

DAS „WANDER-LEXIKON“ TEIL 5

# HISTORISCHE WANDERWEGE

## Die schönsten Fernwanderungen auf geschichtlichen Spuren

*Ruinen am Wegrand, Schauplätze alter Kulturen und ungelöster Rätsel der Vergangenheit. Mythische, sagenumwobene Orte, um die sich Legenden ranken. Wir gehen auf uralten Pfaden, lesen von Herrschern, Königreichen und Helden. Beim Wandern erfahren wir viel über Geschichte, über die Entstehung der Landschaft und über Ursprünge der Zivilisation. Felszeichnungen, Burgen, Residenzen und Museen liegen auf unserem Weg, und vielleicht findet irgendwo ein mittelalterlicher Markt statt oder eine spannende Führung?*

*Nach den schönsten Küstenwanderungen und Inseltrails aus den letzten beiden Magazinen gehen wir in diesem Teil nun auf die interessantesten historischen Wanderwege in Deutschland, Europa und Übersee ein. Dabei spannen wir einen geschichtlichen Bogen von der Frühgeschichte Südafrikas über die Römerzeit und das Mittelalter bis zur Berliner Mauer.*

*Regional sind alle besiedelten Kontinente vertreten, sodass uns die Trails zu den Inkas führen und zu maurischen Dörfern in Spanien, ebenso wie zum Rhein und zur Romantischen Straße. Wer sich für Mythologie begeistert, kann der Nibelungensage nachspüren oder Hexentanzplätze aufsuchen.*

*Deutschland und Mitteleuropa bilden den Schwerpunkt der internationalen Auswahl. Gerade hier gibt es viele Initiativen, die sich um die Restaurierung und Wiederbelebung historischer Gebäude und Wege bemühen, und immer noch kommen „neue“ alte Wege hinzu.*





## SÜDAMERIKA

### BOLIVIEN – Choro Trail

Einer der beliebtesten Trails Boliviens berührt alte Siedlungen aus der Zeit noch vor der Inkakultur. Teils gepflasterte uralte Wege führen durch mondähnliche Gebirgszüge und üppige grüne Täler. Flüsse und Bäche werden auf Hängebrücken, auf Baumstämmen oder von Stein zu Stein überquert. Dabei geht es aus der Nähe von La Paz von knapp 5.000 Meter Höhe bis hinunter auf 1.300 Meter und durch verschiedene Vegetationszonen von der Cordillera Central bis zu den tropischen Yungas.

**Verlauf** Von La Cumbre (Region La Paz) bis Chairó Variante bis Yolosa

**Distanz** 4 Tage

**Information/Literatur** Conrad Stein Verlag Band 79, Bolivien: Choro Trail



### ECUADOR – Camino del Inca

Der historische 40 Kilometer lange Trail führt von der Ortschaft Achupallas bis zur Ausgrabung von Ingapirca, den beeindruckenden Inka-Ruinen in Ecuador. Über Reste von altem Kopfsteinpflaster geht es in Höhenlagen von um die 4.000 Meter an den stillen Lagunen von Las Tres Cruces und Culebrillas vorbei sowie an den alten Steinmauern von Paredones. Tourbüros in Riobamba und Cuenca mit seiner kolonialen Altstadt veranstalten geführte Touren.

**Verlauf** Achupallas – Laguna Las Tres Cruces – Paredones - Ingapirca

**Distanz** 40 km, 2-3 Tage

**Information/Literatur** Müller Verlag, Ecuador



### PERU – Inka Trail

Die Inkawege bildeten das Nervensystem des riesigen Reiches. Der heute bekannteste Trail Südamerikas befindet sich in Peru. Er beginnt am Ufer des Rio Urubamba und führt zur Inkastadt Machu Picchu. Die klassische Route verläuft parallel zum Urubambatal im Gebirge und dauert vier Tage. Die Wanderung überquert drei Pässe und bietet unvergessliche Blicke auf schneebedeckte Berge und in Schluchten mit tropischer Vegetation. Außerdem sind mehrere Inka-Ruinen, die anders nicht zugänglich sind, am Inkatrail gelegen.

**Verlauf** Chilca – Tres Piedras – Sayacmarca – Machu Picchu

**Distanz** 4 Tagesetappen, ca. 40 km

**Information/Literatur** Conrad Stein Verlag, Peru: Inka-Trail



## NORDAMERIKA

### ALASKA – Chilkoot Trail

Dieser Trail bringt den Wanderern die Zeit des großen amerikanischen Goldrauschs von 1897/98 näher, als sich 100.000 Menschen auf den Weg zu den Schürfgeländern machten. Er führt von Dyea bis zur Höhe von 1.000 Meter und erweckt den Eindruck eines Freilichtmuseums der Goldgräberzeit, wie sie Jack London beschrieben hatte.

**Verlauf** Von Dyea Richtung Dawson

**Distanz** 53 km

**Information/Literatur** Conrad Stein Verlag, Chilkoot Trail



### Mickelson Trail

Etwas für die Freunde des Wilden Westens, der Dampfisenbahnen und Indianergebiete ist der Trail in South Dakota. Auf einer stillgelegten Eisenbahntrasse mit vielen Überresten der Dampflokzeit geht es durch die Black Hills mit ihrer spektakulären Landschaft.

Am Custer Trailhead nahm der letzte große Goldrausch der Vereinigten Staaten seinen Beginn. Vom Weg aus sieht man das Crazy Horse Monument, ebenso kommt man an den Gräbern von Calamity Jane und Wild Bill Hickock vorbei. Ganz in der Nähe des Weges finden sich der Mount Rushmore mit den überdimensionalen Steinskulpturen der US-Präsidenten und die Gedenkstätte von Wounded Knee, dem Massaker an dem Volk der Sioux.

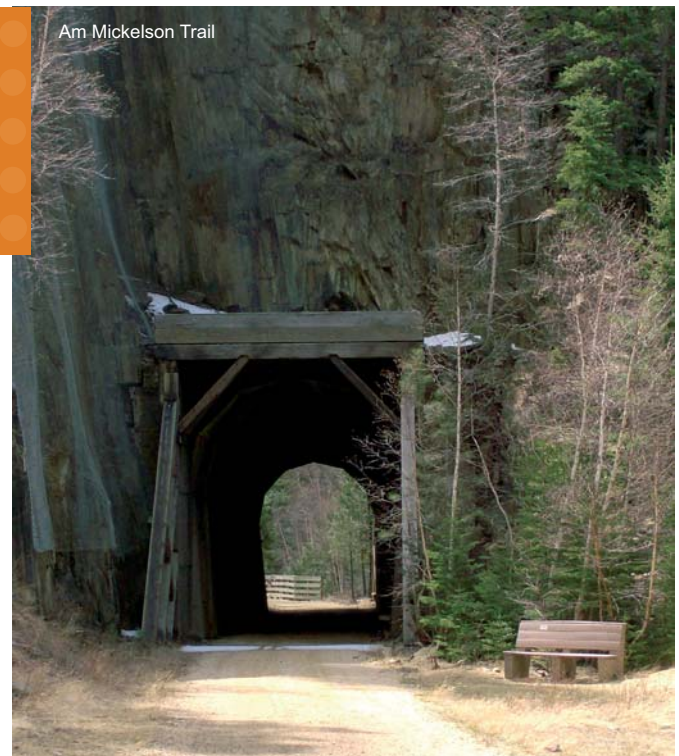
**Verlauf** Deadwood – Rocheford – Custer - Edgemont

**Distanz** 183 km

**Information/Literatur** www.trailsfromrails.com



Am Mickelson Trail





Am Sierra Maestra



## KUBA – Sierra Maestra

Auf den Spuren von Fidel Castro, Che Guevara und der kubanischen Revolution wandert man durch die Gebirgszüge im Osten der Karibikinsel. Hochgebirge und tropischer Feuchtwald sind charakteristisch für diesen „revolutionären“ Trek, der auch Castros Hauptquartier (heute Museum) beinhaltet.

**Verlauf** Comandancia de la Plata – Pico Turquino (1.972 m) – Las Cuevas

**Distanz** 3 Tagesetappen

**Information/Literatur** Lonely Planet Verlag; [www.lonelyplanet.de](http://www.lonelyplanet.de)  
Lonely Planet Reiseführer Cuba



## NEUSEELAND – Queen Charlotte Track

Neuseeland ist ein Paradies mit langen Wanderungen entlang des Meeres. In den Buchten der Marlborough-Halbinsel ankerte einst der Entdecker Captain Cook mit seiner „Endeavour“. Heute kann man auf diesem historischen Terrain auf einem Weg mit überwältigenden Ausblicken trekken oder auch biken.

**Verlauf** Von Ship Cove bis Anakiwa

**Distanz** 71 km in 3 bis 5 Tagesetappen

**Information/Literatur** [www.qctrack.co.nz](http://www.qctrack.co.nz) (engl.)  
Bergverlag Rother: Neuseeland



## ASIEN

### NEPAL – Sagenhaftes Dolpo

Dieser anspruchsvolle Trek führt in die tibetisch geprägten Bergwüsten und Schluchten des inneren Himalaja. Sehr sehenswert sind die alten Klöster und die eigenartigen Dörfer, die zu den höchstgelegenen der Welt gehören. Hier hat auch der alte vorbuddhistische Glaube des Bönpo überlebt. Ein weiterer Höhepunkt auf dem Weg durch das „alte Nepal“ ist das sagenhafte Kristallkloster.

**Verlauf** Dunai – Dho – Ringmo - Jupal

**Distanz** 247 km, 21 Tagesetappen

**Information/Literatur** Bruckmann Verlag, Abenteuer Trekking Nepal



### JORDANIEN – Petra

Rund um die antike Nabatäerstadt Petra in Jordanien kann man die Fundorte und Ausgrabungen auch zu Fuß erkunden. Nicht zuletzt durch Indiana Jones ist die Felsentempel-Anlage ein Begriff. Ein längerer Weg verläuft zwischen Wadi Rum und Petra, den man mit örtlichem Führer (empfohlen) und Lastenkamel zurücklegen kann.

**Verlauf** Wadi Rum – Petra

**Distanz** 6 Tagesetappen

**Information/Literatur** Reise-know-How Verlag, Jordanien  
Nelles Verlag, Jordanien



## AUSTRALIEN

### Sixfoot Track

Die Blue Mountains im Südosten des Kontinents sind mit ihrem Wegenetz ein Eldorado für „Bushwalks“: Wie wäre es mit einem Trip zu den „Three Sisters“, einem Felsheiligtum der Aborigenes? Der „Six foot track“ verläuft auf einem historischen Reitweg, beginnt an einer Inschrift der drei Australien-Erforscher Blaxland, Wentworth und Lawson und führt durch alte Minen-Orte wie Megalong.

**Verlauf** Katoomba/Explorers Tree – Megalong – Jenolan Caves

**Distanz** 44,3 km, 3 Tagesetappen

**Information**

[www.lands.nsw.gov.au/crown\\_land/walking\\_tracks/six\\_foot\\_track](http://www.lands.nsw.gov.au/crown_land/walking_tracks/six_foot_track) (engl.).



Am Sagenhaften Dolpo



Auf dem Drakensberge Giant's Cup Trail

## AFRIKA

### SÜDAFRIKA – Drakensberge Giant's Cup Trail

Der Giant's Cup Hiking Trail erschließt dem Wanderer eine in vieler Hinsicht faszinierende und außergewöhnliche Gebirgswelt - die Drakensberge Südafrikas. Als eines der ältesten Gebirge der Welt bilden sie den steilen Übergang vom östlichen Tiefland Südafrikas auf das Hochplateau Lesothos. Mit den unzähligen in Sandsteinüberhängen zu findenden Felszeichnungen belegen sie Jahrtausende menschlicher Besiedlung durch die Buschmänner. Außerdem beherbergen sie eines der letzten unberührten montanen und alpinen Ökosysteme im südlichen Afrika.

**Verlauf** Von Cobham zur „Giant's Cup“ (ca. 3.000 m) entlang des River Pholela, zahlreiche Abstecher und Varianten möglich  
**Distanz** 60 km, ca. 5 Tagesetappen  
**Information/Literatur** Conrad Stein Verlag Band 54: Südafrika: Drakensberge/Giant's Cup Hiking Trail



## EUROPA

### ITALIEN – Via degli dei – der Götterweg

Zwischen zwei der schönsten Städte Italiens verläuft der mit Kulturgütern gesegnete Weg über den Apennin. Er verbindet Bologna und Florenz und verläuft über eine wunderschöne Hügellandschaft auf teilweise historischen Pflastern, über die bereits im Mittelalter gereist wurde. Viele alte Kirchen und Abteien liegen auf der Route.

**Verlauf** Von Bologna nach Florenz  
**Distanz** 100 km  
**Information/Literatur** Conrad Stein Verlag, Via degli dei



### ENGLAND – Hadrian's Wall Path

Der Hadrian's Wall Path verbindet Nordenglands West- und Ostküste und birgt mehr als 2.000 Jahre bewegte Geschichte. Entlang des alten römischen Grenzwalls führt einer der malerischsten Fernwanderwege Europas von Wallsend im Osten bis an den äußersten Westen des englischen Festlandes nach Bowness-on-Solway. Neben dem in weiten Teilen hervorragend erhaltenen Grenzwall sind die Überreste von zahlreichen Wachtürmen, Grenzbefestigungen, Forts und Römersiedlungen ständige Begleiter auf der Tour.



#### Verlauf

Wallsend – Walltown – Carlisle – Bowness  
**Distanz** 135 km  
**Information/Literatur** Conrad Stein Verlag Band 174 „Hadrian's Wall Path“



Auf dem Hadrian's Wall Path

### SPANIEN – Die Senda Granadina

Am Südrand der Sierra Nevada führt dieser noch recht neue „GR7-E4“ durch das Gebiet der letzten Mauren, die sich nach der Eroberung Granadas ins Gebirge zurückgezogen hatten. In den „pueblos blancos“, den weißen Dörfern wie Atalbeitar oder Pitres findet sich noch alte arabische Architektur. Die Kulturlandschaft mit ihren spektakulären Hangterrassen und den noch aus römischer Zeit datierenden Wasserleitungen ist ein „Schmankerl“.

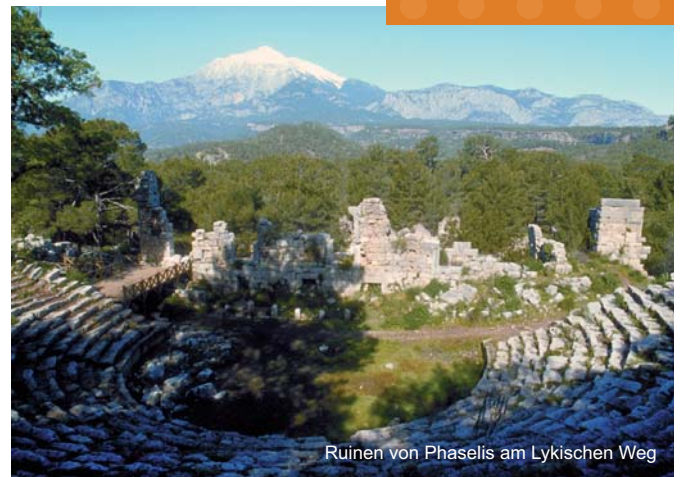
**Verlauf** Laroles – Trevelez – Lanjaron  
**Distanz** 107 km, 7 Tagesetappen  
**Information/Literatur** Bergverlag Rother, Andalusien Süd



### TÜRKEI – Lykischer Weg

Der Lykische Weg ist der erste markierte Weitwanderweg der Türkei. Er verläuft immer entlang der türkischen Mittelmeerküste und wechselt ständig zwischen paradisiischen Stränden und den Gipfeln des Taurusgebirges hin und her, die sich, die längste Zeit des Jahres schneegepudert, über das türkisfarbene Meer erheben. Unterwegs entdeckt man antike Städte der alten lykischen Kultur mit gut erhaltenen Amphitheatern, Steinsarkophagen und Gräbern und wandert zu abgelegenen Bergdörfern.

**Verlauf** Kas – Myra – Karaöz – Gedelme – Antalya  
**Distanz** ca. 280 km, ca. 19 Tage  
**Information/Literatur** Conrad Stein Verlag Band 171 Türkei: Lykischer Weg



Ruinen von Phaselis am Lykischen Weg