

Helmut Lang · Roswitha Ortner

Julische Alpen

Die schönsten Wanderungen und Bergtouren

61 Touren mit



ROTHER | WANDERFÜHRER

Helmut Lang, Roswitha Ortner

Julische Alpen

Die schönsten Wanderungen und Bergtouren



Der Abstiegsweg von der Slemenova špica unter der Nordwand der Mala Mojstrovka (Tour 32).

Vorwort

Die Julischen Alpen bilden das südöstliche Ende des Alpenbogens, der am Golf von Genua beginnt und sich etwa in seiner Mitte in einzelne Gebirgsketten aufspaltet. Die Südlichen Kalkalpen, deren letztes Glied die Julischen Alpen darstellen, gehen ohne scharfe Grenze in das Dinarische Gebirge über. Die heutige Oberflächengestalt der Julischen Alpen ist sowohl durch die Tätigkeit der eiszeitlichen Gletscher als auch durch zahlreiche Karsterscheinungen geprägt: Scharfe Grate, schroffe Gipfel, steile Wände, weite Karrenfelder, große Dolinen, aber auch breite Talböden, liebliche Seen, türkisfarbene Bäche und Flüsse sowie stark schüttende Karstquellen gehören zum Landschaftsbild. An dafür geeigneten Plätzen schufen die Menschen vor Jahrhunderten Almen, von denen einige noch heute bewirtschaftet werden. Die Nähe zur Adria, der Übergang zum mitteleuropäischen und pannonischen Raum sowie zum Balkan bieten klimatische und ökologische Bedingungen, die Grundlage für eine besonders vielfältige Tier- und Pflanzenwelt sind. Natur- und Nationalparks sollen dazu beitragen, dieses Naturerbe zu erhalten. Im Ersten Weltkrieg verlief die Front zwischen Österreich-Ungarn und Italien durch die Julischen Alpen. Dieser Krieg hinterließ Straßen und Befestigungsanlagen, deren Reste man häufig im Gelände erkennen kann. Doch nicht erst seit dem Beitritt Sloweniens zur Europäischen Union sind die Julischen Alpen wieder zu dem Gebirge geworden, das sie zum Großteil bereits während der österreichisch-ungarischen Monarchie waren: ein Gebiet, in dem sich Bergsteiger aus verschiedenen Ländern frei bewegen können und in dem sich die drei großen Kulturkreise Europas in Frieden berühren. Wir danken folgenden Personen, die zum Entstehen dieses Wanderführers beigetragen haben: Alois Goller, Edi Koder, Willi Kriegl, Walter Lackner, Dietlinde Lang, Heiner und Sigrid Ludescher, Heinz Sternig, Rosi Strafner, Georg Unterlechner, Björn und Elis Zedrosser. Dass es möglich war, jede Neuauflage umfassend zu aktualisieren, verdanken wir zahlreichen – manchmal auch kritischen – Hinweisen von aufmerksamen Lesern, von Freunden aus den alpinen Vereinen Österreichs, Friaul-Julisch Venetiens und Sloweniens sowie der Hilfe von örtlichen Tourismusorganisationen. Schließlich noch ein

Hinweis: Besonders infolge der Corona-Krise können sich Änderungen ergeben haben, die bei Redaktionsschluss noch nicht absehbar waren. Bitte informieren Sie sich vor der Wanderung zusätzlich über die aktuellen Gegebenheiten. Soweit möglich werden wir aktuelle Hinweise unter www.rother.de (beim Buch) zur Verfügung stellen. Wir wünschen allen Benutzern dieses Wanderführers wunderschöne, erlebnisreiche und unfallfreie Wanderungen und Bergtouren in der prachtvollen Gebirgslandschaft der Julischen Alpen.

Villach, im Spätsommer 2021

Helmut Lang und Roswitha Ortner



Ein grünes Tälchen vor dem Abstieg zur Planina Govnjač (Tour 53).





Top-Touren

Monte Cimone

Anspruchsvolle Bergtour auf den »kleinen Bruder« des Jôf di Montasio (Montasch) – mit steilen Blumenwiesen, Steinböcken und einem kurzen Klettersteig (Tour 1, 6.30 Std.).

Cima di Terrarossa

Auf einem bequemen Militärweg vom Altipiano del Montasio (Montasch-Almen) zu einer kühnen Kanzel, auch für Familien geeignet (Tour 4, 4.30 Std.).

Monte Sart

Durch eine Seilbahn erleichterter Ausflug in die eindrucksvolle Karstlandschaft der Kanin-Gruppe (Tour 15, 5.00 Std.).

Monte Zaiavor

Eine der einsamsten Wanderungen dieses E-Books – mit den typischen Landschaftselementen der Julischen Voralpen (Tour 23, 6.30 Std.).

Mangart

Auf einen beeindruckenden Felsriesen an der italienisch-slowenischen Grenze mit großartiger Aussicht (Tour 30, 5.00 Std.).

Triglav

Der höchste Berg der Julischen Alpen und Sloweniens, daher ein absolutes Muss – ob von Osten, Norden, Westen oder als Überschreitung (Touren 46–48, jeweils 1½–2 Tage, 11–12 Std.).

Dolina Triglavskih jezer (Sieben-Seen-Tal) – Kanjavec

Lange, abwechslungsreiche Bergtour durch das Reich der Wunder und Sagen zwischen Bohinjsko jezero (Wocheiner See) und Triglav (Tour 50, 2 Tage).

Krn

Zwei interessante Rundwanderungen, die auf den südlichsten

Hochgipfel der Julischen Alpen – 2000 m über dem Tal der Soča (Isonzo) – führen (Touren 51 und 52 »Krn, 2244 m, von Norden« /»Krn, 2244 m, von Süden«, 9.00 /7.00 Std.).

Blumenwunder auf der Črna prst

Ein ganzer Berg als alpiner botanischer Garten (Tour 57, 5.30 Std.).

Kobariška zgodovinska pot (Historischer Lehrpfad von Karfreit)

Zeugnisse von der Urgeschichte bis zum Ersten Weltkrieg, dazu smaragdgrüne Flüsse und eindrucksvolle Wasserfälle (Tour 59, 3.00 Std.).



© Helmut Lang, Roswitha Ortner

An der Abzweigung zur Forca di Vandûl im Anstieg zum Monte Cimone (Tour 1).



Auf dem Weg zur Cima di Terrarossa (Tour 4).



Forchia di Terrarossa im Aufstieg zum Monte Sart (Tour 15).



Rückblick zur Bocchetta di Zaiavor (Tour 23).



Der Gipfelaufbau, gesehen vom Mangart-Sattel (Tour 30).



© Heiner Ludescher

Das Aljažev-Haus vor der imposanten Triglav-Nordwand (Tour 46).



Am Weg zur Koča na Doliču (Dolič-Hütte) mit Blick zum Kanjavec (Tour 50).

Allgemeine Hinweise

SYMBOLE

Symbole im Tourenkopf

-  Mit Bahn/Bus erreichbar
-  Einkehrmöglichkeit unterwegs
-  für Kinder geeignet

Symbole im Höhenprofil

-  Ort mit Einkehrmöglichkeit
-  Einkehrmöglichkeit
-  Unbewirtschaftete Hütte
-  Biwak, Notunterkunft
-  Parkplatz
-  Bushaltestelle

-  Gipfel
-  Joch, Passübergang
-  Kirche, Kapelle
-  Burg, Schloss, Ruine
-  Aussichtsplatz
-  Picknickplatz
-  Brücke, Steg
-  Denkmal
-  archäologische Stätte
-  Quelle
-  Wasserfall
-  Auf-/Abfahrt mit Seilbahn

ABKÜRZUNGEN

B.	Betten	S.	santo (heilig, Sankt)
bew.	bewirtschaftet	sent.	Sentiero (Weg)
Bez./bez.	Bezeichnung/bezeichnet	slow.	slowenisch
CAI	Club Alpino Italiano (Italienischer Alpenverein)	SP	Strada Provinciale (Provinzstraße)
f&b	Freytag & Berndt	SR	Strada Regionale (Regionalstraße)
Forc.	Forcella (Scharte)	SS	Strada Statale (Staatsstraße)
L.	(Matratzen-)Lager	Sv.	Sveta, Sveti (Sankt)
PD	Planinsko društvo (Alpenvereinssektion)	UIAA	Union Internationale des Associations d'Alpinisme (Weltverband der Berg- steigerorganisationen)
PZS	Planinska zveza Slovenije (Slowenischer Alpenverein)	WE	an Wochenenden bew.
Ric.	Ricovero (Biwak, Unterstand)	WW	Wegweiser
Rif.	Rifugio (Schutzhütte)		

© Bergverlag Rother GmbH

Anforderungen

Fast alle Wanderungen verlaufen auf markierten Wegen und Steigen. Der Schwierigkeitsgrad I nach den UIAA-Richtlinien wird nur bei wenigen Touren ausnahmsweise und auf kurzen Strecken erreicht, aber nie überschritten. Manche Wanderungen verlangen Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, alpine Erfahrung und gute Kondition. Die Schwierigkeitsbewertungen gelten nur für die technischen, nicht aber für die zeitlichen Anforderungen und darüber hinaus nur unter normalen Bedingungen (Schneelage, Nässe oder Vereisung können die Schwierigkeit erheblich steigern!). Um die Anforderungen einschätzen und vergleichen zu können, sind die Nummern der einzelnen Tourenvorschläge mit verschiedenen Farben unterlegt, die sich wie folgt erklären:

Leicht: Wanderung oder Bergtour auf breiten, meist markierten Wegen ohne Gefahrenstellen, flach bis mäßig steil und wenig anstrengend. Oft auch für Kinder und Senioren, in vielen Fällen auch für Wanderer mit geringer Kondition geeignet.

Mittel: Anspruchsvollere Wanderungen und Bergtouren auf z.T. schmalen alpinen Steigen, meist deutlich und ausreichend markiert, streckenweise steil und etwas ausgesetzt, aber für Geübte bei guten Verhältnissen nicht gefährlich. Kurze Strecken können den Gebrauch der Hände erfordern oder mit Drahtseilen gesichert sein. Nur für trittsichere Bergwanderer mit guter Kondition. Eine gute alpine Grundausrüstung ist erforderlich!

Schwierig: Bergtouren in hochalpinen Lagen, meist im Felsgelände. Schmale, oft auch steile Steiganlagen; meist ausreichend markiert, streckenweise ausgesetzt, häufig mit Sicherungen ausgestattet (Drahtseile, Eisenklammern, Leitern). Nur für erfahrene, schwindelfreie und trittsichere Bergsteiger mit sehr guter Kondition und alpiner Ausrüstung. Schwächere Teilnehmer müssen ans Seil genommen werden! Auf harten Firnfeldern und in nordseitig gelegenen Schneerinnen sind oft bis weit in den Sommer hinein Pickel und Steigeisen oder Grödel erforderlich. Für Klettersteige oder gesicherte

Abschnitte wird ein Klettersteig-Set inklusive Steinschlaghelm empfohlen.



Der Montasch erhebt sich über den Steinbauten des Dogna-Tales.

Gehzeiten

Die Zeitangaben enthalten die reinen Gehzeiten; sie stellen Durchschnittswerte für Wanderer mit guter Kondition dar und berücksichtigen keine Pausen für Rast, Fotografieren o. Ä.

Vor allem im Sommer ist bei längeren Wanderungen und Bergtouren aus mehreren Gründen ein möglichst frühzeitiger Aufbruch ratsam: Die von der Adria herangeführten feuchten Luftmassen steigen an den Berghängen hoch und hüllen die Gipfel häufig schon am späteren Vormittag in Wolken. Bei labiler Wetterlage entwickeln sich daraus sehr rasch oft äußerst heftige Gewitter mit Starkregen. Und schließlich ist es in den Mittags- und Nachmittagsstunden bei Wanderungen an südexponierten Hängen viel zu heiß.

Wandern mit Kindern

Viele Wanderungen und leichte Bergtouren in diesem E-Book sind auch für Kinder gut geeignet. Ein Symbol weist auf Wanderungen hin, die für Familien oder Gruppen mit Kindern lohnend sind, weil sie Spielmöglichkeiten, spannende Wegstrecken oder Einblicke in die Tier- und Pflanzenwelt bieten.

In Ausnahmefällen sind auch rot gekennzeichnete Touren als kinderfreundlich eingestuft; hier ist zu beachten, dass Kinder an Stellen, die für sie gefährlich sein können, zu sichern sind (z.B. bei Absturzgefahr). Beim Wandern mit Kindern ist auf deren Bedürfnisse zu achten, also ausreichende Pausen für Erholung, Essen, Trinken und Spielen einlegen!



Mit Nachwuchs beim Rifugio Corsi, vor dem Jôf Fuart (Wischberg, links; Tour 7).

Wegenetz und Markierungen

Das gesamte Gebiet ist durch ein dichtes Wegenetz erschlossen, das sich vom Tal der Soča (Isonzo) bei Tolmin über eine Höhendifferenz von ca. 2700 m bis zum Triglav erstreckt. In den Tälern haben die örtlichen Tourismusverbände und die Gemeinden bequeme Wanderwege angelegt, die ohne große Anstrengung zu begehen sind; dasselbe gilt für die alten Almwege, die leider zunehmend durch Fahrstraßen ersetzt werden. Ins Gebirge führen Wege und Steige, die meist von den alpinen Vereinen Italiens und Sloweniens betreut werden; viele folgen ehemaligen Militärwegen, die überwiegend in der Zeit während des Ersten Weltkriegs und in den Jahren danach angelegt worden sind. Schließlich sind die vielen Klettersteige zu erwähnen, die steile Geländestufen überwinden oder auf schroffe Gipfel leiten. Die meisten enthält der Rother-Klettersteigführer »Julische Alpen« von Alois Goller; eine kleine Auswahl findet auch in diesem E-Book Platz, da die Hauptgipfel der Gruppe für jeden geübten Bergsteiger lohnende Ziele darstellen. Neben den Berg- und Wanderwegen gibt es in den Julischen Alpen schwierige Kletterrouten, etwa in der gewaltigen Nordwand des Triglav, in den Bergen des Martuljek, am Jôf Fuart (Wischberg) oder am Mangart.

Vor allem im slowenischen Teil der Julischen Alpen sind die meisten Wege in sehr gutem Zustand; bezogen auf die Bevölkerungszahl wird es wenige Länder geben, die einen so großen Anteil an Bergsteigern aufweisen wie Slowenien. Dies mag mit die Ursache dafür sein, dass es im slowenischen Teil der Julischen Alpen sehr viele Schutzhütten gibt. Etwas bescheidener ist der Zustand des Wegenetzes und der Hütten im italienischen Teil des Gebirges, aber auch hier hat sich in den letzten Jahren vieles verbessert.

In Italien sind alle Wege, die der Italienische Alpenverein (Club Alpino Italiano – CAI) betreut, nach dessen Richtlinien markiert und beschildert. Die Markierungen sind rot-weiß oder rot-weiß-rot, im weißen Feld ist manchmal die Wegnummer angegeben. Auf den

Wegweisern sind Wegnummern, Ziele und Gehzeiten zu finden. Wege, die nicht vom CAI betreut werden, sind häufig nur mit roten Punkten oder Strichen markiert und nicht einheitlich beschildert.

In Slowenien sind der Slowenienische Alpenverband (Planinska zveza Slovenije – PZS) oder lokale Tourismusorganisationen für die Wege verantwortlich. Die Alpenvereinswege sind durch rote Kreise mit weißem Punkt in der Mitte markiert, der Slowenische Bergweg (Slovenska planinska pot) zusätzlich durch die Ziffer »1«. Die Wegweiser enthalten Angaben über Ziele, Gehzeiten und – in Form von Symbolen – über die Schwierigkeiten. Wege anderer Organisationen sind mit verschiedenen Farben markiert und manchmal durch Wegweisersäulen gekennzeichnet. In beiden Staaten wird oft auch durch Aufschriften an Felsblöcken auf die Ziele hingewiesen. Da auf den Wegweisern, in den Landkarten und Prospekten mit nur wenigen Ausnahmen die jeweilige Landessprache verwendet wird, nennen wir in diesem E-Book die geografischen Bezeichnungen vorrangig in der Landessprache; fallweise sind in Klammern weitere übliche Bezeichnungen angegeben.

GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte

Zu diesem E-Book stehen auf gps.rother.de GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte zum kostenlosen Download bereit.

Passwort: **405106jua**

2. Auflage E-Book

Sämtliche GPS-Daten wurden von den Autoren im Gelände erfasst und auf einer digitalen Karte überarbeitet. Verlag und Autor haben die Tracks und Wegpunkte nach bestem Wissen und Gewissen überprüft. Dennoch können wir Fehler oder Abweichungen nicht ausschließen, außerdem können sich die Gegebenheiten vor Ort zwischenzeitlich verändert haben. GPS-Daten sind zwar eine hervorragende Planungs- und Navigationshilfe, erfordern aber nach wie vor sorgfältige Vorbereitung, eigene Orientierungsfähigkeit sowie Sachverstand in der Beurteilung der jeweiligen (Gelände-) Situation. Man sollte sich für die

Orientierung auch niemals ausschließlich auf GPS-Gerät und -Daten verlassen.

Tipps für Weitwanderer

Einige Touren, die in diesem E-Book beschrieben sind, lassen sich sehr gut zu Streckenwanderungen kombinieren. Das gilt z. B. für die Touren 1 bis 4, 7, 8, 15 und 17 oder 5, 6, 9 (mit der Variante Cima del Cacciatore), 12 und 13 im italienischen Teil der Julischen Alpen. In Slowenien sind die Touren 42, 43 und 49 oder die Touren 44, 50 und 46 bis 48 im Bereich des Triglav kombinierbar.

Für Weitwanderer bieten sich Teilstrecken des »Alpe Adria Trails« oder der »Via Alpina« an, von der Abschnitte des roten, gelben und violetten Wegs durch die Julischen Alpen führen. In Italien durchquert der »Sentiero Italia« den Westteil der Julischen Alpen; dieser Weg ist nicht gesondert bezeichnet. Ähnliches gilt für den hochalpinen Rundkurs »Anello delle Giulie«, der ebenfalls durch den westlichen Teil der Julischen Alpen führt.

Sehr beliebt und häufig begangen ist der »Slovenska planinska pot« (Slowenischer Bergweg) im Ostteil der Julischen Alpen. Er ist durchgehend mit einem weißen Punkt im roten Kreis markiert und zusätzlich mit der Nr. 1 bezeichnet. Dieser rund 800 km lange Bergweg verbindet Maribor (Marburg) an der Drau mit Ankaran (bei Koper) an der Adria.

Im Jahr 2019 vereinbarten die alpinen Vereine Kärntens, Sloweniens und Friaul-Julisch Venetiens, einen »Julius-Kugy-Dreiländerweg« zu schaffen. Dieser überregionale Rundweg führt in 30 Etappen und ausschließlich auf bestehenden Wegen durch die drei Länder. In den Julischen Alpen verläuft er in einem großen Bogen von Mojstrana nach Kobarid und weiter nach Resiutta im italienischen Kanaltal. Infos unter www.alpenvereinaktiv.com (bei der Volltextsuche »Julius-Kugy-Dreiländerweg« eingeben).

Ausrüstung

Auch auf leichten Wanderungen sind festes Schuhwerk mit Profilgummisohle und zweckmäßige Bekleidung, die der Witterung und der Höhenlage angepasst ist, Pflicht. Der Rucksack sollte auf alle Fälle Regenschutz, Windjacke, Pullover oder Jacke, Mütze, eventuell Handschuhe, Proviant, ausreichend Getränke (Wassermangel im Kalkgebiet!), Sonnenschutz und Verbandszeug enthalten. Für Klettersteige benötigt man eine Klettersteigausrüstung, für Schneefelder zumindest Wanderstöcke, besser Pickel und Steigeisen.



Am Abstiegsbeginn vom Gipfel des Monte Cuarnan (Tour 19).

Gefahren

Alle Vorschläge für Bergtouren und Wanderungen folgen gebahnten Wegen oder Steigen. Dennoch ist vor allem im hochalpinen Gelände, an abrutschgefährdeten Stellen, bei der Querung steiler Hänge oder harter Altschneefelder und in steinschlaggefährdeten Bereichen besondere Vorsicht geboten. Nässe, Schnee und Vereisung können auch leichte Wanderungen zu schwierigen Touren werden lassen! Nicht zu

unterschätzen ist die Gewittergefahr im Sommer: gesicherte Wege, Gipfel und Grate sind bei aufziehendem Gewitter schnellstmöglich zu verlassen. Starkregen lässt auch kleine Rinnsale sehr schnell zu reißenden Wildbächen anschwellen, die in kürzester Zeit die Wege beschädigen oder gar zerstören können.

Von Giftschlangen (Aspisviper, Kreuz- bzw. Höllenotter) geht wenig Gefahr aus, da sie nur beißen, wenn sie sich bedrängt fühlen. Wenn auch i. d. R. nicht lebensbedrohlich, sollte man im Fall eines Bisses die betroffene Extremität möglichst ruhig stellen und einen Arzt /eine Ambulanz aufsuchen. Bei den einzelnen Touren wird ausdrücklich auf mögliche Gefahren hingewiesen.



© Helmut Lang, Roswitha Ortner

Gewitterwolken über dem Triglav.

Der Umwelt zuliebe ...

Auch als Wanderer hinterlassen wir einen ökologischen Fußabdruck, aber im Einklang mit der Natur unterwegs zu sein, ist gar nicht so schwer!

VORBEREITUNG UND ANFAHRT

- Sich vorab informieren, worauf in Bezug auf Natur und Umwelt in der jeweiligen Wanderregion besonders zu achten ist.
- Soweit möglich mit Bus und Bahn anreisen, Wander- und Rufbusse nutzen.
- Ist eine Anfahrt mit dem Auto nötig, Fahrgemeinschaften bilden.
- Bei weiten Anfahrten Mehrtagestouren planen oder von einem Quartier vor Ort aus mehrere Touren absolvieren.
- Flugreisen möglichst reduzieren und durch Beiträge zu Klimaschutzprojekten kompensieren.

KLEIDUNG UND AUSRÜSTUNG

- Beim Kauf von Outdoor-Kleidung auf umweltfreundliche und faire Herstellung achten und Kleidungsstücke möglichst viele Jahre nutzen.
- Ausrüstung kann man eventuell auch gebraucht kaufen oder ausleihen.
- Reparieren statt neu kaufen.

VERPFLEGUNG

- Beim Einkauf Bio-Ware, regionale und saisonale Erzeugnisse bevorzugen.
- Hütten und Gasthäuser auswählen, die regionale Produkte verwenden.
- Auf Einwegflaschen und Plastikverpackungen verzichten, stattdessen wiederverwendbare Trinkflaschen und Brotzeitboxen verwenden.

ÜBERNACHTUNG

- Bei lokalen Anbietern buchen, damit Menschen vor Ort profitieren.
- Auf Hütten und in anderen Unterkünften Strom und Wasser sparen.

UNTERWEGS

- Wege benutzen und Abkürzer vermeiden.
- Sperrungen von Wegen und Schutzgebieten respektieren.
- Wiesen und Felder in der Nutzungszeit nur auf Wegen betreten.
- Keine Blumen pflücken und keine Pflanzen entnehmen.
- Waldbrandgefahr beachten.
- Müll wieder mit nach Hause nehmen und dort entsorgen.
- Toilettengänge in freier Natur möglichst vermeiden.
- Lärm vermeiden.
- Hunde an die Leine nehmen.



ROTHER
BERGVERLAG