



# Von München bis nach Rom

Michael Stecher

# Inhaltsverzeichnis

Die Vorbereitung	5
Überquerung der Nördlichen Ostalpen	11
Südtirol und die Dolomiten	17
Venedig und der Lido di Venezia	23
In Gesellschaft bis Florenz	31
Toskana, Umbrien und der Lago Trasimeno	41
Assisi, Spello und Spoleto	51
Vor den Toren Roms	59
Wehmut schleicht sich ein	69

## **Die Vorbereitung**

Nach langer Planung, Buchung und Recherche war es so weit. Ich trat meine erste Radreise an. Dabei sollte mein Ziel die italienische Hauptstadt Rom sein. Auf meinem Weg würde ich an vielen Orten und Städten vorbeikommen. So würde ich Venedig, Florenz und Assisi mit dem Rad erobern.

### **Zeitplan & Finanzen**

Mein Jahresurlaub erlaubte es mir eine Fahrzeit von ungefähr 5 Wochen. Ich wollte mich nicht abhetzen und frei entscheiden können, ob ich an einem Ort länger verweile. In Rom angekommen würde ich mit dem Flugzeug zurück nach München fliegen. Also buchte ich mir einen Flug für den 5. Juni 2018. Ich startete am

13. Mai 2018. So hatte ich 24 Tage Zeit, um die Strecke mit rund 1500 km zu absolvieren.

Da es meine erste längere Tour mit dem Fahrrad war, würde ich sowohl auf Campingplätzen, als auch in Hotels oder Ähnlichem schlafen. Auch wollte ich nicht auf gutes Essen verzichten und aß darum des Öfteren im Restaurant. Dafür hatte ich 2500 Euro eingeplant.

### **Eine grobe Liste meiner Gegenstände**

Vorab hatte ich mir viele Gedanken darüber gemacht, was ich auf eine so langen Reise alles mitnehmen muss, um gegebenenfalls halbwegs autark über die Runden zu kommen. Dabei hatte ich die Gegenstände in **5 Kategorien** unterteilt.

(SCHLAFEN) (KOCHEN) (KLEIDUNG)

(KÖRPERPFLEGE) (MULTIMEDIA)

### **1. Schlafen**

- Zelt
- Schlafsack
- Isomatte

### **2. Kochen**

- Messer
- Spiritus Kocher
- Topf
- Besteck
- Trinkflaschen
- Gewürze

### **3. Kleidung**

- Regenkleidung
- Wärmende Kleidung
- Funktionshose
- Alltagskleidung
- Unterwäsche & Socken
- Handschuhe, Mütze & Cap

### **4. Körperpflege**

- Zahnhygiene
- Körperhygiene
- Sonnen- & Insekten-schutz
- First-Aid-Kit

### **5. Multimedia**

- Handy
- Powerbank
- Fahrradkomputer
- Taschenlampe



Vor mir lag ein hartes Stück Arbeit. Ich freute mich auf die vielen Abenteuer, die ich auf meinem Weg erleben würde, die Menschen, die ich unterwegs kennenlernen, und auf die Erfahrungen, die ich sammeln würde. Ich war gespannt!

## Überquerung der Nördlichen Ostalpen

Ich startete am 13. Mai nach einem ausgiebigen Frühstück bei meiner Schwester gegen Mittag mit meiner Reise. Mein Etappenziel für den ersten Tag sollte irgendwo in der Nähe der deutsch-österreichischen Grenze sein. Also hieß es als Erstes, dem stressigen Münchner Stadtverkehr mit voll gepackten Fahrrad zu entfliehen. Die Großstadt hinter mir gelassen fuhr ich immer Richtung Süden, entgegen der Flussrichtung, durch die vielen verschiedenen

### INFO!

#### **Die Isar**

Deutschlands letzter Wildwasserfluss entspringt im Tiroler Teil des Karwendels und mündet nach 292,3 km in die Donau.

und abwechslungsreichen Abschnitte der immer wilder werdenden Isar, den Bergen entgegen.

Schon am ersten Tag sollte das Wetter besonders wechselhaft werden und es gab Momente, in denen ich mich schützend vor dem Regen unterstellen musste. Eine erste Rast legte ich nach etwa 50 km an einem kleinen Steinstrand der Isar ein und bereitete mir eine Nudelsuppe auf dem Spirituskocher zu. Gut gestärkt und etwas ausgeruht fuhr ich weiter. Ich ließ Bad Tölz und Lenggries an mir vorbeiziehen und strampelte bis zum Abend meine ersten 90 km. Belohnt wurde ich mit dem malerischen Bergpanorama des Sylvensteinspeichers.

Da ich keinen Campingplatz ausmachen konnte,



verbrachte ich meine erste Nacht unter freiem Himmel im Wald in der Nähe der österreichischen Grenze. Ich schlief nicht gut und wachte einige Male in der Nacht auf. Um fünf Uhr morgens entschloss ich mich, mein Nachtlager einzupacken und weiterzuziehen.

Gleich zu Beginn wurde die Strecke steiler und ich musste feststellen, dass der gestrige Tag mich jetzt schon körperlich forderte und verspürte beginnende Schmerzen im linken Knie. Ich quälte mich nach Österreich. Zur Belohnung, die erste Landesgrenze überwunden zu haben, packte ich an einer Lichtung im Wald meinen Kocher aus, setzte Wasser auf und kochte Kaffee.

Nach meiner Kaffeepause fuhr ich weiter Rich-



tung Jenbach, ins schöne Nordtirol. Die Strecke verlief stark abschüssig und ich kam ohne größere Kraftanstrengung voran. Die vielen kleinen Ortschaften, die mir auf meinem Weg entlang der Achenseestraße entgegenkamen, zogen neben mir vorbei und ich erreichte schnell den langgezogenen Achensee mit seinem malerischen Blick auf die Berge.

## INFO!

### Der Achensee

Der größte See Tirols ist an seiner tiefsten Stelle 133 Meter tief. Er bildet mit dem Achental die Grenze zwischen dem Karwendelgebirge und den Brandenberger Alpen.

Auch diesen ließ ich an mir vorbeiziehen und gelangte um die Mittagszeit in Jenbach an. Ab hier verlief die Strecke ohne großen Höhenunterschied und ich strampelte bis nach Innsbruck. Dabei verspürte ich wieder die Schmerzen im Knie und ich legte immer mal wieder eine kurze Pause ein, um es zu schonen.

Ich entschloss, die Nacht in einem richtigen Bett im Hostel Marmota, zu schlafen. Als ich mein 3-Bett-Zimmer bezog, lernte ich auch gleich die beiden anderen Gäste kennen und wir hatten einige interessante Gespräche, bevor wir uns schlafen legten.



## Südtirol und die Dolomiten

Bevor es wieder auf den Drahtesel gehen sollte, gönnte ich mir ein reichhaltiges Frühstück im Speisesaal des Hostels. Gut gestärkt und ausgeruht konnte der Tag beginnen und mein erster Weg führte mich zur Post. Ich schickte acht Kilo meines Gepäcks zurück nach Hause. Weiter ging es dann zum Bahnhof. Ich entschied mich den Brenner mit dem Zug zu nehmen, um mein Knie, das mir weiterhin Schmerzen verursachte, noch etwas zu schonen.



Oben angekommen verlief der Eisacktal Radweg, den ich bis nach Freienfeld problemlos passieren konnte.

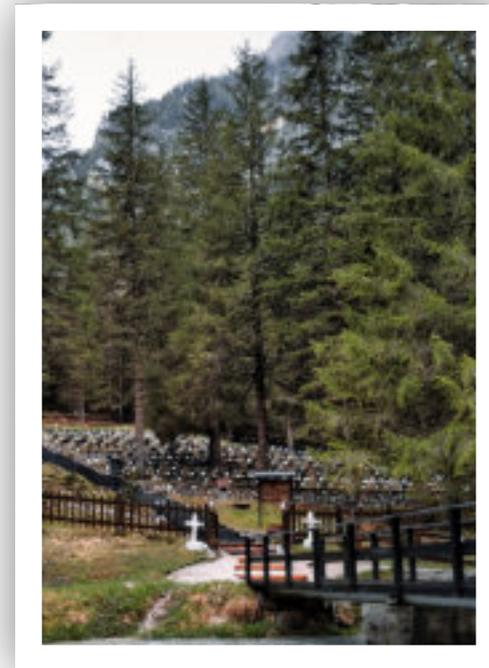
## INFO!

### **Eisacktal Radweg**

Der Radweg, mit seinen knapp 100 km, führt vom Brenner bis nach Bozen. Teilweise verläuft der Weg auf der Trasse der ehemaligen Brennerbahn.

Leider wies mich ein Schild darauf hin, dass der Radweg ab hier gesperrt sei und für die Weiterfahrt der Zug genommen werden muss. Also nahm ich wieder den Zug und fuhr nach Toblach. Hier nahm ich mir für die Nacht ein Zimmer im Hotel Casa Alpina. Abends schlenderte ich noch ein wenig durch die Gegend und besuchte ein Restaurant, um zu Abend zu essen.

---



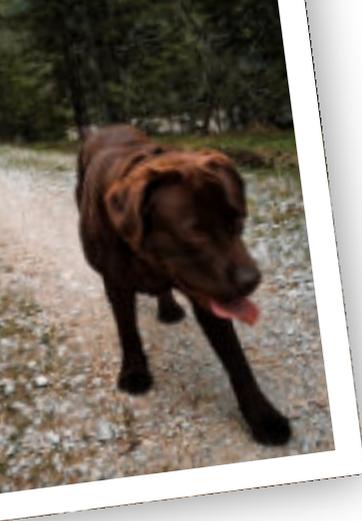
Ich ließ mir am Morgen Zeit und startete, nach dem Frühstück, erst gegen halb elf. Es galt, die Dolomiten zu durchqueren. Vorbei an den Drei Zinnen, mit traumhaftem

Ausblick und der Ruhe der Natur. Auf meinem Weg kam Kriegerfriedhof Nasswand vorbei. Ein Friedhof für gefallene Soldaten des Ersten Weltkrieges.

## INFO!

### **Kriegerfriedhof Nasswand**

Entstanden im Jahr 1915, dient dieser Friedhof für 1.259 der etwa zehn Millionen gefallen Soldaten des Ersten Weltkrieges als letzte Ruhestätte.



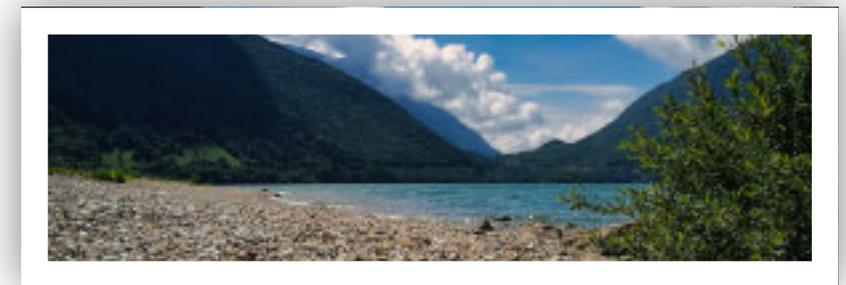
Nach einer Weile lief mir plötzlich ein Labrador entgegen und folgte mir für eine Zeit. Selbst wenn ich stehen blieb, wartete er brav auf mich, ließ sich streicheln und es war, als kannten wir

uns schon. Die Imbissbude, an der wir vorbeikamen, schien dann doch zu verlockend und so trennten sich unsere Wege wieder.

So fuhr ich vor mich hin, überholte ein älteres Pärchen, mit E-Bikes besattelt, welches ich am Morgen beim Frühstück im Hotel das erste Mal begegnete, bis der Weg mich wieder einmal herausfordern wollte. Für mein heutiges Etappenziel hatte ich mir morgens, den Campingplatz Sarathei in Ferra d'Alpago herausgesucht. Dort angekommen aß ich im dortigen Restaurant zu Abend und kroch anschließend erschöpft in meinen Schlafsack.

Ich entschied mich einen weiteren Tag am Campingplatz zu verweilen, das schöne Wetter und den Lago di Santa Croce zu genießen. Da sich meine Nacht als harte erwies, weil meine Isomatte ein Loch hatte und ich mehrmals in der Nacht pusten musste, nutzte ich den Tag, um sie zu flicken, meine Wäsche zu waschen und mir eine Bandage für mein Knie zu besorgen.

So verbrachte ich einen entspannten Tag am See, genoss die Sonne und ging früh schlafen.



## Venedig und der Lido di Venezia

Früh morgens packte ich mein Zelt zusammen, legte meine Bandage an und stieg aufs Rad. Mein Ziel sollte Mestre, ein Stadtteil Venedigs, auf dem Festland sein.

Auf dem Weg begegnete ich vielen Rennradfahrern und die kleinen Dörfer waren mit pinken Luftballons geschmückt. Eine kurze Recherche ergab, dass die Giro d'Italia stattfand. Dagegen wirkte ich wie ein träger Elefant mit meinem Gepäck am Fahrrad.

### INFO!

#### **Giro d'Italia**

Ein seit 1909 in Etappen ausgetragenes Rad-Rennen der Männer, welches neben der Tour de France und der Vuelta a España zu den Grand Tours gehört.



Unterwegs buchte ich mir ein Bett in einem Hostel für 19 Euro die Nacht, in einem 9-Bett-Zimmer. Als ich im Anda Venice Hostel ankam, sprang ich als Erstes unter die wohltuende Dusche. Wie ein neuer Mensch konnte ich mit neuer Kraft die Gegend besichtigen. Unterwegs besorgte ich mir eine Pizza zum Mitnehmen, welche ich im Innenhof des Hostels, mit einem Bier verpeiste. Nach einem weiteren Bier an der Bar hieß es schlafen gehen, um am nächsten Tag fit für Venedig zu sein.

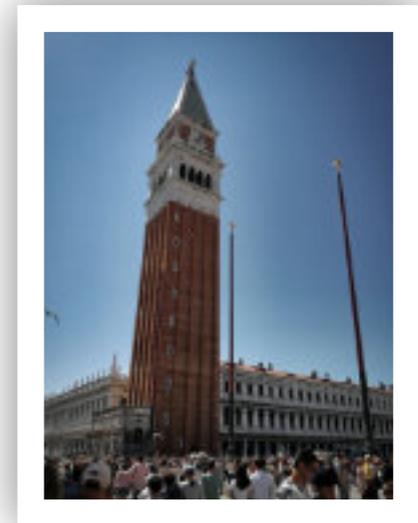
---

Die erste Mission des Tages sollte der Weg zu Fuß nach Venedig sein. Dies gestaltete



sich als keine leichte Aufgabe. Nach einer Zeit des Suchens stieg ich in einen überfüllten Bus, der augenscheinlich nach Venedig fahren sollte. Es war mir nicht möglich, eingequetscht zwischen Menschenmassen, an den Fahrkartenautomaten zu gelangen. Also fuhr ich ohne.

Angekommen in der Lagunenstadt fühlte ich mich wie erschlagen von den Menschenmassen, welche sich hier tummelten. So quetschte ich mich durch die engen Gassen, über die vielen kleinen Brücken, bis ins Zentrum, zur Basilica di San Marco. Ich schlenderte weiter, und es dauerte eine Weile, bis ich dem touristischen Zentrum entfliehen konnte. An einem Café am Rande der überfüllten Straßen trank ich einen



Cappuccino, aß ein Panini und schaute aus der Ferne dem Treiben der vielen Menschen zu.

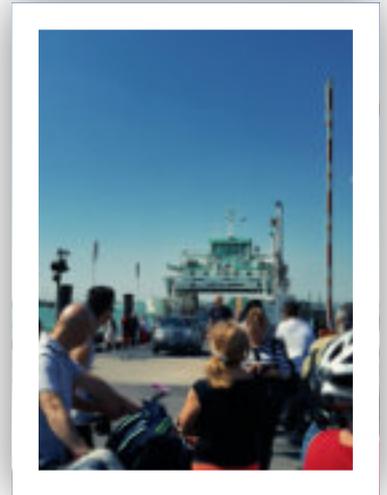


Als der Abend langsam anbrach und ich genug von den vielen Menschen hatte, lief ich zum Bahnhof Venezia Santa Lucia, kaufte mir einen Fahrschein und fuhr zurück nach Mestre. Zurück im Hostel recherchierte ich bei einem Bier an der Bar, wie die Lagunenstadt per Fahrrad zu erreichen ist, um meine Reise nach Rom fortzuführen.

---

Früh morgens schmiss ich mich aufs Rad und fuhr den Weg nach Venedig, den ich mir am Vorabend herausgesucht hatte. Am Fährhafen angekommen, kaufte ich mir ein Ticket für das Schiff, welches mich nach Lido di Venezia bringen sollte.

Die Linie 17 brachte mich, vorbei an der Basilica di Santa Maria della Salute, dem Markusplatz (Piazza San Marco) sowie der Uferpromenade Riva degli Schiavoni, bis zum Lido San Nicolò. Dies sollte jedoch nicht geschehen, ohne von einer Gruppe Italienern, in schlechtem Englisch, angesprochen und gefragt zu werden, wo ich mit meinem Fahrrad hin möchte und wo ich herkam.





Bei traumhaft sonnigem Wetter und einem Hoch der Glücksgefühle legte

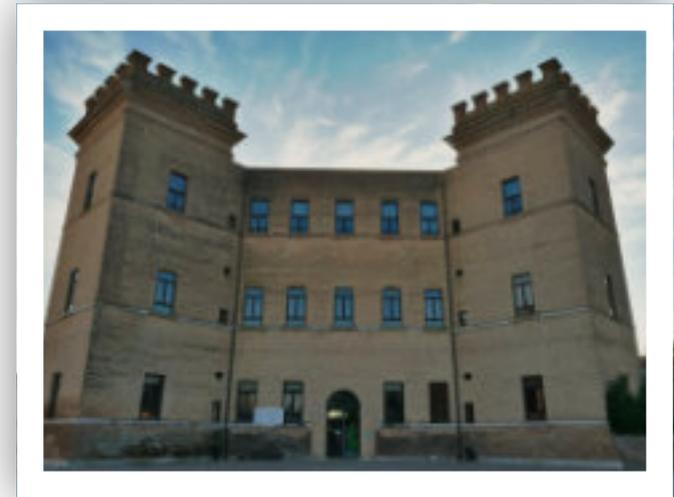
die Fähre an und ich fuhr entlang der Küste Richtung Süden. In Alberoni nahm ich eine Fähre, mit der ich in nur wenigen Minuten in Santa Maria del Mare ankam. Ab hier radelte ich weiter, bis mich die letzte Fähre von Palestrina nach Chioggia brachte.

Hier angekommen, entschied ich mich schnell mein Rad zu schieben um das „klein Venedig“ in Ruhe zu betrachten. In einem kleinen Restaurant bestellte ich mir eine Pizza und trank Espresso, bevor es mit meiner Reise weiter-



gehen konnte.

Am Abend kam ich in Mesola an, nahm mir ein Zimmer in einem Hotel und ließ den Abend in einem Restaurant am Castello di Mesola ausklingen.



## In Gesellschaft bis Florenz

Beim bestücken meines Fahrrads am Morgen stand mir jemand gegenüber und bestückte ebenfalls sein Rad. Es stellte sich heraus, dass er ebenfalls auf dem Weg nach Rom war. So machten wir uns erst einmal gemeinsam auf den Weg.

Unser Weg führt uns aus Mesola nach Volano, weiter über den Lido Delle Nazioni bis nach Comacchio und wir kamen gut voran.



Dies sollte sich jedoch schnell ändern. Es galt, eine riesige Lagunenlandschaft namens Valli di Comacchio, zu umfahren. Die Sonne schien erbarmungslos und weit und breit gab es kaum einen Schatten spendenden Baum, wäh-

# INFO!

## Valli di Comacchio

Eine Lagunenlandschaft, welche zum Gebiet Parco regionale del Delta del Po gehört, und von der UNESCO als Welt-erbe anerkannt wurde.

rend sich die Strecke wie Kaugummi zog. Bis auf eine Natter, die ich gerade noch rechtzeitig erspähte, bevor ich sie überfahren hätte und einen Gecko, der vor mir her lief, bot unser Weg kaum Abwechslung. Es sollte noch eine Weile dauern und die ein oder andere Schweißperle zu Bodentropfen, bis wir unser Tagesziel in Cassal Borsetti erreichten.



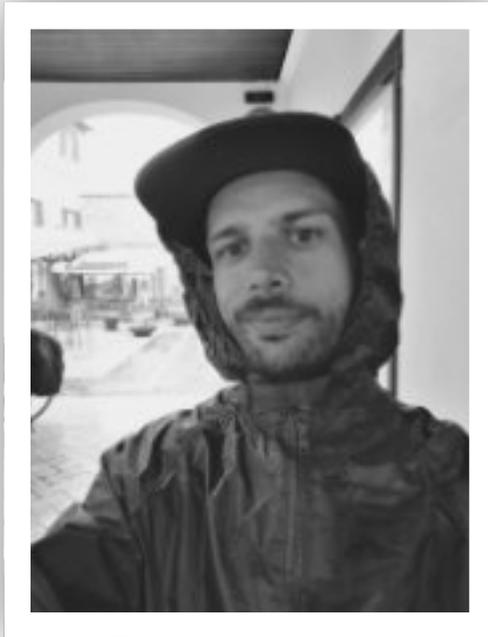
Wir schlugen unsere Zelte an einem Camping-

platz direkt am Meer auf und gingen für den nächsten Morgen einkaufen, bevor ich das erste Mal auf meiner Reise ins Meer sprang. Nach einem ausgiebigen Abendessen in einem Restaurant krochen wir in unsere Zelte.

---

Zum wiederholten Mal gestaltete sich meine Nacht, bedingt durch die Isomatte, welche weiterhin ein Loch hatte, besonders hart. Aufgrund des schlechten Schlafes und der extrem schwülen Luft, die schon am frühen Morgen herrschte, da es nachts regnete, ließ ich mich dazu überreden nur 20 km bis nach Ravenna zu fahren und von dort den Zug bis Florenz zu nehmen. Auf dem Weg nach Ravenna begann es wie aus Eimern zu regnen. Wir schmissen unsere Regenkleidung über und fuhren weiter bis wir uns in Ravenna, schützend vor dem Regen, unter einen Sonnenschirm eines

Restaurants unterstellten. Wir bestellten Snacks und Cocktails, bevor es weiter zum Bahnhof und nach Florenz ging. So sparten wir uns 150 km bergauf auf einer stark befahrenen Straße bei

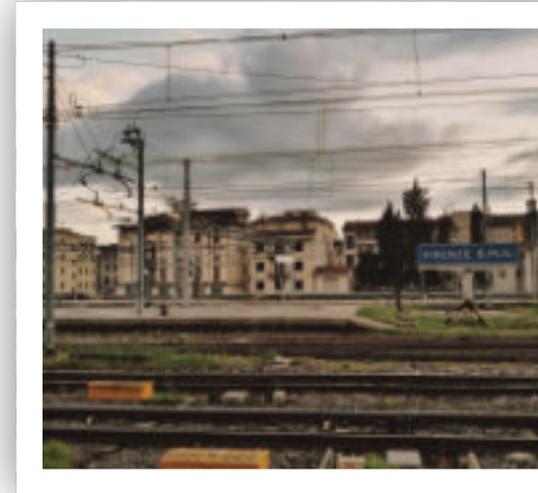


Regen. Da ich jedoch mit dieser Entscheidung nicht ganz zufrieden war, entschied ich mich schon bei der Zugfahrt, ab Florenz wieder allein weiterzufahren.

Bei der Ankunft war ich schnell fasziniert von den ganzen kleinen Cafés, die ihre Tische einfach auf die Straße stellten und den vielen jungen Menschen, die sich in den Gassen tummelten. Wir suchten eine Weile den Campingplatz. So strampelten wir einen Hügel

nach oben, um dann festzustellen, dass der Campingplatz Firenze Camping in Town mittlerweile umgezogen sei und nun am Rande von Florenz zu finden war. Bis wir an der neuen Adresse ankamen, war es schon Stock dunkel und wir bauten unsere Zelte, mit Stirnlampen bewaffnet im Dunklen auf. Vor mir lag mal wieder eine harte Nacht auf der kaputten Isomatte.

Der nächste Tag begann mit einem ausgiebigen Frühstück auf dem Campingkocher und einer heißen Dusche. Gut gestärkt



schwangen wir uns auf unsere Räder und fuhren in die Innenstadt von Florenz. Der Touristische Ansturm war auch in dieser Stadt extrem und wir hörten an jeder Ecke Menschen aus dem



deutschsprachigen Raum. Unsere Fahrräder abgestellt und abgesperrt, schlenderten wir durch die wunderschöne Altstadt. Vorbei an der imposanten, Cattedrale di Santa Maria del Fiore, über den überfüllten Platz Piazza

di Santa Croce, wo die berühmte Basilica di Santa Croce di Firenze zu finden ist. Bis hin zum Markt Mercato del Porcellino, auf dem sehr viel Mode und Leder zum Kauf angeboten wird.

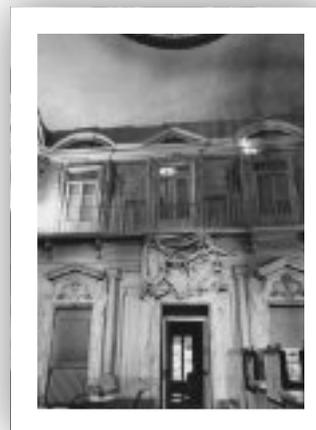
Wir besuchten einen Showroom für Lederverarbeitung und Taschenherstellung. Dabei gab es von meiner Begleitung eine gratis Führung und Erklärung zu diesem Beruf, da er diesen erlernt hatte.

Um den ganzen Trubel ein wenig zu entfliehen, setzten wir uns in ein Cafe am Piazza di Santa Croce, und beobachteten das Treiben auf dem Platz.



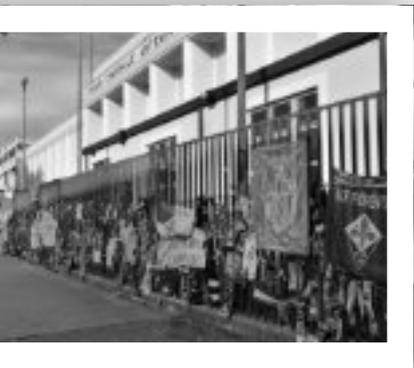
Zurück auf dem Campingplatz besorgten wir uns im dortigen Supermarkt einen Einweggrill und ließen den Tag bei Fleisch und Bier ausklingen. Schlafen musste ich erneut auf der kaputten Isomatte, da ich in ganz Florenz keinen Store für Campingbedarf fand.

---



Am nächsten Tag ließ ich meine Begleitung allein weiter ziehen. Ich entschied mich, einen weiteren Tag in Florenz zu bleiben und

mir ein Bett im Hostel Ostello Europa Villa Camerata (Mittlerweile dauerhaft geschlossen!) zu mieten. Eine sehr alte Villa mit einem ganz eigenen Charme, dem man das Alter ansah. Nach dem Check-in und dem Laden meines Handys zog ich erneut los. Ich lief am Fußballstadion von Florenz vorbei und wunderte mich über die vielen Schale und Flaggen, die am Stadionzaun hingen. Mal wieder recher-



chierte ich im Internet und fand heraus, dass es sich hierbei um eine Art Gedenkstätte für den plötzlich verstorbenen Kapitän des AC Florenz, David Astori, handelte.

Auf dem Weg zurück besorgte ich mir mal wieder eine Pizza, welche ich im Hostel verspeiste, bevor ich schlafen ging.

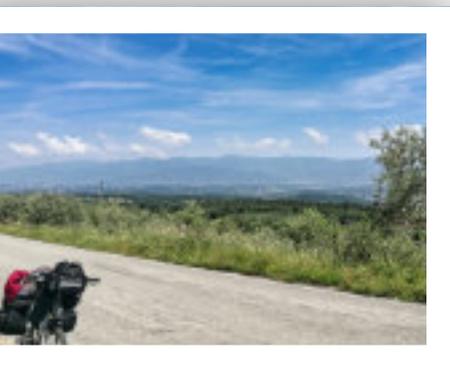
## Toskana, Umbrien und der Lago Trasimeno

Nach dem Frühstück in der alten Villa fuhr ich ein letztes Mal durch Florenz, um auf meine Route zu gelangen. Hier ging es, entlang den Weinreben über Feldwege, welche mehr für Wanderer als für Fahrradfahrer gedacht war Richtung Süden. Dabei hätte ich ohne GPS wohl nicht den richtigen Weg gefunden und ich bog einige Male falsch ab oder fuhr zu weit, bevor ich den Fahrradcomputer dauerhaft anließ. Ich fragte mich des Öfteren, ob meine Begleitung der letzten drei Tage den richtigen Weg gefunden hat.

Bei grandioser Aussicht fuhr und schob ich mein Rad die hügelige Landschaft ab, bis sich gegen



Mittag mein Magen zu Wort meldete. Es dauerte eine Weile, bis ich ein Restaurant fand, welches geöffnet hatte. Ich erhielt einen traumhaften Platz auf der Terrasse mit Blick auf die Weinreben und die Hügel der Toskana. Mit wohlschmeckenden Spaghetti konnte ich meine Kräfte tanken.



Frisch gestärkt konnte ich die meinen Weg fortsetzen. Ich entschied mich, den Campingplatz Orlando in Chianti Glamping Resort anzufahren und

dort in einem Holzzelt für 25 Euro die Nacht zu schlafen. Um diesen zu erreichen, musste ich meine Route verlassen und mein Rad zwei Stunden bergauf schieben. Ich bereute meine Entscheidung, diesen Campingplatz über booking.com gebucht zu haben. Allerdings wurde

ich mit einem wunderschönen Resort belohnt, sodass die Strapazen des Berges schnell vergessen waren.

---

Den Berg, für den ich am vorherigen Tag circa zwei Stunden benötigte, fuhr ich am Morgen innerhalb von 20 Minuten runter. Dabei schien die Sonne schon morgens um zehn erbar-  
mungslos, und ich hatte nach zwei Stunden meine Wasserreserven aufgebraucht. Immer wieder musste ich mir am Straßenrand ein schattiges Plätzchen suchen, um mich vor der Sonne zu schützen und mich auszuruhen. Bei einer meiner Pausen erhielt ich wieder tieri-



schen Besuch von einem Hund, welcher sich seine Streicheleinheiten bei mir abholte.



Da ich auf meinem Weg keine einzige Wasserquelle fand, entschied ich mich, um nicht komplett exsikkiert vom Rad zu fallen, von Bucine bis nach Arezzo mit dem Zug zu fahren.

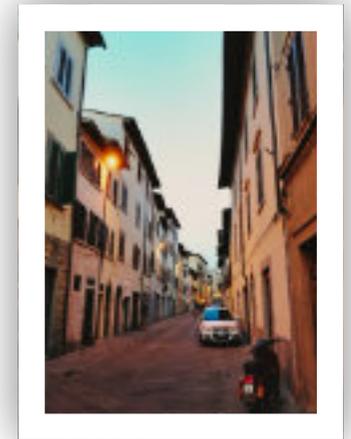
Für 29 Euro mietete ich mir ein Zimmer im Hotel La Toscana, wo ich am frühen Nachmittag ankam und nach dem Check-in sofort erschöpft einschlief.



Etwa eine Stunde später wachte ich wieder auf, packte eine kleine Tasche, und zog los, um mir Arezzo anzusehen. Die kleinen Ca-

fés in den kleinen Gassen luden zum Verweilen ein. So recherchierte ich bei Espresso, nach einem Geschäft für Campingbedarf, um mir endlich eine neue Isomatte zu besorgen. Ich hatte Glück und ganz in der Nähe gab es einen Decathlon.

Bevor ich abends schlafen ging, schlenderte ich noch einmal durch die Stadt und lauschte den Straßenmusikern beim Musizieren zu.



---

Trotz geschlossenem Fenster hielt mich der Verkehr bis ein Uhr nachts wach. Vielleicht lag es aber auch daran, dass ich am nachmittags im Hotel einschlief. Nach dem Aufwachen zog ich mir einen Kaffee an einem Automaten im Hotel und setzte mich in den hoteleigenen

Garten. Dabei hatte ich mal wieder ein nettes Gespräch mit einem deutschen Pärchen, welches den Weg nach Rom mit dem Motorrad bestritten. Dabei schien ich ihnen ein schlechtes Gewissen gemacht zu haben, weil ich den Weg mit dem Fahrrad fuhr.

Um kurz nach 10 schmiss ich mich wieder auf



mein Rad und fuhr immer den Fluss Canae Maestro della Chiana entlang. Ich kam recht gut voran und schaffte meine ersten 20 km in der ersten

Stunde. Langsam wichen die Weinreben den Olivenbaumplantagen.

Im Laufe des Vormittags entschied ich mich eine andere Route, die auch in meiner Streckenkarte vermerkt war, zu nehmen. Dieser Weg war zwar etwas beschwerlicher, aber mit mehr

Abwechslung. An der Abzweigung zur neuen Strecke entdeckte ich eine Wasserstelle, welche als Trinkwasser deklariert war. Da das gezapfte Wasser jedoch sehr braun in meiner Flasche schimmerte, entschied ich mich dagegen und fuhr ohne frisches Wasser weiter.

Mein Kartenmaterial wies mir ein Restaurant aus, welches ich anfuhr. Leider fand gerade ein Familienfest statt und ich wurde freundlich weggeschickt. Sie gab mir jedoch den Tipp, dass es in Cortana die nächsten Restaurants geben sollte. So fuhr ich hungrig und erschöpft weiter.

Cortana ließ ich dann trotzdem an mir vorbeiziehen. Die Stadt, mal wieder auf einem Hügel, wollte ich mir ersparen. Ich fuhr weiter bis Camucia, wo ich ein kleines Café fand und mir ein Bier gönnte und meine Wasservorräte auffüllte.



Mein heutiges Etappenziel sollte der Lago Trasimeno sein. Hier entschied ich mich für einen Campingplatz am See. Der dazugehörigen Lade hatte bedauerlicherweise geschlossen. Die nette Dame am Empfang war jedoch so freundlich und schloss ihn für mich kurz auf, sodass ich ein paar Lebensmittel kaufen konnte.

So bereitete ich mir mein Essen selbst zu und ließ den Abend bei traumhaftem Blick



über den See und eine Flasche Bier ausklingen.

## **Assisi, Spello und Spoleto**

Um halb fünf Uhr morgens wachte ich keineswegs ausgeruht auf. Weiterschlafen konnte ich nicht. So kochte ich mir erst einmal einen Kaffee, bevor ich ganz langsam mein Zelt in meinen Taschen verstaute. Ich ließ mir besonders viel Zeit, da ich erst um halb neun auschecken konnte. Die letzten Tage steckten mir merklich in den Knochen und ich hätte am liebsten alles stehen und liegen gelassen, um noch eine Nacht hierzu bleiben. Doch mir hing die Zeit im Nacken. Vor mir lagen noch 320 km und der Flieger würde nicht auf mich warten.

So stieg ich nach dem Auschecken auf mein Rad und fuhr Richtung Süden. Meine Knie meldeten sich schnell wieder zu Wort und



ich merkte, dass die bevorstehenden Tage eine Qual werden würden. Ich strampelte die schweißtreibende Strecke bis nach Magione, die gleich

mit einer Steigung begann. In Magione angekommen, entschied ich mich ein Stück mit dem Zug zu fahren. Ich zerzte mein Rad mit letzter Kraft die drei Stufen in den Zug und fuhr bis Perugia.

In Perugia stieg ich aus und schob mein Rad den Berg hinauf, um wieder auf meine Route zu gelangen. Ich empfand die Stadt als nicht besonders schön und war froh, als ich am höchsten Punkt ankam und die Steigung auf der anderen Seite wieder hinunterfahren konnte. Dabei zeigte sich mir Perugia dann doch von seiner schönen Seite. Die Straßen

wurden ruhiger, die Plattenbauten wichen kleineren Häusern und ich ließ mein Rad den Berg hinunterrollen. Bei den italienischen Straßenverhältnissen keine ungefährliche Angelegenheit.

## INFO!

### **Assisi**

Assisi ist eine Hügelstadt in der Region Umbrien in mittel Italien. Sie ist der Geburtsort des heiligen Franziskus von Assisi (1181-1226), eines der Schutzheiligen Italiens. Hier findet man die Basilika San Francesco.

Ich erreichte mein Tagesziel und eines meiner Höhepunkte dieser Reise, gegen 13 Uhr. Die Entscheidung, vorher mit dem Zug zu fahren, erwies sich als gute Entscheidung. So hatte ich den ganzen Nachmittag Zeit, Assisi zu erkunden. Ich quartierte mich am Campingplatz Greenvillage Camping Hotel As-

sisi ein und nahm den Shuttlebus bis Assisi.

Nachdem ich mir alles angesehen hatte, setzte ich mich zum Abschluss noch in ein kleines Café, bestellte mir etwas zu essen und genoss den Abend und den Sonnenuntergang, bevor es mit dem Shuttlebus zurück zum Camp ging.



---

Der nächste Tag startete mit Frühstück und Instantkaffee im Schneidersitz vor meinem Zelt. Mein nächstes Ziel lag nur etwa elf Kilometer entfernt und ich konnte mir bei meiner morgendlichen Routine etwas Zeit lassen. Gegen neun losge-

fahren, erreichte ich Spello schon nach etwa einer halben Stunde Fahrtzeit. Dort angekommen, lud die Stadt zum Schlendern ein. Eine wunderschöne alte Stadt mit kleinen Gassen, geschmückt mit zahlreichen Blumentöpfen und an jeder Ecke gibt es was zum Entdecken.



Mein Weg führte mich weiter Richtung Spoleto. Dabei ließ ich Trevi links an mir vorbeiziehen. Jedoch nicht, ohne ein Foto aus der Ferne gemacht zu haben.

Spoleto schien mir deutlich größer

als Spello zu sein und außerhalb der Altstadt macht die Stadt einen nicht so schönen Eindruck. Die Altstadt selbst lud dann aber wieder zum Verweilen ein und zeigte sich von ihrer schönen Seite.



Mein Weg sollte mich an diesem Tag noch weiter führen und so entschied ich mich erneut den Zug bis nach Terni zu nehmen.

Beim hineinzerren meines Rades verlor ich meine Streckenkarte, was ich jedoch erst bei fahrendem Zug bemerkte. Also hieß es ab hier, ohne Karte wei-



terzufahren.

Terni und mein, an Disney angelehntes, B&B Fable erreichte ich spät abends nach einigen Irrfahrten quer durch die Stadt.

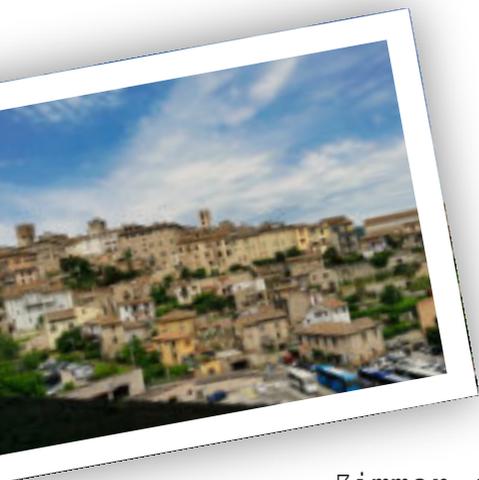
## Vor den Toren Roms

Den Tag startete ich, passend zum Style der Unterkunft, mit einem süßen Frühstück. Die Muffins, Croissants und der Kuchen gaben mir die nötige Kraft für meinen weiteren Weg. Ich reizte den Check-out bis aufs letzte aus, um meine Powerbank so voll wie möglich zu bekommen.

Die ersten zehn Kilometer vergingen wie im Fluge, bevor das Auf und Ab erneut losgehen sollte. Ich fand jedoch recht schnell eine angenehme Geschwindigkeit, um nicht schon mittags keine Kraft zu haben.



Ohne meine Streckenkarte verfuhr ich mich ein-  
nige Male, bog falsch ab oder fuhr zu weit. So  
kamen bis zum Abend noch ein paar Kilometer  
hinzu und ich musste oft das Handy zücken, um  
Google nach dem richtigen Weg zu fragen.



So fuhr ich Hügel für  
Hügel durch die Gegend,  
bis ich einen kleinen  
Laden fand, bei dem  
ich Reserven auffüllen  
konnte. Hier buchte  
ich mir gleich ein

Zimmer in Montebuono. Der Ver-  
mieter schrieb mir jedoch nach der Buchung,  
dass er das Zimmer aufgrund eines Rohrbruches  
wieder stornieren müsse. So fuhr ich erst  
einmal weiter, ohne zu wissen, wo ich die  
Nacht verbringen würde, als plötzlich, wie  
aus heiterem Himmel, sich ein Unwetter über  
mir zusammen braute. Ich entschied mich kur-

zerhand einen anderen Weg zu fahren, um  
schneller aus dem bergigen Gebiet zu kommen.  
Als es dann wie aus Eimern anfang zu regnen und  
ein gewaltiger Blitz in der Gegend einschlug,  
wo mich meine eigentliche Route hinführte,  
entschied ich mich unter einen winzigen Tor-  
bogen eines Vorgartens zu stellen. Ich  
presste mich so gut es ging gegen die kleine  
Holztür und versuchte so wenig wie möglich im  
Wasser zu stehen.

Nass bis auf die Unterhose fuhr ich, als der  
Regen etwas nachließ, weiter und hielt nach



einer Unterkunft Aus-  
schau. Ohne Erfolg  
schmiss ich wieder-  
holt die Booking App  
an und erkundigte mich  
nach dem nächstgele-  
genen Hotel. Ich fand  
ein preisgünstiges,

acht Kilometer hinter mir in Poggio Mirteto und radelte den Weg zurück, wieder den Berg hinauf, von wo ich eben erst gekommen war.



Sowohl die Stadt, als auch das Hotel machten einen recht schmutzigen Eindruck. Der Besitzer des Hotels rauchte im Foyer eine Zigarette nach der

anderen. Es stank im ganzen Haus nach kalter Asche und sauber war es keineswegs. Zu diesem Zeitpunkt war mir das jedoch egal. Ich wollte nur einen Platz zum Schlafen und war früh überhaupt eine Bleibe gefunden zu haben.

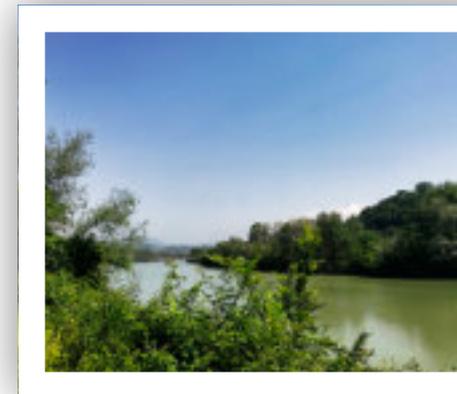
Bevor ich mich ins Bett schmiss, besichtigte ich noch kurz die Stadt. Ich fand dann doch

die ein oder andere schöne Ecke, und besorgte mir eine Pizza, die ich im Hotelzimmer aß.

---

Das erste Mal wachte ich gegen halb fünf auf. Ich entschied mich jedoch noch eine Runde weiterzuschlafen. So ging ich um halb neun in den Frühstücksraum, aß mein, im Preis inbegriffenes und gegen meine Erwartung, leckeres Frühstück, bevor ich mich wieder auf meinen Sattel schmiss, um weiter Richtung Rom zu fahren.

Es dauerte nicht lange, bis ich den Tiber, welcher sich durch Rom bis ins Tyrrhenische Meer schlängelt, erreichte. Diesen folgte ich für etwa acht Kilometer und es ging sehr entspannt voran. Als mich mein



Weg jedoch wieder weg vom Tiber, die Berge hinauf führte, und ich das Rad abermals schieben musste, merkte ich eine leichte Frustration in mir aufkommen. Die Sonne schien mal wieder erbar- mungslos und ich suchte mir alle paar hundert Meter Schatten spendenden Schutz unter den am Straßenrand stehenden Bäumen. Ich kam nur sehr schleppend voran.

Nach kurzer Einkehr in einem Restaurant suchte ich mir eine Route, die die bei Weitem

## INFO!

### Der Tiber

Mit 405 Kilometer Länge ist er der drittlängste Fluss Italiens. Er entspringt im Apennin, fließt durch die italienische Hauptstadt Rom und mündet im Tyrrhenischen Meer.



nicht so anstrengend wirkte. Ich musste jedoch schnell feststellen, dass diese Wahl in einem Feldweg mündete und am Ende von einem Tor versperrt war. Also fuhr ich wieder ein Stück zurück, um einen anderen Weg zu nehmen. Mehr ein stark bewachsener Trampelpfad. Ich nahm ihn trotzdem und die Flora mit ihren stacheligen Pflanzen peitschte rechts und links an meinen Armen und Beinen vorbei. Ich ließ einen Freudenschrei aus mir heraus, als der Weg wieder zu einer geteerten Straße wurde. Nur kurze Zeit später erblickte ich in der Ferne eine riesige Stadt. Es musste wohl Rom sein. Was für ein unbeschreibliches Gefühl. Das Ziel zum Greifen nahe.

Mit einem breiten Lächeln im Gesicht ging es



weiter die Straße entlang. Die ganzen Strapazen der letzten Tage waren plötzlich vergessen und die Geschwindigkeit nahm zu. Mein Weg sollte mich wieder zum Tiber führen, wo ich mich auf einem Campingplatz einquartierte und ein letztes Mal mein kleines Eigenheim aufbaute.

## Wehmut schleicht sich ein

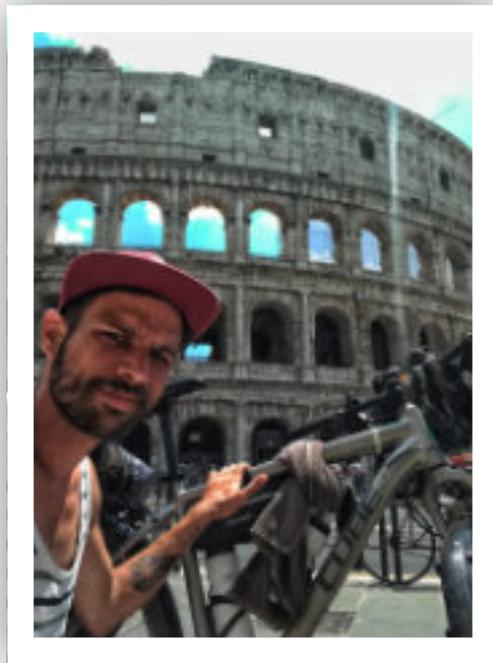
Nach dem überwältigendem Gefühl am Tag zuvor und der Freude, mein Ziel so gut wie erreicht zu haben, schlich sich am Morgen die Wehmut ein. Ich packte ein letztes Mal mein Zelt zusammen. Meine Sachen verstaute und sortierte ich so, dass ich in Rom nur noch zur Post radeln musste, um vieles davon nach Hause zu schicken. Dabei bemerkte ich, wie sich in mir ein seltsames Gefühl breit machte. Mein Abenteuer neigte sich dem Ende zu und bald würde mich der routinierte Alltag wieder haben. Auch wenn ich auf meinem Weg oft fluchte und mich fragte, warum ich mir dies antue, war es doch ein unvergessli-



ches Abenteuer und ich war traurig, dass es so gut, wie vorbei war.

Die letzten entspannten 25 Kilometer warteten auf mich. So fuhr ich das letzte Stück auf einem hervorragend zu befahrenem, roten Fahrradweg bis nach Rom.

In Rom angekommen, führte mich mein erstes Ziel zum Kolosseum. Danach fuhr ich die nächstgelegene Poststelle an, um einen Teil meines Gepäcks zurück nach Hause zu schicken. Der Herr hinter der Theke legte mir nahe, mein Rad nicht unbeaufsichtigt stehenzulassen und es lieber mit in die Poststelle



zu nehmen. In Rom würden Fahrräder schnell geklaut werden, was sich im Laufe des Tages noch mitbekommen würde. Ich sperrte mein Rad, nach dem ich bei der Post war, kurz an einem Fahrradständer ab, um die ersten Sachen in mein vorher gebuchtes Hostel zu bringen. Nach etwa 10 Minuten kam ich zurück zu meinem Fahrrad und bemerkte wie eine Gruppe um mein Fahrrad standen und es sich genauer ansah. Ich lief schnell hin, sperrte auf und verschwand. In einem Fahrradgeschäft hatte ich die Möglichkeit, mein Rad zur Verwahrung abzugeben. Abends aß ich noch in einem Restaurant zu Abend und ging danach schlafen.

---

Die nächsten vier Tage besichtigte ich Rom. Dabei lief ich überwiegend morgens und abends durch die Straßen, Parks und Gassen. Zur Mittagszeit war es einfach zu heiß, um draußen zu



sein. Also verbrachte ich diese Zeit im Hostel mit klimatisierten Zimmern und machte einen Mittagsschlaf.

Vormittags nutzte ich die Zeit, um in einem der zahlreichen Parks der Stadt den Musikern beim Spielen zu lauschen und mich auf die Wiese zu legen. Oder ich

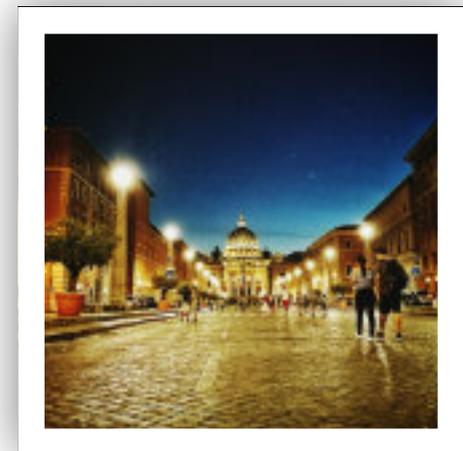


lief planlos durch die Innenstadt und lauschte dort den Straßenmusiker zu.

Abends besichtigte ich die vielen Sehenswürdigkeiten bei deutlich weniger Getümmel der Touristen. So konnte ich ein paar schöne Fotos schießen, ohne Hunderte von Menschen vor der Linse zu haben.

Einen Abend suchte ich mir über eine App jemandem, mit dem ich in einen schlecht besuchtem Club besuchte. Wir lernten ein paar Italiener kennen, unterhielten und tranken Bier, bei elektronischen Klängen.

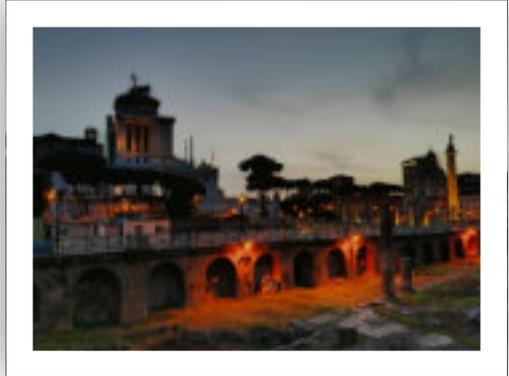
Nach vier Tagen war die Zeit nun herum und mein Flieger sollte am nächsten Morgen abfliegen. Ich holte mein Fahrrad schon am Abend zuvor ab, um es zu zerlegen



und in meiner Transporttasche, welche ich die

ganze Zeit sinnlos mitschleppte, zu verstauben.

Nach der Tortur, mein Rad geschultert, bis zum Flughafen zu schleppen, hob der Flieger bei traumhaftem Wetter in



die Lüfte. Aus dem Fenster konnte ich teils in etwa ausmachen, wo ich die letzten Tage mit dem Rad fuhr. Was für ein seltsames Gefühl! Ich ließ im Flugzeug die vergangenen Tage Revue passieren. Was für ein Erlebnis. Etwas traurig, dass der Alltag mich bald wieder haben würde, aber glücklich es geschafft zu haben, freute ich mich auf zu Hause und meine Familie.