

## Radfahren in der Umgebung von Moneglia

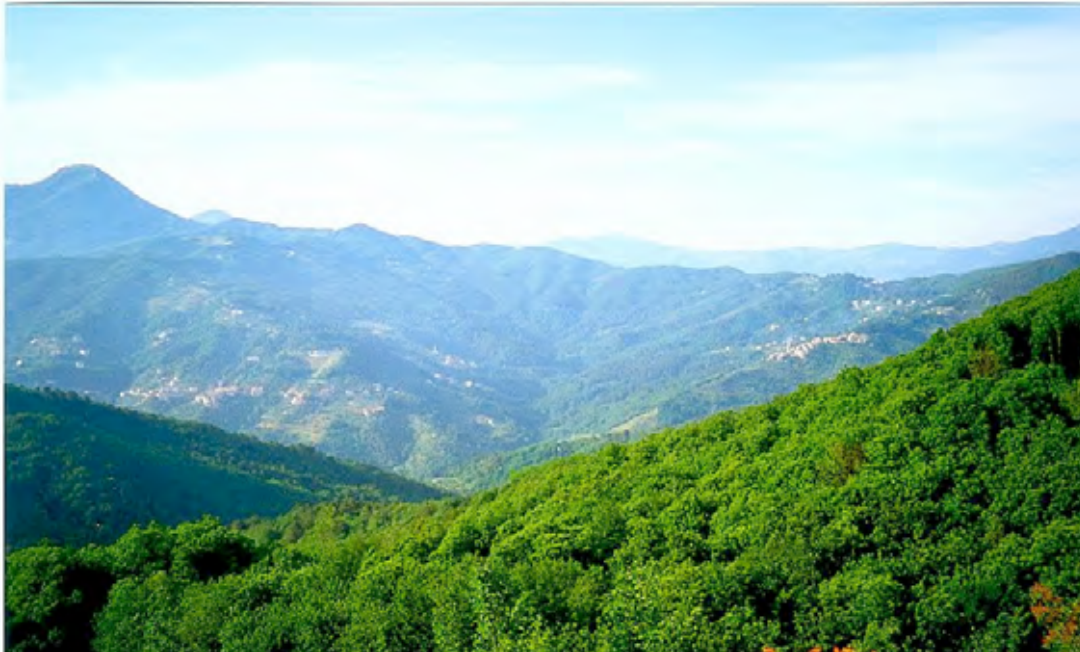
Wer in der Umgebung von Moneglia Rad fahren möchte, darf sich vor Bergen nicht fürchten! Der Höhenunterschied allein innerhalb den Ortsgrenzen von Moneglia beträgt schon 350 m.

Da es sich im Cinque Terre um eine Steilküste mit einigen Buchten handelt, verläuft die schmale Uferstraße zum Großteil durch lange und dunkle Tunnels und ist für Fahrräder gesperrt. Die küstennahen Wanderwege sind wegen der viele Treppen und Wanderer auch mit einem Mountainbike nicht passierbar, so dass Radtouren zwangsläufig in das Hinterland führen. Auf Grund der ligurischen Topographie erfordert das Radfahren dort eine berggängige Kondition und ein entsprechend gutes Fahrrad. Viele italienische Radprofis absolvieren hier deshalb im Frühjahr ihre Trainingseinheiten.

Dafür findet man im Hinterland ein enges Netz von ursprünglichen, kurvenreichen und verkehrsarmen Straßen vor, auf denen die Autofahrer rücksichtsvoller sind als man dies zuerst erwartet. Selbst die Nationalstraße SS1 wird von so wenigen Autos benutzt, dass sie als radtaugliche Verbindung genutzt werden kann.



Unterwegs gibt es herrliche Ausblicke auf das Meer, seine Strände und Buchten. Und bereits nach wenigen Kilometern gelangt man in touristisch unberührtes Hinterland. Der ursprüngliche und morbide Charme des Hinterlandes sowie die mediterrane Flora und Fauna lassen sich mit dem Fahrrad bei dem üblicherweise warmem und sonnigem Wetter gut erkunden und genießen.



Auch Kulturliebhaber finden unterwegs viele sehenswerten Kirchen und sonstige alte Gemäuer.



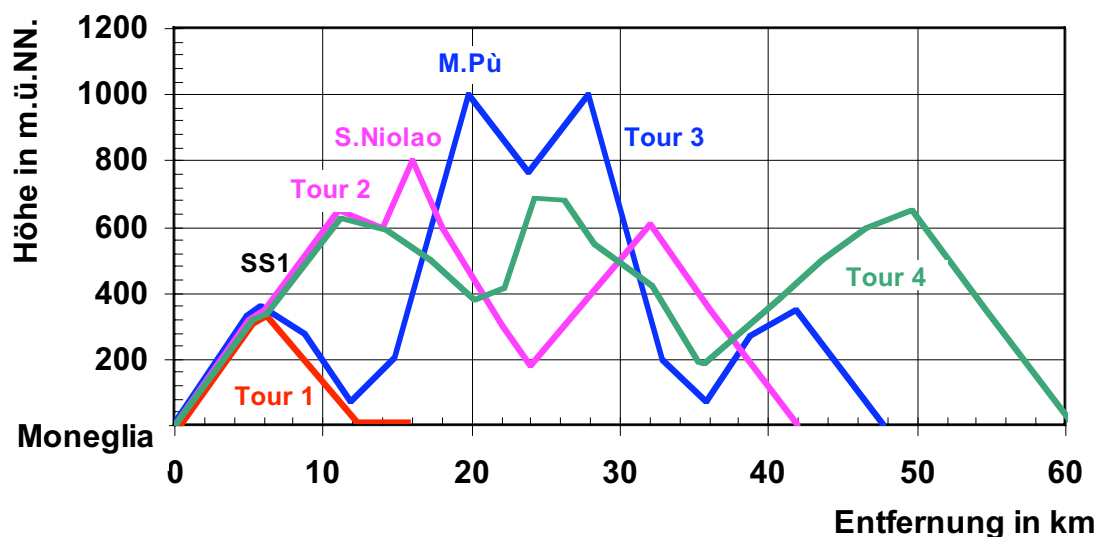
Die Infrastruktur wird mit zunehmendem Abstand von der Küste immer dünner, insofern ist die Mitnahme von Proviant, zumindest genügend Getränk, empfehlenswert. Nur in den etwas größeren Ortschaften gibt es während der üblichen Geschäftszeiten immer ausreichend Verpflegung.

Die nachfolgend beschriebenen Strecken sind auch in dem Kartenausschnitt auf der übernächsten Seite gekennzeichnet. Diese Routen wurden im Frühjahr 2001 befahren und sind als Vorschläge zu verstehen, die entsprechend den eigenen zeitlichen und konditionellen Verhältnissen kombiniert oder verändert werden können. Einen guten Überblick erhält man mit der Wanderkarte „Cinque Terre“ von Kompass.

Empfehlenswert ist leichtes gefedertes Mountainbike mit profilloser Bereifung, da hiermit einerseits richtiger Fahrspaß auf den Straßen entsteht und andererseits auch alle anderen Wege problemlos bewältigt werden können. Für geübte Rennradfahrer stellt das Terrain ebenfalls kein Problem dar, sofern entsprechende Übersetzungen montiert sind (z.B. 39/28). Bei den Abfahrten sind gut funktionierende Bremsen unerlässlich. Die Straßenbeschaffenheit variiert zwischen sehr gutem feinem Asphalt und schlaglochhaltigen Flickwerk. Nur in höheren Lagen im Hinterland sind auch kurze unbefestigte Abschnitte anzutreffen, die mit einem Rennrad nicht mehr gut befahrbar sind. Hierauf wird separat hingewiesen.

Für diejenigen, die das eigene Fahrrad mitbringen, werden in dem Hotel Villa Edera Unterstellmöglichkeiten angeboten. Insofern sind dort alle Voraussetzungen für eine harmonische Kombination aus Familienurlaub mit Strand, Pool, hervorragendem Essen,... und Radtraining vorhandenen.

In dem folgenden Diagramm ist der Höhenverlauf der vier Touren dargestellt.



Die Darstellung des Höhenverlaufs verdeutlicht, dass wirklich wenig ebene Streckenabschnitte vorhanden sind. Vielleicht besteht ja eines Tages die Möglichkeit, von Deiva Marina auf legalen Wegen gemütlich nach Moneglia zu fahren.

### Tour 1 ■ : „Ortsrundfahrt“ Moneglia

Länge 15 km                      Fahrzeit 1 bis 1,5 Stunden      Höhendifferenz 350 m

Den Anstieg beginnt man am einfachsten unterhalb der Villa Edera hinter dem Bahnhof. Bei Bedarf kann eine Pause an der Pieve medievale di San Lorenzo eingelegt werden. Wenn die SS 1 erreicht ist, rechts abbiegen etwa einen Kilometer bergauf bis zur nächsten Kreuzung, wo es rechts wieder in die Bucht von Moneglia hinunter geht. Eine schöne Abfahrt mit guten Aussichten, die an dem belebten Hauptsträßchen von Moneglia ausklingen kann.

### Tour 2 ● : Verlängerung zum Monte San Nicolao

Länge 40 km                      Fahrzeit 2,5 bis 3 Stunden      Höhendifferenz 1.500m

Anstatt die SS 1 wie in Tour 1 zu verlassen, folgt man ihr bis zum nächsten Hochpunkt. Unterwegs gibt es bei Bedarf zwei Einkehrmöglichkeiten. Nach drei Kilometern geht es links steil aber durchgehend befestigt hoch zum Monte San Nicolao. Weniger schön sind die Antennen, dafür entschädigt die Aussicht und ein Blick in die chiesa romanica di San Nicolao. Anschließend geht es bergab zurück, dann der SS1 links folgen bis zum nächsten Abzweig und dort rechts runter Richtung Deiva Marina. Vorbei an den Resten der villaggio S. Agata rollt es nach Piazza. Dort gibt es wieder ein Kirchlein und ein Hotel. Danach muss bergauf Richtung Autobahn gefahren werden, um dann über die SS1 nach Moneglia abzufahren.

### Tour 3 ● : Monte Pù

Länge 50 km                      Fahrzeit 3 bis 4 Stunden      Höhendifferenz 1.800m

Nachdem über eine der westlichen Aufstiegsstraßen die SS 1 erreicht ist, überquert man diese und folgt dem Wegweiser nach Masso. Von dort hinunter ins Petroniotal Richtung Casarza Ligure. In Massasco rechts und dann links der Beschilderung nach hinauf zum Monte Pù. Oben gibt es einen Ponyhof mit Verpflegungsmöglichkeit. Der Anstieg und der anschließende Höhenweg zum Colle Alpe ist für nur Mountainbikes geeignet. Mit dem Rennrad besteht statt dessen die Alternative den direkt westlich davon gelegenen Anstieg über Bargone zum M. Tregin hochzufahren. Auf gleichem Weg geht es wieder zurück.

### Tour 4 ● : Carro

Länge 60 km                      Fahrzeit 4 bis 5 Stunden      Höhendifferenz 1.500m

die Anfahrt beginnt wie in Tour 2 beschrieben und folgt der SS 1 weiter bis Mattarana. Dort links ab über Zona nach Carro. Die auch in der Kompass-Karte dargestellte Rundstrecke bin ich noch nicht gefahren. Diese Strecke dürfte aber nur für Mountainbikes geeignet sein.

