im Sattel der Wellnessbereich mit Whirlpool, Sauna, Wasserbetten und Massagen ein.

**Weitere Infos:** [melodiadelbosco.it](http://melodiadelbosco.it)

**Mehr Hotel-Vorschläge und Regionen unter:** [gravelbike-holidays.com](http://gravelbike-holidays.com)

## Unterschiede zwischen einem Gravelbike und einem Mountainbike

### Gravelbike:

- gebogener Rennlenker
- meist keine Federung (Ausnahmen bestätigen die Regel; folgende Gravelbikes weisen zumindest teilweise Federelemente auf: *Cannondale Slate, Lauf Grit, Specialized Diverge, Canyon Grail, Trek Checkpoint*)
- niedrigeres Gewicht, gemessen am Preis
- meist schmalere Reifen



Abb.: Unsplash



# Zell am See-Kaprun

Abb.: SalzburgerLand/  
Andreas Meyer



*Für passionierte Biker*

Anstieg oder langen, fordernden Strecken, die zum Beispiel bis auf 2.452 Meter Seehöhe führen. Die »Top 3«-Gravelrouten der Region lauten: Seeblickrunde (37,6 km, 857 Höhenmeter Anstieg), Maiskogel (17,3 km, 817 Höhenmeter Anstieg) und Kitzsteinhorn (39,2 km, 1.951 Höhenmeter Anstieg)

Weitere Infos: [zellamsee-kaprun.com](http://zellamsee-kaprun.com)

Zell am See-Kaprun punktet als Radregion mit Vielseitigkeit: Von schmalen Trails Richtung Berggipfel bis zur gemächlichen Fahrt auf asphaltierten Nebenstraßen, von breiten Forstwegen durch den Wald bis zur Radrunde um den Zeller See reicht die Palette. Ideale Bedingungen also für Gravel-Radfahrende. Die Gravelbike-Routen in und rund um Zell am See-Kaprun sind für fortgeschrittene Fahrer gemacht. Dabei hat man die Wahl zwischen kürzeren Touren mit 700 bis 800 Höhenmetern

## SCHWALBE GRAVEL GAMES



Schauen, testen,  
schnacken, chillen,  
futtern, Leute treffen  
oder nur Rad fahren:

Am **23./24.9.2023**

finden die

»Schwalbe Gravel  
Games« im Ruhr-  
gebiet (Herten) statt.

[gravelgames.cc](http://gravelgames.cc)

## Volkswagen R Gravelbike Experience

# Abenteuer gefällig?

Wie wäre es mit einer Alpenüberquerung, die keine Geländegrenzen kennt? Auch 2023 wird wieder zur »Volkswagen R Gravelbike Experience« gerufen! Bei dem Offroad-Abenteuer steht nicht der Renngedanke, sondern das genussvolle Biken unter Gleichgesinnten und das Überschreiten von Grenzen im Vordergrund. Auf zwei Routen werden in Kleingruppen die Gravelbike-Reifen zum Glühen gebracht: Von 17 bis 21. Mai 2023 auf der bewährten Westroute von Biberwier bis nach Brixen und für Pioniere am darauffolgenden Wochenende (24. bis 28. Mai 2023) auf der neuen Ostroute vom Salzkammergut bis an den Weißensee. Um Betreuung, Gepäcktransport, Gourmet-Highlights und lässige VWR-Lounges kümmern sich die PLAN B event company und Roadbike Holidays. Ost- oder Westroute entdecken? Oder sogar das genussvolle Gravelglück im Doppelpack? Entscheide selbst!

Weitere Infos: [gravelbike-experience.com](http://gravelbike-experience.com)

Abb.: Gravelbike Experience/Yvonne Lesewa



Besuchen Sie uns auch online: [wir-leben-outdoor.de](http://wir-leben-outdoor.de)

# 2-in-1: Urban & Gravel

## Poison Bikes E605

Die Fahrradmanufaktur Poison hat sein Urban-Bike »E605« zum Gravelbike weiterentwickelt. Ausgestattet mit einem Maximum an Style, Design und Variabilität spricht das E605 für sich. Der Akku ist fast unsichtbar im Unterrohr verbaut. Bei Bedarf kann also auf der nächsten Graveltour die E-Power zugeschaltet werden!

### REIFEN

Für unbefestigte Straßen sowie raue, aber auch asphaltierte Straße gemacht – der *Panaracer Gravelking*. Die »ZSG Natural«-Gummimischung, ein Pannenschutzgürtel und eine AX-A Karkasse mit niedrigem Rollwiderstand machen den Gravelking zu einem Reifen für echte Abenteurer. Tubeless-kompatibel.

### SATTEL

Draufsitzen und wohlfühlen: Zum Einsatz kommt hier das komfortable Modell »Taiga« von Fizik.

### MOTOR & SCHALTUNG

Das 18-Kilo-Rad wird mit einem Bafang H600-Nabenmotor angetrieben. Der Motor unterstützt die Fahrt mit maximal 45 Nm. Der Akku sitzt im Unterrohr und hat eine Kapazität von 360 Wh. Das Schaltwerk Shimano GRX RD-RX812 11-S eignet sich für unebenes Terrain.





### LENKER

Bitte zugreifen: Entspannt am Flair des ausgestellten Lenkers bei ruhigen Passagen oder eingehiezt am Griff im Unterlenker auf flotten Abfahrten.

### RAHMEN

Der schlanke, schnörkellose Rahmen bietet mit dem Intube-Akku eine elegante Möglichkeit, ein E-Gravel zu fahren.

## Poison Bikes

### E605

Rahmen/Gabel	Aluminium/ Aluminium
Schaltwerk	Shimano GRX RD-RX812 11-S
Bremsen	Shimano GRX ST-RX600/ Shimano RS785
Reifen	Panaracer Gravelking 40-622
Sattel	Fizik Taiga
Lenker	Poison Road 420 mm
Gewicht	18 kg
Preis	ab 3.221 Euro
Infos	<a href="http://poison-bikes.de">poison-bikes.de</a>

# Mit Schotter unterm Rad in die Erdgeschichte

Abb. (alle): Naturpark Altmühltal/Diermar Dengler



**Großes Bild** | Naturerlebnis trifft  
Geschichte: am Römerkastell Pfünz  
im Naturpark Altmühltal.

# Graveltouren im Naturpark Altmühltal

Voller Energie über Feldwege preschen, über Schotter an zerklüfteten Felsen vorbeikurven und sich richtig auspowern: Wer sich im Naturpark Altmühltal aufs Gravelbike schwingt, sammelt besondere Eindrücke. Die Region mit ihrer Millionen von Jahren alten Geschichte, den sonnigen Wacholderheiden und historischen Städtchen ist ideal, um den Fahrradtrend auszuprobieren.

Als erstklassige Radregion hat sich der Naturpark Altmühltal schon längst einen Namen gemacht, bisher allerdings vor allem für seine entspannten, gut ausgebauten Routen am Flussufer – allen voran der bekannte Altmühltal-Radweg. Das Terrain bietet jedoch auch für sportliches Fahren auf anspruchsvollerem Untergrund die besten Voraussetzungen: Die Jurahöhen und die Seitentäler des Altmühltals sorgen für einige knackige Anstiege und rasante Abfahrten. Zwischen den Dörfern ziehen sich Feldwege an Äckern und Wiesen entlang, Forstwege verlaufen durch die abwechslungsreichen Buchenmischwälder. Wer darauf aus ist, bekommt also schnell Schotter und Erde unter die Reifen. Mit eigens konzipierten Tourenvorschlägen kommen Gravelbiker hier voll auf ihre Kosten. Die Routen arbeitete der Naturpark Altmühltal 2021 aus, zusammen mit dem Journalisten Clemens Henle, der die Region gut kennt und sich selbst gern auf den Fahrradsattel schwingt. Das Ergebnis sind elf Rundtouren mit Längen zwischen 48 und 83 Kilometern, die sowohl für sportlich Ambitionierte als auch für Anfänger das Passende bieten. Besonders ausdauernde

de Fahrer kombinieren einfach mehrere Touren. Dank des weitläufigen Radwegenetzes, das die Region durchzieht, ist das unkompliziert möglich.

## EINER KOSMISCHEN KATASTROPHE AUF DER SPUR

Für Gravel-Einsteiger ist eine Tour am Tag aber erst einmal genug. 61 Kilometer und 998 Höhenmeter sind tatsächlich schon eine ordentliche Herausforderung, aber die Tourbeschreibung hat uns neugierig gemacht: Auf dieser Strecke blicken wir tief in die Erdgeschichte auf den Spuren einer kosmischen Katastrophe. Schon der Titel ist äußerst vielversprechend: »Grandiose Ausblicke, verwunschene Orte und abenteuerliche Abfahrten« sollen uns im Westen der Urlaubsregion erwarten. Teil eines dieses Versprechens wird schon wenige Kilometer nach dem Start in der historischen Stadt Wemding eingelöst.

Vom Mähhorn bei Huisheim schweift unser Blick weit über das Nördlinger Ries. Vor rund 15 Millionen Jahren traf hier ein Meteorit auf die Erde und schuf den Rieskrater mit einem stolzen Durchmesser von rund 25 Kilometern.



In der Mitte Bayerns liegt der Naturpark Altmühltal. Bekannt ist die Region für Fossilienfunde von Weltrang wie den Urvogel Archaeopteryx sowie für ihr erstklassiges Wander- und Radwegenetz. Paradestrecken sind der Altmühltal-Panoramaweg, ein »Qualitätsweg Wanderbares Deutschland«, und der Altmühltal-Radweg. Beide verlaufen von Gunzenhausen bis Kelheim quer durch die Urlaubslandschaft. Kulinarisch ist Vielfalt angesagt, denn hier an der Schnittstelle von Franken, Schwaben und Altbaiern treffen drei Küchentraditionen zusammen.



**Bild links** | Monheim bezaubert mit liebevoll sanierten Fachwerkhäusern.



**Bild oben |** Die Strecke bietet einen schönen Mix aus geschotterten Wegen und Stücken über Asphalt.

TEXT/BILDER: THORSTEN BRÖNNER

## KARNISCHE ALPEN

824 Meter tiefer beginnt anderentags das zweite Teilstück. Zeitig am Morgen ziehe ich von Pontebba dem Passo del Cason di Lanza (Lanzenpass) entgegen. Das einsame Sträßchen schneidet in die Karnischen Alpen. Die Flanken der Berge sind fast bis in die Gipfelpartie mit Nadelwald bedeckt.

Nach einer leichten Anfahrt wird die Passage steiler. Bis zu 18 Prozent. Da nichts los ist, fahre ich bergan Schlangenlinien. Alle paar Minuten anhalten. Verschnaufen. Umherschauen. Die 30 Kilometer lange Verbindung entstand als Militärstraße. In 1.537 Metern ist der Scheitelpunkt gemeistert. So steil es rauf ging, so steil fällt die Straße auf ihrer Westseite ab.

Ich bekomme Probleme mit den Bremsen. Selbst mit durchgezogenen Griffen entfalten sie kaum ihre Wirkung. Der Blick taumelt in die Tiefe. Unten rauscht der Torrente Chiaro durch eine enge Schlucht. Bei Tolmezzo sind die meisten Höhenmeter aufgebraucht. Ab hier geht es über die Ciclovía del Tagliamento.

## CICLOVIA DEL TAGLIAMENTO

Der Flusslauf des Tagliamentos, dem bedeutendsten großen Wildfluss der Alpen ist weit-

Die coolsten Verbindungen für Radler sind jene, die für Pkws unterbrochen sind. Wenn diese zudem durch eine spektakuläre Landschaft führen, dann schaltet das Herz ein paar Gänge höher. So ist es mit dem Pass Sella Somdogna. 1.392 Meter hoch zieht er sich vom Valbruna aus bergwärts.

12. September in den Julischen Alpen. Schnaufend zuckte ich die zehn geschotterten Spitzkehren zum Rifugio Fratelli Grego hinauf. Es ist ein Fahrrausch. Nicht wegen der Geschwindigkeit, die pendelt sich im einstelligen Bereich ein, nein, wegen der Natur. Der Bergwald atmet klare Luft aus und über den Wipfeln sticht die markante Montasio-Gruppe in den leicht bewölkten Himmel. Hinter der Hütte zieht sich ein Trail zum Pass.

Um 16:20 Uhr stehe ich oben. Das Licht der Nachmittagssonne zeichnet die Konturen der Berge. Sie öffnen sich Richtung Westen einen Spalt weit. Das asphaltierte Sträßchen stürzt zu Tal. Ich nehme es als Einladung, das Fahrrad rollen zu lassen.

**Bild unten |** Geschafft – die Adria ist erreicht!



**Die Radroute führt zur Piazza Libertà. Sie ist das Schmuckstück des venezianischen Erbes in Udine. Über 300 Jahre herrschte hier die Republik und hinterließ prachtvolle Bauwerke. Ein Fest für die Sinne ist die mit Arkaden ausgeschmückte Loggia del Lionello.**



gehend unreguliert. Hier mäandern meist schmale Läufe durch weite Schotterflächen, umgeben von Auwäldern.

Der Tagliamento ist der wichtigste Fluss in Friaul-Julisch Venetien. Er begann seinen Lauf vor etwa fünf Millionen Jahren. Die heutige karnische Region wurde stark angehoben und erosive Prozesse formten die Berge – und das Flussbett.

Der »König der Alpenflüsse« wird von Universitäten und Forschungsinstituten in der ganzen Welt untersucht. Dabei dient er als Leitbild für die Wiederherstellung natürlicher Bedingungen in anderen großen Wasserläufen, deren Dynamik durch menschliche Eingriffe beeinträchtigt wurde. Selbst ohne das wissenschaftliche Auge wird einem die Besonderheit dieses Flusses bei seinem Anblick sofort bewusst.

Sein weites Bett mit den türkisfarbenen Rinnalen, die naturbelassenen Flussauen und die mächtigen Alpen im Norden bieten eine wilde Szenerie. Der Tagliamento leitet in die Lavendelstadt Venzone. Mit ihrer massigen Wehrmauer, dem Dom und den Gassen ist sie ein ideales Etappenziel.

Die Lavendelstadt zählt zu den schönsten Orten Italiens. Ringsum von einer massiven Mauer geschützt, laden schmale Gässchen zum Flanieren ein. Reizvolle Fotomotive bilden der Duomo di Sant'Andrea und das palastartige Rathaus. In der Krypta der früheren Kapelle San Michele gegenüber des Doms kann man die Mumien von Venzone betrachten. Für sie machte sogar Napoleon einen Stopp. Einst hat man hier

fast vierzig Mumien gefunden, fünf ruhen in der Friedhofskapelle. Die Menschen starben im Zeitraum zwischen 1348 und 1881.

#### **ALPE ADRIA RADWEG**

Auf dem dritten Teilstück nutze ich den Alpe Adria Radweg. Die Berge fallen schlagartig ab; der Horizont weitet sich auf drei Seiten. Voraus ist das Land eben. Dörfer wie Sopramonte di Buja, Vendoglio und Santo Stefano wecken das Interesse.

Schließlich rückt die Stadtsilhouette von Udine ins Bild. Die verkehrsberuhigte Altstadt ist wie geschaffen, um das Rad der Zeit zurückzudrehen. Gassen führen in Hinterhöfe, zweigen ab, münden in breite Straßen oder lauschige Plätze – es ist ein Leichtes, sich in dem verschachtelten Labyrinth der Durchgänge und Passagen zu verlieren.

Die Radroute führt zur Piazza Libertà. Sie ist das Schmuckstück des venezianischen Erbes in Udine. Über 300 Jahre herrschte hier die Republik und hinterließ prachtvolle Bauwerke. Ein Fest für die Sinne ist die mit Arkaden ausgeschmückte Loggia del Lionello. Auf den Treppen des einstigen Rathauses treffen sich die Einheimischen zum allabendlichen Flanieren. Gegenüber der Markuslöwe der Serenissima und die Loggia di San Giovanni mit dem kunstvoll dekorierten Uhrturm. Um die gesamte Region von Friaul-Julisch Venetien kennenzulernen, habe ich aus den Radrouten eine Strecke zusammengestellt. Als Nächstes zieht diese gen Osten, steuert durch Cividale del Friuli und



**Bild ganz oben |** Auch auf der Adriabike gibt es viel Gravelspaß. Hier an der Lagune von Marano.

**Bild oben |** In der Lavendelstadt Venzone sollte man das Fahrrad abstellen und umher-spazieren.



**Start/Ziel**  
Tarvisio (Höhe 715 m)/  
Udine (Höhe 113 m)



**Strecke**  
ca. 536 km



**Dauer**  
7 Tage



**Beste Zeit**  
Adriaküste,  
flaches  
Hinterland:  
April, Mai  
und Oktober

Andere  
Strecken-  
abschnitte:  
Die Monate  
dazwischen  
- vor allem  
Juni und  
September,  
wenn es in  
der Region  
ruhiger ist



**GPX-Track  
Download**  
wir-leben-  
outdoor.de/  
gpx-tracks-  
fahrrad



**CHARAKTER**

Die vorgestellte Strecke beinhaltet die folgenden Routen: »Alpe Adria Radweg«, »Ciclovia del Tagliamento«, »Panzana-Radweg« und »Adriabike: Triest-Venedig«. Dabei radelt man auf knapp 100 Kilometern über geschotterte Wege und auf mehr als 430 Kilometern über Asphalt. In der Region Friaul-Julisch Venetien tragen die Radwege die Abkürzung »FVG«. Dahinter steht die Routennummer.

**ANREISE**

Der Ausgangspunkt Tarvisio hat wie das Reiseziel Udine einen Bahnhof. Auch in mehreren Städten im Alpenvorland kann man in den Zug steigen. Gute Verbindungen mit Fahrradmitnahme bietet die Österreichische Bundesbahn (ÖBB) an.

→ [oebb.at](http://oebb.at)

**UNTERKÜNFTE**

- Albergo Spina, Via Roma, 12, I-33016 Pontebba; Tel. +39 0428 820209
- Bike Civico 17, Piazza Municipio, 17, I-33010 Venzone; Tel. +39 351 9299934
- Locanda al Castello Wellness Resort, Via del Castello, 12, I-33043 Cividale del Friuli; Tel. +39 0432 733242
- Barbacan Boutique Hotel, Piazza del Barbacan, 3, I-34121 Trieste, Tel. +39 0402 4710 5  
→ [hotelbarbacantrieste.com](http://hotelbarbacantrieste.com)
- Villa Erica, Viale Dante Alighieri, 69, 34073 Grado; Tel. +39 0431 84444  
→ [hotelvillagerica.com](http://hotelvillagerica.com)
- Hotel Al Cigno Lignano, Viale Europa, 13, I-33054 Lignano Sabbiadoro; Tel. +39 0431 720333  
→ [de.hotellalcigno.it](http://de.hotellalcigno.it)
- Suite Inn, Via Francesco di Toppo, 25, I-33100 Udine; Tel. +39 0432 501683  
→ [hotelsuiteinn-udine.de](http://hotelsuiteinn-udine.de)

**BÜCHER & KARTEN**

- Das große Adria Radreisebuch (Styria Verlag, ISBN 978-3-222-13712-9, 32 Euro)
- Friaul-Julisch Venetien (Michael Müller Verlag, ISBN 978-3-9668-5066-7, 20,90 Euro)
- Alpe Adria Radweg (Verlag Esterbauer, ISBN 978-3-7111-0052-8, 15,90 Euro)
- Radreiseführer Alpe Adria Radweg (Kompass-Karten, ISBN 978-3-9912-1325-3, 16,95 Euro)

**TOURISMUS**

PromoTurismoFVG  
Via Locchi 19, I-34123 Trieste  
Tel.: +39 0431 387130  
→ [turismofvg.it](http://turismofvg.it)

Ciclovia Alpe Adria Radweg  
Buchungscnter Friaul Julisch Venetien  
Tel.: +39 0428 2392  
→ [alpe-adria-radweg.com](http://alpe-adria-radweg.com)



**Bild oben |** Die Hafenstadt Triest präsentiert eine vielfältige Architektur und bietet sich mit ihren Sehenswürdigkeiten als Etappenort an.  
**Bild rechts |** Das Castello di Miramare sitzt am nördlichen Ende der Adria.

weiter durch die Weinberge des Prosecco-Anbaugebiets. Es gibt ihn als Schaumwein, Prosecco Spumante. Er prickelt als Perlwein, Prosecco Frizzante. Und er mundet als Stillwein Prosecco Spento, Prosecco Tranquillo. Der Prosecco hat eine geschützte Herkunftsbezeichnung und stammt stets aus den Provinzen Venetien und Friaul-Julisch Venetien. Die Weinberge mit ihren Radrouten und den Rastplätzen bleiben zurück. Nach der Passage durch die Grenzregion zu Slowenien folgt ein weiteres tolles Teilstück. Es geht hinein in das Riserva naturale della Foce dell Isonzo. In Slowenien nennt man den Fluss Soča. Er entspringt in den Julischen Alpen, von wo aus sein türkiser Strom 136 Kilometer bis zur Adria zurücklegt. An den Oberlauf zieht es viele Touristen – hier nahe der Mündung ist nur ein Radler unterwegs. Die Reifen holpern über Schotterwege und Wiesentrails. Ich komme kaum voran, bin aber happy. Die Insel Cona bildet das Herzstück des Naturschutzgebiets. Neben der umfangreichen Flora lassen sich hier unzählige Vogelarten und sogar frei lebende Camarguepferde beobachten. Am Ende der vierten Etappe geht es ins Zentrum von Triest. Vor dem Hotel angekommen,

Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende





dämmert es bereits. Die Passanten suchen sich ein Restaurant für das Abendessen. Ich tue es ihnen gleich und spaziere durch die umliegenden Gassen. In der Stadt versammeln sich neben dem Klassizismus viele architektonische Stile. Es gibt eine Menge herrschaftlich wirkender Prachtbauten, die genauso gut auch in Wien, Prag oder Budapest stehen könnten. Aufgrund seiner geografischen Lage vereint Triest verschiedene Völker, Sprachen und Religionen. Italiener, Slowenen und Deutsch-Österreicher bildeten Ende des 19. Jahrhunderts die Hauptbevölkerung. Zudem lebten viele Griechen, Engländer, Armenier und Türken in der Stadt. Die Multikulturalität der einstigen Handelsmetropole zeigt sich an ihren Fassaden, aber ebenso in ihrer Sprache, in den Küchen der vielzähligen Restaurants und in ihren Museen und Sehenswürdigkeiten.



### ADRIABIKE

Eigentlich bräuchte es Tage, um Triest richtig zu erkunden. Doch auch das Umland lohnt aus Radlersicht. Die beste Option, um aus dem Zentrum herauszukommen ist der Weg nach oben. Meine Wahl fällt auf die ersten Kilometer des Radweges Parenzana. Dieser führt via Slowenien ins kroatische Poreč, auf der Halbinsel von Istrien. Mit gut zu fahrenden Steigungsprozenten zieht sich die einstige Bahntrasse in die Höhe. Sie schwingt sich mit Brücken über kleine Schluch-

**Bild oben** | Im Grenzland zwischen Italien und Slowenien finden Radler geschotterte Wege und viel Ruhe.

*Graveln im Schmelztiegel  
der Kulturen*