

**«Marmor, Stein und Eisen bricht – aber unsere Liebe zu Italien nicht.»**

### **Samstag: Reise nach Dargo**

Am frühen Morgen trafen sich **Pia, Bernhard, Beat, Andrea, Monika, Heidi, Remo und Markus** vom SAC Seeland in Lyss, um nach Italien ins Terre Apuane und in die Cinque Terre aufzubrechen. Per Zug ging es über Mailand – erstes Cappuccino und Umsteigen inklusive – bis nach Pietrasanta. Dort kam die erste Schlüsselstelle: Wo sind die Bustickets und welcher Bus ist der richtige? Gesucht, gefunden, und schon ging es hinein ins wilde Apuane-Gebirge. Kleine Dörfer zogen an uns vorbei, und die steile Landschaft beeindruckte uns. Bei einer Brücke im Tal stiegen wir aus, wo uns Martin, unser Bergführer, erwartete. Nach einem kurzen Aufstieg erreichten wir Dargo. Der Apéro, das gemeinsame Znacht und der Plan für morgen liessen uns den Abend gemütlich ausklingen, bevor wir müde, aber zufrieden, ins Bett gingen.

### **Sonntag: Abseilen und Adrenalin**

Nach einer guten Nacht und einem kräftigen Frühstück starteten wir in den Tag. Schon bald machte sich die üppige Vegetation Italiens bemerkbar: Es stach und kratzte, und die ersten Schrammen liessen nicht lange auf sich warten. Unser Ziel war ein Gipfel oberhalb eines stillgelegten Marmorsteinbruchs. Über das plattige Gestein kamen wir gut voran und genossen die Ausblicke. Dann hiess es: Gstädtli, Helm und Abseilzeug anziehen – und runter ging es über 80 Meter, selbstständig mit Handschuhen. Das leise Rauschen des Seils und das Gefühl des freien Schwebens liessen uns jubeln! Zurück ging es in leichtem Adrenalinrausch Richtung Unterkunft. Unterwegs leuchteten wir mit den Stirnlampen in eine dunkle Höhle und erkundeten sie kurz, bevor wir den Tag mit einem zünftigen Bier und Apéro abschlossen.

### **Montag: Regen, Nebel und Abenteuer im Procinto**

Der Tag begann früh um 6.30 Uhr mit Stirnlampen und der Hoffnung auf gutes Wetter. Der erste Abschnitt führte uns vorbei an dichten Wäldern und über feuchte Steine. Kurz nach dem Friedhof eines kleinen Dorfes setzte unerwartet der Regen ein. Unsere Stimmung trübte sich kurz ein, war doch in früheren Wetterberichten immer schönes Wetter vorausgesagt worden! Mit Regenschutz marschierten wir weiter. In einer kleinen Höhle kurz vor dem Gipfel rasteten wir für unsere Mittagspause. Brot und Käse wurde verteilt, im Trockenen stärkten wir uns und rissen Witze. Auch ein Schnupf durfte nicht fehlen. Nun montierten wir unsere Gstädtli. Trotz des widrigen Wetters und des Nebels wollten wir auf den tollen 50-Meter-Abseiler nicht verzichten. Dann ging es Richtung Unterkunft. Kurz davor teilte sich die Gruppe auf: die glorreichen Vier, Pia, Geraldine, Beat und Monika, nahmen mit dem Bergführer Martin die anspruchsvolle Route über den Gipfel des Procinto in Angriff. Der steile Klettersteig verlangte Konzentration und Durchhaltevermögen. Besonders die zwei 90-Meter-Abseilstellen im Nebel erzeugten Spannung und Nervenkitzel. Die anderen gingen es in der speziellen Unterkunft weit ruhiger an und erkämpften sich bei der launischen Chefin Aperol Spritz um Aperol Spritz. Beim reichhaltigen Znacht waren alle wieder vereint, und das Kaminfeuer trocknete die nassen Kleider.

### **Dienstag: Durch den Marmorbruch nach Vernazza**

Nach einem Frühstücksbuffet, das keine Wünsche offen liess, begann der Tag noch vor Sonnenaufgang: Dunkelheit und rutschiges Terrain machten den Aufstieg zum alten Marmorbruch herausfordernd. Nach dem ersten Abseiler richtete Martin bei einer besonders heiklen Stelle gekonnt ein Fixseil ein. Dafür waren wir ihm alle sehr dankbar. Sicher erreichten wir die zweite Abseilstelle. Von dort seilten wir uns über einen Zwischenboden gut 80-Meter ab. Danach gingen wir ein kurzes Stück der Strasse entlang nach Stazzenese. Kaum im Dorf angekommen, öffnete der Himmel seine Schleusen. Der Regen klatschte auf den Asphalt, während wir im Schutz einer Restaurantveranda auf den Bus nach Pietrasanta warteten. Zum

Glück regnete es nach unserer Ankunft in Pietrasanta nicht mehr. In einer Pinseria genossen wir das Mittagessen. Nach einem Cappuccino und obligatem Schnupf deponierten wir im Hotel das für die nächsten Tage nicht mehr benötigte Material. Mit dem Regionalzug fuhren wir ins Touristenmekka Vernazza. Geraldine wurde vorher abgeholt, da sie sich eine starke Erkältung geholt hatte und sie sich so in der Unterkunft erholen konnte. In Vernazza flanieren wir mit unzähligen Touristen am Hafen. Später nahmen wir die letzten 400 Höhenmeter zur Unterkunft Casa Valeria in Angriff. Die Aussicht über die Bucht aufs Meer war atemberaubend. Bei einem Glas Wein genossen wir die Abendstimmung, bald wurde es merklich kühler. Das Nachtessen war typisch italienisch und wie auf der ganzen Reise sehr fein. Als Vorspeise gab es Spaghetti und als Hauptgang Fisch. Der «leichte» Cheesecake zum Dessert sorgte für die nötige Bettschwere.

### **Mittwoch**

Das Morgenessen bei Bruno war originell, mit Pizza, Kuchen, Bananen und Café war vieles vorhanden. Auch die Sandwiches für den Lunch, mit Eiern gefüllt, waren köstlich. Wir konnten gut gestärkt die Treppenstufen hinunter nach Vernazza in Angriff nehmen. Kurz vor Vernazza ging auf dem Hauptweg südwärts. Der Weg war zu wenig «Wild Trail», so bogen wir auf einen Pfad Richtung Meer ab. Richtig wild, durch Bambushöhlen und rutschige Dreckwege ging ans Meer zur Guvano Beach. Anschliessend auch wieder abenteuerlich hoch auf den Hauptweg und kurz darauf nach Corniglia. Nach einer kurzen Rast im Touristendorf wanderten wir bei Regen, Wind und Sonne weiter Richtung Riomaggiore. Der Weg entlang von Trockensteinmauern, mal hoch, mal runter, war sehr interessant. Der letzte Abstieg über viiiiele Treppenstufen wollte fast nicht enden. Nach der Säuberung im Hotel gabs ein feines Essen im Restaurant.

### **Donnerstag: Treppen, Buchten und weisse Klippen**

Der Tag begann erneut mit Regen. In Riomaggiore zogen wir die Regenjacken fest zu und machten uns an den Aufstieg zur Madonna di Montenero, weiter zum Telegrafo. Die Pfade waren rutschig, und die Aussicht auf die Küste war durch die tief hängenden Wolken verhüllt. Wir stiegen hinunter zum Cafe Borgo di Campi, das speziell für uns geöffnet hatte. Von dort aus ging es runter zum Strand. In der ersten Bucht konnten sich Pia und Heidi nicht zurückhalten, liessen die Hüllen fallen und badeten im Meer. Von dort aus ging es am Meer entlang von Punta Castagna weiter. Ein steiler Treppenweg, gesäumt von Reben und Feigenbäumen, führte uns in das verlassene Dorf Monesteroli. Wir naschten von den süssen Trauben und saftigen Feigen. Jetzt ging es wieder viele steile Treppen nach unten ans Meer. Trotz des wolkenverhangenen Himmels badeten jetzt alle. Nachdem wir wieder trocken sind, ging es weiter zum nächsten verlassenen Dorf und weiter zur Unterkunft. Emanuele empfing uns herzlich. Der Apéro entschädigte uns für die Strapazen des Tages. Zum Znacht gab es Pasta und als Dessert ein Semifreddo. Mit viel Wein, Limoncello und Kräuterschnaps ging der Tag zu Ende.

### **Freitag: Abschluss der Tour mit letzter Herausforderung**

Der letzte Tag unseres Trekkings brach an. Beim Erwachen hörten wir ein leises Donnern über dem Meer. Nach der ausgelassenen Stimmung am Vorabend fiel das Aufstehen nicht allen leicht. Beim Start vom Rifugio Cinque Terre in Richtung La Spezia wurden wir zunächst wieder vom Regen begleitet, der glücklicherweise bald aufhörte. Wir bewegten uns durch Reben und verlassene Häuser sukzessive hinunter zum Meer und erreichten einen verlassenen Strand, wo wir eine erste Pause machten. Die recht starke Brandung erzeugte eine eindruckliche Geräuschkulisse mit aufschlagenden Wellen und rollenden Steinen. Da wir wegen der hohen Brandung nicht wie geplant der Küste entlanglaufen konnten, mussten wir wieder etwas

aufsteigen, um zu einer nächsten Bucht zu gelangen, die dieses Mal aus einem steil abfallenden Felsband bestand. Ein Teil des Felsens war hier rostfarben.

Nun nahmen wir einen steilen, ca. 300 Höhenmeter hohen Aufstieg durch wegloses Gelände in Angriff. Es ging durch Wald und über alte Steinmauern. In dieser Wildnis begegnete uns ein kleiner Skorpion. Auf einem offiziellen Weg traversierten wir danach über dem Meer weiter in Richtung La Spezia. Den vorgesehenen Kaffeehalt mussten wir leider streichen, da die kleine Bar in einem umgebauten Wohnwagen geschlossen war.

Ein letztes Mal stiegen wir durch meist wegloses Gelände an zum Ausgangspunkt unseres letzten Abseilers. Der Adrenalinpegel war bei allen merklich nicht mehr so hoch, da eine gewisse Routine vorhanden war. Wir hatten eine gute Sicht auf die ein- und ausfahrenden Touristenschiffe und Yachten von und nach La Spezia. Nachdem alle nochmals das wunderbare Gefühl genossen hatten, sich am Seil hinuntergleiten zu lassen, nahmen wir den Abstieg in Richtung La Spezia unter die Füße, wo wir nach etwa sieben Stunden an unser Ziel kamen. Wir umarmten uns und gratulierten einander zum Abschluss dieses eindrücklichen Trekkings und waren erleichtert, dass ausser ein paar Kratzern und blauen Flecken nichts weiter passiert war. Eine letzte Gelati schmeckte besonders gut, da wir in uns eine grosse Genugtuung für die erfolgreiche Tour spürten.

Mit dem Bus fuhren wir in Richtung Zentrum von La Spezia, wo wir direkt beim Bahnhof die Zimmer für die letzte Nacht bezogen. In der Remo Bar gab es den Apéro, bevor wir in einer Pizzeria das Nachtessen genossen.

### **Samstag: Heimreise**

Nach dem Morgenessen fuhr der Zug pünktlich um 10.13 in La Spezia Richtung Mailand. Nochmals die Gedanken und Blicke in die Cinque Terre schweifen lassen war ein guter Abschied. In Mailand ein kurzer Zwischenhalt mit Cappuccino und einer Polonaise auf dem Bahnhofplatz. Ab Mailand etwas eng, ab Domodossola richtig eng und in Brig ein Umsteigemanöver, weil der Zug stehen blieb. Es wurde uns nicht langweilig, wir haben mit dem Urner Zugchef und Edith aus Naters Kontakt geknüpft (geschnupft) und es richtig lustig gehabt. Um ca. 20.00 Uhr sind dann alle müde aber glücklich ins Seeland gekommen. Ein grosses Dankeschön an Pia für die super Idee und Durchführung der Tour und allen Teilnehmern für die tolle Kameradschaft.