

## Die Cappuccino Tour vom 24. Juli 2003 bis 27. Juli 2003

Einleitung: Letztes Jahr ging es sehr schwierig um die Brenta. Dieses Jahr sind die traumhaften Drei Zinnen unser Zielgebiet. Jutta, Bani, Martin, Wilfried sowie Manfred und Thomas sind dieses Jahr dabei. Weitere Gruppenmitglieder waren durch wichtigere Geburtstagsfeste und die betriebliche Urlaubsplanung von dem Spaß bzw. den Anstrengungen verhindert.

Vorbereitung: Dank dem wettermäßigen Superjahr 2003 kann unser wöchentliches Training ab April ohne Ausweichtermine planmäßig stattfinden. Einmal wöchentlich wird gemeinsam trainiert. Fest eingeplant haben wir dazu zusätzlich einige Wochenenden auf Berghütten/Pensionen im Allgäu dem Kleinen Walsertal und im schweizerischen Graubünden mit langen und anstrengenden Touren. Selbstverständlich erhält hier jeder Teilnehmer eine spezielle Aufgabe gestellt. Unterkunft, Fahrgemeinschaft, Getränke und Lebensmittel, Musik usw... organisieren.

Zielgebiet und Zeitplanung: Dieses Jahr soll es uns bei der jährlichen Radtour zu den traumhaften Drei Zinnen in den Dolomiten führen. Start und Ende sind vor dem August 2003 angesagt. Weil da einerseits alle ihren Trainingshöchststand haben und andererseits noch die Aussichten besser sind ein Quartier für die meistens kurzen Nächte zu finden. Am 26. Juli 2003 treten fast 40 Millionen Deutsche ihre Urlaubsreise an und die ersten drei Augustwochen haben die Italiener ihren Ferienmonat.

Anreise: Wir reisen bereits am Mittwoch, der 23. Juli 2003 von Memmingen aus an. Ich habe in Olang schon die Betten mit Frühstück bestellt. Ganz entspannt wollen wir am Donnerstag, der 24. Juli 2003 starten.

So gegen 19:00 Uhr treffen wir bei unserer Pension für alle Teilnehmer ein. Wir machen uns noch rasch frisch dann geht's wenige Minuten entfernt zur Pizzeria Christl hinüber. Dort stimmen wir uns alle für die kommenden Tage ein. Das beginnt mit einem vorzüglichen italienischen Essen. Einer genussvollen Nachspeise bzw. Espresso danach. Es darf auch ein Grappa sein. Abgerundet wird alles durch einen vollmundigen Wein. Die Stimmung ist hervorragend heute Abend und die Wetteraussichten für die nächsten Tage sind sehr beruhigend für alle.

Beim Rückmarsch zur Pension wirft Thomas seine Birkenstock Sandalen ins hohe Maisfeld. Wir wissen jetzt noch nicht warum. Angeblich waren sie noch gar nicht so alt. Unsere Hausherrin wartet brav im Wohnzimmer auf uns. Anstandshalber nehmen wir noch eine Flasche Rotwein.

Zu viel ist zu viel. Sagt sich nach dem Anstoßen Thomas und verabschiedet sich rasch von uns. Der Zimmerwirtin bereitet die nächste Stunde große Sorgen. Die durch das Haus hallenden Urschreie lassen mehr Chaos erwarten. Aber Thomas liegt wie tot auf seinem Bett nach dem er doch noch die richtige Tür gefunden hat.

Der erste Tourentag, 24. Juli 2003:

Kennzahlen\_1.Tag: 46,48Km, 4:17:32 h, 10,82Km/h AVS, 2080hm

Wieder einmal hat es etwas länger gedauert in dieser Nacht. Doch zum Frühstück erscheinen wir alle pünktlich. Danach packen wir unsere Rucksäcke. Checken noch mal kurz unsere Bikes. Die Autos dürfen wir bei unserer Pension stehen lassen. Noch ein gemeinsames Startfoto.

Jutta und Manfred hatten gestern abend einen Radweg nach Welsberg entdeckt. Wir weichen zum ersten Mal von unserer geplanten Route ab und nehmen diesen geteerten ausgeschilderten Radweg. Diese führt schön entlang am Hang. Dabei haben wir immer wieder einen schönen Blick hinunter in das Pustertal. So geht es schön geteert weiter bis Welsberg.

Dort stoßen wir auf den Wanderweg 2A hinauf zum Pragser Wildsee. Der soll so schön sein hat der Bruder von Thomas berichtet. Also zweite Abweichung für heute. Diesen wurzeligen Pfad hinauf zum Pragser Wildsee treten. Keine Stunde später sind wir hier heroben. Es stimmt der Pragser Wildsee liegt wunderschön auf 1494m. Das meinen aber nicht nur wir, sondern alle die noch einen der vielen bezahlten Parkplätze gefunden haben.

## Die Cappuccino Tour vom 24. Juli 2003 bis 27. Juli 2003

Zuerst fahre ich ein kleines Stückchen links, kehren dann aber um, um rechts am See herum zu fahren, bis der Carabinieri uns freundlich (mit dem Finger hin und her winkend und auf unsere Bikes zeigend) auf das Bikerverbot hinweist. Also kehren wir endgültig um. Es wird also nicht mit der Nacktbadebucht am äußersten Ende.

Bei der Auffahrt hat Manfred einen ihm aus früheren Wanderzeiten bekannten Gasthof entdeckt. Dort soll es vorzügliche Schlutzkrappen und Speckknödel geben. Das passt ja prima. Dann machen wir doch gleich eine Mittagspause dort. Während wir da sitzen ziehen sich die Wolken immer mehr zusammen. Es beginnt leicht zu regnen.

Geschwind zahlen und weiter den Wanderweg 37 hinauf zum Alpengasthof Brücke 1491m. Es ist ein blödes Wetter. Es regnet nur ganz wenig und ist furchtbar dampfig. So bleibt es bis zur Plätzwiese 1993m. Dort nehmen wir alle erst mal einen Cappuccino. Wir müssen ja noch weiter vor zur Dürrensteinhütte 2040m. Dort angelangt erfahren wir das die Hütte bis unter den letzten Dachbalken ausgebucht ist. Rasch lassen wir vom Hüttenwirt hinüber zur Plätzwiese telefonieren. Ja dort sind noch sechs Matratzenlager frei. Die nehmen wir ungesehen. Die erste Nacht wäre also doch gesichert.

Da wir mittlerweile sehr eingespielt sind stellt alles andere kein Problem dar. Auf diesen Hütten hat ja nicht jeder eine eigene Dusch- und Waschmöglichkeit. Während sich manche mit Getränken erfrischen duschen schon andere und die nächsten ordnen inzwischen ihren Rucksack für den nächsten Tag. Alles so wichtig für die Gruppendynamik. Nur nicht gegenseitig auf den Geist gehen. Schon gar nicht jammern anfangen. Was sinnvolles aus der verbleibenden Zeit machen.

Eines macht mir trotzdem Sorgen. Die Dürrenstein Hütte war belegt. Das soll uns eine Lehre sein! Auf unserer nächsten Hütte Son Forca lassen wir von der Hüttenwirtin nach dem super gekochten italienischem Menü sechs Betten reservieren. Am Abend unterhalten wir uns gut mit der zahlenmäßig größeren Gymnastikgruppe aus Ebersberg. Spätestens um 22 Uhr müssen wir ins Bett.

Der zweite Tourentag, 25. Juli 2003:

Kennzahlen\_2.Tag: 46,38Km, 4:38:42 h, 9,98Km/h AVS, 1700hm

Beim Frühstück erhalte ich noch von einem Mathe-Lehrer aus Frankfurt nützliche Tipps für weitere Touren. Ihm gefällt es das wir in so einer Größe uns so viele Jahre halten. Außerdem gibt er uns den Ratschlag auch schon die übernächste Hütte vorzubestellen. Er ist nun eine gute Woche unterwegs und die Hütten waren alle gut besetzt. Gesagt getan! Auf der Seekofelhütte bekommen wir die letzten Biwakplätze zugeteilt.

Nach dem Frühstück geht es weiter. Herrlichstes Wetter ist heute angesagt. Zunächst geht es eine alte unbefestigte Militärstrasse hinab. Dabei hat Manfred eine Reifenpanne. Das kommt vom vielen Bremsen. Da werden die Felgen dermaßen heiß das die Schläuche platzen. Gut das Martin einen Faltmantel dabei hat. Alle die nicht an der Panne bzw. der Beseitigung beteiligt waren können unvergessliche Ausblicke auf die Dolomiten genießen. In der Zwischenzeit will ich mein Handy auf Empfang bringen. Aber beim Einschalten meldet mir die Software schon einen leeren Akku. Gut das außer Gewicht Einsparkünstlerin Jutta alle anderen auch ein Handy dabei haben.

Während der Panne spiele ich auch Fotograf für heraufzählende Biker. Wir sind bald wieder komplett. Es geht weiter hinab nach Schluderbach 1437m und dann wieder hinauf über den Col S. Angelo zum Misurinasee. Am Misurinasee 1756m erfahren wir das es weit und breit kein Fahrradgeschäft hier gibt. Manfred wird seinen ramponierten Mantel den man notfalls ausbessern könnte mitnehmen müssen. Bani zentriert sicherheitshalber das knarrende Hinterrad von Manfred.

In einem Supermarkt decken wir uns mit Sandwich, Aqua Minerale und Coca Cola ein. Dann genießen wir beim vespere am Misurinasee die prächtige Aussicht.

Danach geht es die geteerte Panoramastrasse hinauf zur Auronzohütte 2330m. Gott sei Dank das in der Mittagszeit nicht ganz so viele Kfz, Busse und Motorräder wie früh am Morgen unterwegs sind.

Eine gute Stunde später sind wir bei der Auronzo Hütte mit ihren riesigen Parkplätzen. Ich erkundige mich ob der geschotterte Anliegerweg zur Lavaredohütte 2344m mit dem Fahrrad befahren werden darf. Jawohl. Also,

## Die Cappuccino Tour vom 24. Juli 2003 bis 27. Juli 2003

das kurze fast ebene Stück weiter bis zur Lavaredohütte strampeln und dann noch das kleine Stückchen hoch bis zum Paternsattel 2454m. Notfalls wird gelaufen oder geschoben. Einen grandiosen Ausblick haben wir von dort. Das war es wirklich wert.

Auf der Lavaredohütte zurückgekehrt rasten wir kurz und dann beginnt unser Endspurt für heute. Wieder die Panoramastraße hinab rollen bis zum Misurina See und dann noch ein kleines Stückchen mehr hinab gerollt. Manfred scheint fertig zu sein. Fünf vor Zwölf sagt er bei einer Trinkpause zu uns. Danach fahren wir über den Pso di Tre Croci 1809m. Dort geht es schotterig hinauf zu unserem Tagesziel dem Rifugio Son Forca 2215m. Das letzte Stückchen ist so steil das wir es selbst kaum laufen können. Wir haben das kurz davor einem jungen englischen Kletterer Pärchen nicht glauben wollen!

Dann aber sitzen wir alle doch gegen 18:00 Uhr, von allen Touristen allein gelassen, auf der Terrasse und genießen Franziskaner. Die Hüttenwirtin zaubert uns ein italienisches Traummenü auf den Tisch. So genießen wir den Sonnenuntergang. Alle Gesichter strahlen heute wie die Sonne den ganzen Tag.

Was für ein Ausblick rundherum für uns.

Der dritte Tourentag, 26. Juli 2003:

Kennzahlen\_3.Tag: 23,80Km, 2:50:50 h, 8,35Km/h AVS, 910hm

Zum Frühstück gibt es Müsli und Joghurt und starken italienischen Kaffee. Es ist wieder traumhaftes Wetter angesagt. Auf grobem Schotter geht es durch eine unberührte und touristenlose Traumlandschaft. Der Untergrund fordert von jedem äußerste Konzentration ab. Das ist gar nicht so leicht bei diesen ablenkenden Bergriesen um uns herum. Es passiert dank unseren Schutzengeln nichts. Wir erreichen Hospitale 1490m und genießen alle unseren gewohnten Cappuccino.

Danach geht es weiter geteert hinab bis zur Ruine vom Schloss Hubertus. Dort rechts hinauf. Erst noch geteert aber schmal und von vielen Touristentaxis benutzt. Bis zum Rifugio Ra Stua 1668m. Ab hier wird der Zubringerverkehr ganz eingestellt. Wir legen uns alle in das Gras. Genießen die wunderschönen Ausblicke. Wir befinden uns im Naturpark Sennes. Herrlich schön hier. Die Brotzeit aus dem Rucksack schmeckt prima. Dazu das frische Wasser aus dem naheliegenden Bächlein.

Weiter geht's zur Senneshütte 2122m hinauf. Grob schotterig und steiler werdend. Aber es ist noch früh an der Zeit. Wir haben alle noch genügend Kräfte für diese Herausforderung. Auf der großen Schutzhütte stärken wir uns mit Pasta und Aqua Minerale.

Danach geht es weiter zur Seekofelhütte 2327m. Der Weg verläuft sanft bergauf steigend wie eine S-Kurve bis zum Rifugio. Es macht richtig Spaß über zweitausend Meter so easy mountainbiken. Entspannt können wir anreisen, haben wir dieses Rifugio doch auf Empfehlung bereits vor zwei Tagen schon reserviert. Dabei haben wir auch nur die letzten Biwak-Lagerplätze erhalten. Dieses Biwak liegt 100m von der Hütte entfernt. Wir nehmen vor dem Hinübergehen zur Hütte die Taschenlampen für die nächtliche Rückkehr und Wegsuche mit.

Die Hüttenwirtin ist die Ruhe selbst. Alles funktioniert reibungslos. Wir erhalten frisch gekochte Speisen. Dazu guten Wein. Hauptsprache ist italienisch. Hilfssprache ist englisch. Deutsche sind außer uns nur noch drei hier. Aber: Am großen Tisch neben uns sitzen lauter Französinen mit ihren Bergführern. Wir spielen unser Basta Kartenspiel. Und wir merken wie sich die Franzosen an unserem Spiel bzw. an unseren Verlierer/Gewinner Gesten erfreuen. Es macht richtig Spaß hier oben.

Der vierte Tourentag, 27. Juli 2003:

Kennzahlen\_4.Tag: 38,84Km, 2:31:26 h, 15,38Km/h AVS, 627hm

Um sieben Uhr am anderen Tag geht es wieder los. Wir sind die ersten. Thomas darf der Hüttenwirtin beim Aufstellen der großen Kaffee/Tee/Milch Behälter helfen. Frühstück mit Müsli und Nutella im Rifugio. Danach räumen wir das Biwak und entgleiten durch diese traumhafte Landschaft. Beinahe kommt mir dabei ein junges Marmeltier vor die Räder. Schreck lass nach!

Erst gelangen wir zur unten gelegenen Senneshütte dann etwas später sind wir beim Rif. Fodara Vedla 1972m. Dann geht es sehr gefährlich steil hinab zur Pederü Hütte 1540m. Alle unsere Teammitglieder verhalten sich ihrem Können verantwortungsbewusst. Wer sein Fahrzeug und den Belag beherrscht fährt. Wer sich unsicher fühlt steigt ab und läuft. Hier wird keiner deswegen ausgelacht. Wir sind gemeinsam auf Tour. Wir wollen

## Die Cappuccino Tour vom 24. Juli 2003 bis 27. Juli 2003

gemeinsam gesund wieder heimkommen. Aus diesem Grund genießen wir gemeinsam auf der Pederü Hütte unseren obligatorischen Cappuccino.

Nun geht es auf Teer fallend hinab bis nach St. Vigil 1193m. Dort geht ein kleines Seitensträßchen hinauf zum Furkelsattel 1759m. Nichts wird uns dabei heute geschenkt. Alle Kräfte müssen wir noch einsetzen. Auf dem Pass angelangt stärken wir uns mit Pasta und oder Knödelsuppe. Dazu ein Weihenstephaner Hefeweizen. Das schmeckt nach diesen Anstrengungen den meisten.

Und dann lassen wir uns hinabfallen. Nach Olang 1024m. Ein Höhenrausch kann einen dabei überfallen. Eine wunderschöne Dolomitentour liegt hinter uns. Außer einigen lockeren Hinterrad-Speichen, einem bis auf die Leinwand herunter gebremsten Hinterreifen, einem leeren Handyakku, verlorengegangenen Hüttenschuhen, einer Reifenpanne und wegen schwacher Batterie verrückt spielendem Höhenmesser ist Gott sei Dank nichts außergewöhnliches passiert. Es ist also keine Tour der Pannen schon eher eine Cappuccino Tour daraus geworden.

Schlussworte: Welch eine Frage. Wir kommen wieder. Ich habe dieses Jahr ja dank der neuen Bekanntschaften so viele neue Impulse erhalten. Vielleicht schon nächstes Jahr. Schauen wir mal.

Euer Wilfried

Ausblick für 2004: Zielgebiet im Jahr 2004 werden die Dolomiten sein. Start Grödner Tal, ins Villnösstal, um die Sella herum, am Platt- u. Langkofel vorbei, Genuß auf der Seiser Alm.