

Transalp 2005 - von Ventimiglia am Mittelmeer zurück nach Hause

Datum	Montag, den 12. September 2005			<u>Routenverlauf</u> Lago Fraele - Passo Val Mora - Jufplaun - Ofenpass - Valplaun - Alp da Munt - Pass da Costainas - Val Plazer - Passo Cruschetta - Mitteralm - Taufers <u>Übernachtung:</u> Haus Abart Tel. 0039/0473/832195 ÜF 20,- €
Startort	Lago Fraele, Italien			
Zielort	Taufers, Italien			
Tiefster Punkt	Taufers 1240 m ü. NN			
Höchster Punkt	Jufplaun 2310 m ü. NN			
Distanz	47 Kilometer			
Auffahrt	1210 Höhenmeter			
Abfahrt	1920 Höhenmeter			
Hilfsmittel	Keine			
Unterkunft	☺ ☺ ☺	Gastronomie		
Preis/Leistung	☺ ☺ ☺	Wohlfühlfaktor	☺ ☺ ☺	

17. Tag: Lago Fraele - Taufers

Es ist fünf nach Acht. Wir stehen seit zwanzig Minuten mit unseren fertig gepackten Rucksäcken im Treppenhaus der Hütte vor der Tür, die in den Gasträum führt. Diese ist abgesperrt. Von der anderen Seite hören wir das Geräusch eines Staubsaugers und gelegentliches Klappern von Geschirr.

Zwei Minuten später wird die Tür geöffnet. Allerdings nicht wegen unserer Bitte nach Einlass, sondern weil zwischenzeitlich die zweite Dame des Hauses aufgestanden ist und ebenfalls einen Kaffee möchte. Notgedrungen werden auch wir durchgelassen.



Während sich die beiden Damen gegenseitig einen Guten Morgen wünschen und sich jeweils erkundigen, ob die andere auch gut geschlafen habe, wird unser Gruß mit einem Blick auf den Boden ignoriert. Wahrscheinlich haben wir zu leise gesprochen.

Wir lassen uns das in reichlichem Maße und großer Vielfalt angebotene Frühstück trotzdem schmecken. Wir können es auch gut gebrauchen, da die Portionen des gestrigen Abendessens für Menschen mit körperlicher Betätigung etwas knapp bemessen waren.

Eine halbe Stunde später hole ich unsere Räder aus der Garage. Als ich den Schlüssel zurückbringe, mich bedanke und auf Wiedersehen sage, werde ich nur mit eisigem Schweigen und einem ebensolchem Blick von der Dame hinter der Bar bedacht. Vor der Tür steht jedoch der netteste Mitarbeiter des Hauses. Er freut sich riesig uns zu sehen und tritt uns nach der Abfahrt noch ein Stück hinterher.

Die Behandlung im Rifugio Fraele sorgt bei uns beiden noch für den ganzen Tag für Gesprächsstoff. Das Haus ist wirklich schön und auch gegen das Essen gibt es nichts zu sagen,

Transalp 2005 - von Ventimiglia am Mittelmeer zurück nach Hause

obwohl es abends gerne etwas mehr sein könnte. Was uns aber zutiefst betroffen macht, ist die Gastunfreundlichkeit, die in krassem Gegensatz zu dem steht, was wir bei unserem ersten Aufenthalt vor vier Jahren hier erlebt hatten. Während wir damals begeistert waren, sind wir uns heute einig, dass wir auf keinen Fall noch einmal hier übernachten wollen.

Zum Glück gibt es hier rund um den Stausee noch mehrere andere Gasthäuser. Wir beschließen, bei der Vergabe von Sternen an unsere Unterkünfte künftig neben Zimmer, Gastronomie und Preiswürdigkeit auch den Wohlfühlfaktor zu bewerten. Während alle bisherigen Unterkünfte auf unserer Tour hier zwei oder drei Sterne bekommen, werden wir hier sicher nicht in Erwägung ziehen, auch nur einen halben Stern zu vergeben.

Am Ende des Stausees macht sich Elisabeth daran, endlich einen heißen Tipp von mir in die Tat umzusetzen: eine Handvoll Kieselsteine in die Trinkflasche füllen und erst wieder trinken, wenn diese mindestens eine Stunde wirken konnten.



Ich mache es jetzt schon seit mehreren Tagen und habe das Gefühl, dass es funktioniert. Irgendwie fühle ich mich eine Spur stärker und motivierter als vorher. Den Tipp habe ich aus einem englischsprachigen Taschenbuch, das ich vor einiger Zeit in ebay entdeckt habe. Ein indischer Spezialist für Lebensfragen beschreibt darin ausführlich die Kraft der Steine und deren gezielte Anwendung im täglichen Leben.

Nach einer konservativen Hochrechnung des Autors soll der körperliche Leistungszuwachs bei richtiger Anwendung bis zu 20 Prozent betragen. Als Nebeneffekt wird das Immunsystem gestärkt. Voraussetzung ist, dass die Steine aus den Bergen oberhalb der Wälder stammen und von einem Fluß von Norden nach Süden transportiert wurden (wichtig wegen der Erdrotation). Die Steine dürfen nur einmal verwendet werden und müssen nach der Benutzung wieder in einen Bach gelegt werden, der ebenfalls von Norden nach Süden verläuft, jedoch im Tal liegt.

In eisiger aber immerhin trockener Morgenkälte kommen wir schnell voran und haben bald Freude an dem hübschen und angenehm zu fahrenden Pfad hinauf zum Val Mora. Das gemütliche Rollen endet leider viel zu früh und wird durch schiebende Fortbewegung abgelöst, die erst etwa 300 Meter höher in einem weiten Wiesengelände namens Jufplaun endet.

In einer weiten Rechtsschleife umrundet der ab hier meist leicht abwärts führende und überwiegend einfach zu befahrende Weg den über uns liegenden Gipfel und gibt bald auch den Blick auf das mutmaßliche Wohngebiet unseres Bären frei.

Die einzigen Vierbeiner, die wir treffen sind allerdings nur Pferde, die stur stehen bleiben, obwohl ich vorbei möchte. Erst als wir dem Ofenpass langsam näher kommen und wieder einmal Nebelschwaden durch die Felsenlandschaft ziehen, kommen nochmals unsere Füße zum Einsatz und es geht über



Transalp 2005 - von Ventimiglia am Mittelmeer zurück nach Hause

ein Schotterfeld hinunter zur Straße. Ab hier fehlt uns dummerweise eine kartographische Grundlage für die Planung der weiteren Strecke, da ich die Karte in der Rifugio Fraele etwas zu knapp fotografiert habe.

Nach kurzer Abfahrt kommen wir jedoch in einer lang gezogenen Rechtskurve an einen Abzweig mit zahlreichen Wegweisern. Der Beschilderung ist zu entnehmen, dass hier ein Weg für Mountainbiker verläuft, der durch das Valplaun bis nach Santa Maria führt.



Wir wissen zumindest noch, dass wir durch diesen Ort müssen, wenn wir ins Vinschgau wollen. Vermutlich verläuft der Weg einfach nur parallel zum Tal entlang der Südhänge. Da es hier sicher interessanter ist, als einfach auf der Straße nach unten zu rollen und wir außerdem heute genügend Zeit haben, wagen wir den Ausflug in das uns unbekannte Gelände.

Es vergehen keine fünf Minuten, als uns auf dem breiten Schotterweg bereits fünf waschechte Alpenüberquerer entgegenkommen. Nach einer kurzen Brotzeitpause im schönsten Almgelände und einer kleinen Zwischenabfahrt steigt der Weg wieder kräftig an und quert ein Skigebiet. Wir sind gerade an einer Liftstation vorbei, als uns vier Mountainbiker schweizer Herkunft überholen. Kaum fünf Minuten später holen wir sie wieder ein, da sie am Ende des Schotterweges eine Fotopause einlegen.

Da dies in der folgenden Trailabfahrt immer wieder passiert, sind wir praktisch unaufhörlich dabei, uns gegenseitig zu überholen. Zusätzliche Abwechslung und viel Spaß bringt der äußerst unterhaltsame Abfahrtsweg mit sich. Irgendwann endet jedoch auch der schönste Pfad wieder und die Forststraße führt uns an einen erneuten Abzweig mit Beschilderung für Mountainbiker.



Wir sind gerade dabei, uns erste Gedanken über die Möglichkeiten der weiteren Etappengestaltung zu machen, als unsere neuen Bekannten neben uns stoppen. Sie wollen hier links zum Pass da Costainas abzweigen und dann hinunter in das Inntal bei Scuols. Als sie hören, dass wir heute ins Vinschgau bis Taufers oder Mals kommen möchten, schlagen sie uns vor, doch mit zum Pass da Costainas zu fahren. Danach könnten wir ein kurzes Stück Richtung Norden abfahren und dann über den Cruschetta-Pass direkt hinunter nach Taufers in Südtirol kommen.

Auf ihrer Karte sieht die Strecke relativ kurz aus und auch die Höhenunterschiede sind nicht besonders gross, so dass wir uns angesichts des schönen Wetters und des noch frühen Tages gerne überreden lassen.

Nach einer kurzen und heftigen Schiebepassage stehen wir bald darauf alle zusammen am Pass da Costainas. Ich darf mir noch ein Foto von der Landkarte unserer schweizer Kollegen machen bevor sich diese von uns verabschieden und uns noch viel Spaß wünschen. Die Abfahrt im weiten Almgelände ist ebenfalls recht hübsch und führt ohne

Transalp 2005 - von Ventimiglia am Mittelmeer zurück nach Hause

Schiebeeinlage hinunter zu einer großen Alm. Dem hier beginnenden Schotterweg müssen wir bis auf eine Höhe von knapp 2000 Metern bergab folgen und dann im zweiten Abschnitt wieder bergauf durch das Val Plazer zum Cruschetta-Pass auffahren.



Während wir mit dem ersten Teil der Auffahrt zum Cruschetta-Pass problemlos zu Recht kommen, sehen wir im darauf folgenden Abschnitt bereits nach kurzem Anstieg keine Möglichkeit mehr, die Strecke fahrend zu bewältigen. Die Fotopause an einem Bilderbuch-Fliegenpilz markiert gleichzeitig das Ende des Schotterweges und den Beginn eines mit großen Steinen durchsetzten Pfades. Etwa 250 Höhenmeter legen wir wieder einmal zu Fuß zurück. Die großartige Landschaft lenkt uns jedoch wirksam von den Mühen des Aufstiegs ab.

In einsamer Umgebung überqueren wir den flachen Pass und schieben auch bergab die ersten Minuten im verblockten Gelände. Nach und nach werden die Steine jedoch kleiner und wir können wieder aufsitzen. Leider endet der Pfad schon sehr bald in einer großen Wiese und geht in einen Fahrweg über. An einer Alm mit glücklichen Schweinen vorbei rollen wir auf der steilen Schotterstrecke direkt hinunter nach Taufers, das bereits in Italien liegt.

Es ist gerade erst halb fünf Uhr und damit eigentlich noch viel zu früh, um heute bereits Schluss zu machen. Irgendwie haben wir aber beide das Gefühl, dass es uns hier gefällt und wir beschließen, ein Zimmer für die Nacht zu suchen.

Selbst die Touristeninformation hat um diese Zeit noch geöffnet, so dass wir schnell mit einem Unterkunftsverzeichnis ausgestattet sind. Wir lassen uns Zeit mit der Auswahl und fahren den ganzen Ort gemütlich ab. Schließlich bleiben wir in einer kleinen Privatpension hängen. Wir bekommen hier allerdings kein Zimmer, sondern gleich ein kleines Appartement mit Küche in bester Ausstattung zu einem günstigen Preis.



Beim anschließenden Ortsrundgang kundschaften wir die Speisekarten der zur Auswahl stehenden Hotels und Restaurants aus und ziehen uns dann zu einer Pause in das Dorfcafe zurück.

Am Abend gönne ich mir zum ersten Mal seit fast zwanzig Jahren den Luxus einer frischen gebratenen Forelle. Für einen 99,9%igen Vegetarier ist dies durchaus etwas Besonderes. Ich werde auch nicht enttäuscht und selbst Elisabeth testet ein größeres Stück und befindet es für sehr schmackhaft.

Ein schöner Tag endet. Seit mehr als einer Woche war dies die erste regenfreie Etappe. Ich muss sogar zugeben, dass die vielen Trails, die schöne Landschaft und die hier wirklich freundlichen Leute meine seit Tagen im Wachsen befindliche, pessimistische Grundeinstellung ins Wanken gebracht haben.