

EXTRA-INFORMATIONEN: SPORT IN UND UM TRIEST

Im Frühling: Triest kommt in Bewegung

Jogging, Inline-Skating, Nordic Walking. Wer Laufen von daheim gewohnt ist, der wird sich auch in Triest so wohl wie zu Hause fühlen. Der schönste Jogging-Pfad verbindet auf rund vier Kilometer Länge den Stadtrand Triests (Barcola, ab der Umkehrschleife des städtischen Autobusses) mit dem Schloss Miramare. Es handelt sich dabei um einen asphaltierten Küstenweg mit wunderschöner Aussicht in beiden Richtungen: An klaren Tagen türmt sich weit, weit hinter dem Schloss das Gebirge auf, und die Stadt selbst sieht man sogar an trüben Tagen. Der von Erfrischungskiosken gesäumte Weg ist aber auch ausgezeichnet für Spaziergänger, Inline-Skater und Nordic Walker geeignet.

Vom Hotel Riviera ist er zu Fuß durch den Schlosspark von Miramare erreichbar. Wer im Grand Hotel Duchì d'Aosta logiert, findet entlang des Weges ausreichend Parkmöglichkeiten.

Wanderungen mit spektakulärem Blick auf den Golf von Triest bietet der Rilke-Weg in Duino, der mit dem Auto leicht über die Panorama-Küstenstraße zu erreichen ist.

Wer es noch sportlicher mag, bekommt im Hotel Unterstützung bei der Planung anspruchsvoller Wanderungen durch die vielfältige Karstlandschaft. Als besonderer Tipp gilt eine Tour durch das wildromantische Rosandra-Tal.

Mountain Biking. Die wenig befahrenen Strassen des Karstes eignen sich auch hervorragend für Touren mit dem Mountainbike. Infos über Verleihmöglichkeiten gibt es an der Rezeption. Als besondere Herausforderung gilt der Mountainbike-Marathon „Parenzana“, der von Triest entlang bzw. direkt auf der aufgelassenen Bahntrasse nach Poreč führt.

Triest im Sommer: Das Meer zum Relaxen

Gleich vorweg: Weite Sandstrände sucht man rund um Triest vergeblich – weil es sich zum Teil um eine Steilküste handelt. Was wiederum landschaftlich um vieles reizvoller ist. Aber überall dort, wo weder der Karst steil zum Meer abfällt, noch Ortschaften liegen, genießen die Menschen im Sommer das klare und saubere Wasser des Golfs von Triest.

Die Strandbäder um Triest. Wer aus Richtung Venedig auf der A4 nach Triest reist und die Abfahrt Duino wählt, findet zwischen Duino und Sistiana die Abzweigung nach **Sistiana Mare** – und dort einen durch eine Bucht geschützten weitläufigen Kiesstrand, der im Westen von jenem hohen Karstfelsen begrenzt wird, auf dem sich

der berühmte Rilke-Spazierweg befindet. Von der 1928 in den Fels gehauenen Costiera (Küstenstraße SS14) führen kleine, steile Stichstraßen hinunter zum Meer. Allerdings findet man an deren Endpunkten vor allem Freizeit-Häfen – und nur ganz kleine Badeplätze, zum Teil mit Schotterboden, der zum Teil aber auch mit schroffem Fels durchsetzt ist.

Mehr Platz zum Baden bieten da schon die Seebäder in der Bucht von **Grignano**, von denen man das Meer über breite Stufen (selbstverständlich mit Geländer) betritt. Die vor der Bora geschützte Lage sorgt für ein fast schon subtropisches Mikroklima, das es schon Erzherzog Maximilian angetan hatte: Auf dem Felsen, der die Bucht von Grignano von der Bucht von Triest trennt, ließ er sein Schloss Miramare erbauen, umgeben von einem exotischen Prachtgarten. Das Wasser ist so rein, dass man ein WWF-Meeres-Reservat begründen konnte. Als Bäder in Grignano stehen das **Sirena Bad** (mit zusätzlichem Pool und der Bar-Lounge „Tiki Club“) sowie das **Riviera Bad**, 29 Meter unterhalb des Hotel Riviera und mit diesem durch einen Lift verbunden, zur Verfügung. Hotelgästen vorbehalten ist die exklusive **Beach Lounge**, ein abgetrennter Bereich mit Luxus-Liegen und Kellner-Service.

Von Miramare bis zum Stadtrand Triests zieht sich der **Lungomare**, eine vier Kilometer lange Promenade, aber auch ein ebenso langer Strand (teils Kies, teils Schotter) mit einigen Kiosken umfasst. Hier und in den vielen Bars auf der gegenüberliegenden Seite der Straße spielt sich im Sommer das pralle Leben ab.

Der **Stadtstrand** vor dem Alten Hafen ist eine Premiere: Das Areal auf der künstlichen Insel, die unter Maria Theresia als Wellenbrecher aufgeschüttet wurde, ist in diesem Jahr erstmals zum Baden freigegeben. Per Schiff erreichbar.

Von Triest ist es nicht weit nach **Istrien**. Im slowenischen Teil findet man einige Sandstrände, z.B. in Portorož.

Herbstliche Badefreuden in Triest

Beim Hotel Riviera, einst und jetzt. „Im Winter und Frühjahr ist es für den Aufenthalt für Menschen, welche der Ruhe und milden Seeluft in einem südlichen Klima bedürfen, zu empfehlen, im Sommer und Herbst für Badegäste, an dem flach ins Meer abfallenden Strande, in dem kristallhellen, von keinerlei Kanälen verunreinigtem Wasser.“ So schildert „Woerls Illustrierter Führer durch Triest und Umgebung“ um 1900 Grignano, den Standort des Hotels Riviera vor Triest. Offenbar waren die Gäste damals abgehärteter als heute. Trotzdem, bis Ende September ist die Beach Lounge, der Privatstrand des in unmittelbarer Nachbarschaft zum Schloss Miramare gelegenen Hotels für die Gäste geöffnet. Wer sich an den historischen Reiseführer hält, könnte ungefähr sechs Kilometer weiter westlich, in Sistiana Mare, gar bis Ende Oktober Badefreuden erleben.

Alle, die bis in den November hinein das Leben im Freien genießen möchten, sind im Riviera jedenfalls gut aufgehoben. Nicht nur das Restaurant, sondern auch die völlig neu gestaltete Bar haben nun eine Terrasse hoch über dem Meer, auf der es sich – wenigstens am Tag – gut in der Sonne verweilen lässt.

Info:

Hotel Riviera, I-34010 Triest,

Strada Costiera 22, Tel. +39-040-224-551, Fax +39-040-224-300,

info@hotelrivieraemaximilian.com, www.magesta.com,

Grand Hotel Duchi d'Aosta, I-34121 Triest,

Piazza Unità d'Italia, 2, Tel. +39-040-76-000-11, Fax +39-040-366-092,

info@duchi.eu, www.duchi.eu

Presseinfo:

Ruth Zeillinger, Tel. +43 (0) 664/254 57 97,

Fax +43 (0) 66477/254 57 97, ruth.zeillinger@rzpr.at, www.rzpr.at