

Grande Traversata delle Alpi

Wenn Wandern zum Alltag wird

von Thomas John

Weitwandern ist, wenn Wandern zum Alltag wird, wenn Natur angefasst werden kann, wenn man seine Grenzen kennenlernt, wenn das Draußensein selbstverständlich wird, wenn das Wahrnehmen vor dem Denken kommt, wenn die Komfortzone verlassen wird, wenn der ganze Besitz in einen Rucksack passt, wenn Glück das Befriedigen der elementaren Bedürfnisse bedeutet, wenn man Schritt für Schritt Altes hinter sich lässt und Neues betritt.





Weitwandern heißt, wochenlang, monatelang unterwegs zu sein. In der vierten oder fünften Woche habe ich all die lieb gewordenen Annehmlichkeiten zuhause vergessen, das Leben folgt einem neuen Rhythmus. Um sieben Uhr aufstehen und packen, halb acht frühstücken (in Italien Kaffee und Weißbrot), acht Uhr Start. Am Nachmittag ankommen, den Schlafsack auf einem durchgelegenen Bettgestell ausrollen, sehnsüchtig auf das Abendessen warten, um neun Uhr dann – Matratze. **Es ist ein einfaches, reduziertes Leben mit einem täglich wiederkehrenden Rhythmus.**

„München – Venedig“, „Der Große Walsertag“, „der Gelbe Weg der Via Alpina“ und die GTA, die „Grande Traversata delle Alpi“ haben ihre Eindrücke hinterlassen, dieses unglaubliche Lebensgefühl, wenn Wandern zum Alltag wird. Die ebenfalls geliebten Trekkingtouren in Nepal mit einem für mich völlig anderen Charakter landen trotz der drei-, vierwochenlangen Unternehmungen nicht in der Schublade „Weitwandern“.

Die Grande Traversata delle Alpi startet bei Airolo in der Schweiz und zieht über fast tausend Kilometer durch die Lepontinischen Alpen, das Simplongebiet, das Walsertal, rund um die Monte Rosa zum Aostatal, das Canavese, die Lanzo-Täler, Okzitani, das Monviso-Land, die Dolomiten von Cuneo, die Westlichen Seealpen, am Argentera-Massiv vorbei und über die Ligurischen Alpen bis zum Mittelmeer.

Googelt man nach Weitwanderwegen, findet man viele schöne Routenvorschläge. Dabei stolpert man über **Werner Bätzing** (der freundlicherweise den Gastkommentar geschrieben hat), liest immer mehr und immer interessierter seine Beschreibungen zur GTA, von Region und Weg. Das Träumen beginnt, bald folgt die Planung.

Eine gute Planung ist alles, ich brauche das. Den Rother Wanderführer von Iris Kürschner und Dieter Haas über die GTA habe ich natürlich gründlich durchgeblättert, er steckt auch griffbereit im Rucksack. Der gesamte Weg ist als GPX-Track auf dem GPS-Gerät gespeichert.

Den großen Stapel an Wanderkarten mit 1,5 kg Gewicht habe ich auf DIN A4-Blätter verdichtet, die nur noch 240 g wiegen. Zudem sind die gescannten Kartenausschnitte als Backup auf dem Handy gespeichert. Bei Redundanz in Sachen Orientierung bin ich vielleicht etwas zwanghaft, dafür gehe ich auch selten „Umwege“.

Der Start ist immer aufregend. Zugfahrt über Zürich nach Airolo, Busfahrt im Nieselregen halb hinauf zum Nufenenpass, Ausstieg in einer Kurve bei der Alpe Cruina. Bei grauem Himmel, vielen Schneeresten vom Winter und heranziehendem Gewitter ist der Anfang der Tour nicht sehr motivierend. Das architektonisch modern anmutende Capanna Corno Gries erreiche ich noch vor dem Platzregen.

100 Euro für Übernachtung, Spaghetti mit dünner Sauce und grünem Salat, zwei Flaschen Wasser, Dusche und Frühstück. Zum Glück verläuft die GTA nur an den ersten Tagen durch die Schweiz. Das Leben ist hier mehr als doppelt so teuer wie auf der anderen Seite der Grenze.

Die sehr nette Wirtin empfiehlt mir, auf den Schneehängen aufzupassen und sie weit oberhalb des Stausees zu queren („falls was abgeht...“), da in diesem Jahr noch keine Wande-

rer über den Pass gegangen sind. Nach dem Regen vom Vortag ein spannender Start mit herrlichem Wetter, fetten Küchenschellen am Wegrand und viel steilem Nassschnee.

Weitwandern heißt, das Tagesziel vor Augen zu haben, mehr nicht, keinesfalls die ganze Strecke. Das würde erschlagen. **Weitwandern ist ein schrittweises Entlanghangeln an einer Wegidee.** Jeder Abend Freude über das Erlebte und ein klein bisschen Stolz beim Erreichen eines Etappenziels.

Es sind die ersten Tage auf Tour, ich bin solo unterwegs in den Lepontinischen Alpen. Die heutige Etappe von der Alpe Veglia bis Gondo bedeutet auf dem Normalweg viele Höhenmeter erst ab- und dann wieder aufzusteigen. Die kürzere Variante über den Sentiero dei Scinc wird im Rother Wanderführer als schwer beschrieben.

Ich entscheide mich für das Herantasten an die Variante, um herauszufinden,



Die Route. Karte: OpenStreetMap



Passo del Corno

Alle Fotos: Thomas John

wie die Bewertungen im Wanderführer zu interpretieren sind. Na gut, dieser Weg hat sehr steile Hangquerungen und ein paar Felsbänder mit verrosteten Ketten zu bieten, aber wirklich alles sehr machbar. Die Bewertungen im Buch sind für einen trittsicheren Bergwanderer wohl eher übertrieben.

Ganz allein bin ich selten unterwegs. Ab dem Simplongebiet bis zum Aostatal begleiten mich gute Freunde für ein, zwei Wochen, dann wandert meine Frau für 14 Tage mit. Sie hat sich eindeutig die härtesten Etappen ausgesucht, vor allem die Lanzo-Täler haben es in sich. Die zweite Hälfte der Strecke ist Luc mein Begleiter, er geht auch die ganze GTA – von ihm später.

Zum Übernachten gibt es keine große Auswahl, eigentlich fast gar keine. Eine Etappe ist vor allem dadurch definiert, dass es an ihrem Ende eine Übernachtungsmöglichkeit gibt. Dazwischen ist meist nichts. Viele Orte sind fast vollständig verlassen, die Häuser verfallen. Das Piemont ist gezeichnet durch die Landflucht. Die Menschen haben das sehr karge Leben aufgegeben und sind der Arbeit wegen in die Städte, nach Turin gezogen. Nur vereinzelt dienen ein paar hergerichtete Häuser als Wochenend- und Sommerdomizil, wenige Alte halten die Stellung.

In den Ortschaften heißt die Unterkunft oft **Posto Tappa**. Das ist meist ein nicht mehr genutztes, umfunktionsiertes Schulgebäude, in dem jetzt Betten statt der Schulbänke stehen. Den Schlüssel

erhält man in der Dorfbar oder auf einem Bauernhof.

Irgendwann stellt man als bayerischer Gewohnheitsmensch fest, dass Bier viel teurer als Rotwein ist – bei gleicher Menge. Für mich ist das jedes Mal eine interessante Erfahrung in Italien, eine, die wohl jeder macht. Der Umstieg ist aber nicht nur eine ökonomische Frage, der italienische Rotwein ist ganz und gar nicht zu verachten.



Alpe Devero

Überhaupt hat die erfahrene Gastfreundschaft auf der ganzen Wanderung einen wesentlichen Anteil an den schönen Erinnerungen. Es sind die **Begegnungen mit Menschen**, die unser Leben lebenswert machen.

Der alte Wirt auf der Alpe Laghetto stellt ein paar Einmachgläser auf den Tisch, Kräuter in Schnaps eingelegt. Wir Gäste dürfen probieren. Zum krönenden Abschluss bekommen wir noch selbstgemachten Genepi, einen Kräuterlikör, für den die schwarze Edelraute verwendet wird. Von da an ist das jeden Abend



festes Ritual: **Nach dem Essen Caffè e Genepi.** Genepi gibt es überall im Piemont, auch noch unten in Ligurien.

Bei der freundlichen Begrüßung auf Alpe delle Colma gleich ein kritischer Blick. Ist das Handy noch an? Die Strahlung macht die Wirtin krank, sie kann eingeschaltete Handys spüren. **Die Berge machen die Menschen besonders.** Unsere Wirtsleute sind besonders, vor allem besonders liebenswürdig. Das Essen ist super. Da es am nächsten Vormittag noch leicht regnet, die Etappe eher kurz ist und ein köstliches Mittagessen lockt, wird der Start auf Nachmittag verlegt. Eine gewisse Lässigkeit oder gestalterische Freiheit in Bezug auf die Tagesplanung hat sich eingestellt.

An der Alpe Pianello können wir nicht einfach vorbeiwandern. Nicht, wenn beim Almfest in riesigen Kesseln über offenem Feuer unter ständigem Rühren Polenta zubereitet wird, eine Männerdomäne – wenig Arbeit bei guter Unterhaltung. Polenta mit einem Schuss Milch für einen Euro. Mahlzeit. Dieses Erlebnis wäre ja schon Erlebnis genug für den ganzen Tag gewesen.

Aber in San Gottardo wartet **das beste Abendessen auf der ganzen GTA** auf uns. In den ersten Wochen der Tour können wir über das Essen ohnehin nicht klagen. Antipasti, Pasta, Hauptgericht und Dolce sind guter italienischer Standard. In San Gottardo ist es anders. Schön gedeckter Tisch, Silberbesteck – und ein Vorspeiseteller nach dem anderen. Es hört nicht auf. Irgendwann dann die Frage, ob wir überhaupt noch ein Hauptgericht wollen. Nein, herzlichen Dank, wir sind mehr als satt!

Der Kreuzotter neben dem Weg gefällt weder das Fotografieren noch das Filmen, was sie durch vernehmbares



Kreuzotter am Weg

Zischen deutlich klarmacht, der Esel ein paar Meter weiter sieht das gelassener. Ein Almbauer trägt einen riesigen Heuballen auf dem Rücken und ein Schäfer dirigiert mit Hilfe seiner Hunde eine Schafherde über die Wiese. **Willkommene Abwechslung beim meditativen Schritt für Schritt in schöner Berglandschaft.** Der Weg führt über hohe Berge, aber immer wieder zieht er auch durch die gebirgigen Ausläufer über der Po-Ebene mit weiten Blicken ins flache Land.

Die Alpe Baranca am eigentlichen Etappenende ist bereits ausgebucht. Heute müssen wir weit vorher mit einer etwas anderen Unterkunft vorlieb nehmen, auch wenn das morgen ein ewig langer Tag wird. Das halbe Haus ist eine Baustelle, es war wohl mal eine Pizzeria und ist jetzt das Posto Tappa in Santa Maria di Fobello. Der Empfang ist durchaus sehr freundlich, hinterlässt aber Fragezeichen, die Zimmer sind irgendwie schäbig bis na ja, das Bad ist mit Rost und Schimmel per Du.

Dementsprechend sind unsere Erwartungen an das Abendessen sehr niedrig, auch weil wir kurz vor der vereinbarten Zeit keinerlei Aktivitäten aus einer wo auch immer befindlichen Küche feststellen können. Aber dann die Überraschung und was für eine. Ein schön gedeckter Tisch, das ganze Programm – und einfach gut und viel: Danke!

Schon von weitem hören wir **fetzige Rockmusik**, das Rifugio Rivetti ist mitten in einem Granit-Blockwerk eine kleine Enklave in Woodstock-Stimmung. Die ganze Gegend ist wohl musikalisch. Am nächsten Tag unten im Talort Piedicavallo, wir sitzen gerade in einem Café, kommt eine Blaskapelle vorbei und zieht hoch zur Kirche – etwas schräger Schritt, etwas schräge Musik, aber das ist nicht so wichtig.

Diese und die nächste Nacht verbringen wir in Klöstern. Nach der Nacht im Santuario San Giovanni hindert uns frühmorgens ein heftiges Unwetter mit Starkregen und Gewitter am Aufbruch. Zum Glück ist die Etappe kurz, da wir uns den Weg zwischen entwurzelten Bäumen erst suchen müssen – das Unwetter hat ganze Arbeit geleistet.



Bauer bei La Plana

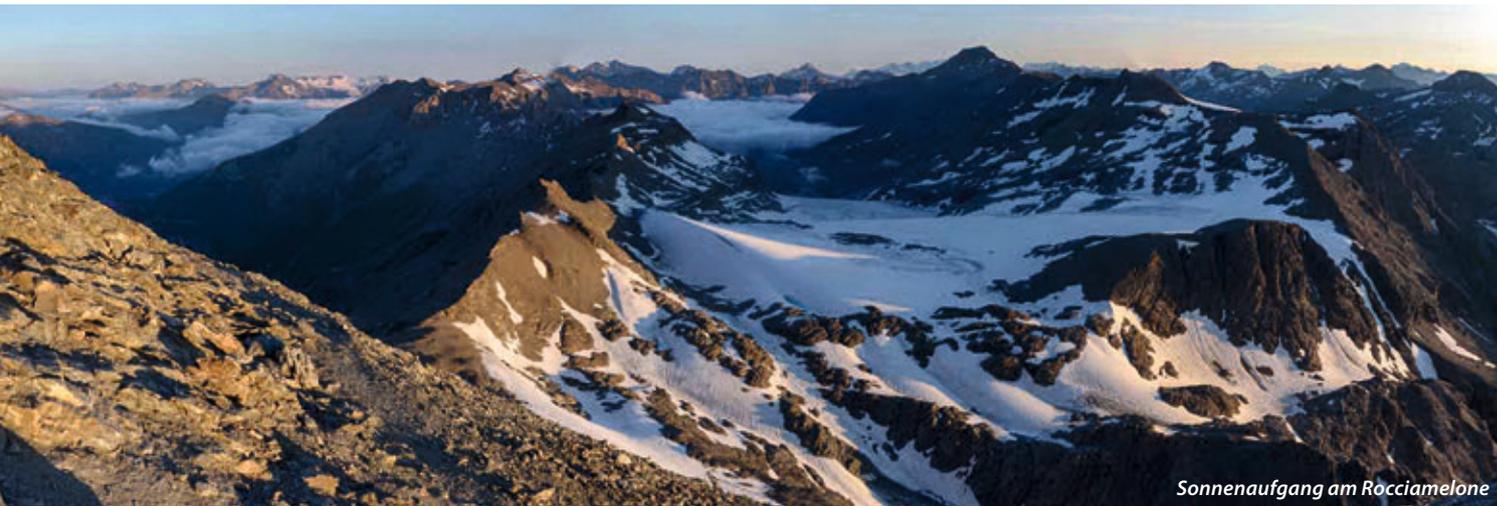
Das Santuario di Oropa erreichen wir wieder im strömenden Regen. Das Kloster ist riesig, **der bedeutendste Wallfahrtsort in den italienischen Alpen.** Dreitausend Gläubige passen in den Dom. Nach der nassen Ankunft strahlt plötzlich die Sonne, ab dem nächsten Tag folgt ein 1a-Wetter. Die gestifteten Kerzen waren zu etwas gut.

Der Panoramaweg von Oropa nach Trovinasse ist besonders, vor allem bei tiefblauem Himmel. Die GTA lässt sich in ihrer ganzen Ausdehnung ein bisschen erkennen. Im Norden, in doch schon weiter Ferne, ist die Monta Rosa zu sehen, im Osten die flache Po-Ebene, im Westen die gebirgige Landschaft Frankreichs und im Süden kann man das Meer erahnen. Dahin ist es noch sehr weit. An der Pforte des Aostatal, in Quincinetto, nach drei Wochen auf Tour, sind gerade dreißig Prozent des ganzen Weges geschafft.

Moderat geht es durchs Cavanese und den östlichen Rand des Gran-Paradiso-Nationalparks. Wir hangeln uns von Tal zu Tal. Auf der Alpe Chiaromonte leben Giorgio und Maria wie vor hundert



Almbauern



Sonnenaufgang am Rocciamelone

Jahren. Wir werden sehr freundlich mit Käse, Kaffee und Schnaps bewirtet. Letzterer hilft hoffentlich auch gegen die eine oder andere Verletzung von Hygienevorschriften im „Gastronomiebereich“, also der düsteren und schmutzigen Almküche.

Das Wetter ist beim Draußensein, vor allem beim wochenlangen, ein wichtiger Faktor. Es sollte immer schön sein, mit viel Sonne, wenig Wolken, ohne Nebel oder gar Regen. Dadurch ließe sich die abwechslungsreiche Landschaft gebührend genießen, manch Stress bliebe einem erspart. So viel zu Weihnachten mit all den hoffnungsvollen Wünschen. Ja, gut, ich will nicht meckern, Petrus ist die meiste Zeit friedlich.

Zwischen Noaska und Ceresole Reale ist er aber offensichtlich schlecht drauf. Starkregen, Gewitter, ein Blitz nach dem anderen. Auch der nächste Morgen fängt

„lautstark“ an. Das wird ein bedrückender Ruhetag, die Betonstaumauer des Lago Ceresole droht im Hintergrund über dem Ort und die Wäsche wird auf der kreuz und quer gespannten Leine im Zimmer auch nicht trocken.

Für die nächsten Tage stehen **die harten Lanzo-Täler** im Weg, das heißt, eigentlich mehr die Berge zwischen den Tälern. Die Pässe sind um die zweieinhalbtausend Meter hoch, wir steigen auf der einen Seite 1.000 Meter rauf, um auf der anderen Seite wieder 1.000 Meter abzustiegen. Granitblöcke, hart zu gehen, keine gelenkschonende Gegend. Wenn dann noch der Weg kaum zu finden ist, da ein Weidendickicht alles zuwuchert, muss ich mir hin und wieder Fragen nach dem Sinn der Unternehmung anhören.

Die Landschaft entschädigt aber immer wieder, der Abstieg über steile Wiesenhänge vom Colle Costa Fiorita

hinunter nach Usseglio ist spektakulär, die Wegweisung ein paar Kilometer vor dem Ort jedoch verwirrend, da die Entfernung zum Ziel mit jedem Kilometer größer wird. Das Eis auf der Treppe vor dem altherwürdigen Albergo Rocciamelone im Jugendstil ist die wohlverdiente Belohnung. Auch die Schmerzen in den Knien nach dem wieder mal ewig langen, harten Abstieg sind damit leichter zu ertragen.

Rifugio Cà d’Asti: Stürmisches Wetter, volle Hütte. Am Abend spielt einer der Wirtsleute Saxofon. Einfach so und ziemlich gut. Sitzt in einer Ecke und spielt. Eher für sich als für uns. Draußen ziehen schwarze Wolken vorbei. Die Nacht im überfüllten Lager wird kurz.

Lange vor Sonnenaufgang stehe ich auf und steige mit Stirnlampe durch die steile Südflanke auf den **Rocciamelone, den mit 3.538 m höchsten Marienwallfahrtsort der Alpen.** Sonnenaufgang am Gipfel. Panorama mit Fels, Eis, Wolken und warmem Morgenlicht. Abstieg nach Susa, der alten Römerstadt. Nach zwei Wochen Mitwandern Endstation für meine Frau, sie fährt zurück.

Die nächsten fünf Wochen habe ich zum Glück trotzdem Gesellschaft. Luc, ein wortkarger Belgier, geht auch die ganze GTA. Ohne Wanderkarte, kein GPS-Gerät. Nur mit Buch und Kompass ausgestattet, verläuft er sich oft, ist aber ein guter Begleiter. Das ist nicht ganz unwichtig an Tagen mit schwierigem Wetter oder fordernden Passagen. Auf vielen Etappen sind wir die Einzigen



Talabschluss Rocciamelone



unterwegs, vor allem an Werktagen oder bei Regen.

Es ist mir ja ein bisschen peinlich, ich oute mich jetzt vielleicht als Banause, aber von **Okzitanien** habe ich vorher nichts gewusst. Okzitanien ist heute eine französische Region, die 2016 durch den Zusammenschluss der bisherigen Regionen Languedoc-Roussillon und Midi-Pyrénées entstand. Das alte Okzitanien ist eine historische Kulturlandschaft im Südwesten Europas. Neben kleineren Gebieten in Spanien und Italien befindet sich der Hauptteil im südlichen Drittel Frankreichs.

Die Gegend ist geprägt durch ihre besondere Kultur und eine eigene Sprache, die dem Katalanischen verwandt ist. Wir wandern durch den Osten dieses länderübergreifenden Gebiets. Ein Reinhören in die traditionelle Musik auf YouTube lohnt sich: **Lou Dalfin, Trobairitz d'Oc, ...**

Meine Nikon versagt nach etwa Zweidrittel der Strecke. Der Autofokus funktioniert nicht mehr, auch manuell lässt sich die Kamera nicht mehr scharfstellen. Das ist für mich als begeisterten Fotografen **die Katastrophe pur**. Ich überlege die ganze Nacht, heimzufahren und die andere Kamera zu holen. Aber dann hätte die Wanderung einen Break. Also muss es so gehen, in Kombination mit dem Handy.

Meine Italienischkenntnisse sind praktisch inexistent. Aus „Italienisch im Handgepäck – 100 Worte lernen, 500 Sätze sprechen“ kann ich mir ein

paar essentielle Fragen zusammenzimmern, die Antworten darauf verstehe ich dann leider nicht mehr. Daher schreibe ich die Namen der nächsten Unterkünfte samt den Telefonnummern und den voraussichtlichen Ankunftstagen auf einen Zettel. Freundliche Wirtsleute am Abend verstehen das auch ohne viel Worte oder sprechen eben doch ein paar Brocken Englisch, rufen für mich an und buchen die Unterkünfte.

Auch wenn wenige Wanderer unterwegs sind, ist es gut zu wissen, dass da ein Schlafplatz wartet. Zudem ist es fair gegenüber den Gastgebern, die sich so vorbereiten können. Klar, Spaghetti mit Sauce gibt es immer, aber ein richtiges italienisches Abendessen braucht Vorbereitungszeit. Letztlich ist es in einsamen Gegenden auch beruhigend zu wissen, dass man erwartet wird – wenn etwas passieren sollte.

Italienern in den Bergen zu begegnen, ist immer eine sehr freundliche Angelegenheit. Ein „Buon giorno“, ein „Salve“ ist selbstverständlich. „Prego“, um den anderen vorbeizulassen, „Grazie“ als Dank dafür gehören sich einfach. Und wenn es die Verständigung zulässt, bekommen wir sehr viel Hochachtung für unsere wochenlange Wanderung. Immer wieder klingt auch an, dass Italiener zwar hervorragende Bergsteiger sind und waren, aber eben nicht so den Draht zum Wandern gefunden haben. Daher treffen wir Tagesausflügler in Parkplatznähe, aber niemanden, der auf längeren Strecken unterwegs ist.



Aufstieg zum Colle Croce di Ferro

Das Monviso-Land. Der Monte Viso. Eindrucksvoll. Den Bergsteiger in mir reizt es schon, aber Helm, Klettersachen, ... Also bleiben nur Fotos aus den verschiedenen Himmelsrichtungen beim Vorbeigehen. Der Fokus beim Weitwandern ist eben ein anderer, da zählen Kilometer, nicht Gipfel.

Die mittelalterlichen Bauerndörfer des Bellino mit vielen spannenden Details wie Sonnenuhren, Fresken, Säulenportalen haben auch ihren Reiz. Und neben der Strecke stehen imposante Felsformationen, der runde Rocca Senghi, der am steilen Hang klebt, die scharf geschnittenen Kletterfelsen Rocca Provenzale und Rocca Castello.

Von Ferriere zum Rifugio Migliorero geht es über drei Pässe, im Nebel, im Nieselregen, vorbei an alten Militäranlagen und zum Teil auf steilen Schuttwegen. Vom Passo di Rostagno sehen wir hinunter zur Hütte. Die Wirtsleute stehen davor. Später erzählen sie, dass sie nach uns Ausschau gehalten haben, wir waren ja angekündigt.

45 Kilometer Luftlinie ist das über 3.000 Meter hohe **Argentiera-Massiv** vom Mittelmeer entfernt. Trotzdem gibt es hier die südlichsten Gletscher der Alpen. Blockwerk rauf, Blockwerk runter, nordseitig zum Teil Schneereste, malerisch gelegene Gebirgsseen. Nördlich des Tenda-Passes dann der Kontrast schlechthin.

Das Hotel Arrucador liegt in einem kleinen Skigebiet und wird im Winter vom (Geld-)Adel der Côte d'Azur besucht.



Dächer von Chianzale



Rif. Migliorero

Jetzt im Sommer sind wir die einzigen Gäste. Der Preis für Übernachtung samt Halbpension ist auch für die Nebensaison immer noch hoch, angesichts des gebotenen Luxus aber akzeptabel. Im Preis inkludiert ist auch das Waschen der nicht mehr ganz frischen Kleidung, meiner Hose vor allem ... aus Gewichtsgründen hatte ich ja nur diese eine dabei.

Überhaupt der Rucksack. Ich habe mich natürlich abgeschleppt: Spiegelreflexkamera (einfach ein Muss) samt Akkus und Ladegerät, Handy plus Ladegerät, GPS-Gerät plus Batterien, Verbandszeug, das sich auch so nennen darf, und jeweils drei Sätze Wäsche (ein Satz am Körper, einer wartend auf die Wäsche oder feucht von der Wäsche und eine echte Reserve), sonst das Übliche eben.

Das Rucksackgewicht interessiert mich nicht, ich rechne anders. Für mich zählt das Gewicht all dessen, was ich bei mir habe, egal ob angezogen, umgehängt oder eben im Rucksack. Jedes Kilo muss getragen werden und das sind 20: 3 kg Wasser, 3 kg Technik, 2 kg Stiefel, 1,6 kg leerer Rucksack, ... Brotzeit für tagsüber? Wiegt zu viel! Dafür bin ich am Ende der Wanderung glatte zehn Kilo schlanker.

Es ist übrigens unglaublich, was man mit einem Stück Seife alles anstellen kann. Haarwäsche, Körperhygiene, T-Shirts & Co. im Handwaschbecken, ... alles wird sauber. Sauber, rein vermutlich nicht. **Weitwandern definiert „Komfortzone“ neu.**

Wir sind in Ligurien, die GTA macht einen weiten Bogen nach Osten und folgt auf der italienischen Seite dem Grenzverlauf zu Frankreich. Der Hüttenwirt auf dem Rifugio Garellei ist Geologe. An einer Wand hängt eine Karte der Umgebung, in der die unglaubliche Vielfalt der Gesteinsarten in diesem Karstgebiet aufgezeigt wird.

Die Überschreitung der Cima delle Saline am nächsten Tag ist eigentlich ein Abstecher in dieses weglose Karstgelände. Vor allem der Abstieg hinunter zum Pass – im Nebel gar nicht so leicht zu finden – erfordert sehr viel Geschick, um nicht zu viele der hier massenhaft blühenden Edelweiß zu zertreten.

Erste Agave, der Süden ist nun spürbar, sichtbar, riechbar. Am Horizont im Dunst ist das Meer zu sehen. Am Grenz-

kamm zwischen Italien und Frankreich ist der Weg in den senkrechten Fels geschlagen. Überall blühen Lavendel, verschiedene Arten von Hauswurz und blaue Kugeldisteln. Letzte Übernachtung auf der GTA im mittelalterlichen Ort Dolceacqua mit seinen verwinkelten Gassen.

Dann die **Ankunft in Ventimiglia**, fast bis zum Ort geht der Wanderweg. Es ist ein schöner, sonniger Tag. Aber kein Wetter hätte mich jetzt abhalten können. Ich gehe quer durch den Ort an den Strand. Von den Schweizer Bergen bis zum Mittelmeer. Runter mit den Klamotten und hinein ins Meer. Das muss sein, das ist der einzig mögliche Schlusspunkt einer solchen Tour.

Zehn Wochen zu Fuß unterwegs. Von Ventimiglia nach Augsburg braucht der Zug keine zehn Stunden. Ich bin beim Schreiben überrascht, wie präsent die diversen Unterkünfte und das Essen sind. Sie waren jeden Abend der Schlusspunkt einer Etappe, Stationen zum Regenerieren, um **70 Tage mit insgesamt 952 Kilometern, 64.800 Meter im Aufstieg und 66.160 Meter im Abstieg** durchzuhalten.

Beim Wandern selbst pendelt die Wahrnehmung weitgehend unreflektiert zwischen aktueller Befindlichkeit und puren Sinneseindrücken. Davon bleibt ein starkes Gefühl, für viel Text reicht es oft nicht. Dafür gibt es schließlich Fotos. Und die nähren die Sehnsucht nach der nächsten Weitwanderung. Ideen habe ich viele, zu Fuß, mit dem Fahrrad ...



Ankunft in Ventimiglia