

REISE

Wahrzeichen
Der imposante
romanische
Dom von Parma
stammt aus dem
12. Jahrhundert



PARMA



Treffpunkt Die Piazza Garibaldi ist das „Wohnzimmer“ der Einheimischen. Hier trinkt man Espresso, Vino oder einen „Spritz“ (Aperol, Prosecco oder Weißwein, Soda)



Das schaffst du nie“, hatten meine sportlichen Freunde gehöhnt, „du kommst doch in München gerade mal den Berg zum Biergarten hoch! Und verführst dich ständig.“ Na ja, stimmt schon... „Und jetzt willst du 250 Kilometer allein durch Italien radeln?“ Ja, will ich! Was sie nicht wissen: Ich hab meine Route natürlich ganz bewusst gewählt. Erstens ist die Emilia-Romagna flach wie ein Pfannkuchen. Außerdem gibt es über 2.500 km wunderbar ausgeschilderte Radwege am Po und an der Küste entlang. Und: Die mittelitalienische Region gilt als die genussreichste des ganzen Stiefels. Von hier stammen lauter schöne Dinge: Parmaschinken und Parmesan, Tortellini und Trüffel, Lamborghini und... bellissimo Luca Toni. Wenn das keine guten Voraussetzungen sind!

GAUMENFREUDEN Parma-Polesine (30 km)

Bisher läuft alles perfekt. Ich habe mir in Parma ein Fahrrad gemietet, ein bequemes Citybike mit Gepäckträger, Korb und Sechsgangschaltung. Danach eine Testfahrt durch die Altstadt unternommen, und jetzt steuere ich blendend gelaunt meinen ersten Stopp an, Polesine Parmense. Die Kilometer rattern runter wie im Flug, ich rausche vorbei an kleinen Dörfern, Reisfeldern, über schmale Brücken, bis plötzlich am Horizont schon mein Hotel auftaucht, die „Antica Corte Pallavicina“. Ich bin begeistert: Über den Hof stolzieren Pfaue, im Gras dösen Kühe und Gutsherr Massimo empfängt mich mit einem herzlichen „Buona sera, wir haben schon auf dich gewartet“, Ich bewundere kurz mein Zimmer (mit freistehender Badewanne!), dann lasse ich mich glücklich an der hölzernen Tafel im Erdgeschoss nieder. Massimo kredenzt gekühlten Rosé, Käse, Schinken und Salami aus eigener Herstellung. Kerzen flackern auf dem Tisch – so stelle ich mir Sporturlaub vor.



Verlockungen
Im Feinkostladen „Garibaldi“ gibt es die besten Produkte der Region: Salami und Schinken, Käse, Grappa und Wein, Aceto Balsamico und Olivenöl (Via Garibaldi, 42)

Charmante Herberge

Der Gutshof „Antica Corte Pallavicina“ wurde mit Liebe zum Detail restauriert. Alle 6 Zimmer sind edel gestaltet, teilweise mit Kamin, und haben Blick auf den Po

POLESINE



Pasta-Kochkurs

Christine lernt, wie man richtig rollt, knetet und formt. Das Ergebnis sieht man auf dem Foto unten! (3 Std. ca. 70 €)





Pfadfinder Die Radwege sind überall sehr gut ausgeschildert (Infos: www.piste-ciclabilli.com, www.emiliaromagnaturismo.it)

In fünf Tagen von Parma nach Rimini

Bella Italia per Bike

SHAPE-Autorin Christine Bredow erkundete die Emilia-Romagna per Fahrrad. Und entdeckte auf 255 Kilometern traumhafte Landschaften, die Liebe zum Kochen und sogar neue Muskeln



BRESCELLO

Nostalgie-Trip Im Museum kann man vor historischen Filmplakaten und Fotos in Erinnerungen schwelgen sowie Don Camillos Drahtesel und Peppones Moped bewundern! Via de Amicis, 2, Eintritt frei



SAN GIROLAMO

Käse-Kontrolle Jeder Laib wird streng geprüft, bevor er den „Caseificio Girolamo“ verlässt



Schnäppchen 1kg Parmigiano Reggiano kostet hier nur 8 € (Via Peroggio, 8, So. gesch.)



REGGIOLO

Auftanken Beim Wochenmarkt kann man sich nicht nur mit Obst und Gemüse eindecken, sondern auch Jeans, T-Shirts, Handtücher erstehen (freitags in Reggio)

Grüne Oase
Eine Bilderbuchstrecke verbindet die beiden Orte San Felice sul Panaro und Finale Emilia



BONDENO

Piazza Garibaldi Das „Caffé Cicognani“ (r.) im Rathaus ist der beste Platz für eine Cappuccino-Pause oder ein Gelato

Pool Position im Po-Delta
In der „Dasi Canneviè“ kann man Bikes mieten, Bootstouren buchen und übernachten. DZ/F ab 70 €, www.oasican.nevie.com

CANNEVIÈ



Und nach der Biketour...
Tortellini und Pilzrisotto in der „Antica Osteria delle Volte“ (11 €, Via d. Volte, 37/A, Ferrara)

Bevor ich am nächsten Tag weiterfahre, weicht mich Massimo in die Geheimnisse seiner Küche ein. Bei einem dreistündigen Kurs lerne ich, wie man Pasta zubereitet: Tortelli (gefüllte Teigtaschen), Farfalle (in Schmetterlingsform) und Strozzapreti (wörtlich: Priesterwürger). Nebenbei erfahre ich, dass im Untergeschoss ein riesiger Schinkenkeller ist. Hier lagert aber nicht Prosciutto di Parma, sondern sein nobles Pendant Culatello, von schwarzen Schweinen, die es nur in dieser Region gibt. 250 € kostet ein Schinken (ca. 12 kg), der aber jeden Cent wert ist, weil er so zart ist, dass er auf der Zunge zergeht.

MÄCHTIGER STROM

Polesine-Brescello: 45 km

Frisch gestärkt steige ich mittags aufs Rad. Die ersten 20 km sind easy. Es geht am Po entlang, der sich smaragdgrün durch die Ebene schlängelt. Sein Ufer ist hier dicht bewachsen mit Pappeln und Schilf. Der längste Strom Italiens entspringt westlich von Turin und fließt 652 km nach Osten, bis er unterhalb von Venedig ins Meer mündet. Warum fällt das Treten plötzlich so schwer? Gegenwind! Puh, ist das anstrengend, jeder Kilometer dauert doppelt so lang. Ich schaffe es gerade bis in die Eisdiele von Colorno: Gelato hilft immer! Ich hole mir eine XL-Portion und setze mich damit auf die Piazza vor der prächtigen mittelalterlichen Kirche. Und siehe da: Die letzten 18 km bis Brescello fährt das Rad wieder fast von allein.

AUTSCH! Brescello-Bondeno: 85 km

Hilfe, ich kann mich kaum bewegen! Mein Po schmerzt, die Oberschenkel brennen. Warum hatte ich mir für heute so viel vorgenommen? Ach ja, ich wollte meine Etappen ganz profimäßig steigern. Aber erst mal Brescello angucken. Der kleine Ort wurde weltberühmt als Schauplatz der Abenteuer von Pfarrer Don Camillo und seinem Gegenspieler, Bürgermeister Peppone. Die Filme stammen aus den 50er- und 60er-Jahren, und irgendwie scheint die Zeit seit damals stehen geblieben zu sein. Es sieht noch genauso aus wie auf der Leinwand: Camillos Kirche, Peppones Wohnhaus, der Bahnhof, die Piazza, einfach entzückend! So, weiter geht's. Die ersten Meter sind hart, aber die

üppige Landschaft entschädigt sofort. Die Vegetation ist inzwischen fast urwaldartig, der Fluss hat sich in einen reißenden Strom verwandelt. Ich komme durch Orte mit klingenden Namen wie Gualtieri, Guastalla und Luzzara. In San Girolamo decke ich mich in der Käseerei mit Parmesan ein, dann schlendere ich über den Markt in Reggiolo. Ein echt italienisches Erlebnis: Überall wird lautstark gehandelt, Mamas kaufen Zutaten für die Pasta, Papas trinken Lambrusco. Und alle wollen wissen, warum ich freiwillig mit dem Rad unterwegs bin? Zum Abschied bekomme ich Tomaten und Brot geschenkt und höre aufmunternde Worte wie „coraggio“ und „forza“. Mut und Kraft kann ich gebrauchen. Hinter Reggiolo beginnt der „Obstgarten“ der Region. Apfel- und Birnbäume stehen am Wegesrand, dazwischen ranken sich Weinreben. Der perfekte Platz für ein Picknick. Parmesan, Panini und Pomodori – was braucht man mehr?



Fischlokale Die netten kleinen Ristoranti am Kanal sind auf Aal (L.) und Meeresfrüchte spezialisiert



Wegweiser Im „B&B Al Ponticello“ bietet Chef Riccardo Zimmer mit Kanalblick (DZ/F ab 80 €) – und hilft beim Kartenlesen, www.alponticello.it



Stadt der Brücken Wer Comacchio erkundet, muss das Fahrrad auch mal tragen. Anlehnen ist nicht erwünscht (r.)

FLUSSFAHRT

Bondeno-Comacchio: 70 km

Weil ich gestern so tapfer gestrampelt bin, fahre ich heute nur bis Ferrara (20 km) und steige dort mitsamt Bike aufs Boot um (ab 200 €, Infos: www.lanena.it). Eine Wohltat!

Ich sitze gemütlich an Deck und lasse die Landschaft vorüberziehen. Je näher wir ans Meer kommen, umso breiter wird der Fluss. Hier beginnt der „Delta del Po“-Naturpark, ein 54.000 Hektar großes Schutzgebiet aus Wald, Dünen und Lagunen, das über 300 Vogelarten beheimatet: Silberreiher, Strandläufer, sogar Flamingos. Als ich am Abend Comacchio erreiche, verliebe ich mich auf den ersten Blick in die Stadt. Sie sieht aus wie ein Mini-Venedig, ist durchzogen von unzähligen Kanälen, an deren Ufer sich romantische Fischrestaurants reihen. Ich würde gerne länger bleiben, aber: Rimini ruft!



Malerisch Traditionelle Fischerhütten in der Lagune von Comacchio

RAVENNA



BO-AN →

RAVENNA →

RIMINI →

↑ M. MARITTIMA

↑ CERVIA

Sightseeing Die Piazza del Popolo (o. I.) kann man per Bike erkunden, den Turm der Basilica Santa Maria Maggiore muss man zu Fuß erklimmen. Aber die Aussicht lohnt sich!

ENDSPURT Comacchio-Rimini: 95 km

Meine letzte Etappe ist zugleich die längste. Nach einem Stopp in Ravennas Altstadt geht es am Meer entlang gen Süden. Ich fühle mich topfit, habe sogar neue, bisher offenbar gut versteckte Muskeln an meinen Beinen entdeckt. Die Luft riecht nach Salz, rechts von mir sind duftende Pinienwälder, links endlose Sandstrände. Ich fahre durch mondäne Badorte wie Milano Marittima, Cervia und Cesenatico und bewältige die Strecke in stolzen sechs Stunden. Geschafft, ich bin in Rimini! 5 Tage und 255 Rad-Kilometer liegen hinter mir! Jetzt bewege ich mich drei Tage gar nicht mehr. Außer zum Strand, zum Shoppen und ins Ristorante. Das hab ich mir verdient!



RIMINI

Endlich am Strand Die Küste der Emilia ist 130 km lang. Rimini und Nachbarort Riccione haben ein Gütesiegel für sauberes Wasser

INFOS UND TIPPS

Anreise Flüge nach Bologna ab 99 €, www.lufthansa.de. Von dort Taxi nach Parma (70 km, ab 90 €) o. per Bus zum Bahnhof (5 €) und im Zug nach Parma (11 €, 45 Min.). Alternativ „Europa-Special“ der Bahn: ab 39 € bis Bologna plus 11 € nach Parma, www.bahn.de Rückreise ab Rimini Flüge ab 29 €, www.tuifly.com; ab 99 €, www.alrdolomiti.it Per Bahn ab 39 €. Hotels POLESINE „Antica Corte Pallavicina“, DZ/F ab 140 €, www.acpallavicina.com BRESCELLO „Hotel Brixellum“, DZ/F ab 72 €, www.hotelbrixellum.com BONDENO „Il Fagiano“, DZ/F ab 80 €, www.locanidalfagiano.it FERRARA „Il Giardinetto“, DZ ab 85 €, www.ilgiardinetto.it RAVENNA „Hotel Romea“, DZ/F ab 94 € MILANO MARITTIMA „Hotel Embassy & Boston“,

Buon appetito! Christine stärkt sich mit einer großen Portion Pasta für ihre Shopping-Tour durch Rimini. Hier gibt's alles: Taschen, Schmuck, Schuhe ...



Nobel Die Zimmer der „Antica Corte Pallavicina“ haben einen eigenen Kamin



Stylish Lounge-Ecke auf der Pool-Terrasse des „Hotel Mediterraneo“ in Riccione

DZ/HP ab 154 € RIMINI „Grand Hotel Rimini“, DZ/HP ab 332 €, „Hotel Avana Mare“, DZ/HP ab 70 € RICCIONE „Hotel Mediterraneo“, DZ/HP ab 154 € Alle Hotels von Ravenna bis Riccione sind zu buchen bei: FTI Touristik, www.fti.de Miet-Rad: 10 €/Tag, www.nolobikeparma.it Packtaschen bitte selbst mitbringen! Info www.original-italienisch.de



Kunstwerke Im Strandbad Nr 26 ist immer Action geboten, z.B. ein Sandskulpturen-Wettbewerb (www.bagno26rimini.com)