

# Wegbeschreibung München – Rom

von Christian Jostmann

## I. Teil: München, Marienplatz – Pfitscher Joch (ca. 10 Tage)

Man folgt am besten dem von Ludwig Grassler u. a. in diversen Büchern gründlich beschriebenen „Traumpfad“ vom Münchner Marienplatz nach Venedig.

## II. Teil: Pfitscher Joch – Bozen (ca. 4 Tage)

Am Tag nach dem Pfitscher Joch verläßt man den „Traumpfad“, genauer gesagt: dort, wo er nach dem „Gliderschärtl“ den Pfunderer Höhenweg kreuzt. Diesem folgt man westwärts bis zur Brixener Hütte. Von hier Abstieg über Valsertal, Mühlbach nach Brixen. Ab Brixen hält man sich auf dem E 10 über Radlsee, Heiligkreuz (Latzfonserkreuz), Rittnerhorn, Oberbozen bis Bozen.

Karten: freytag & berndt WK S4 „Sterzing Brixen“ u. WK S1 „Bozen Meran Sarntal“

## III. Teil: Bozen – Verona (ca. 12 Tage)

Wer mag, kann schon von hier aus dem E 5 folgen, der von Bozen bis Verona ausgeschildert ist. (vgl. Kompass-Karte 121 „E 5“). Ich bin am Anfang etwas anders gegangen: Über den Leiferer Höhenweg und das Brantental nach Maria Weißenstein. Von hier nach Cavalese und weiter ins Lagorai: Manghen-Paß, Monte Croce, Rifugio Sette Selle (Karte: Kompass 79 „Val di Fiemme“). Beim Pizzo Alto stößt man auf dem E 5, wie er auf der Kompass-Karte 121 und in diversen Büchern beschrieben wird, und folgt diesem über Levico Terme, Lavarone, Coe-Paß, Pasubio, Carega, Monti Lessini bis Verona.

## IV. Teil: Po-Ebene (ca. 3-4 Tage)

Das schwierigste Stück. Hier gibt es keine Wanderwege oder -karten. Man muß den Autostraßen folgen, möglichst den kleineren (Wichtig: Links gehen! Besondere Vorsicht in Linkskurven!). Ich bin über Raldon, Bagnolo, Tarmassia, Salizzole nach Nogara gegangen. Von da über Pradelle, Gazzo nach Ostiglia. Hier Überquerung des Po. Auf der anderen Seite hält man sich ostwärts, möglichst in Po-Nähe, bis Bondeno. Hier sucht man am östlichen Ortsausgang den von Napoleon angelegten Kanal, der den Po mit dem Reno verbindet und folgt diesem südlich bis S. Agostino. Mehr oder weniger dem Reno folgend (man kann streckenweise auf dem Deich gehen) erreicht man schließlich Bologna.

Karten: Studio F.M.B. Bologna „Verona Provincia“ (1:115.000) u. Ferrara: Carta della Provincia (1:150.000)

## V. Teil: Bologna – Florenz (ca. 5-6 Tage)

Ein markierter und in einem Outdoor Handbuch aus dem Conrad Stein Verlag gut beschriebener Wanderweg, die „Via degli dei“, führt von Bologna nach Florenz. Weitere Karten sind nicht notwendig.

## VI. Teil: Florenz – Siena (ca. 3-4 Tage)

Dieses Teilstück ist von Christoph Hennig in seinem Buch „Wandern in der Toscana“ (Dumont aktiv) beschrieben worden. Es sollte auch ohne Karte auffindbar sein (Aktualisierungen auf Hennigs Website beachten!).

## VII. Teil: Siena – Monte Oliveto Maggiore (1 Tag)

Hier klafft bei Hennig eine Lücke. Zum Glück gibt es für diesen reizvollen Abschnitt eine gute Karte (Sentieri della Provincia di Siena. Crete Senesi 1 – Val d’Arbia, 1:25.000). Man geht durch die Porta Romana und hält sich südöstlich: Bucciano, Fattoria Renaccio, Molino.

Überquerung des Arbia (nicht ganz einfach: von Molino kommend am Ufer angelangt nördlich halten u. Furt suchen). Podere Bandita. Ab hier Wanderweg 501 östlich bis Fattoria Medane, dann 522 südlich bis S. Fabiano, dann südöstlich parallel zum Arbia bis Ponte d'Arbia/Serravalle. Ab hier östlich auf Weg 513 bis Monte Oliveto.

#### VIII. Teil: Monte Oliveto Maggiore – Montefiascone (ca. 5-6 Tage)

Man folgt im wesentlichen wieder Christoph Hennigs Wegbeschreibung, kürzt aber etwas ab. Von Castelnuovo dell'Abate geht man über Landstraßen an einem halben Tag direkt nach Seggiano. Dann weiter über Castel del Piano, Arcidosso, Roccalbegna, Semproniano, Sovana bis Pitigliano. Nach Pitigliano hatte ich Schwierigkeiten mit Hennigs Beschreibung. Am besten besorgt man sich schon vorher eine bessere Straßenkarte (z. B. Geo Traveller, Carta stradale „Lazio“, 1:200.000). Die braucht man später ohnehin für das letzte Stück bis Rom. Von Pitigliano zum Ostufer des Bolsena-Sees. Grádoli kann man sich evtl. sparen und direkt nach Capodimonte laufen. Von da an auf der Uferstraße bis Montefiascone.

#### IX. Teil: Montefiascone – Rom (ca. 4 Tage)

Auf diesem letzten Teilstück gibt es wieder keine Wanderwege, sondern nur Straßen. Ich habe mich von Montefiascone zunächst östlich gehalten und bin dann südlich abgebogen nach Vitorchiano. Über die Monti Cimini nach Ronciglione bin ich nachts gelaufen, denn man geht ein längeres Stück auf einer vielbefahrenen Provinzstraße. Weiter nach Sutri, Trevignano, Anguillara, Osteria Nuova, la Storta (letzte Übernachtung vor Rom), Petersplatz. Das letzte Stück (ab Anguillara) ist streckenweise sehr häßlich.

Alle Angaben sind ohne Gewähr.

[www.nach-rom-zu-fuss.de](http://www.nach-rom-zu-fuss.de)