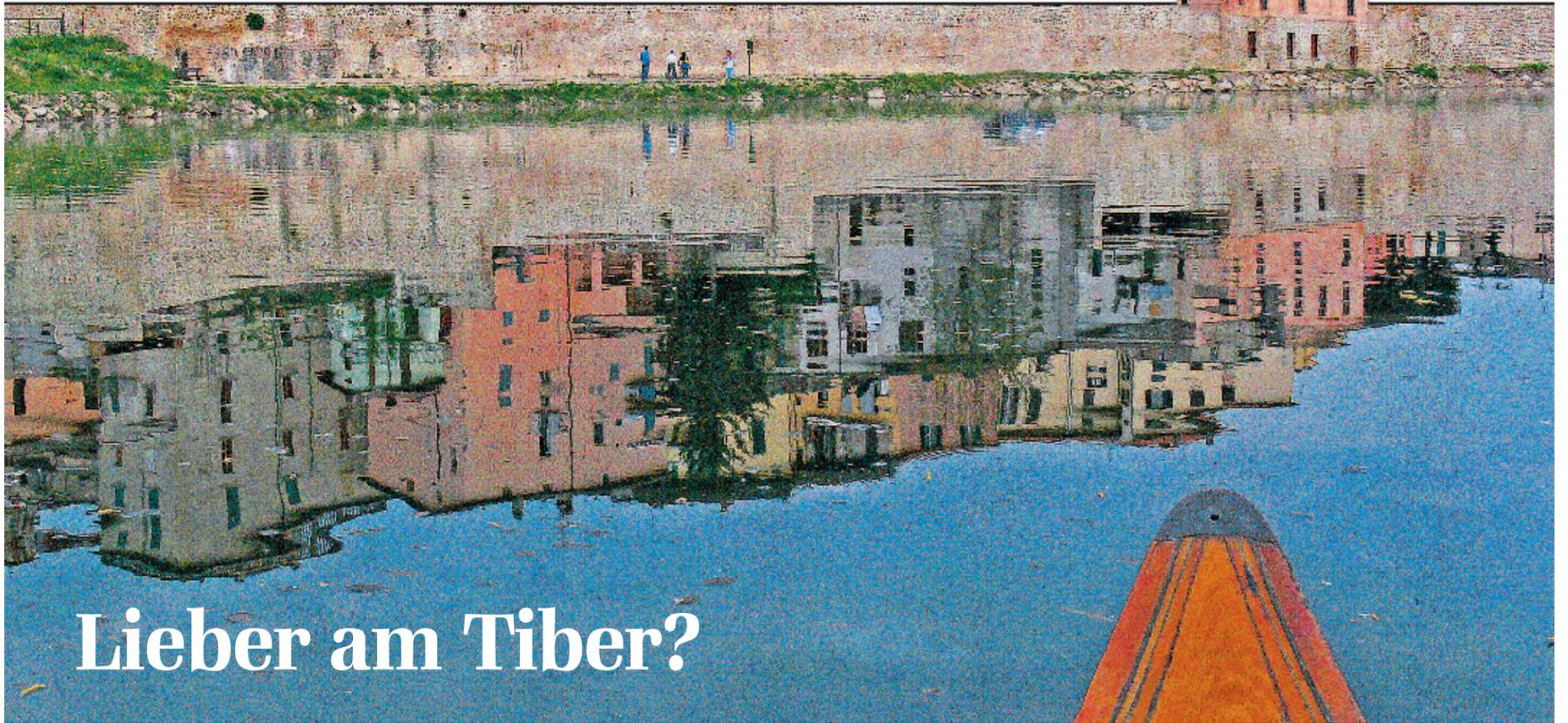


**Der eingezäunte Berg
mit freiem Blick**
Wandertipp Gaisstein Seite R 2

**Ein Wellnessschub,
der alte Kurorte heilt**
Grand Park Hotel Bad Hofgastein Seite R 2

**Winterwonnen
bis weit nach Ostern**
Lillehammer Seite R 3



Lieber am Tiber?

Alle Wege führen zum „sinkenden Schiff“, dem berühmten Brunnen vor der Spanischen Treppe. Für die rund 100 Kanuten, die jedes Jahr im April 400 Kilometer auf dem Tiber zurücklegen, ist die Wildwasserroute von Umbrien nach Rom dennoch die schönste.

Eva Clausen

Imposant erheben sich vor uns die Tuffsteinfelsen. Eine mittelalterliche Festung thront hoch oben auf jenem Vorsprung, unter dem wir nun die frische Brise eines Akazienmeeres an uns vorbeiziehen lassen. Wir folgen dem Tiber, der sich seit Ewigkeiten seinen Weg durch die Schlucht von Forello bahnt. Sicher, die Aussicht von der Felsenfestung über das Tal muss traumhaft sein, aber auch von unten, in Wasserhöhe, ist das Schauspiel atemberaubend. Hier in den Fluten ist die Begegnung mit der Landschaft das, was man beim Sprachkurs als „full immersion“ bezeichnen würde: ein intensives und unvermitteltes Eintauchen.

Die Möglichkeit dazu bietet eine Tiberfahrt, die alljährlich vom 25. April bis zum 1. Mai stattfindet. In sieben Tagen paddeln wir von Città di Castello in Umbrien bis nach Rom – eine Abenteuerreise, die durchaus auch von Anfängern zu meistern ist. Denn der durchschnittliche Schwierigkeitsgrad der Tour liegt gerade mal zwischen WW I und WW II auf der Wildwasserskala, nur in seltenen Fällen wird die Stufe WW III erreicht, was in der Terminologie der Kanuten hohe, unregelmäßige Wellen, einzelne Blöcke, kleinere Stufen, größere Walzen und Schwallen bedeutet. Gute Konditi-

on muss man natürlich mitbringen, um das Tagespensum von circa 25–35 Kilometern zurückzulegen, aber vor allem Lust am spartanischen Leben in der Gruppe.

Die Tiberfahrt ist kein Wettkampf, sondern ein sportliches Gesellschaftsspiel. Tagsüber paddeln wir gemeinsam durch die grüne Hügellandschaft, abends lassen wir uns die einfache aber robuste Mahlzeit aus der Feldküche mit typischen Produkten der Region schmecken. Und wenig später strecken wir bereits die müden Glieder auf Luftmatratzen in den Turnhallen oder Campingplätzen aus, die von den Ortsgemeinschaften längs der Strecke zur Verfügung gestellt werden.

Schlichte Fahrgemeinschaft

Von Komfort kann hier nicht die Rede sein, aber offenbar ist es gerade die naturverbundene Schlichtheit, die die Tiberfahrt zu einer beliebten Tour unter Hobbypaddlern gemacht hat. Pünktlich und immer zahlreicher – zwischen 80 und 100 Teilnehmer zählt diese Fahrgemeinschaft – treffen sie am 24. April in Cit-

tà di Castello ein. In den letzten Jahren gesellen sich nun auch häufiger Kanuten aus Deutschland, Österreich und der Schweiz zur Truppe, auf dem Willkommensfest im Kanuclub vernimmt man ein fröhliches Kauderwelsch italienisch-deutscher Verständigungsversuche. Für viele ist das Fest ein Wiedersehen, denn einmal mitgepaddelt, meinen eingefleischte Old Shatterhands, kann man sich dem Tiber so gar nicht entziehen. Er beginnt am Morgen des 25. April an der ersten Einsatzstelle bei Città di Castello.

Der Tiber ist hier noch relativ schmal, obwohl er bereits über ein Drittel seines Wegs zurückgelegt hat. In den Apenninen auf 1348 Metern Höhe am Monte Fumaiolo entspringt er oberhalb der Ortschaft Balze, die noch zur Region Emilia Romagna gehört, nach einem kurzen Abstecher in die Toskana erreicht er hinter der Ortschaft Sansepolcro Umbrien und Latium entscheidet er sich schließlich kurz hinter Orte für Latium, durchquert die römische Campagna, Rom selbst und fließt bei Fiumicino ins tyrrhenische Meer.

Das erhebliche Gefälle, das auf der 406 Kilometer langen Strecke von der Quelle bis zur Mündung entsteht, sorgt für jene flotte Strömung, die uns Paddlern auf den ersten drei Etappen – bevor der Stausee von Corbara den Fluss ein wenig bändigt – mehrere schwierige, kenterverdächtige Passagen beschert. So erwartet uns gleich beim Einstieg der erste Schwall, nach rund 100 Metern ein Wehr und kurz darauf noch eine verblockte Stromschnelle. Anfängern helfen die professionellen Begleiter der Truppe über diese Passagen – notfalls fischen sie gekenterte Kanuten einfach aus dem Wasser. Trotz der zunächst eher wie eine Wildwasser- denn eine Zahmwassertour anmutenden Reise, hat man bei den Verschnaufpausen Gelegenheit genug, die Schönheit der Natur zu genießen.

Pappeln und Weiden spiegeln sich im Wasser, Schluch-

ten wechseln mit seartigen Ausdehnungen des Flusses ab und vor allem im Oberlauf erfährt man die Urgewalt des Wasser, das sich durch die dicht bewaldeten Tuffsteinkämme unberrührbar und in unzähligen Windungen einen Weg talabwärts gegraben hat. Biber huschen durch die Fluten, Wasserschildkröten sonnen sich träge am Ufer, und weiter südlich, in den sumpfigeren Gebieten, nisten im Schilfrohr seltene Vogelarten wie Blässhühner, Hautbentaucher und Fischreiher.

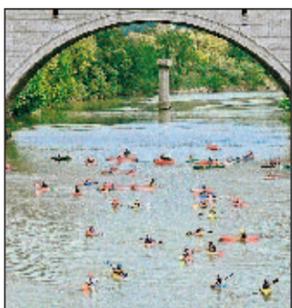
Der Tevere für Clevere

Im Naturschutzgebiet Tevere Farfa bei Nazzano lohnt sich die längere Rast. Denn die Ufer werden hier von Wanderwegen mit Vogelwarten gesäumt, und im Dorf selbst befindet sich ein Flussmuseum, in dem der Besucher Wissenswertes über das Ökosystem des Tibers, seine Pflanzen und Tiere und die wichtigen Mikroorganismen erfahren kann. Vom einst so regen Schiffsverkehr auf dem Tiber zeugen bei Otricoli nur noch die Reste eines alten römischen Hafens.

Die Ankunft in der Ewigen Stadt gleicht einem triumphalen Einzug, wie er eben nur Eroberern vorbehalten bleibt. Ein Polizeiboot begleitet nun die bunte Schar der Kajaks und Kanadier von Giubileo, der letzten Raststation vor den Toren Roms, bis zur Ponte Milvio. Auf der Brücke werden wir bereits von einer jubelnden Menge erwartet, der wir noch ein letztes Mal unser Können beweisen dürfen. Denn kurz vor dem Ziel bietet eine lebhaftes Schwallstrecke die finale Möglichkeit, vielleicht doch noch zu kentern.

Tränen wie Wildbäche werden beim Abschied im Kanuclub Rom nicht vergessen, dafür sorgt schon die Tombola: Der erste Preis ist nämlich ein Wildwasserboot, mit dem der Gewinner bereits in den Wild- und Wanderbächen zuhause für die Tiberfahrt im kommenden Jahr heimlich üben kann.

DER STANDARD **Webtipp:** www.discsadeltevere.org



Regen Interessens erfreut sich **Città di Castello** vor allem bei den Kanuten als Einstiegsstelle, weil für sie eben nicht alle Wege nach Rom führen. Der erdbebundene Umbrien-Besucher wird sich eher für ein kleines Häuschen mit Pool anderswo in der Provinz Perugia begeistern können. 140 historische Villen hat der Ferienhausspezialist Cuendet heuer neu in seinem Programm, 160 „normale“ Häuser werden alleine in Umbrien angeboten. Eine Übersicht, Preise und Vakanzen findet man unter: www.cuendet.at

Heiter stimmen wird vermutlich alle potenziellen Teilnehmer der **18. Internationalen Kanu-Tiberfahrt** auch der Preis: Die Woche kostet inkl. Versicherung, Unterkunft und Abendessen gerade mal 100 €. Ein Kanu kann ab 150 € zusätzlich pro Woche gemietet werden. Wer nicht mit dem Auto anreist, kann sich und das Kanu zwischen den Etappen für 200 € von einem Minibus chauffieren lassen. Alle Details sollte man mit der Ansprechpartnerin Iris Amon klären: + 49-7132-37789 oder per E-Mail: iris.amon@arcor.net

Sonne Wer mit dem Kanu die **Ponte Milvio** in Rom erreicht hat, sieht es schon: **Sonne** tanken am Tiber könnte man ebenso gut mit dem Fahrrad. Die „pista ciclabile“, ein überraschend ruhiger Radweg, führt nicht nur durch die Stadt selbst, sondern auf 50 Kilometern entlang des Tibers in Richtung Norden bis zum Castel Giubileo und im Süden bis zum Ponte Mezzocammino. Räder kann man in der Via del Pellegrino 82 für 10 € pro Tag (außer montags) mieten. Nähere Infos unter: www.romaturismo.com oder www.enit.at

Best of **Österreich** — Österreich Urlaubsservice T: 0810/10 18 18



Frühlings-Liebe
Frühstück inmitten blühender Obstgärten vor Ihrer **Gartensuite**, 60 m² mit Wasserbett od. Kuschelbett, Whirlpool od. Dampfkabine, **erotisches 6-Gang-Menü**, Aperitifweinerkostung, 2 UN pP EUR 268,-
Erfahren Sie das Oststeirische Hügelland mit dem **Porsche-Boxster S-Cabrio** EUR 140,- oder dem **Maserati Spyder Cabrio** EUR 290,- inkl. 150 km pro Tag.
Mehr auf: www.retter.at
Hotel Retter, Pöllaberg, T: 03335/26 90

Brunchgutschein gewinnen
Jetzt unter www.hotelmodul.at einsteigen, registrieren und einen Brunchgutschein gewinnen.
Es zählt sich aus, denn die „kulinarische Weltreise“ jeden Sonntag zu Mittag macht soeben Station in Afrika. Spezialitäten, Akrobatikshow, Kenyareise zu gewinnen!
Hotel Modul, Peter Jordan Str. 78, 1190 Wien, T: 01/476 60-116
www.hotelmodul.at



air transat

Neu ab Wien:
Montréal & Toronto
ab **€492**
Inklusive alle Gebühren

Weitere Abflüge ab München:
Vancouver • Calgary • Toronto

Buchung in Ihrem Reisebüro oder
www.air-transat.at Tel 0820-400125

Kanada natürlich mit **ir Transat**