

ANDARE IN BICICLI CON GUSTO

Alta Badia, das Obere Gadertal in den Dolomiten Südtirols, ist beim skifahrenden Jet-Set als Gourmet- und Genuss-Destination weltberühmt. Natürlich kann man dort genauso genussreich mit dem E-MTB die Trails rocken.

TEXT: GÜNTER KAST | FOTOS: GÜNTER KAST
UND SANDRA URBANIAK





Es stimmt schon: Auf den allerersten Blick passen Mountainbikes, eine Erfindung kalifornischer Hippies mit zerrissenen Klamotten, langen Haaren und einem Joint im Mundwinkel, und die Jet-Set-Gäste von Alta Badia in ihren Luxusjäckchen von Mailänder Designern nicht so richtig zusammen. Das Hochtal im Herzen der Dolomiten hat dem einst mondänen Cortina d'Ampezzo, das sich zu lange auf seinen Olympia-Lorbeeren ausruhte, längst den Rang abgelaufen. Unter die Gästeschar mischt sich viel italienische und inzwischen auch ausländische Prominenz. Italiens Minister, Zuccherò, die Benetton's und Ferraris, aber auch die Münchner Schickeria, der Kitzbühel und St. Moritz zu langweilig geworden sind – sie alle reisen nach Alta Badia. Wegen der atemberaubenden Kulisse der „Bleichen Berge“, wie die Dolomiten genannt werden. Aber auch wegen Typen wie dem Luxus-Hotelier Michil Costa, dem Drei-Sterne-Koch Norbert Niederkofler oder dem „Hüttenwirt“ Moritz Craffonara.

Gunter Sachs machte den Anfang

Craffonara zum Beispiel hat es seiner Fischgerichte wegen zu einiger Berühmtheit gebracht. Er betreibt oben am Piz La Ila seinen „Club Moritzino“, wo im Winter mehrmals wöchentlich die berühmte „Serata“ steigt. An solchen Abenden pilgern vergnügungswütige VIP-Gäste hierher, um sich frische Fischgerichte, Hummer, Austern und Muscheln servieren zu lassen. Ein Live-DJ sorgt für Stimmung, weit nach Mitternacht geht es dann mit Skiern, Schneeschuhen oder per Pistenraupe zurück ins Tal. Die vielen Stammgäste kennen alle die Geschichte, wie aus der Skihütte ein nobles Fischrestaurant und eine angesagte Party-Location wurde. Doch Moritz – graues Haar, randlose Brille, brauner Teint – erzählt sie immer wieder gern: Der als Gentleman-Playboy bekannte Gunter Sachs tauchte Anfang der 90er Jahre



eines Tages mit dem Hubschrauber vor der Hütte auf, den Unternehmer Zanussi im Schlepptau. Den beiden war nach Meeresgetier zumute. Kurzenschlossen packten sie Moritz' Koch in den Helikopter und flogen an die Adria, um frischen Fisch zu holen. Der High Society blieb das nicht verborgen. Aus der kleinen Hütte, die Moritz auf der elterlichen Almweide vor 50 Jahren errichtete, ist eine Goldgrube geworden, die Dutzende Mitarbeiter beschäftigt. Die Gäste kommen wegen der feinen Fischgerichte, aber sie kommen vor allem wegen Craffonara selbst. Jeder kennt ihn, jeder möchte mit ihm plaudern. „Wer war das eben?“, fragt er seine Frau. „Einer Deiner Kollegen aus dem Lion's Club in Bruneck“, antwortet sie schmunzelnd. Der nächste „Friend of Moritz“ wartet schon. Zum Skifahren – immer in

Jeans, nie mit Skihose – wird er an diesem Tag mal wieder nicht kommen.

Modetour Sella Ronda per Bike

Nicht viel weniger Trubel herrscht im Sommer, vor allem in St. Kassian oder Corvara, den touristischen Hotspots von Alta Badia. Die Sella-Ronda, die Umrundung des Sella-Stocks, ist inzwischen auch bei den Enduristen unter den Mountainbikern zu einer Modetour geworden: mit normalen Rädern, mit E-MTBs, mit oder ohne Bergbahn-Shuttle. Erlaubt ist, was gefällt. Natürlich: Wer Einsamkeit und Ruhe sucht, ist hier fehl am Platz. Sogar einigen Tourismus-Pionieren wie dem Hotelier Michil Costa wird der Trubel zu viel. Er mahnt einen nachhaltigeren, sozial- und umweltverträglicheren Tourismus an. Doch er weiß, dass sich die Zeit nicht

zurückdrehen lässt. Und dass die allermeisten froh darüber sind, dass aus einst bettelarmen Bergbauern vermögende Hoteliers geworden sind.

Trotzdem gibt es im Gadertal noch Orte, an denen die Zeit zumindest ein bisschen stehen geblieben ist. Wengen (Ladinisch: La Val) ist ein solcher. Es liegt etwas abseits auf einer Sonnenterrasse über dem Tal mit einem Traumblick zum gut 2900 Meter hohen Heiligkreuzkofel. La Val wurde von touristischen Bausünden bislang weitgehend verschont. Früher gab es hier nur die Heilige-Barbara-Kapelle, 1491 urkundlich erwähnt, die auf einem Hügel thront, daneben das Wirts- und Pfarrhaus. Drei Gebäude, das war Wengen. „Irgendwann aber brauchte die Gemeinde mehr Platz“, erzählt Markus Rubatscher,



„Wengen ist das perfekte Basecamp, um Alta Badia zu erkunden.“

der in Wengen das Bike-Hotel „Pider“ betreibt, das nach seiner Urgroßmutter benannt ist. Es steht heute im neuen Zentrum des Dorfes und war damals das erste Haus am neuen Standort, gleich neben der Kirche und dem Friedhof. Mehr Tradition geht nicht. Man schläft hier ein zum Muhen von Kühen und zum Läuten von Glocken. Die Einheimischen kommen gern auf einen Plausch vorbei und trinken an der Theke ihren Espresso oder Wein.

Markus schickt uns mit Marco los
Gleich am nächsten Morgen schickt uns Markus mit Marco auf Tour, einem der



Mit dem Stomer ist die Tour zur Schlüterhütte leicht zu schaffen (links oben). Oberhalb von Wengen, den Heiligkreuzkofel im Rücken (links). Lila Pause im Gadertal (ganz oben). Gleich ist die Schlüterhütte erreicht (oben).



Die Heilige-Barbara-Kapelle oberhalb von Wengen wurde bereits 1491 urkundlich erwähnt.

Guides von „Dolomite Biking“. Wir erklären ihm, dass wir Klassiker wie die Sella Ronda oder die Freeride-Strecken am Gardennaccia bereits kennen und stattdessen möglichst viel Neues ausprobieren wollen. Man muss Marco das nicht zweimal sagen. Seine Route auf dem Bergkamm zwischen Gadertal und St. Vigil im Naturpark Fanes-Sennes-Prags bietet einen abwechslungsreichen Mix aus flowigen und anspruchsvollen Passagen, ehe es auf der Freeride-Strecke hinunter nach Enneberg geht. Wir erklimmen abermals den Bergrücken und folgen einem Trail hoch über dem Gadertal, den fast vollkommen der Wald verschluckt. Andere Biker treffen wir nicht. Der Pfad gehört uns ganz allein. Sogar für den Rückweg von St. Martin nach Wengen findet Marco noch einen Extra-Schlenker mit Trail-Spaß und Geheimtipp-Potenzial.

Zurück am Hotel hängen wir die Akkus sofort ans Ladegerät. Das Wetter ist einfach zu schön, um schon in den Wellnessbereich abzutauchen. Wir wollen nochmal hinauf, diesmal zum Heiligkreuzkofel, wo Reinhold Messner wichtige Erstbegehungen gelangen, und der berühmten Kapelle Santa Croce. Vor den imposanten Felswänden, angestrahlt von der Nachmittagssonne, ist das zwar kein Geheimtipp mehr, aber ein magischer Ort und ein Ausflug zum Genießen obendrein. Ohne Stromer wäre das ein vollwertiges Tagesprogramm – so aber ist es eine späte Spritztour, die wir in insgesamt zweieinhalb Stunden inklusive Fotostopps, Uphill-Flow und Trail-Abfahrt schaffen. Für Wellness mit Blick zum Sella-Stock ist anschließend immer noch Zeit. So schön, so Raffaello-mäßig leicht kann E-Biken sein!

Lächeln statt schwitzen

Am nächsten Tag wollen wir es wissen: Die Tour zur Schlüterhütte ist ohne E-Bike eine echte Plackerei. Gut 2000 Höhenmeter kommen da locker zusammen, wenn



„Bei den geführten Touren stellen E-Biker die Mehrheit.“

man in Wengen startet und nicht die direkte, weil weniger spannende Auffahrt wählt. Wir haben das im Pleistozän, aka: Vor-E-Bike-Zeitalter, mal gemacht und dabei geschwitzt und geflucht. Dieses Mal wollen wir die Schlütherhütte mit einem Lächeln im Gesicht erobern. Damit uns dieses aber nicht gefriert und am Ende des Akkus noch ziemlich viel Tour übrig ist, müssen wir ein bisschen vorsichtig sein. Im „Turbo“- oder „Boost“-Modus hinaufballern ist vermutlich nicht drin. Wenn wir aber konsequent mit der niedrigsten Unterstützungsstufe fahren, sollte der Saft ausreichen. Und an der auf gut 2300 Metern über Normal Null liegenden Hütte ist es ja wirklich keine Strafe, eine längere Rast einzulegen und sich die Energiespeicher mit deftigen und süßen Leckereien zu füllen, während auch unsere „Pferde“ an den Steckdosen betankt werden.

Alles läuft nach Plan. Die Schlüter-Runde ist als E-Sensation der Hammer. Mehr Panorama, mehr Genuss geht nicht: vor uns die senkrecht aufragenden Wände der

Geislerspitzen, dahinter der Peitlerkofel, rechts das Villnößtal, links die wie eine samtene, grüne Tapete daliegenden Almweiden über dem Talgrund von Pescol. Mit den elektronischen Trail-Räubern ist sogar der ruppige und verblockte Steig hinauf zum Joch weitgehend fahrbar. An unsere Grenzen kommen wir erst bei der Abfahrt. Marco zeigt uns, wo der Gadertaler Ham-

Die Schlüterrunde mit hochalpinen Landschaften und feinen Trails (oben). Die Belohnung: ein Kräuterschnaps (unten).



mer hängt und lässt uns auf dem rutschigen, weil nassen Pfad etwas alt aussehen. Da hilft leider auch kein Stromer mehr.

Hotelier Markus lacht, als wir von unseren Erlebnissen berichten. Er kennt die Tour noch aus Teenager-Tagen, als er sich mit seinem ersten MTB, einem spartanisch ausgestatteten Hardtail, zur Schlütherhütte durchschlug. Das Rad war ein Geschenk des Vaters, „aber wahrscheinlich habe ich ein ganzes Jahr lang dafür den Abwasch erledigt“, sagt Markus mit einem Grinsen. Früher sei er gern solche harten Sachen gefahren. Heute setze er sich schon mal aufs E-MTB. So wie auch seine Gäste. Er achtet aber bei geführten Touren darauf, dass „Normalos“ und „Stromer“ unter sich bleiben: „Ein Mix würde nicht gut funktionieren“, glaubt er. Vor zwei bis drei Jahren sei das mit den E-Bikes so richtig losgegangen. Inzwischen stellten die Stromer bei den geführten Touren sogar die Mehrheit, wenn man einmal von der Sella Ronda absehe.



Markus findet es ganz gut, dass Wengen ein bisschen abseits von Skikarussell und Trubel liegt. „Zwei Damen aus Hamburg waren lange die einzigen Touristen im Winter“, erzählt er. „Wir mussten praktisch auf den Sommer setzen. Und ein starkes MTB-Programm hilft dabei natürlich.“ Als er deshalb nach Lehr- und Wanderjahren als Koch in Meran und Kaltern 1997 in sein Heimatdorf zurückkehrte, setzte er konsequent auf das aufstrebende Bike-Geschäft. Oft seien 60 bis 70 Prozent der Hausgäste Radfahrer. „Es kann passieren, dass wir 30 Gäste in den Zimmern und 30 Bikes im Stall haben“, erklärt er.

Auch unsere „Pferde“ dürfen anderntags noch einmal aus dem Stall heraus. Mit den Spaßgeräten geht es abermals hinauf zur Kapelle Santa Croce, doch für die Abfahrt nehmen wir diesmal den 13er-Trail. Einfach so, weil es Spaß macht. Denn das Hinaufkurbeln zum Ausgangspunkt, zum Kirchlein, dauert mit den Stromern keine 20 Minuten. „Wenn wir etwas Gas geben, sind wir sogar schneller als der Sessellift“, meint unser Guide. Dann erst ballern wir nach La Villa hinunter, ehe es auf versteckten Trails zurück nach Wengen geht. Dabei kommt uns Maria Canins mit einer Gruppe Biker entgegen. Die Grande Dame

Es muss ja nicht immer die Sella Ronda sein. Jenseits von Covara und St. Kassian locken im Gadertal zahlreiche Trails.

des italienischen Radsports, 1988 Weltmeisterin im Mannschafts-Zeitfahren und zuhause in La Villa, braucht man eigentlich nicht mehr vorzustellen. Auch mit fast 70 ist sie nahezu jeden Tag auf dem Rad unterwegs, oft auch für Markus' Hotelgäste. „Ich habe sie vor 15 Jahren gefragt, ob sie aushelfen will“, erzählt der Hotelier. „Sie hat noch immer Energie ohne Ende. Vor und nach der Tour fährt sie per Bike zusätzliche Kilometer bis zu ihrem Zuhause.“ Wir trauen uns fast nicht zu fragen, aber Markus gibt die Antwort selbst: „Ja, auch für E-MTB-Touren kann sie sich inzwischen begeistern.“

Wir atmen auf. Wenn sogar die größte Ausdauersportlerin Italiens inzwischen auf das E-Spaßgerät steigt, dürfen wir uns das schon lange erlauben. Und überhaupt: Das Motto in Alta Badia lautet im Winter „Sciare con Gusto“ – Skifahren mit Genuss. Wir machen daraus „Andare in Bici con Gusto“ – Radfahren mit Genuss!

> ALTA BADIA KOMPAKT

ALLGEMEIN

www.altabadia.org/bike

ANREISE

Über die Brennerautobahn bis zur Ausfahrt Brixen/Pustertal/Brunneck; dann dem Pustertal bis zum Abzweig Alta Badia/Gadertal folgen. Diese Route ist schneller als die Anreise über das Grödner-tal und das Grödnerjoch.

BESTE REISEZEIT

Mai bis Oktober

TOUREN-INFOS

Es gibt eine eigene MTB-Karte für Wengen im Maßstab 1:25.000, erschienen im Alpenwelt-Verlag, erhältlich bei den Bike-Holidays-Partner-Hotels und beim Tourismusverband.

WOHNEN UND GEFÜHRTE E-MTB-TOUREN

„Mountain Bike Holidays“-Partner-Hotels (www.bike-holidays.com) in der Region Alta Badia: **Hotel Pider** ***S (Wengen, www.pider.info), **Hotel Gran Paradiso** ****S (St. Kassian, www.gran-paradiso.it), **Hotel Melodia del Bosco** ***S (Badia, www.melodiadelbosco.it)
Sämtliche „Mountain Bike Holidays“-Regionen & Hotels finden sich unter www.bike-holidays.com

RADSPORT-VERANSTALTUNGEN

An diesen Tagen sind die Pässe für Autos und Motorräder gesperrt: Dolomites Bike Day, Sella Ronda Bike Day, Maratona dles Dolomites

SCHLECHTWE-TER-TIPPS

Besichtigung der **Kirche in St. Leonhard in Badia** (prachtvolle Dekorationen und Deckengemälde), **Museum Ladin Ciastel de Tor in St. Thurn** (Kultur, Sprache und Tradition der Ladiner), **Museum Ladin Ursus ladinicus** (www.museumladin.it)
in St. Kassian (viele Infos zur

Geologie der Dolomiten und zu dem Bären, dessen Überreste vor 30 Jahren in einer Höhle am Conturines in St. Kassian entdeckt wurden und der eine eigene Art darstellt)

ESSEN & TRINKEN

Alta Badia ist DIE Gourmet-Destination in den Dolomiten. Alle Infos zu Genuss-Events und -Veranstaltungen auf www.altabadia.org

