



## NEU: Wandern auf den Pontinischen Inseln



Teilnehmerzahl: 16 - 25

»Pontinische Inseln? Nie gehört!« Das haben wir immer wieder vernommen, wenn wir jemandem von unserer neuen Reiseidee erzählt haben. Dabei ist die Inselgruppe, die zwischen Rom und Neapel im Tyrrhenischen Meer liegt, wunderschön! Sie besteht aus 5 kleinen Inseln, von denen wir 3 im Verlauf unserer Reise kennenlernen. Wir wohnen auf der Hauptinsel Ponza – mit knapp 8 Kilometern Länge und einer maximalen Breite von knapp 2 Kilometern – die grösste der Gruppe. Von hier aus unternehmen wir Wanderungen, umrunden »unsere« Insel mit einem kleinen Boot und lernen auch die unbewohnten Nachbarinseln Palmarola und Zannone kennen. Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Ferientage in wunderschöner Natur, auf kleine Buchten mit kristallklarem Wasser, gastfreundliche Menschen und beste italienische Küche. Als Reisezeit haben wir Ende Mai ausgesucht, so können wir die Insel noch »in Ruhe« genießen – bevor ab Anfang/Mitte Juni dann hauptsächlich italienische Touristinnen und Touristen kommen, oft auch nur für einen Tagesausflug. Auf dem Hinweg übernachten wir einmal in Siena, einer der schönsten Städte der Toskana. Von dort ist es dann auch gar nicht mehr so weit bis zum Hafenort Formia, wo unsere Fähre nach Ponza ablegt. Auch den Rückweg unterbrechen wir noch mal in einer interessanten Stadt: Wir übernachten in Cremona in der Lombardei, eine gut erhaltene mittelalterliche Stadt, die sich durch ihre Geigenbautradition einen Namen gemacht hat.

### Schwierigkeitsgrad der Wanderungen

Die meisten Touren sind relativ leicht bis mittelschwer (2 bis 4 Std. Wanderzeit, maximal 300 Höhenmeter Anstieg) und führen teilweise über schmale, steinige Wege. Wichtig sind eingelaufene Wanderschuhe, auch eine gewisse Kondition

**19.05. - 26.05.2024**

8 Reisetage (So - So)  
Pfingstferien

Pro Person im Doppelzimmer  
(inkl. HP)

**1.950 €**

Einzelzimmer (inkl. HP)

**2.170 €**

### HÖHEPUNKTE

- » Wundervolle Vulkaninsel Ponza
- » Die schönsten Wanderungen
- » Traumblicke
- » Besteigung des Monte Guardia
- » Lebendiges Hafenstädtchen Ponza

ist notwendig. Zur Ausrüstung gehören auch ein Sonnenhut, Sonnencreme und Wasser. Wenn wir auf die Nachbarinseln fahren, brauchen wir außerdem noch ein Handtuch, denn beim Anlegen am Strand werden die Füße ein bisschen nass ...

## LEISTUNGEN

- » Busfahrt im 5-Sterne-Fernreisebus
- » 5 x Übernachtung mit Frühstücksbuffet und mehrgängigen Abendessen auf Ponza im 3-Sterne Piccolo Hotel Luisa
- » 1 x Zwischenübernachtung in Siena in 4-Sterne-Hotel mit Frühstück und Abendessen
- » 1 x Zwischenübernachtung in Cremona in zentralem 3-Sterne Hotel mit Frühstück und Abendessen
- » 3 geführte Wanderungen
- » Bootsfahrt rund um Ponza und die Nachbarinsel Palmerola
- » Alle Transfers im Rahmen unserer Wanderungen

## REISEVERLAUF

### 1. Tag ☒ Freiburg – Siena

Am Sonntagmorgen um 6:00 Uhr fahren wir in Freiburg am Konzerthaus los. Durch die Schweiz und durch den Gotthardtunnel, an Mailand, Bologna und Florenz vorbei, erreichen wir Siena – je nach Verkehrslage – am späten Nachmittag. Bevor wir uns zum gemeinsamen Abendessen treffen, reicht die Zeit sicherlich noch für einen kleinen Spaziergang und ein erstes »echt italienisches« Eis. (780 km)

### 2. Tag ☒ Siena – Ponza

Gleich nach dem Frühstück fahren wir weiter, damit wir rechtzeitig im Fährhafen Formia ankommen. Von dort fährt am Nachmittag unsere Fähre auf die Insel Ponza. Ohne unseren Bus, denn den brauchen wir auf der Insel nicht. Nach zweieinhalb Stunden laufen wir in den malerischen Hafen ein und sind auch schon mitten im Inselleben. Das Gepäck lassen wir abholen, während wir auf unserem Spaziergang zum Hotel einen ersten Eindruck vom bunten Ort Ponza bekommen. Und vielleicht entdecken wir ja auch schon eine Bar, in der wir vor dem Abendessen noch einen Aperitif trinken könnten. (375 km)

### 3. Tag ☒ Wanderung auf den Monte Guardia

Heute wollen wir uns einen ersten Überblick über die Insel verschaffen. Dazu »besteigen« wir den mit 283 Metern höchsten Punkt der Insel, den Monte Guardia. Der Aufstieg beginnt am Hafen, zuerst auf einer asphaltierten Straße inmitten von bunten Häusern und Gärten. Dann folgen wir einem steilen Eselspfad, der uns durch die typische würzig duftende Mittelmeervegetation bis zur Bergspitze führt – spektakulär schön! Oben angekommen, genießen wir bei einem Picknick die Aussicht und ruhen uns ein bisschen aus für den Abstieg »mit Variationen«. Am Ende der Wanderung erwartet uns die einzige Weinkellerei der Insel zu einer Weinprobe.

### 4. Tag ☒ Per Schiff um die Insel

Nachdem wir gestern von oben auf die Insel geschaut haben, staunen wir heute vom Wasser aus. Palmarola und die Steilküsten von Ponza haben einen ganz besonderen Reiz mit all ihren Farben, Formen und Grotten. Seit Jahrtausenden verändert sich diese natürliche Skulptur, geformt von Wind, Wasser und Erosion. Wir halten für eine Stunde an der einzigen Strandbucht von Palmarola

und schauen uns die riesige reine Obsidian-Ader an, die in der Steinzeit genutzt wurde, um Werkzeuge herzustellen. Danach gibt es Pasta, Wein und Espresso an Bord des Schiffes, bevor wir die Umrundung fortsetzen.

### **5. Tag ☒ Wandern auf der Nachbarinsel Zannone**

Zunächst nehmen wir wieder ein Boot von unserem Hafen aus, denn heute wollen wir auf die Nachbarinsel Zannone. Nach ca. einer Stunde legen wir am Varo von Zannone, dem Rest eines römischen Fischzuchtbeckens an. Hier beginnt unser Aufstieg durch die typische Mittelmeervegetation. Wir gehen bis zu den Resten des einstigen Benediktinerklosters, von wo wir die fantastische Sicht auf den Eichenwald und den Leuchtturm genießen. Mit ein bisschen Glück sehen wir auch die Mufflons, die auf der Insel leben. Nachdem wir ein Stück weit in das kühle Grün des Eichenwaldes hinabgestiegen sind, kehren wir um, erreichen unser Boot und machen eine Picknickpause. Anschließend kehren wir nach Ponza zurück.

### **6. Tag ☒ Die Nordspitze von Ponza - Punta Incenso**

Zur Abwechslung nehmen wir heute mal den Bus, um an den Ausgangspunkt unserer Wanderung zu kommen. Wir kommen durch den zweitgrößten Ort der Insel, Le Forna, und fahren weiter bis zur Endhaltestelle unterhalb der Punta Incenso. Hier beginnt der Aufstieg, der uns viele sagenhaft schöne Ausblicke bietet und zur äußersten Nordspitze der Insel führt. Auf dem Rückweg folgen wir der Straße bis zu den Resten einer alten Festung. Dann ist es Zeit für eine Mittagspause unter Bäumen im Schatten. Nachdem wir uns gestärkt haben geht's weiter zur Kirche von Le Forna. Wer möchte, trinkt noch einen Espresso und dann nehmen wir wieder den Bus zum Hafen in Ponza.

### **7. Tag ☒ Nach Cremona**

Schade, dass unsere Tage auf Ponza so schnell vorbei gegangen sind. Wir fahren mit dem ersten Schiff zurück nach Formia, denn wir wollen heute noch durch die Provinzen Latium, Umbrien, Toskana und Emilia-Romagna bis in die Lombardei. Unser Tagesziel ist Cremona, ca. 80 Kilometer südlich von Mailand. Hier haben wir vor oder nach dem Abendessen noch Zeit für einen kleinen Rundgang und ein letztes italienisches Eis in wunderschöner Kulisse auf dem Domplatz. (650 km)

### **8. Tag ☒ Cremona – Freiburg**

Nach dem Frühstück brechen wir zu unserer letzten Reiseetappe auf. Da heute Sonntag ist, kommen wir zügig an Mailand vorbei und dann sind wir auch bald am Grenzübergang in Como. Jetzt noch durch die Schweiz und dann sollten wir am späten Nachmittag zurück in Freiburg sein. Nun können wir daheim berichten, wo die pontinischen Inseln überhaupt liegen und dass man dort wunderbar wandern und das italienische Leben genießen kann. (500 km)

Bitte beachten Sie, dass wir die Reihenfolge unserer Aktivitäten auf Ponza eventuell - je nach Wetterlage - ändern.

## UNTERKUNFT

Auf Ponza wohnen wir im 3-Sterne Piccolo Hotel Luisa, einem kleinen, feinen in dritter Generation familiengeführten Hotel. Das Hotel liegt ca. 5 Minuten vom Hafen entfernt, also abseits des Trubels aber dennoch sehr zentral. Statt Meerblick gibt einen Blick in den mediterranen Garten. Der Tag beginnt mit einem üppigen Frühstücksbuffet und endet mit einem mehrgängigen Menü im Hotelrestaurant.

Für unsere Zwischenübernachtung auf der Hinfahrt haben wir in Siena das 4-Sterne-Hotel Garden gebucht. Auf der Rückfahrt übernachten wir in Cremona im 3-Sterne Hotel Astoria City (jeweils Landeskategorie).

## ZUSTIEGE

Aral Tank- & Waschzentrum Haid, Bötzing Str. 19, 79111 Freiburg	05:30 Uhr
Freiburg, Konzerthaus	06:00 Uhr
Alter Zoll Neuenburg Autobahnausfahrt Müllheim/Neuenburg	06:30 Uhr
Basel Badischer Bahnhof gegenüberliegende Seite	06:50 Uhr

Weitere Abfahrtsorte auf Anfrage.

Es besteht ein Absagevorbehalt bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl bis zum 21. Tag vor Reisebeginn.  
Es gilt Stornostaffel A

## TERMINE & PREISE



Bildrechte: Avanti Busreisen, StepMap