

Pollino Calabro und Monti di Orsomarso

Diese Berggruppe des Pollino, die in einer steil abfallenden Flucht von Terrassen (...) zur Ebene von Sibari hinabsinkt, ist ein eindrucksvolles Finale der Apenninen, die sich ohne Unterbrechung von Genua bis Bologna bis hierher erstrecken. Westlich dieses Punktes gibt es zwar Berge in Hülle und Fülle; aber das sind keine Apenninen mehr, keine Kalksteinstürze. Die Grenze der alten Provinzen Kalabrien und Basilicata verlief über diese Stelle.

*Norman Douglas,
Reisen in Süditalien*

Im kalabrischen Teil des **Parco Nazionale del Pollino** lassen fast unberührte Flusslandschaften, zerklüftete Berge und sanfte Hochebenen, ausgedehnte Alpenfluren und dichte Wälder mit artenreicher Fauna und Flora die Herzen auch verwöhnter Natur-Urlauber höher schlagen. Die Möglichkeiten zum **Wandern** sind ausgezeichnet, auch wenn die Markierung der Wege erst langsam voranschreitet. Der Lao ist eines der interessantesten Wildwasserreviere Europas. Kunstfreunde kommen in Morano Cálabro und Altomonte auf ihre Kosten, bei Papisídero ist ein „**Picasso der Steinzeit**“ zu entdecken. In Orten wie Acquaformosa, Frascineto oder Lungro ist das albanische Brauchtum noch lebendig, am eindrucksvollsten vielleicht in Cívita. Wie eigentlich überall im italienischen Süden kommen auch hier kulinarische Freuden nicht zu kurz. Pilzgerichte stehen dabei ganz oben auf den Speisekarten. Die Strände am Tyrrhenischen und Ionischen Meer sind mit dem Auto schnell zu erreichen.



Orsomarso

↗ XVIII,A1

Im Mittelalter war das Gebiet um Orsomarso ein bedeutendes Zentrum des byzantinischen Mönchtums, vergleichbar etwa mit dem Berg Athos in Griechenland. Ab dem 10. Jh. wurden die Klöster aus Furcht vor Sarazenenüberfällen befestigt, in der Folge entstand der eigentliche Ort. Orsomarso (125 m, 1500 Ew.) eignet sich ideal als Basis zur Erkundung des Naturschutzgebiets im Tal des **Fiume Argentino**.

Im Westen des Städtchens thront einsam auf einem Felsvorsprung hoch über dem Lao die Kirche **S. Maria di Mercuri**, im 7. Jh. von syrischen Einsiedlermönchen errichtet.

Unterkunft



Bed & Breakfast

● La Molina

Kurz hinter der Lao-Brücke zweigt flussaufwärts eine Schotterstraße ab. Nach ca. 400 m bezeichnet ein schwarzes Eisentor die Einfahrt zum einsam gelegenen Anwesen von *Franco Cosentino*, der hier auch Forellen und Störe züchtet. Lässige Atmosphäre. Tische und Grillplatz im Freien. Toller 25-m-Pool! Sohn *Giuseppe* bietet Rafting auf dem Fiume Lao an (s.u.). Im Winter vorher anrufen. 10 Bungalows mit Küche. DZ/F 50–60 Euro. Contrada Molina 29, Tel. 098.52.48.74, Mobil 33.98.62.37.08, www.lamolinaclub.it

Agriturismo

● Bonicose

Der Agriturismo der Familie *De Leo* liegt auf halber Strecke zwischen Santa Domenica Talao und Orsomarso im Lao-Tal. Gemütliche Zimmer mit guten Betten und Heizung. Ausgezeichnete gemüseorientierte Küche und Fleisch aus eigener Aufzucht. Verkauf von

Hofprodukten (Wein, Würste, Käse). Ein herrlicher Platz zum Ausspannen und für Aktivausflüge in die Umgebung! 3 Zi., DZ/F 50 Euro, HP 40 Euro p.P.

Contrada Bonicose, Tel. 098.52.93.91, Fax 098.59.07.60, Mobil 32.91.53.39.07, www.agriturismobonicose.it

Trattoria



● Rifugio Montano da Oscar

Die Schotterstraße im Argentino-Tal endet vor dieser guten Trattoria, die auch ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen ist. Auch einfache Gästezimmer und Stellplätze für Zelte und Camper. 15 Euro. April bis Okt. tägl. mittags, abends auf Vorbestellung.

Contrada Povera Mosca, Tel. 09.8524.23.92 (priv.), Mobil 33.86.29.22.96, www.rifugiomontano.it

An- und Weiterreise



● **Auto:** Zufahrt von der S.S. 18. Der Abzweig von der S.S. 504 auf Höhe von Santa Domenica Talao ist nicht auf allen Karten verzeichnet.

● **Bus:** Consorzio Autolinee (Tel. 098.54.36.35, www.consorzioautolinee.it) nach Scalea.

Wandern



Valle Fiume Argentino

Von Orsomarso aus kann man auf einer Schotterstraße mehrere Kilometer ins Tal des Argentino vordringen. Die Forstverwaltung hat einen Botanischen Garten, Picknickplätze und markierte Wanderwege angelegt. Am Zusammenfluss von Argentino und Ficara lohnt der kurze Abstecher zum Ficara-Wasserfall. Die Straße führt bis in die Contrada Povera Mosca (278 m). Auf Höhe der Trattoria Rifugio Argentino beginnen bezeichnete Wanderwege. Der Weg N° 1 führt weiter am Fluss entlang, der Weg N° 3 folgt einem alten Köhlerpfad bis zu der 923 m hohen Felsbasion des Castello Brancato. **Wanderkarte:** „Carta Escursionistica della Calabria Orsomarso-Pollino, 1:50.000“.

Rafting

● Rafting Explorer Lao

Giuseppe Cosentino organisiert auf dem Lao Schlauchbootrafting und Kajaktouren. Als Basis dient ihm das B&B La Molina (s.o.). Geeignet auch für Kinder ab 10 Jahren. Die komplette Ausrüstung wird gestellt.

Contrada Molina 29, Tel. 098.52.49.74,
Mobil 34.09.61.49.11,
www.raftingexplorerlao.it

Papasídero

↗ XVIII,A1

Der hübsche Ort am südlichen Lao-Ufer ist byzantinischen Ursprungs. Im Namen lebt die Erinnerung an den Gründer fort, einen griechischen Abt (griech. *papas*) namens *Isidoros*, der sich hier mit einer Mönchsgemeinschaft niederließ.

In Papasídero (208 m, 875 Ew.) ist die Kirche **S. Sofia** mit gut erhaltenen Fresken aus dem 16. Jh. besonders sehenswert. Ein kurzer Weg führt aus dem Ort und über eine Brücke zu der Wallfahrtskirche **S. Maria di Costantinopoli**, errichtet nach der Pest von 1656. Am Dienstag nach Pfingsten wird das Fest der Stadtpatronin mit einer dörflichen Prozession begangen.

● www.santuariomadonna dicostantinopoli.it

Von Papasídero setzt sich die S.S. 504 talaufwärts Richtung Mormanno fort. In Montagna zweigt eine bezeichnete Stichstraße ab, auf der man nach 4 km die **Grotta del Romito** erreicht. Die Entdeckung eines in den Fels geritzten Auerochsen (*Bos primigenius*) im Jahre 1961 war eine Sensation. Mit seinen vollkommenen Proportionen tritt einem das vor 11.000 Jahren von Menschenhand geschaffene Tier voller Kraft entgegen. Unter den überhängenden Felsen fand man die Skelette zweier rituell bestatteter Menschen, ein junges Paar in liebevoller Umarmung. Im Inneren der Tropfsteinhöhle wurden zwei Männerskelette ausgegraben, im September 2001 die Überreste eines 18-jährigen Mannes. Die Grotte diente offensichtlich als Kultort. Eine Ausstellung im Besucherzentrum veranschaulicht die Bedeutung des Lao-Tals als Handelsstraße in der Steinzeit. Obsidian von den Äolischen Inseln gelangte auf diesem Weg



baka, 2008 Fotogra



an die ionische Küste. Funde aus der Bronzezeit fehlen hingegen völlig, die wichtigen Handelsströme verliefen damals übers Meer. Viele hundert Jahre später nutzten byzantinische Mönche die Grotte als Einsiedelei (ital. *romitorio*).

● **Grotta del Romito**, Juni bis Sept. tägl. 9–13 und 16–20 Uhr, Okt. bis Mai tägl. 9–17 Uhr. Eintritt 3 Euro, 2 Euro ermäßigt.

Information



● Antiquario

Ein paar Infos im Antiquarium der Grotta del Romito (Öffnungszeiten wie oben).

● www.papasidero.altervista.org

● www.papasidero.info

Unterkunft/

Essen und Trinken



● Grotta del Romito

In der von *Antonietta Gersosimo* und ihrer Schwester *Daniela* geführten Trattoria nahe der Grotta del Romito kann man für wenig Geld ausgezeichnet essen. Zeltmöglichkeiten und Stellplätze für Camper. *Antonietta* begleitet ihre Gäste auf Wanderungen. 15 Euro. Auf Anfrage das ganze Jahr über geöffnet. Via Romito 44, Tel. 098.18.31.38, Mobil 34.60.94.38.95 (*Daniela*), 34.63.13.35.50 (*Antonietta*), www.grottadelromito.com

An- und Weiterreise



● **Auto:** S.S. 504. Die Grotta del Romito ist nur mit eigenem Fahrzeug zu erreichen.

● **Bus:** Sasma (Tel. 098.18.12.74) auf der S.S. 504 nach Mormanno und Scalea.

Rafting

Siehe Kapitel „Costa dei Cedri, Scalea“.



baka_289 Foto: pa

Wandern



Tal des Lao

Der Maultierpfad, der Papisidero mit Orsomarso verband, lädt zu einem Spaziergang durch das Lao-Tal ein. Start ist am südwestlichen Ortsrand von Papisidero bei der Parkbucht an der S.S. 504. Der Weg bleibt auf der linken Flussseite, hält sich dabei 50 bis 100 m über dem Talboden. Auf dem gleichen Weg wieder zurück. **Wanderkarte:** „Carta Escursionistica della Calabria Orsomarso-Pollino, 1:50.000“.

Papisidero im Lao-Tal

Laino Borgo und Laino Castello

↗ XIII,D3

Bis Mitte des letzten Jahrhunderts bildeten Laino Borgo und Laino Castello eine einzige Gemeinde. Die Ursprünge der Besiedlung reichen weit in die Geschichte zurück. Auf antiken griechischen Münzen fand sich zum ersten Mal die Inschrift Lainos. **Laino Borgo** (271 m, 2550 Ew.) liegt am nördlichen Lao-Ufer, gegenüber erhebt sich Laino Castello auf einem Geländesporn. Den Fluss abwärts spannt sich die A3 mit einem imposanten Viadukt 145 m hoch und 1161 m weit über die Lao-Schlucht. Im Vorbeifahren erhascht man nur einen kurzen Blick auf die pittoresken Ortschaften.

Verlässt man die Autobahn an der Ausfahrt „Laino Borgo“, findet man sich wenige Kilometer später unversehens im „Heiligen Land“ wieder. Direkt an der Straße liegt in einem Wäldchen eines der liebenswürdigsten Heiligtümer Kalabriens. *Domenico Longo*, der 1557 nach einjähriger Pilgerreise aus Jerusalem in seinen Heimatort zurückgekehrt war, errichtete auf seinem Grund die Kirche, von 15 Miniaturkapellen als Nachbildung der heiligen Stätten umgeben. Das **Santuario Maria SS. delle Capelle** ist ein beliebtes Pilgerziel.

Mit den spektakulären **Gole del Lao** ist Laino auch ein Mekka für Wildwassersportler.

Vom westlichen Ortsende des modernen, gesichtslosen **Laino Castello** (400 m, 970 Ew.) ist die Zufahrt zum „centro storico“ ausgeschildert. Das al-

te Laino Castello wurde 1982 nach einem Erdbeben evakuiert. Noch ist das Schicksal des verlassenen Ortes ungewiss. Wegen Einsturzgefahr heißt es offiziell: Betreten verboten! Junge Leute träumen davon, Leben in die verlassenen Mauern zurückzubringen. Vom Burgberg, den die Ruinen eines langobardischen Kastells krönen, genießt man ein großartiges Panorama.

Information



- www.comune.lainoborgo.cs.it
- www.comune.lainocastello.cs.it
- www.lainoborgo.tk

Unterkunft/ Essen und Trinken



● Chiar di Luna ***

Freundliches Hotel mit gutem Restaurant an der wenig befahrenen Straße zwischen dem Santuario delle Capelle und Laino Borgo. 10 Zi., DZ/F 60 Euro, HP 45 Euro.

Località Cappelle – Laino Borgo,
Tel./Fax 098.18.25.50,
www.hotelchiardiluna.it

● La Margherita ***

Die Pension (die Bezeichnung Hotel und die Sterne sind etwas übertrieben) an der Straße, die von der Autobahnausfahrt in den Ort führt, wurde Mitte der 1990er Jahre von der Familie *De Filipo* eröffnet. In der Küche regiert die *mamma*, auf den Tisch kommen hausgemachte Pasta und deftige Bergküche. Fast alle Zimmer mit eigenem Bad. 7 Zi., DZ/F 50–55 Euro, HP 35–40 Euro.

Località Santa Maria – Laino Borgo,
Tel. 098.18.26.95, Fax 098.18.56.56,
www.albergolamargherita.it

An- und Weiterreise



- **Auto:** A3 Ausfahrt „Laino Borgo“.
- **Bus:** Ferrovie della Calabria (Tel. 098.12.20.78, www.ferroviedellacalabria.it) nach Cas-



trovillari. Ferrovie Apulo-Lucane (Tel. 09.73.66.32.17) nach Práia a Mare (Bhf.).

Feste/Veranstaltungen



- Fast die gesamte Bevölkerung von Laino Borgo ist am Karfreitag (alle paar Jahre) an der Aufführung des Passionsspiels **Giudaica** beteiligt.
- Am 3. Septembersonntag findet das Fest der **Madonna delle Cappelle** statt. Am Abend vorher wird die Madonnenfigur in einer Prozession durch Laino Borgo getragen, am Sonntag gelangt sie auf der Schulter von Frauen in ihre Kirche zurück. Das Fest setzt sich nachmittags am Santuario mit Musik, Tanz und einem großen Picknick fröhlich fort.

Rafting



● Canoa Club „Lao Pollino“

Ganzjährig Rafting-Touren auf dem Lao. Ab 14 Jahren. Auch Kajak und Schluchtenwandern („torrentismo“). Auf dem Gelände des Canoa Club besteht die Möglichkeit zum Zelten, auf Wunsch werden im Ort Zimmer vermittelt. Gute Infos auf der Website!

Contrada Petroso – Laino Borgo,
Tel. 098.18.56.73, Mobil 33.87.37.25.82,
www.laocanoa.it

● Lao Canyon Rafting

Ebenfalls ein sehr professioneller und bestens organisierter Anbieter.

Corso Umberto I. 120, Tel. 098.18.56.44,
Mobil 33.86.39.36.36, www.laosrl.it

Wandern



- Ein schöner **Wanderweg am Torrente Iannello** verbindet das Santuario delle Cappelle mit Laino Borgo.

Morano Cálabro

↗ XVIII, B1

Der holländische Grafiker *M. C. Escher* hat Morano in einem seiner berühmten Holzschnitte verewigt. Kein Wunder, das **Städtchen** mit dem Mohren im Stadtwappen **zählt zu den schönsten Südtaliens!** Den besten Blick auf Morano Cálabro (694 m, 5000 Ew.), die Pollino-Gipfel im Hintergrund, genießt man vom Convento dei Capucini. Die intakte Anlage des mittelalterlichen Ortes, dessen Häuser sich bis auf die Spitze eines kegelförmigen Berges ziehen, lädt zu ausgedehnten Streifzügen ein. Zu Fuß! Das Kunststück, die Altstadtgassen mit Fiat Pandas oder dreirädrigen Ape zu bezwingen, überlässt man gerne den Einheimischen. Der steilen Treppen wegen beschrieb *Norman Douglas* in „Old Calabria“ die hiesigen Maultiere als *animali occupatissimi*.

Besichtigung



Die dem Schutzpatron von Morano geweihte Abteikirche am Fuße der Altstadt ist das bedeutendste Beispiel einander ähnlicher Klosterkirchen Kalabriens, wie sie gegen Ende des 15. Jh. in Amantea, Cosenza, Gerace oder Tropea errichtet wurden. Aus einer Vorhalle mit Freskenresten betritt man den hohen einschiffigen Kirchenraum mit holzgeschnitzter Kassettendecke. Der bedeutende Flügelaltar des venezianischen Malers *Bartolomeo Vivarini* aus dem Jahr 1477, ursprünglich für diese Kirche geschaffen, steht nach langer Odyssee – er wurde mehrfach gestoh-

len, immer wieder beschafft und aufwendig restauriert – in der Sakristei der Collegiata. In der **Chiesa di S. Bernardino da Siena** finden ganzjährig Konzerte statt.

● **Chiesa di S. Bernardino da Siena**, Juni bis Okt. tägl. 9.30–12.30 und 16.30–20.30 Uhr.

Die **Collegiata di S. Maria Maddalena** beherrscht den Hauptplatz von Morano. An ihren bunten Majolika-Kuppeln ist die eindrucksvolle Barockkirche von weitem zu erkennen. Eine Anzahl sehenswerter sakraler Kunstwerke, aus Kirchen und Klöstern des Ortes zusammengetragen, haben im Inneren Aufstellung gefunden, darunter auch der berühmte Flügelaltar des *Bartolomeo Vivarini*.

Ebenfalls in der unteren Altstadt, in der Nähe der Chiesa S. Nicola, hat das um zahlreiche Exponate angewachsene **Volkskundemuseum im Palazzo Salmena** eine würdige Unterbringung gefunden. Auch die Geschichte der Emigration wird hier behandelt.

● **Museo di Storia dell'Agricoltura e della Pastorizia**, Via Giudea, Tel. 098.13.06.04, www.museoagropastoralemorano.org. Di bis So 9.30–12.30 und 15.30–18.30 Uhr. Eintritt 3 Euro, ermäßigt 2 Euro.

Von der Piazza Maddalena steigt man durch enge Gassen und über Treppen zu den Ruinen des Kastells hoch (es führt aus dem Norden auch eine Panoramastraße bis auf den Berg). Unterwegs kommt man an dem ältesten Mauergürtel und der Kirche **SS. Pietro e Paolo** vorbei. Vier Marmorstatuen im

Inneren, darunter die Apostel Petrus und Paulus, sind ein Werk *Pietro Bernini* (1562–1629), Vater des berühmten *Gianlorenzo Bernini*.

Vom **Kastell** genießt man einen unvergleichlichen Blick auf den Ort und die umliegenden Berge. Im **naturhistorischen Museum** direkt unterhalb des Kastells führen wissenschaftlich akkurat und mit Liebe zum Detail gestaltete Dioramen die Lebenswelten des Pollino vor Augen und Ohren. Das macht auch Kindern Spaß!

● **Il Nibbio – Centro Studi Naturalistici del Pollino**, Vico II. Annunziata 11, Tel. 098.13.07.45, www.ilnibbio.it. Juni bis Mitte Sept. tägl. 10–13 und 16–20 Uhr, sonst Sa und So 10–13 und 15–18 Uhr. Eintritt 4 Euro, Kinder 3 Euro.

Information



● **Comune di Morano Calabro**

Die freundlichen Vigili Urbani im Municipio (Rathaus) erteilen touristische Auskünfte. Gute Infos auch auf der Website. Piazza Giovanni XXIII, Tel. 098.13.10.21, www.comunemoranoocalabro.it

● **Perla del Pollino**

Die Kooperative betreut das Volkskundemuseum im Palazzo Salmena (s.o.), erteilt Auskünfte und organisiert Ausflüge. Contrada Cutura 2, Tel. 098.13.03.72, Mobil 34.06.60.66.20, 34.92.13.04.36

Unterkunft



Hotel und Pension

● **Villa San Domenico ******

Geschmackvoll und luxuriös ausgestattetes Hotel in altem Adelspalast am Fuße der Altstadt. Beliebte für Familienfeiern im kleinen Rahmen. Restaurant. *Pasquale Vacca*, der freundliche Besitzer, kann als ehemaliger Kulturassessor mit einer Menge guter Tipps auf-



warten. Gegenüber vermietet er in einem alten Haus ähnlich gut ausgestattete, etwas preiswertere Zimmer. WiFi gratis. Parkplatz. 11 Zi., DZ/F 100–110 Euro, HP 70 Euro. Via Sotto gli Olmi, Tel./Fax 09.81.39.99.91, www.albergovillasandomenico.it

● Al Convento

Einfache Pension mit passablem Restaurant (s.u.) oberhalb des Kapuzinerkonvents. Toller Blick auf Ort und Pollino. 6 Zi., DZ/F 60 Euro, HP 45 Euro.

Via V. Severini 5, Tel./Fax 098.11.89.61.38, Mobil 34.90.74.43.14, www.alconvento.it gg

Bed & Breakfast

● Albergo diffuso Il Nibbio

MEIN TIPP! *Nicola Bloise*, der zusammen mit seinem Bruder das wirklich außergewöhnliche Naturkundemuseum Il Nibbio geschaffen hat, ist unter die Gastwirte gegangen. Auch in diesem Fall verbindet er Profession mit Passion. Sorgfältig restaurierte und bestens ausgestattete Altstadt Häuser, alle in der

Nähe des Kastells und des Museums Il Nibbio (s.o.), das als Anlaufstelle dient, bieten Einzelreisenden, Paaren, Familien oder einer Gruppe von Freunden stilvolle Unterkunft. Als Architektin konnte *Nicola* seine Frau *Ottavia* gewinnen. Die meisten der Häuser verfügen über eine Küche, alle sind beheizbar. Mit ihren Einrichtungsgegenständen transportieren die Häuser die Erinnerungen ihrer früheren Besitzer, z.B. eines Töpfers, Elektrikers oder Sakristans. In einem weiteren Haus wird auf Wunsch das Frühstück serviert. 10 Häuser, DZ/F 70–80 Euro.

c/o Il Nibbio – Centro Studi Naturalistici, Mobil 34.71.98.91.23 (*Ottavia Palamara*), 33.48.80.32.92 (*Nicola Blois*), lecasedelnibbio@ilnibbio.it

● La Panoramica

MEIN TIPP! 5 km von der Autobahnausfahrt „Morano Cálabro-Castrovillari“ und 3 km

vom Ort liegt mit Blick auf Morano das Haus von *Christa Gretzmeier* und ihres kalabresischen Lebensgefährten. Geräumige, ruhige Zimmer mit guten Betten, alle mit eigenem Bad. Gemeinschaftsküche. Reichhaltiges Frühstück. Ideal für Eltern mit Kindern. Pool im großen Garten und die Möglichkeit auf Pferden auszureiten. *Christa* hält für ihre Gäste jede Menge nützlicher (Aktiv-)Tipps bereit. Ausgesprochen faire Übernachtungspreise! 7 Zi., DZ/F 45 Euro.

Contrada Manciooppo,
Tel./Fax 098.13.10.43,
Mobil 34.64.21.37.63,
www.lapanoramiccabb.it

Agriturismo

● La Locanda del Parco

Adriana Tamburis Agriturismo liegt 2 km von der Autobahnausfahrt „Morano Cálabro-Castrovillari“ und 6 km vom Ort entfernt. Gemütliche Zimmer mit Heizung und guten Betten, die ausgeprägte Lust am Dekor ist nicht zu übersehen. Opulentes Essen mit Zutaten aus eigener biologischer Landwirtschaft. Pool und Wellness-Center. Ausritte im Pollino können organisiert werden. Nett auch das B&B Vigna della Signora (DZ/F 60 Euro) in der Altstadt von Morano Cálabro. 7 Zi., 6 Ap., DZ/F 60–80 Euro, HP 50–70 Euro.

Contrada Mazzicanino,
Tel./Fax 098.13.13.04,
www.lalocandadelparco.it

Berghütte und Camping



● Rifugio Biagio Longo

Die moderne Schutzhütte des CAI Castrovillari (siehe Kapitel „Castrovillari“) liegt südlich von Morano Cálabro und ist von der Autobahnausfahrt „Campo Tenese“ auf 10 km asphaltierter Straße mit dem Auto zu erreichen. Ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen (z.B. auf den 1632 m hohen Monte Palanuda), Mountainbiketouren oder Raftingexkursionen auf dem Lao, im Winter für Langlauf- und Schneeschuhtouren. Gute Tipps gibt es von den Sektionsmitgliedern! 22 Schlafplätze und Küche. Ü/F 22 Euro im Winter und 20 Euro im Sommer, für CAI- und Alpenvereins-

mitglieder 17 bzw. 15 Euro. Es besteht auch die Möglichkeit, ein Zelt aufzuschlagen.

Piano di Campolungo, Mobil 33.41.00.50.54,
www.caicastrovillari.it

Trattorien und Pizzerien



● La Panetteria dell'Arco

Pizza vom Blech und duftende *cornetti* am Ortseingang. Tägl. 7.30–14 und 17–22 Uhr. Via A. Moro/Via Nazionale, Tel. 098.13.30.09

● Al Convento

Restaurant der gleichnamigen Pension (s.o.). Deftige Küche und abends Pizza. 15–20 Euro. Mittags und abends. Di Ruhetag.

● La Cantina

MEIN TIPP! Sehr nette Trattoria nahe der Chiesa SS. Pietro e Paolo. Lokale Spezialitäten, hausgemachte Pasta und viel Gemüse, abends auch Pizza, im Winter Stockfisch. Guter Hauswein. 15 Euro. Mittags und abends. Mo Ruhetag.

Piazza Croce 21, Tel. 0981 31034

● Le Pratoline

MEIN TIPP! Stärkung für Fernfahrer und Wanderer. Die Bar-Trattoria bietet kräftige Bergküche nur wenige hundert Meter von der Autobahnausfahrt „Campo Tenese“. Pecorino-Pannini auch zum Mitnehmen. Pollino-Honig und Wanderkarten. Sehr schön ist die kurvenreiche Anfahrt aus Morano Cálabro! Im Sommer vermietet die Familie *Ferrari* auch einfache Zimmer (Ü 20 Euro). Außerhalb des Sommers nur mittags. 15 Euro. Sa Ruhetag. Località Campo Tenese, Tel. 098.13.39.60

An- und Weiterreise



● **Auto:** A3 Ausfahrt „Morano Cálabro-Castrovillari“.

● **Bus:** SAJ (Tel. 09.81.50.03.31, www.saj.it) nach Castrovillari, Cosenza und Sibarì (Bhf.).

Einkaufen



● Dolci Pascoli

Giuseppe Barletta produziert Bio-Käse aus der Milch eigener Schafe und Ziegen, die in



den Hügeln um Morano und im Pollino weiden. Wochen- und monataweise arbeiten Mitglieder von WWOOF (www.woof.de) auf dem Hof. Ca. 2 km westlich von Morano Cálabro. Tägl. 9–12 und 14–19 Uhr. Contrada Carbonara 9, Tel. 098.13.01.08, www.dolcipascoli.com

Feste/Veranstaltungen



- Am 20. Mai findet das Fest des Stadtpatrons **S. Bernardino da Siena** statt. In den vorausgehenden Tagen wird die **Festa della Bandiera** abgehalten. Das im Ursprung mittelalterliche Spektakel, das einen Sieg über die Mauren feierte, wurde vor einigen Jahren wiederbelebt.
- Vom 15. bis 16. Juli wird die **Madonna del Carmine**, Beschützerin der Emigranten, gefeiert.
- Von Juli bis September findet der **Estate Morano** mit klassischen Konzerten, Blues Festival und Kinovorführungen statt.

Wandern



- Morano ist eine gute Ausgangsbasis, den nahen **Parco del Pollino** zu erkunden (s.a. Kapitel „Pollino Lucano“).

Reiten



- *Christa Gretzmeier* (c/o B&B La Panoramica) und der Agriturismo La Locanda del Parco organisieren Reitausflüge (s.o.).

Civita/Cifti

↗ XVIII,B1

Das im Mittelalter verlassene Castrum Sancti Salvatoris wurde um 1471 von Albanern neu besiedelt, die nach dem Tod ihres Anführers *Skanderbeg* vor den Türken nach Kalabrien geflüchtet waren. Der neue Ortsname leitet sich möglicherweise vom albanischen „qift“

Vallje – Heldentänze der Albëresh

von *Emanuele Pisarra* und *Peter Amann*

Im Tanz der Vallje halten die Albëresh in Cívita die Erinnerung an eine der denkwürdigen Schlachten ihres Volkshelden **Georg Kastrioti Skanderbeg** lebendig. Bis zu seinem Tod im Jahre 1468 hielt er Albanien als christliches Bollwerk gegen den osmanischen Vormarsch in Europa. Nach einem großen Sieg über die Truppen Sultans *Mehmet II.* bei Kruja am Dienstag nach Ostern des Jahres 1467 ordnete der Feldherr Festlichkeiten zum ewigen Angedenken an.

Auch noch im Abstand von fast einem halben Jahrtausend kommen jedes Jahr am Dienstag nach Ostern die Menschen im Ort zusammen, um zu tanzen. Frauen und Männer in traditionellen Kostümen bilden eine Kette, bewegen sich wiegend über die Piazza und suchen die „Türken“, in diesem Fall die zuschauenden Gäste, einzufangen. Rhapsodien besingen die Heldentaten *Skanderbegs*.

baka_205 Foto: ep



für Adler ab, bedeutet also Adlernest. Cívita (450 m, 1000 Ew.) liegt von hohen Bergen umgeben auf einem natürlichen Felsbalkon über der **Raganello-Schlucht**, einer der spektakulärsten Tal-schluchten Europas, über die die berühmte **Ponte del Diavolo** (Teufelsbrücke) führt.

Den Bewohnern ist es gelungen, ihre Sprache, Kultur und Religion lebendig zu erhalten. Es gibt eine Zeitung in albanischer Sprache, die Messen in der **Chiesa S. Maria Assunta** werden nach der Liturgie des hl. *Johannes Chrysostomos* gefeiert. Das Volkskundemuseum zeigt Gegenstände bäuerlichen Lebens und traditionelle Trachten.

● **Museo Etnik Arbëresh/Museo Etnico Albanese**, Piazza Municipio, www.museoetnicobarbresh.it. Tägl. 9–13 Uhr. Eintritt frei.

Wollverarbeitung hatte seit jeher eine große wirtschaftliche Bedeutung in Kalabrien. In Cívita war eine der frühesten mechanisierten **Wollspinnereien** ansässig, deren Geschichte ein **Technikmuseum** auf dem Weg zum Ponte del Diavolo erzählt.

● **Ecomuseo „La Filanda Filardi di Cívita“**, Mobil 33.32.90.45.34 (*Antonluca De Salvo*), Juni bis Sept. Sa, So 10–12.30 und 16–18.30 Uhr bzw. auf Anfrage. Eintritt 2 Euro.

Neugierig streift man durch die sauberen Gassen, den Blick auf die eigentümlichen Kamine der Häuser gerichtet. Brunnen spenden klares Wasser, und von jedem erfährt man hier ein freundliches Wort. „Pret me harè të huajin“, den Gast mit Freuden erwarten, sagt man in Cívita. Der Ort ist eine ideale





Basis, um zu den höchsten Pollino-Gipfeln vorzustoßen. Schöne Wanderwege laden auch zur Entdeckung der unmittelbaren Umgebung ein. Anregungen bietet z.B. der Besuch im Ecomuseo del Raganello.

Information



● Ecomuseo del Paesaggio – Valle del Raganello

Modernes Dokumentationszentrum, Naturkundemuseum und Nationalpark-Info.

Im Sommer tägl. 9.30–12.30 und 16.30–19 Uhr, im Winterhalbjahr eingeschränkt.

Vico di Garibaldi (Palazzo Castellano),

Tel. 098.17.30.12,

www.ecomuseoraganello.net

● www.comunedicivita.it

Unterkunft



Jugendherberge

● Grand Canyon Ostello

Das 2002 eröffnete Ostello ist architektonisch kein Glücksfall, liegt aber fantastisch über dem Raganello-Canyon, 1 km oberhalb des Ortes, und ist auch über einen Treppenberg zu erreichen. Gäste jeden Alters sind willkommen. Ordentliche Zimmer mit Heizung, Bad und 2–4 Betten. Doch das ist alles (noch) Theorie, denn das Haus ist seit Jahren geschlossen und die Kommune Cívita, Besitzerin des Gebäudes, auf der Suche nach einem neuen Pächter.

Contrada Laxa, Tel. 098.17.30.12 (Comune)

Bed & Breakfast

● Il Belvedere

MEIN TIPP! Nomen est omen: Gepflegtes B&B am oberen Ortsrand mit Blick in die Raganello-Schlucht. Am besten ist die Aussicht aus dem Zimmer „Erica“. Stilvolle Einrich-

tung, gute Betten, komfortable Bäder, das leckere Frühstück und der freundliche mehrsprachige Empfang empfehlen einen längeren Aufenthalt. Mit der Bahn anreisende Gäste werden auf Wunsch in Sibari abgeholt. *Gianluca Colaci* ist ein begeisterter Cineast und hält eine Sammlung von über 600 DVDs bereit. Viel wichtiger aber sind die guten Tipps, die er seinen Gästen gibt, auch vermittelt er Bergführer für den Parco del Pollino. Seine Mutter *Dina Cerchiara* betreibt nebenan im Geburtshaus der Großeltern das ebenso einladende B&B La Ginestra (hier im Mansardenzimmer den Kopf einziehen!). Parkplatz direkt vor dem Haus. 4 Zi., DZ/F 70–80 Euro.

Corso Cavallotti 27, Tel. 098.17.32.32,

Mobil 34.09.99.37.14,

www.bebparcodelpollino.it

● La Sentinella

Bruno und *Maras* nettes B&B liegt am Fuße einer Felswand am Ortseingang. Gemütliche Zimmer mit separatem Eingang, tolles Frühstück. 4 Zi., DZ/F 50–75 Euro.

Vico II. Municipio 11, Tel. 098.17.30.71,

Mobil 34.88.89.75.64, www.bebsentinella.it

● Nido d'Acquila

Einfache Zimmervermietung, zentral im Ort und ruhig gelegen. 2007 komplett renoviert. *Rosanna Cara* führt nebenan auch das B&B Ponte del Diavolo. 6 Zi., DZ/F 50 Euro.

Corso Cavallotti 21b, Tel./Fax 098.17.33.16,

Mobil 33.33.11.08.76,

www.affittacamerecivita.com

Agriturismo

● Raganello

Maria Pirrone betreibt die alte, komplett wieder hergerichtete Masseria aus dem Familienbesitz seit 2004 als Agriturismo. Die Landwirtschaft bleibt ein wichtiges Standbein. Es werden Oliven und Getreide angebaut, eine große Schafherde weidet in der Umgebung. Gemütliche Zimmer und gute Küche. Es gibt Käse und Ricotta, hausgemachte Pasta mit Pilzen, Fleisch und Würste vom Grill, auf Anfrage auch lokale Lammgerichte, dazu den guten Wein aus Frascineto. Der Hof liegt unterhalb von Cívita im Raganello-Tal, Zufahrt von der S.S. 105 in Richtung Meer. 5 Zi.,

Cívita und der Raganello-Canyon
mit dem Ponte del Diavolo (Teufelsbrücke)

DZ/F 50 Euro, HP 35 Euro. Auf Anfrage das ganze Jahr geöffnet.
 Contrada Zocalia, Mobil 33.92.11.04.66,
 33.49.07.61.98, mariapirrone@tiscali.it
 GPS: N 39° 48.610', E 16° 19.915'

Restaurants und Trattorien



● Agorà

Solide kalabresische und albanische Küche, abends auch Pizza. Lamm-, Rinder- und Schweinefleisch liefern vertrauenswürdige Metzger, die Väter der beiden Betreiber. Offener Wein. Am Hauptplatz des Ortes gelegen, Tische im Sommer auf der Piazza. 20–25 Euro. Mittags und abends. Mo Ruhetag. Piazza Municipio 30, Tel. 098.17.34.10, www.agoraristorazione.it

● Kamastra

MEIN TIPP! In den historischen Räumen einer Wollspinnerei wird die Küche der Arbëresh mit traditionellen Pastagerichten, wie z.B. *dromësat*, hochgehalten. Probieren sollte man unbedingt Zicklein und zum Nachtisch *krustulli* (das in Most getunkte Gebäck schmeckt einfach himmlisch). Flaschenweine und offener Rotwein aus Frascineto. Seit 2009 wirkt hier ein neues, sehr sympathisches Team, im Saal *Rosanna Miceli* und am Herd der junge Küchenchef *Francesco Algieri*, der sicher noch von sich reden machen wird! 20 Euro. Mittags und abends. Mi Ruhetag. Piazza Municipio 3/6, Tel. 098.17.33.87, www.kamastra.net

An- und Weiterreise



- **Auto:** A3 Ausfahrt „Frascineto-Castrovillari“ bzw. S.S. 106 Abfahrt „Villapiano Scalo“.
- **Bus:** SAJ (Tel. 09.81.50.03.31, www.saj.it) nach Castrovillari, Cosenza und Sibari (Bahnhof). Simet (www.simetspa.it) nach Castrovillari und Sibari (Bahnhof).

Fest



- Am Dienstag nach Ostern werden auf den Plätzen die **Vallje** getanzt und dazu alte alba-

nische Rhapsodien gesungen, die an die Heldentaten *Skanderbegs* erinnern.

Wandern



Acalandros Tour

● **Emanuele Pisarra** – Bergführer und Journalist – organisiert Wanderungen und Jeep-Exkursionen im Parco del Pollino.

Via G. Placco 12, Tel./Fax 098.17.30.43,
 Mobil 33.38.73.28.29,
 www.acalandrostour.it

Raganello-Schlucht

Einfache Wanderung, die auch mit Kindern unternommen werden kann. Aus der Ortsmitte gelangt man zum Fluss hinab, wo sich nach seinem Wiederaufbau erneut der Ponte del Diavolo zum anderen Ufer spannt. Ohne den Fluss zu überqueren, steigt man auf einem Stufenweg bis zu dem Belvedere Mater Chiesa in der Nähe des Grand Canyon Ostello auf. Vom Ostello lässt sich die Wanderung auf einem gut erkennbaren Pfad parallel zur Schlucht fortsetzen. Auf gleichem Weg zurück. **Wanderkarte:** „Carta Escursionistica della Calabria Orsomarso-Pollino, 1:50.000“.

Cerchiara di Calabria

⇒ XVIII,B1

Eine großartige, von tiefen Schluchten durchzogene Landschaft, Grotten, denen Thermalwasser entströmt, ein Heiligtum und Wanderwege in luftiger Höhe – Gründe genug, den mittelalterlichen Bergort am Fuße des **Monte Sél- laro** zu besuchen. Im Ort (650 m, 2500 Ew.) lohnen die Kirche **Sant'Antonio** und das **Monastero di Loreto** einen Besuch. Von den Ruinen des Kastells genießt man einen spektakulären Blick in die Schlucht des Caldanella.



Auf dem Weg nach Cerchiara kommt man an der **Grotta delle Ninfe** vorbei. Die warmen Quellen im Tal des Caldanella wurden bereits von den Griechen des antiken *Sybaris* aufgesucht.

Folgt man der Straße aus dem Ort 12 km bergauf, erreicht man auf 1015 m Höhe das **Santuario S. Maria delle Armi** (griech. *armòn* = Grotte). Ab dem 9. Jh. lebten byzantinische Einsiedlermönche in den Felshöhlen, im 15. Jh. wurde davor die katholische Kirche errichtet. Heute noch besuchen zahlreiche Pilger das in Stein geritzte Bildnis der Muttergottes. Am 25. April findet eine große Prozession statt.

Information



● Punto Parco

Faltblatt „Parco della Cessuta“ mit Wanderwegen. Im Sommer Mo bis Sa 8–18 Uhr. Santuario Madonna delle Armi

● www.cerchiara.info

● www.comune.cerchiara.cs.it

● www.santuariomadonnadellearmi.it

Unterkunft



Pension und Gästezimmer

● La Caldana

Giuseppe De Salvo, Padrone der Trattoria La Caldana (s.u.), vermietet in der Altstadt Apartments. Ü 18 Euro, auch HP möglich.

● Pensione-Ristorante Emilio

Direkt an der Grotta delle Ninfe gelegen. *Pietro* und *Caterinas* Zimmer sind schlicht, aber ruhig und mit allem Notwendigen ausgestattet. Bodenständige Küche. Auch ein Apartment mit Küche in einem alten Haus im Ort. 15 Zi., DZ/F 40 Euro, HP 35 Euro.

Località Grotta delle Ninfe,

Tel./Fax 09.81.99.15.00,

Tel. 09.81.99.12.72 (priv.),

Mobil 33.43.61.99.54



Agriturismo

● Acampora

MEIN TIPP! *Salvatore Acampora* führt seinen einladenden Agriturismo zusammen mit Frau *Maria* und Tochter *Rosa*. Er ist ein Pionier der biologischen Landwirtschafts- und Agriturismo-Bewegung in Kalabrien. Einfache, saubere Zimmer in einem schönen Steinhaus auf der östlichen Talseite des Torrente Caldanella. Stellplatz für Zelte oder Camper. *Maria* ist eine hervorragende Köchin. Mountainbikes, Wanderungen werden angeboten. Von der Straße nach Cerchiara rechts einige Kilometer der Ausschilderung folgen. 7 Zi., DZ/F 66 Euro, HP 45 Euro.

Contrada Milizia – Piana di Cerchiara,
Tel. 09.81.99.13.20, Mobil 32.86.29.51.01,
34.78.49.24.19 (*Roberta* spricht deutsch),
www.agriturismoacampora.it

Agriturismo Acampora – Rosa Acampora
bei der Arbeit im Gemüsegarten

● L'Antico Frantoio

Die Familie *Zaccaro* bietet seit 2001 Gästen auf ihrem biologisch betriebenen Hof die Möglichkeit zum Übernachten und Essen an. In der Küche herrscht Signora *Melinda* über die Töpfe, das Ergebnis kann sich schmecken lassen. Die Steingebäude aus dem 14. Jh. wurden hergerichtet, etwas mehr Gusto hätte man sich vielleicht bei der Einrichtung der Zimmer gewünscht. Darüber lässt die herzliche Atmosphäre jedoch schnell hinwegblicken. Der Hof liegt zu Füßen des Monte Sèllaro und ist an der Straße nach Cerchiara, aber auch aus Francavilla Marittima ausgeschildert. Reitpferde. 10 Zi., 1 Ap. mit Küche, DZ/F 60 Euro, HP 45 Euro.

Contrada Capraro, Tel./Fax 09.81.99.21.82, Mobil 34.74.70.58.29

● San Fele

Alessandro Filardis restaurierter Gutshof liegt, von 57 ha Grund umgeben, an den südlichen Abhängen des Monte Sèllaro. Am Hof vorbei führt einer der alten, leider längst verwachsenen Pilgerwege zum Santuario S. Maria delle Armi. Anfahrt über Francavilla Marittima, am Ortsrand der Ausschilderung folgen. 7 Zi., DZ/F 50–60 Euro, HP 45–50 Euro.

Contrada San Fele, Tel. 098.43.21.82 (priv.), Fax 09.84.68.32.08, Mobil 32.84.14.21.58, agriturismoosanfele@hotmail.com

Camping



An der Straße zwischen Cerchiara und dem Santuario S. Maria delle Armi hat die Gemeindeverwaltung im Parco della Cessuta einen einfachen Campingplatz angelegt. Auch der Agriturismo Acampora bietet die Möglichkeit zum Zelten an (s.o.).

Trattoria und Osteria



● La Caldana

An der Grotta delle Ninfe kann man sich hier auf das Beste stärken. Hausgemachte Pasta, Pilz- und Gemüsegerichte, Zicklein und Fisch. Guter offener Wein. Der Besitzer *Ciuseppe De Salvo* ist ein engagierter Speleologe und vermietet im Ort Apartments (s.o.)

15–20 Euro. Juni bis Sept. tägl. mittags und abends.

Località Grotta delle Ninfe,
Tel. 09.81.99.11.34 (priv.),
Mobil 33.86.78.42.51

● Ristorante „Al Santuario“

Giovanni Pesce serviert in der kleinen Bar am Santuario köstliche Antipasti und leckere Kleinigkeiten. Übernachtungsgästen steht ein spartanisches Dormitorium zur Verfügung (Ü 15 Euro p.P.). 10–15 Euro. April bis Sept. Di bis So mittags und abends, Okt. bis März nur So.

Località S. Maria delle Armi,
Mobil 33.37.64.25.58

An- und Weiterreise



● **Auto:** A3 Ausfahrt „Frascineto-Castrovillari“ bzw. S.S. 106 Abfahrt „Villapiano Scalo“.

● **Bus:** SAJ (Tel. 09.81.50.03.31, www.saj.it) nach Trebisacce. Von Trebisacce mit der SAJ nach Brindisi, Cosenza und Sibari (Bahnhof).

Strände

und Baden/Thermen



● Schöne Sandstrände am Ionischen Meer gibt es **zwischen Villapiano Scalo und Marina di Sibari**.

Grotta delle Ninfe

● **MEIN TIPP!** **Badevergnügen** in ländlicher Umgebung! Aus einer Grotte entspringt 32°C warmes Schwefelwasser. Becken, Fango, Umkleidekabinen, Toiletten und Bar. Juni bis Ende Sept. tägl. 7–20 Uhr. Eintritt 6 Euro, Kinder 3 Euro.

Località Grotta delle Ninfe,
Tel. 09.81.99.00.09

Wandern



● Gruppo Speleo „Serra del Gufo“

Das Territorium von Cerchiara di Calabria birgt einige der spektakulärsten Karstgrotten Italiens! Höhlenexpeditionen, die Ausrüstung kann gestellt werden.



Via Solferino 30, Tel. 09.81.99.11.34 (priv.),
Mobil 33.86.78.42.51 (*Giuseppe De Salvo*),
33.86.35.51.20 (*Antonio Cesarini*)

Monte Sèllaro (1439 m)

Der Monte Sèllaro erhebt sich als südöstliche Bastion des Pollino-Massivs über der Piana di S bari. Vom Gipfel bietet sich an klaren Tagen ein unvergleichliches Panorama. Die beschriebene Rundwanderung ist der schönste von zahlreichen Wanderwegen, die durch das 300 ha große Naturschutzgebiet Parco della Cessuta führen. **Reine Gehzeit:** 5 Std.; Cerchiara – Santuario 2 Std.; Santuario – M. Sèllaro 1   Std.; M. Sèllaro–Cerchiara 1   Std. **Auf- und Abstieg:** 790 Höhenmeter. **Wanderkarte:** Carta Escursionistica della Calabria „Orsomarso-Pollino“, 1:50.000. **Faltblatt** „Parco della Cessuta“. **Ausgangspunkt:** Platz vor der Carabinieri-Kaserne am nördlichen Ortsrand von Cerchiara, hier halten auch Linienbusse.

Wanderung: Talseitig der **Piazza** ist eine Wanderkarte des Parco della Cessuta aufgestellt. Eine steile Rampe führt zum **Tal des Caldanelle** hinab. Die Kläranlage zur Linken, geht es rechts über die Brücke. Auf der Wiesenfläche oberhalb der Viehställe verzweigt sich der Weg. Nach links setzt sich ein Pfad, auf der Karte als N 3 bezeichnet, mit schönen Blicken auf die Kastellruine mit dem Talverlauf fort, um dann auf Höhe eines Felsvorsprungs zum *oratorio* (Bildstock) aufzusteigen.

Wir folgen dem alten Pilgerweg nach rechts (= N 4), der auf dem Weg zum Santuario ebenfalls am Oratorio vorbeif hrt. Auf dem breiten Maultierpfad steigen wir in der Talmulde auf, um nach 40 Min. links durch ein Gatter abzuzweigen (geradeaus setzt sich der Treppenweg Richtung Sèllaro fort, später unser Rückweg). In teils lang gezogenen Serpentinaen geht es durch lichte Feldahorn-Haine; nach etwa 1 Std. erreichen wir kurz vor

der Passhöhe das **Oratorio** mit Picknickplatz und Schutzhütte. Von der Anhöhe (Antenne und Bildstock) bietet sich ein weiter Ausblick.

Der Weg setzt sich auf der breiten, bald abfallenden Fahrspur fort. Nach und nach öffnet sich das Panorama auf die Piana di S bari mit der Sila und den Orsomarso-Bergen im Hintergrund. 20 Min. später ist das Santuario erreicht.

Vom steingepflasterten **Parkplatz am Santuario** (Wasserstelle) führt ein bezeichneter Weg durch ein junges Aufforstungsgebiet den Hang hinauf.  ber verkarstete Weiden und durch ein liches Steineichenw ldchen geht es bis auf den **Sattel zwischen Monte Sèllaro und Monte Panno Bianco**. Vom Sattel folgen wir dem breiten Pfad nach links, der an der Nordflanke des Monte Sèllaro im Wäldchen leicht ansteigt. Vorne öffnet sich der Blick auf die Timpa di S. Lorenzo. Bevor der Weg wieder abfällt, verlassen wir diesen nach links, queren zum Grat und steigen in südwestlicher Richtung zum Gipfel auf. Der letzte Teil des Anstiegs erfolgt über die ver-



Thermalbad Grotta delle Ninfe –
Wellness und pures Vergnügen

karstete Nordflanke. Der **grandiose Ausblick vom Monte Sellarò** entschädigt für alle Mühen!

Auf dem gleichen Weg ein Stück zurück und auf dem breiten Hauptweg weiter absteigen. Mit dem Blick von oben auf die Straße, die Cerchiara mit dem Santuario verbindet, schwenkt der Weg nach rechts. Um einen Felsriegel herum und an einer betonierte Tränke vorbei geht es durch ein Gatter. Der Weg setzt sich mit dem Verlauf der Talmulde nach rechts fort. Kurz darauf stößt man auf einen querenden, steingepflasterten Weg, der links von der Straße heranzuführt und sich rechts Richtung „Caserma Forestale“ fortsetzt. Wir folgen dem Weg geradeaus in Richtung „Cerchiara“. Die breite *mulattiera* fällt nach einem kurzen Zwischenanstieg wieder ab. Kurz nach einer betonierte Tränke zweigt rechts der Pilgerweg zum Santuario ab. Geradeaus gelangt man – auf dem inzwischen bekannten Wegabschnitt – zum Ort zurück.

Castrovillari

↗ XVIII, B1

Das lebendige Castrovillari (362 m, 22.400 Ew.) ist die **heimliche Hauptstadt des Pollino**. Kilometerlang zieht sich der Corso Garibaldi durch die neueren Stadtviertel. Die prächtige Flaniermeile im Stil eines Pariser Boulevard ist ein Vermächtnis König *Murats*. Spätestens am Largo Cavour sollte man das Auto parken, um die Altstadt zu Fuß zu erkunden. Am Fuß der **Civita** (Altstadt) erhebt sich das **Aragoneserkastell**. Den besten Überblick genießt man vom **Santuario della Madonna del Castello**.

Besichtigung



Die trutzige **Burg** am Eingang der Civita wurde Ende des 15. Jh. unter *Ferrante*

d'Aragona errichtet, nicht jedoch zur Verteidigung, sondern zur Kontrolle der Stadt: „AD CONTINENDOS IN FIDE CIVES“, um die Bürger in Treue festzuhalten, verkündet die Inschrift über dem Portal. Zuletzt diente das Gemäuer als Gefängnis und sieht nun seiner neuen Verwendung als Museum entgegen.

● **Castello Aragoneso**, im Sommer tägl. 9–13 und 15–22 Uhr.

Das älteste **Franziskanerkloster** Kalabriens wurde 1220 vom hl. *Pietro Chatin*, einem Schüler *Franz von Assisi*, gegründet. Der Bauplatz in unmittelbarer Nähe des jüdischen Viertels war bewusst gewählt. *Chatin* fand denn auch sein Martyrium in Castrovillari, als ein Jude, dessen Frau mit Gewalt bekehrt werden sollte, dem Franziskaner einen glühenden Helm aufsetzte. Der Konvent mit den beiden Kreuzgängen präsentiert sich heute in barocker Gestalt und wird für Kulturveranstaltungen genutzt. Im **Museo Archeologico** dokumentieren einige schöne Funde die lange Siedlungsgeschichte des Ortes.

● **Protoconvento Franciscano – Museo Archeologico di Castrovillari**, Via San Francesco d'Assisi 1, Mobil 34.89.83.87.30, 33.33.05.84.52, www.museoarcheologicocastrovillari.it. Im Sommer Mo bis Fr 9.30–11.30 und 16–19 Uhr, sonst auf Anfrage. Eintritt 1 Euro.

Oberhalb des Konvents schließt sich ein Viertel mit engen, verwinkelten Gassen an, die ehemalige **Giudeca**. Die Ansiedlung der Juden erfolgte unter Kaiser *Friedrich II.*, Ende des 15. Jh. wurden sie von den Spaniern gewaltsam vertrieben.



Vorbei an der Chiesa di S. Guliano, die Reste der ehemaligen Synagoge umschließt, gelangt man auf den Hügel im Osten der Giudeca, auf dessen Spitze eine **Wallfahrtskirche** steht. Der Legende nach wollten die Normannen an dieser Stelle im Jahr 1090 eine Burg bauen, doch die tagsüber errichteten Mauern stürzten über Nacht wieder ein. Als dann ein Bildnis der Muttergottes auftauchte, verstand man und errichtete anstelle des Kastells eine Kirche. Kunsthistoriker datieren das heute noch verehrte byzantinische Madonnenfresko ins 13. Jh. – ein Wunder?!

● **Santuario della Madonna del Castello**, tägl. 9–12 Uhr.

Information



● IAT Frascineto – Provincia di Cosenza

A3 SA-RC, von Norden kommend, kurz vor der Ausfahrt „Frascineto-Castrovillari“ an der Raststation „Frascineto Ovest“. Mo bis Fr 8–14 Uhr, Mo und Do auch 14.30–17.30 Uhr. Tel. 098.13.23.32, www.provincia.cosenza.it/portale/turista/

● IAT und Pro Loco di Castrovillari

Hotelreservierungen und Auskunft.
– **IAT-Infokiosk** am Corso Garibaldi auf Höhe der Chiesa S. Francesco di Paola. Die Öffnung steht und fällt mit der Finanzierung.
– **Pro Loco**: Mo bis Fr 10–12 und 16–18 Uhr. Corso Garibaldi 160 (Palazzo Varcasia), Tel. 09.81.20.95.95, Fax 098.12.77.50, www.prolococastrovillari.it

● www.comune.castrovillari.cs.it

● www.castrovillari.info

Hotels



● La Locanda di Alia ****

Mit allem Luxus und modernen Designmöbeln ausgestattete Apartments in einem ruhigen Garten mit Mini-Pool. Exzellentes Res-

taurant (s.u.)! Die Locanda liegt in einem Neubaugebiet nördlich der Altstadt. 14 Zi., DZ/F 120–140 Euro.

Via Jetticelle 55, Tel./Fax 098.14.63.70, www.alia.it

● Albergo Tarsia **

2008 renoviertes, familiengeführtes Hotel in Altstadtnähe in einer Seitenstraße des Corso Calabria. WiFi gratis. 10 Zi., DZ/F 50 Euro.

Via San Giovanni Vecchio 21, Tel./Fax 09.81.48.93.27, www.albergotarsia.com

Restaurant und Trattoria



● La Locanda di Alia

Das Restaurant der Brüder *Pinuccio* und *Gaetano Alia* gilt als eines der besten in Süditalien! Hier wird kalabresische Küche auf raffinierte Art interpretiert, zur Augen- und Gaumenweide. Die Weinkarte ist bestens bestückt, der Hauswein kann auch gläserweise genossen werden. Krönender Abschluss eines Mahls sind die hausgemachten Liköre. Wer will, kann auch übernachten (s.o.). 35–45 Euro. Mittags und abends. So Ruhetag.

● La Torre infame

Nicola Mazzuca serviert in seiner Osteria am Castello Aragonese lokale Pastaspezialitäten. Abends auch Pizza. 15–25 Euro. Mittags und abends. Mo Ruhetag. Largo Castello 16, Tel. 098.12.72.08, Mobil 34.04.99.09.55

An- und Weiterreise



● **Auto**: A3 Autobahnausfahrten „Frascineto-Castrovillari“ bzw. „Castrovillari-Firmo“.

● **Parken**: Am Corso Garibaldi bzw. vor dem Castello Aragonese.

● **Bus**: SAJ (Tel. 09.81.50.03.31, www.saj.it) nach Cosenza, Morano und Sibari. Ferrovie della Calabria (www.ferroviedellacalabria.it, Tel. 098.12.20.78) nach Altomonte, Laino Borgo und Sibari (Bahnhof).

Feste/Veranstaltungen



● Castrovillari hat ein lebendiges Kulturleben mit **Theatern** und **Kinos**. In den zahlreichen

Pubs ist hin und wieder auch **Live-Musik** zu hören.

● Im Februar steht ganz Castrovillari beim **Carnevale del Pollino & Festival Internazionale del Folklore** Kopf.

Wandern



● CAI Castrovillari

Die Mitglieder der Alpenvereinssektion Castrovillari treffen sich Di und Do von 20.30–22 Uhr. Auf der Website finden sich ein abwechslungsreiches Ausflugsprogramm (Wandern, Klettern, Langlaufen, Schneeschuh-trekking, Skitouren) sowie die Beschreibung von Wandertouren im Pollino. Die Sektion unterhält das ganzjährig geöffnete Rifugio Biagio Longo (siehe Kapitel „Morano Calabro“).

Via C. Pepe 74,

Tel. 098.14.44.71 (*Eugenio Ianelli*),

Mobil 33.41.00.50.54,

Fax 098.14.44.71, www.caicastrovillari.it

Altomonte

↗ XVIII,B2

Altomonte (495 m, 4500 Ew.) erhebt sich in sanfter Hügellandschaft auf einer Anhöhe, die imposanten Bergzüge des Pollino und Orsomarso im Hintergrund. Durch das Mäzenatentum seines Feudalherren **Filippo Sangineto** entwickelte sich der Ort im 14. Jh. zu einem der wichtigsten Kunstzentren Kalabriens. In den 1980er Jahren hatte sich Bürgermeister *Costantino Belluscio* der rühmreichen Vergangenheit seines Heimatortes erinnert. Die Gassen und Gebäude des Städtchens wurden mit viel Liebe restauriert, ein Schuttabladeplatz am Südhang der Altstadt in ein Freiluft-theater verwandelt. Altomonte kann





sich heute erneut eines blühenden Kulturlebens rühmen. 2000 wurde *Belluscio*, inzwischen über 70-jährig, ein weiteres Mal zum Bürgermeister gewählt.

Die Auswahl an Restaurants, Hotels und Agriturismi ist ausgesprochen gut. Altomonte ist somit eine ideale Basis zur Erkundung der Umgebung. Der Ort trägt die Auszeichnungen „Città Slow“ und „I Borghi più belli d'Italia“ mit Stolz.

Besichtigung



Der wehrhafte Campanile der Kirche S. Maria della Consolazione und die gedrungenere **Torre dei Palotta** ragen von weitem sichtbar über die Dächer des Städtchens hinaus. Normannischen Ursprungs wurde das trutzige Bauwerk Anfang des 14. Jh. als Wohn- und Festungsturm ausgebaut. Die eleganten gotischen Fensteröffnungen stammen aus dieser Epoche. In den Innenräumen sind die schönen Landschaftsgemälde eines lokalen Künstlers ausgestellt.

● **Torre dei Palotta-Museo Franco Azzinari**, Via G. Palladino, Tel. 09.81.94.82.32, www.azzinari.it. Tägl. 9–13 und 16–20 Uhr.

Ursprünglich stand an Stelle der **S. Maria della Consolazione** eine kleine Normannenkirche des 11. Jh. Der von *Filippo Sangineto* veranlasste Neubau ist das herausragendste Beispiel gotisch-angiovinischer Architektur Kalabriens. Mit einem hohen spitzbogigen Portal und einer riesigen Fensterrose (Kopie)

öffnet sich die Kirche zur Piazza. Der hohe einschiffige Innenraum endet in einem flachen Chorabschluss. Hier steht das Grabmal des *Filippo Sangineto*. Die Ähnlichkeit mit den französischen Königsgräbern in Neapel ist ein Hinweis auf die hohe Stellung des Grafen am Hofe der Anjou. Die linke Schmalseite des Sarkophags ziert ein Relief des hl. Ladislaus, gleichsam eine Kopie des Gemäldes von *Simone Martini*, das im benachbarten Museum zu sehen ist.

An die Kirche S. Maria della Consolazione schließt sich der ehemalige **Dominikanerkonvent** mit seinem eleganten Kreuzgang an. *Tommaso Campanella* hielt sich hier zwischen 1588 und 1589 auf, wahrscheinlich mit der Arbeit an seinem philosophischen Hauptwerk „La Città del Sole“ beschäftigt. In den alten Klostermauern ist der reiche Kirchenschatz, der durch das Mäzenatentum der *Sangineto* zustande kam, ausgestellt. Schaustück ist eine kleine Holztafel mit dem Bildnis des hl. Ladislaus. Gemalt wurde das Temperabild auf Goldgrund wahrscheinlich von *Simone Martini* (1248–1344), nach *Giotto* der bedeutendste Maler des Trecento. Die beiden Tafeln des Florentiners *Bernardo Daddi* (1320–40) wurden vermutlich, wie auch der *Martini*, von *Filippo Sangineto* persönlich in Auftrag gegeben. Das rätselhafte Bild der „Madonna delle Pere“ wird *Paolo Ciaci* (ca. 1460), einem Schüler von *Antonella da Messina*, zugeschrieben.

● **Museo Civico**, Piazza Tommaso Campanella, Tel. 09.81.94.82.16. Tägl. 10–13 und 15–20 Uhr. Eintritt 3 Euro.

Altomonte – schön gelegen inmitten einer sanften Hügellandschaft

Information



● Assessorato al Turismo del Comune di Altomonte

Tourismusamt im Rathaus. Mo bis Fr 8–13 Uhr, Mo und Mi auch 15–18 Uhr.
Largo della Solidarietà 1, Tel. 09.81.94.88.04, www.comunedialtomonte.it

● Ufficio Informazioni Turistiche

Info-Büro am Parkplatz unterhalb des Freilufttheaters. Mo bis Sa 9–13 und 15–19 Uhr.
Piazza Matteotti, Tel. 09.81.94.88.04

● www.comunedialtomonte.it

Unterkunft



Hotels

● Il Castello di Altomonte *****

Ein Flügel des mittelalterlichen Kastells wurde zu einem luxuriösen Hotel umgebaut. Komfortable, stilvoll möblierte Zimmer mit herrlichen Landschaftsausblicken. Man kann mit dem Auto vorfahren. 11 Zi., DZ/F 120 Euro, Hp zusätzl. 25 Euro p.P.

Piazza Castello 6, Tel. 09.81.94.89.33, Fax 09.81.94.89.37, www.altomonte.it

● Hotel Barbieri *****/****

Die Hälfte der geräumigen Zimmer (***-Kategorie) weist mit Traumblick auf die Stadt. Ein neuer Flügel glänzt mit komfortableren Zimmern, die zur ruhigen Rückseite ins Grüne weisen (****-Kategorie). Großer Garten und Pool. An der Rezeption spricht *Rosa Fabozzi* deutsch. Die wahre Stärke des Barbieri ist seine außerordentliche Küche (s.u.). *Enzo Barbieri* vermietet im Herzen der Altstadt auch zehn geschmackvoll restaurierte und mit allem Komfort ausgestattete Apartments. Mitten im Alltagsleben lernt man von den Balkonen oder Dachterrassen schnell seine neuen Nachbarn kennen (90–100 Euro für 2 Personen). 42 Zi., DZ/F 85–105 Euro, HP 70–85 Euro (ab 3 Nächten).

Via Italo Barbieri 30, Tel. 09.81.94.80.72, Fax 09.81.94.80.73, www.barbierigroup.it

● Hotel Food & Drink *

Junges Hotel an der Durchfahrtsstraße, die Altstadt in Gehdistanz. Die freundlichen Besitzer *Teresa* und *Franco* sprechen deutsch und englisch. Etwa die Hälfte der fröhlich dekorierten

Zimmer nach hinten mit Blick auf den Centro storico und damit ruhig. Internet-Café, Bar, kleines Restaurant. *Teresa Marchese*, die lange in Chicago gelebt hat, engagiert sich für die „Jane Gaspero Memorial Library for Children“ im Ort. 10 Zi., DZ/F 50–60 Euro.
Via Aldo Moro 14, Tel./Fax 09.81.94.46.40, Mobil 33.85.62.83.88, www.hotelfood-drink.it

Bed & Breakfast

● L'Antica Balbia

Maria Campolongo hat das Altstadthaus ihrer Großeltern in der Nähe der Piazza Tommaso Campanella 2009 von Grund auf wieder aufbauen lassen. Seither empfängt sie sehr herzlich ihre Gäste in drei blitzsauberen Zimmern mit prima Betten. 3 Zi., DZ/F 60–80 Euro.
Via G. Paladino 10, Mobil 338.81.88.95.34, www.lanticabalbia.com

● Palazzo Pancaro

Der deutsche Historiker *Theodor Mommsen* war im Jahr 1895 Gast des Hauses. Diese schöne Tradition greift *Mario Pancaro* durch die Einrichtung seines einladenden B&B wieder auf. Die Zimmer sind, ebenso wie die Bäder, ausgesprochen geräumig und freundlich möbliert. Ausgiebiges Frühstück. 4 Zi., 1 Ap., DZ/F 60–90 Euro.

Largo Luigi Pancaro, Mobil 32.81.31.50.27, www.palazzopancaro.it

Agriturismo/Camping

● La Quercia

Auf dem Landgut der Familie *Maiolino* werden auf 13 ha Oliven und Wein angebaut. Einfache Zimmer, zehn schattige Zeltplätze mit Sanitäranlagen (10 Euro p.P., gratis, wenn man im Agriturismo isst!) und ein gutes Lokal. Pool. Ca. 5 km außerhalb des Ortes in Richtung A3. 5 Zi., DZ/F 70 Euro, HP 50 Euro. April bis Sept.

Contrada Boscari, Tel./Fax 09.81.94.62.32, Mobil 36.83.93.94.66, www.agrilaquercia.it

Essen und Trinken



● Da Rosario – Miseria e Nobiltà

Nette Trattoria im EG des Palazzo Pancaro (s.o.). Traditionelle Küche, abends auch Pizza



aus dem Holzofen. 15–20 Euro. Mittags und abends. Mo Ruhetag.

Largo Luigi Pancaro, Mobil 33.51.60.22.60

● La Cantina Barbieri

Schicke Wine-Bar auf Höhe der Chiesa S. Maria della Consolazione. Jeden Tag wird ein warmes Gericht serviert. Kulinarische Themenwochen. Nur abends. Di Ruhetag.

Piazzetta di S. Maria della Consolazione, Tel. 09.81.94.88.51, Mobil 33.56.88.56.61 (*Enzo Barbieri*), www.barbierigroup.it

● Ristorante Barbieri

MEIN TIPP! Viel gerühmtes Restaurant des gleichnamigen Hotels (s.o.). Ausschließlich lokale Produkte, das meiste aus eigenem Anbau! Zum Auftakt sollte man sich unbedingt mit einem Reigen von Antipasti verwöhnen lassen und danach erst weiter bestellen – man könnte schon satt sein. Auch Hauswein. 25–35 Euro.

www.barbierigroup.it

An- und Weiterreise



● **Auto:** A3 Ausfahrt „Altomonte“. Die landschaftlich reizvolle S.S. 105 verbindet die tyrrhenische mit der ionischen Küste.

● **Bus:** Ferrovie della Calabria (Tel. 098.12.20.78, www.ferroviedellacalabria.it) nach Castrovillari, Cosenza und Sibari (Bahnhof).

Einkaufen



● Liquore Moliterno

Das Familienunternehmen steht seit 1933 in direkter Nachfolge der ältesten Likörfabrik Kalabriens. Die handwerkliche Basis der naturfarbenen Liköre sind Alkoholauszüge von goldenen Zitronen, Limetten, Wildfenchel, Walderdbeeren und Steinpilzen (!), nach alten Mönchsrezepten bereitet. Traditionsbewusstsein haben *Giulio* und *Cesare Sciarra* auch mit der Einrichtung des volkskundlich-technischen Museums auf dem Fabrikgelände bewiesen. Direktverkauf. In der Nähe des Hotels Barbieri (s.o.) gelegen. Tägl. 9–13 und 15–19 Uhr.

Via C. L. Giacobini 123, Tel. 09.81.94.87.53, Mobil 33.88.79.02.44, 33.97.67.54.81, www.liquoremoliterno.it

Feste/Veranstaltungen



● Altomonte Rock Festival

Im Juli, findet jedoch nicht jährlich statt. Die Assoziation mit dem Altomont Free Concert 1969 in Kalifornien ist sicherm ungewollt.

● Festival Euromediterraneo

Im August Theater und Konzerte. www.festivaleuromediterraneo.org

● Gran Festa del Pane

Im Mai werden in Altomonte die Backöfen angeschürt, wenn das Brotfest gefeiert wird.

Wandern



Cozzo del Pellegrino (1987 m)

Von der S.S. 105 zweigt auf halber Strecke zwischen Belvedere Marittimo und Castrovillari die Stichstraße nach San Donato di Ninea ab. Oberhalb des mittelalterlichen Bergortes endet die Straße auf dem 1351 m hohen **Piano di Lanzo**. Das Rifugio gleichen Namens (www.rifugiopianodilanza.com) ist der Startpunkt markierter Wanderwege. Eine anspruchsvolle mehrstündige Rundwanderung mit viel Belvedere führt z.B. auf den Cozzo del Pellegrino.

Wanderkarte: „Carta Escursionistica della Calabria, Blatt 7 Orsomarso – Pollino, 1:50.000“ (siehe „Praktische Tipps A–Z/Wandern und Radfahren“).