

1. Etappe

ANLAUF**Wanderung von Cividale nach Pulfero**

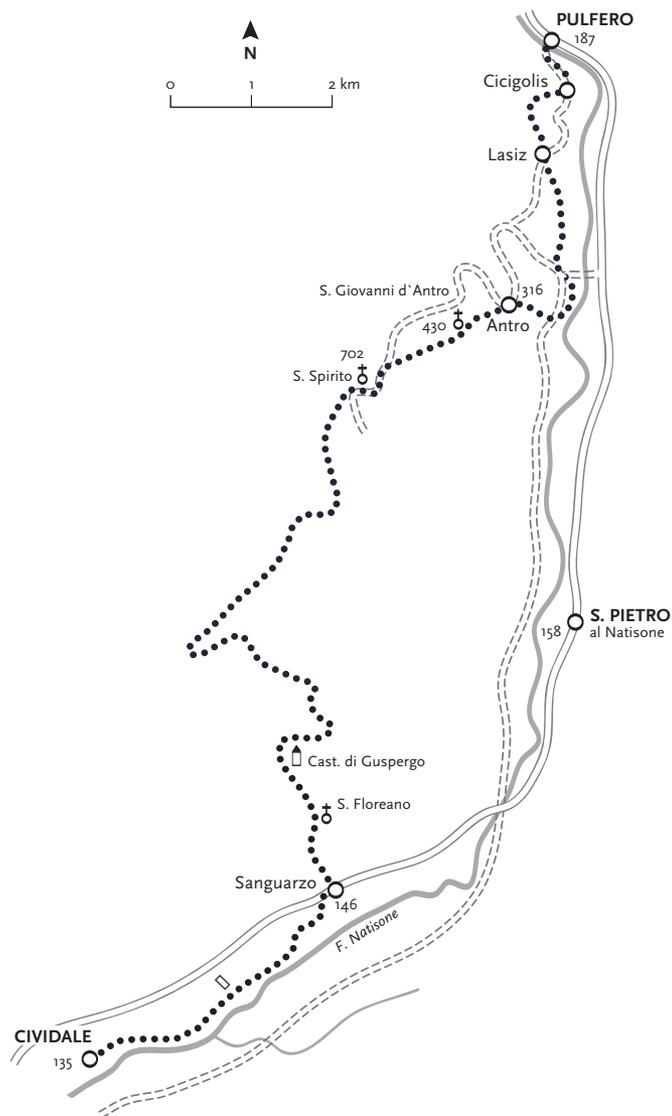
Der erste Tag der Rundwanderung steht im Zeichen eines der ältesten Heiligtümer der Valli del Natisone und vermittelt erste Eindrücke vom eigenwilligen Charakter ihrer Dörfer.

Begleitet vom tief eingeschnittenen Natisone verlässt man Cividale in östlicher Richtung, um bei Sanguarzo auf die Nordseite des Talkessels zu wechseln, wo das Kirchlein San Floreano mit seinem malerischen Friedhof den ersten Szenenwechsel markiert. Auf einsamen Wegen besteigt man einen einst vom Castello di Guspergo bewachten Rücken, dessen lichte Vegetation immer wieder Blicke auf Cividale und Torreano freigibt. Wie geschaffen für die Mittagsrast ist der Wiesenhang unterhalb der Kirche San Spirito. Der Abstieg erfolgt über das Bergdorf Spignon, von wo ein alter Kulturweg zur Höhlenkirche San Giovanni führt, für deren Besichtigung man sich unbedingt Zeit nehmen sollte. Im letzten, besonders bequemen Drittel der Wanderung macht man mit drei sehenswerten Ortschaften Bekanntschaft: mit Antro, das auf einer aussichtsreichen Terrasse sitzt, mit Lasiz, das von Obstgärten umgeben ist, und mit Cicigolis, dessen balkongeschmückte Häuser sich um den Dorfplatz drängen wie Theaterlogen um das Bühnenrund. Ein unscheinbares Straßendorf ist Pulfero, dessen geheime Qualitäten sich erst beim Besuch seiner Gaststätten offenbaren.

HINWEISE ZUR WANDERUNG**LÄNGE:** 16 km**ANSTIEGE:** 500 m**GEHZEIT:** Gut 6:00 Std.

Aufgang zur Höhlenkirche San Giovanni d'Antro

1. Etappe: Wanderung von Cividale nach Pulfero



1. Etappe: Wanderung von Cividale nach Pulfero

ANFORDERUNGEN: Mittel

KARTE: Tabacco-Wanderkarte 041, Valli del Natisone – Cividale del Friuli, 1:25.000

EINKEHRMÖGLICHKEITEN: Sanguarzo, Antro

ÜBERNACHTUNG: Pulfero

ANREISE: A 23, Ausfahrt Udine Nord; Wegweiser bis Cividale. Mit der Bahn bis Udine, von dort mit dem Regionalzug nach Cividale. Auskünfte: www.ferroviedellostato.it.

RÜCKFAHRT: Mit dem SAF-Bus von Pulfero nach Cividale. Auskünfte: www.saf.ud.it

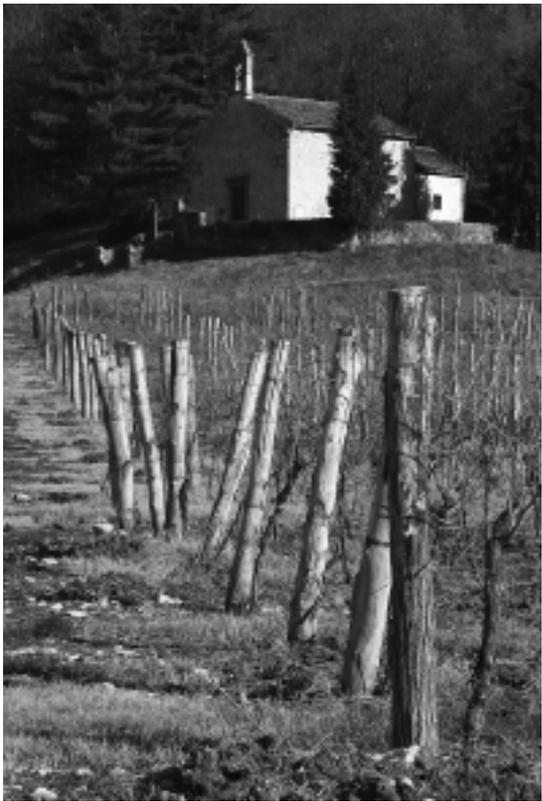
WEGBESCHREIBUNG

Ausgangspunkt der Wanderung ist der **Tempietto Longobardo** östlich der Ponte del Diavolo in **Cividale** (entsprechende Wegweiser in der Innenstadt). Man folgt der Via Borgo Brosana oberhalb des **Natisone** flussaufwärts, durchschreitet einen Vorort und folgt dem Sträßchen bis zu einer Gabelung bei einem Bauernhof am Stadtrand. Man geht rechts. Bald endet der Asphalt. Man gelangt zu einer **Häusergruppe** und wendet sich beim Haus Nr. 22 nach rechts in einen untergeordneten Fahrweg. Schöner Feldweg bis zu einem Querweg; man geht rechts und erreicht die ersten Häuser von **Sanguarzo**, wo man sich nach links wendet und einer Straße bis zur **Hauptstraße** folgt. Man geht rechts, passiert bald die **Kirche** (0:45 Std.) und biegt nach 30 m in die Via San Floreano.

Man verlässt den Ort, hält sich kurz danach halbrechts und wandert auf das Kirchlein **San Floreano** zu. Besichtigung des **Friedhofs**. Man lässt die Kirche hinter sich, ignoriert kurz darauf eine Abzweigung nach links, passiert eine Häusergruppe (**Agriturismo** mit Übernachtungsmöglichkeit) und steigt auf geteertem Fahrweg einen bewaldeten Hügel hoch. 15minütiger Anstieg bis zu einer Abzweigung nach rechts, die zur Ruine des **Castello di Guspergo** führt (1:15 Std.). Besichtigung.

Zurück zum Fahrweg; in etlichen Serpentina weiter bergauf bis zu einer Gabelung; man hält sich rechts. Bald darauf wieder eine Gabelung; man geht links. Schöner Hangweg; gelegentlich weite Blicke ins Tal. Laubwald.

Man gelangt zu einer **Kreuzung** (betonierter Wasserschlacht) und geht nach links. 20 Min. auf bequemem Weg bis zu einer Mehr-



San Floreano

fachkreuzung. Man wendet sich scharf nach rechts in einen ansteigenden Weg (mehrere tiefe Spurrillen). Der Wald lichtet sich allmählich und man gelangt schließlich zu einer unbewaldeten **Hügelkuppe** mit Blick über Cividale und aufs Meer. Schöner Rastplatz (2:30 Std.).

Weiter im Wald bis zu einem breiten Querweg; auf diesem nach links. Man passiert ein zugemauertes **Häuschen** und ignoriert unmittelbar darauf eine Abzweigung nach rechts. 20 m danach ein Querweg; man geht links und stößt nach 30 m auf eine ehemalige Militärstraße; auf dieser nach rechts. Rund 30minütiger moderater Anstieg bis zu einer geschotterten Querstraße (Wegweiser »Tamoris«); auf dieser nach rechts. Nach 20 m hat man den **Sattel** erreicht. Man wendet sich nach links und folgt dem Wegweiser bis zur **Chiesa San Spirito** (3:45 Std.). Schöner Rastplatz am Wiesenhang unterhalb der Kirche.

Zurück zum Sattel. Man geht links, dem Wegweiser »Antro Landar« bzw. der entsprechenden Markierung folgend. Man erreicht

1. Etappe: Wanderung von Cividale nach Pulfero

das Dorf **Spignon** und steigt von dort sehr schön, aber etwas mühselig, auf dem markierten **Weg Nr. 752** zur Felsenkirche **San Giovanni d'Antro** ab (4:30 Std.). Besichtigung.

Weiter talauswärts bis **Antro** (4:40 Std.). Bei der ersten Gabelung rechts, dann zwischen **Kirche** und dem **Albergo** Gastaldia d'Antro hindurch. Auf gepflastertem Weg im Ort bergab, zwei Straßen querend sowie einen Brunnen und einen **Bildstock** passierend. Kurzer Abstieg im Wald bis zu einem verfallenen **Bildstock**. Gleich darauf eine Gabelung; man geht links und steigt bis ab. Man steigt bis zur **Hauptstraße** in **Kras** ab; auf dieser nach links [100 m rechts eine Einkehrmöglichkeit]. 100 m nach dem Ortsende wendet man sich nach rechts in einen abwärtsführenden Feldweg, dem man bis zu einem Querweg am **Natisoneufer** folgt; auf diesem nach links (200 m rechts ein schöner Rast- bzw. **Badeplatz** am Fluss). Der Weg wendet sich kurz darauf wieder vom Ufer ab und trifft auf eine Straßengabelung. Man geht geradeaus (Wegweiser »Spignon«), überschreitet einen Bach und wendet sich unmittelbar darauf nach rechts in einen geschotterten Fahrweg. Nach 20 m eine Gabelung; man geht links; gleich darauf wieder eine Gabelung; man geht rechts. Schöner Feldweg bis zu einer Querstraße bei **Lasiz** (5:30 Std.).

Man geht links, wendet sich nach 50 m nach rechts und gelangt zur **Kirche**, welche man rechts umgeht. Wenige Schritte bergab, dann halblinks in ein Sträßchen, das zum **Friedhof** führt, welchen man passiert. Geradeaus in einen Karrenweg, der zwischen Spalierobst in den Wald führt. Bald quert man ein Bächlein; der Weg gabelt sich, man hält sich rechts und gelangt zu einer **Lichtung**, wo der Weg endet. Man geht rechts und findet am Ende der Lichtung einen Weg; auf diesem nach links bergab bis zu einem Sträßchen; auf diesem nach links. Man erreicht **Cicigolis** (6:00 Std.) und folgt von dort einem Asphaltsträßchen bis zu einer Brücke, über die man nach **Pulfero** am anderen Ufer des Natisone gelangt (6:15 Std.).



Friedhof San Floreano bei Sanguarzo

AM WEGE

Castello di Guspergo | Cjstiel di Guspar | Auersperg

Ohne Hinweistafel würde man kaum vermuten, dass es sich bei dem kümmerlichen und fast zur Gänze überwucherten Gemäuer um die Reste einer einst mächtigen mittelalterlichen Burg handelt. Das Kastell kontrollierte im 13. Jahrhundert das Hinterland von Cividale, dessen Truppen 1364 zu seiner Zerstörung ausrückten, um die Bausteine für die eigenen Stadtmauern zu verwenden. So können heute der ehemalige Turm, der Burggraben und dessen Einfriedung nur erahnt werden. Und dennoch herrscht Leben: Unzählige Eidechsen huschen von Stein zu Stein, stets auf der Hut vor ihren Fressfeinden. Es sind dies die hier ansässige harmlose Äskulapnatter, die zwar bissige, aber ungiftige Zornnatter sowie die giftige Aspispiper, die sogar Wanderer außer Gefecht zu setzen vermag.

San Giovanni d'Antro | Sveti Ivan v Čele | San Zuan di Landri

Schon die Annäherung stimmt auf einen mystischen Ort

1. Etappe: Wanderung von Cividale nach Pulfero

ein: Durch einen Laubwald geht es vorbei an Quellen, die aus dem Felsen sprudeln, und durch die Blätter sieht man von ferne ein Gebäude, das wie ein griechisches Kloster hoch am Berg zu kleben scheint. Das ist die Höhlenkirche San Giovanni d'Antro.

Die 86 Stufen einer Steintreppe führen zu einem soliden Tor, durch das man einen kleinen Vorhof betritt, links eine schöne Aussicht in das Tal des Natisone. Der Kirchenraum ist in die Höhle hineingebaut. Man sieht ein gotisches Presbyterium aus dem Jahr 1477, erbaut vom Baumeister Andrej von Lach, einen hölzernen Altar aus dem 17. Jahrhundert, sowie das Grab eines Diakons namens Felice. Als diesem 888 das Recht zugesprochen wurde, die Höhle als Einsiedelei zu nutzen, fand der Ort zum erstenmal schriftliche Erwähnung. Er dürfte aber schon vorher anderen Eremiten als Wohnung, den Römern als Verteidigungsanlage und den Menschen der Umgebung als Rückzugsort gedient haben.

Eine populäre Sage erzählt, wie die wunderschöne und offensichtlich kluge Königin Vida sich mit ihrem Volk vor den Hunnen in die Höhle flüchtete. Nachdem deren König Attila sie schon Monate belagert hatte, soll sie eine Faust voll Korn auf die Belagerer geworfen haben mit den Worten: »Zählt nach! Wir haben noch so viele Säcke wie die Anzahl dieser Körner!« Entmutigt zog Attila ab.

Im Eingang zum Höhlensystem, das sich hinter der Kirche ausdehnt, erinnert ein ausgestopfter Bär an noch frühere Bewohner. Knochenreste von Höhlenbären, die in der Höhle gefunden wurden, sind in einer Vitrine ausgestellt. In die Höhle kann man, auf Metallstegen und zum Teil über Wasser hinweg, 300 Meter weit vordringen. Das verzweigte Höhlensystem hat eine Gesamtlänge von 4 Kilometern und ist damit das fünft längste Friauls. Es hat schon im 19. Jahrhundert großes speleologisches Interesse geweckt. Mit Hilfe eines selbst konstruierten Floßes versuchten zwei Studenten namens Peruzzi und Quarina im Jahre 1885 erstmals, den vorderen Höhlensee zu überwinden. Die Pioniere kippten aber bald ins Wasser und brachen ihre Expedition ab. Später wurden Reste prähistorischer Fauna

1. Etappe: Wanderung von Cividale nach Pulfero

in der Höhle gefunden, darunter ein seltener augenloser Käfer. Die Anlage ist an Sonntagen von 15.00 bis 17.30 Uhr geöffnet. Einen Schlüssel erhält man im Haus Nr. 172 in Antro, wenige hundert Meter nach der Grotte (Signora Maria, 0039/0432/709065).

Antro | Landar | Landri

Es liegt auf einer markanten Geländestufe am westlichen Natisoneufer und fällt durch ein mehrstöckiges Gebäudepaar mit weit auskragenden Dächern auf, das von hohen Böschungsmauern gestützt wird. Das stolze Ensemble hat mittelalterliche Wurzeln und wurde kürzlich nach allen Regeln der Kunst renoviert. Störend ist nur das allzu bunte Wandbild über dem Eingangsbereich. Wie die Gegentese dazu nimmt sich der ausgeweidete Bildstock am unteren Ortsrand aus, dessen einziger Schmuck in pittoresk verkitteten Mauerrissen besteht. Sehenswert sind zudem die Häuser östlich der Kirche mit Elementen der traditionellen Volksarchitektur sowie ein Bauernhaus aus dem 17. Jahrhundert. Der italienische Name des Ortes leitet sich vom Lateinischen *antrum*, Höhle, ab, der slowenische vom friulanischen Wort *lander*, das dieselbe Bedeutung hat.

EINKEHR:

Gastaldia d'Antro, schön gelegenes und aufwändig restauriertes Ristorante mit Übernachtungsmöglichkeit, 0039/0432/709247, www.gastaldiadantro.it.

Osteria All'Antica im benachbarten Dorf Cras, 0039/0432/709052, www.osteriallantica.com

Cicigolis | Ščigle | Cicigulis

Hölzerne Laubengänge sind in den Dörfern der Natisone-Täler ein prägendes architektonisches Element und somit nichts Außergewöhnliches. In Cicigolis zeichnen sich diese aber durch ihre ungewöhnliche Größe aus: Es sind ausladende, überdachte Balkone, die sich einander zuwenden und so den Eindruck einer besonders kommunikativen Ortschaft



Antro

vermitteln. Bis Anfang des 20. Jahrhunderts waren es mehrere kleine Handwerksbetriebe, die sich um den Dorfplatz reiheten, heute wird nur noch eine Weinpresse betrieben. Bemerkenswert ist auch das langgestreckte Haus Nr. 31, dessen kunstvoll verzierter Außenaufgang gleich vier Wohneinheiten miteinander verbindet. Es stammt aus dem 18. Jahrhundert und wurde nach dem Erdbeben 1976 stilgerecht restauriert. Viel Sorgfalt hat man auch bei der Pflasterung der Gassen mit groben Flusssteinen walten lassen. Ein Motorrad hat daraus die Konsequenzen gezogen und ist auf ein asphaltiertes Flachdach am Ortsrand geflüchtet.

Pulfero | Podbonesec | il Pulfar | Rufenberg

Vier nackte Gestalten, die mit dem Schweißbrenner aus dickem Eisenblech geschnitten wurden, steigen an einer Betonsäule hoch und verfangen sich im Stacheldraht: so ungelenkt und zugleich treffend gestaltet findet sich selten ein Kriegerdenkmal in der Region. Es steht am Eingang zum Ortszentrum, das im Wesentlichen aus einer Gasse besteht, die

1. Etappe: Wanderung von Cividale nach Pulfero

parallel zur Durchfahrtsstraße verläuft. Neben einer Apotheke, einer Bank und der Post findet man hier eine urige Bar, die neben einer Lotto-Aannahmestelle zwei museumsreife Zapfsäulen unterhält. Das Wett- und Tankgeschehen – und damit wohl einen Gutteil des dörflichen Treibens – lässt sich von den Plastiktischchen an der Hauswand aus beobachten. Eine Ahnung vom ursprünglichen Ortsbild vermitteln ein leerstehendes Haus mit morschem Holzbalkon sowie ein Geschäftsgebäude urbanen Charakters, dessen Rollbalken für immer heruntergelassen wurden.

So weist nichts darauf hin, dass Pulfero auf eine fast fünftausendjährige Geschichte zurückblickt. Schon in vorrömischer Zeit nützte man den natürlichen Korridor am Fuße des Matajur als Handelsweg nach Norden. Er wurde 143 v. Chr. von den Römern zur Via Appia ausgebaut, die über die heutigen Ortschaften Cormons, San Pietro, Pulfero, Bovec und Tarvisio führte und damit Aquileia mit Virunum verband. Im 14. Jahrhundert wurde die Straße ein weiteres Mal befestigt und bei Pulfero von den Burgen bei Antro und Biacis überwacht. Reger Verkehr und üppige Zölle bescherten den Natisonetälern einigen Wohlstand. Neben dem Handel prägten aber vor allem kriegerische Ereignisse die Geschichte des Tales. So marschierten hier römische und französische Heere Richtung Alpen, wie auch die Einfallsrouten zahlreicher Invasoren über Pulfero führte. Es waren dies etwa die Langobarden im 6. Jahrhundert oder die österreichisch-ungarische Armee mit ihren deutschen Verbündeten nach dem »Wunder von Karfreit«, der verheerenden 12. Isonzoschlacht im Ersten Weltkrieg.

Das neben der Höhlenkirche von Antro vielleicht interessanteste Kulturdenkmal der Gemeinde kann in Biacis, drei Kilometer südlich des Hauptortes, besichtigt werden. Es ist ein graviertes »Nachbarschaftsstein«, der verwitterte Überrest eines Tisches, um den sich im Mittelalter die Familienoberhäupter der Gegend versammelten, um rechtliche und administrative Angelegenheiten zu regeln. Er verweist auf den hohen Grad an Autonomie, den die Bauern in den Natisonetälern (und auch andernorts in Friaul) genossen. Den



Auf dem Weg nach Antro

Besuch wert ist auch das wohlproportionierte Kirchlein San Giacomo, das sich mit seinem zweibögigen Glockenturm besonders harmonisch in die Landschaft fügt.

EINKEHR:

Albergo Al Vescovo. Komfortable Gästezimmer mit Blick auf den Natisone, geschmackvoller Speisesaal, hervorragende Küche mit fantasievollem Bezug auf regionale Traditionen. Die sympathische und engagierte Wirtin Michela Domenis freut sich über jeden Gast; am allerliebsten sind ihr aber Wanderer. 0039/0432/726375/76, www.alvescovo.com.

Albergo Ristorante Alla Trota in Spegognis 2 km nördlich von Pulfero. 0039/0432/726006, www.allatrota.com

