Langs de E1 naar en in Italië

Een Europees *lange afstand* wandelroute
door Zwitserland en de Apennijnen
naar Italië

Fiets & Wandelbeurs te Gent 18 & 19 Februari 2023

https://lucgregoir.be

Op het menu

- Wandelwegen naar Italië
- De Europese wandelweg E1
- La Strada a Nord
- De middenweg van Pelgrimswegen naar Rome
- Deeltrajecten en varianten
- Doorlopen
- Is de Middenroute iets voor jou?

Dia's op www.lucgregoir.be

Even vooraf … gsm data & credits

- **Kaarten**
  Zijn van OpenStreetMap en haar bijdragers
  OpenStreetMap® is *open data*, vrijgegeven onder de Open Data Commons Open Database License (ODbL) door de OpenStreetMap Foundation (OSMF)
  Map tiles: Stamen Design en jawgmaps

- **Schetsen & beeldmateriaal**
  Luc Gregoir tenzij anders vermeld, contacteer auteurs voor hergebruik

- **GPX data**
  Spoor bron (gps track): zie vermelding horend bij het spoor
  Contacteer auteur of bronsite voor de voorwaarden hergebruik of voor het bekomen van ongefilterde en recente data
  Gps sporen die je kan downloaden vanuit deze presentatie zijn bedoeld voor planning en niet geschikt om ze in het veld te gebruiken!
  Gefilterd data en de hoogte gegevens zijn opgedirkt met DEM data

GroteRoutepaden
WANDELEN & FIETSEN OVER LANGE AFSTAND

- Via Francigena
- GR5 – Alta via dei Monti Liguri
- Europese wandelweg E1
- Via Romea Germanica

Zoom

Map tiles by Stamen Design

Verschillende wegen
Verschillende kenmerken

- 2 pelgrimswegen Via Francigena & Via Romea
  - Voor breed publiek
  - Ruime info en omkadering
- 2 toeristische meer sportieve wegen GR5 & E1
  - Wisselende ondersteuning
  - Niet overal gelijk niveau
  - Verspreide informatie
- Op het lijntje lopen is niet verplicht
  - Je kan een route bekijken als een bron van inspiratie
  - Wegen kruisen, je kan altijd een andere richting inslaan

- De E1 wordt beheerd door de Europese wandelvereniging (European Ramblers Association) era-ewv-ferp
- De route is in Zuid Italië nog in ontwikkeling
- Hij maakt gebruik van reeds uitgezette routes

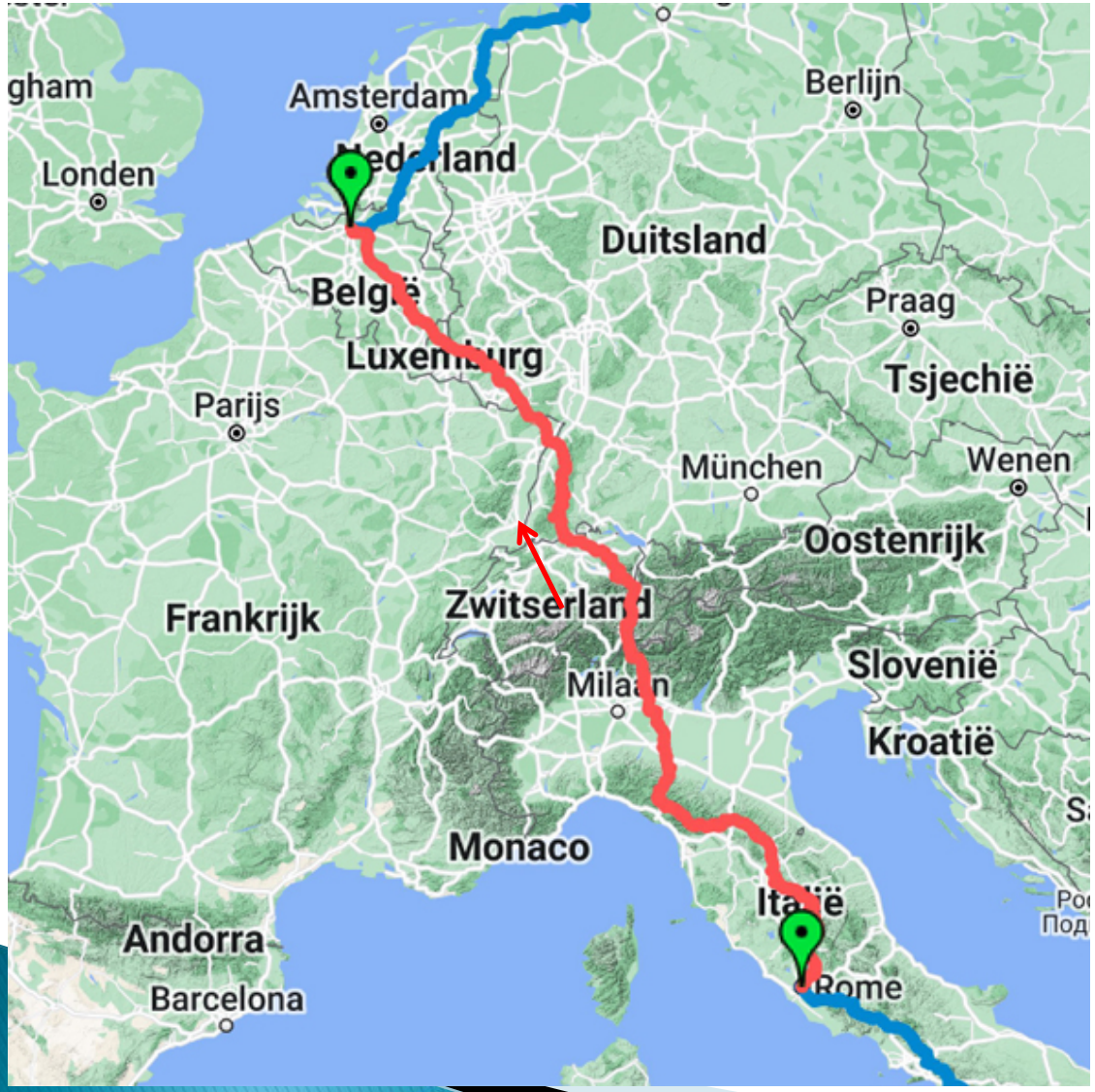
Europese wandelweg E1

Duitstalige site (met gps sporen)
Nederlandstalige site E1
in Duitsland
Westweg in het Zwarte woud en Querweg Freiburg-Bodensee (en gedeelten van de Schluchtensteigs)
In Zwitserland
de Route 4 (Via Jacobi / "Schwabenweg") ,Route 99 en Route 2 (Trans Swiss Trail)
In Italië
Alta Via dei Monti Liguri en de Grande Escursione Appenninica (GEA)

E1 één route

- … met veel toepassingen en variaties
  - *De Middenroute naar Rome* van **Pelgrimswegen naar Rome (PnR)** loopt over een gedeelte van de E1 als aanloopweg naar de Via Francigena in Pavia of de Passo della Cisa
  - Mijn route van Sicilië naar Noorwegen *La Strada a Nord* begint en eindigt op de E1, maar is er onderweg dikwijls ontrouw aan
  -

La Strada a Nord



Mijn eigen inbreng

Een Zuid-Noord route van Sicilië naar Rome

Traject Rome - Antwerpen uitgewerkt en gelopen in 2012 in 2023 wordt dit beschreven in N-Z richting

Deeltraject Zwitserland en PO vlakte gaat door de Splügenpas en wijkt af van de E1 die over de Sint Gothard loopt

Meer informatie op de site lucgregoir.be/la-strada-del-nord

In 2023 wordt gewerkt aan een Noord-Zuid versie van het traject Antwerpen - Rome

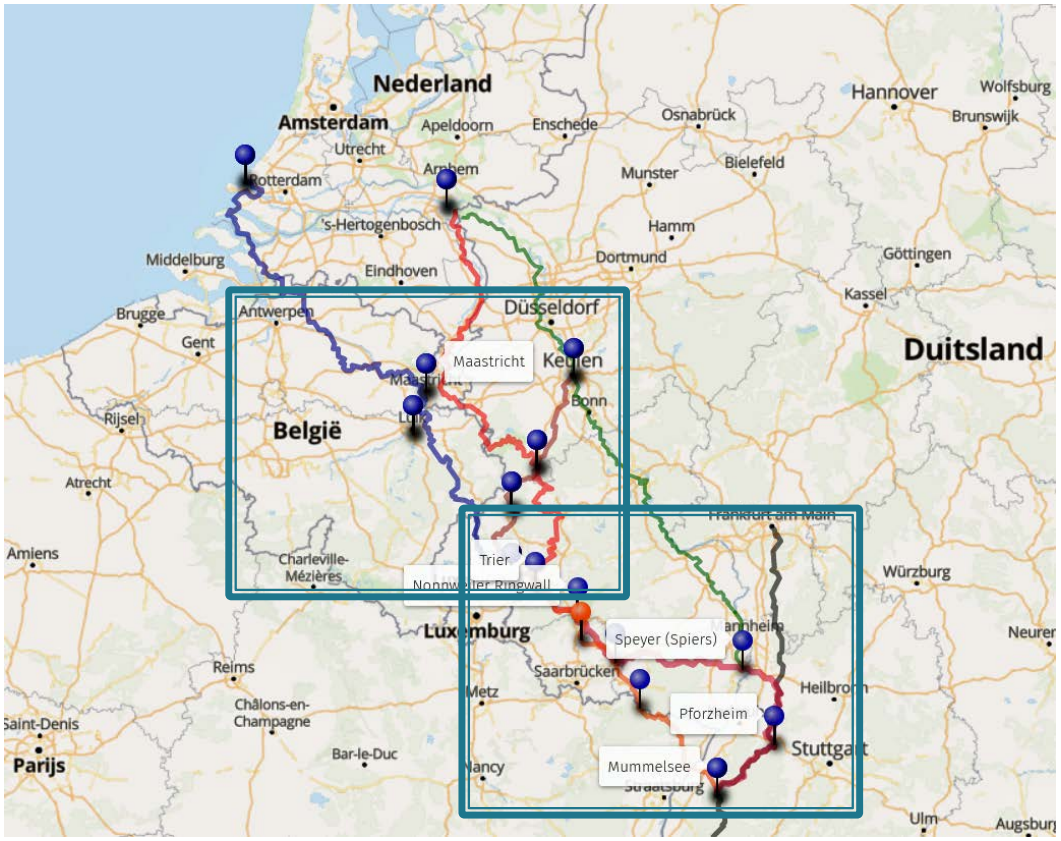
De Middenroute op de PnR Site

- Volg menu
  - *Te Voet > Routes*
  - Klik op Afbeelding Middenroute
- Kaart route (Versie 2017) onderaan de pagina
  - *Bekijk hier de OSM UMAP overzichtskaart van de hoofdroutes*
  - *Route wordt momenteel herwerkt met de focus op het pelgrimeren*
- Informanten
  - Menu *Vereniging > Informeren*
  - Klik op *Pelgrims informeren elkaar*
  - In de beschrijving van de deeltrajecten bekijk de alinea *Reisverhalen over deze route*

Deel 1: Naar de E1

Aanloop

- Hang af waar je vertrekt



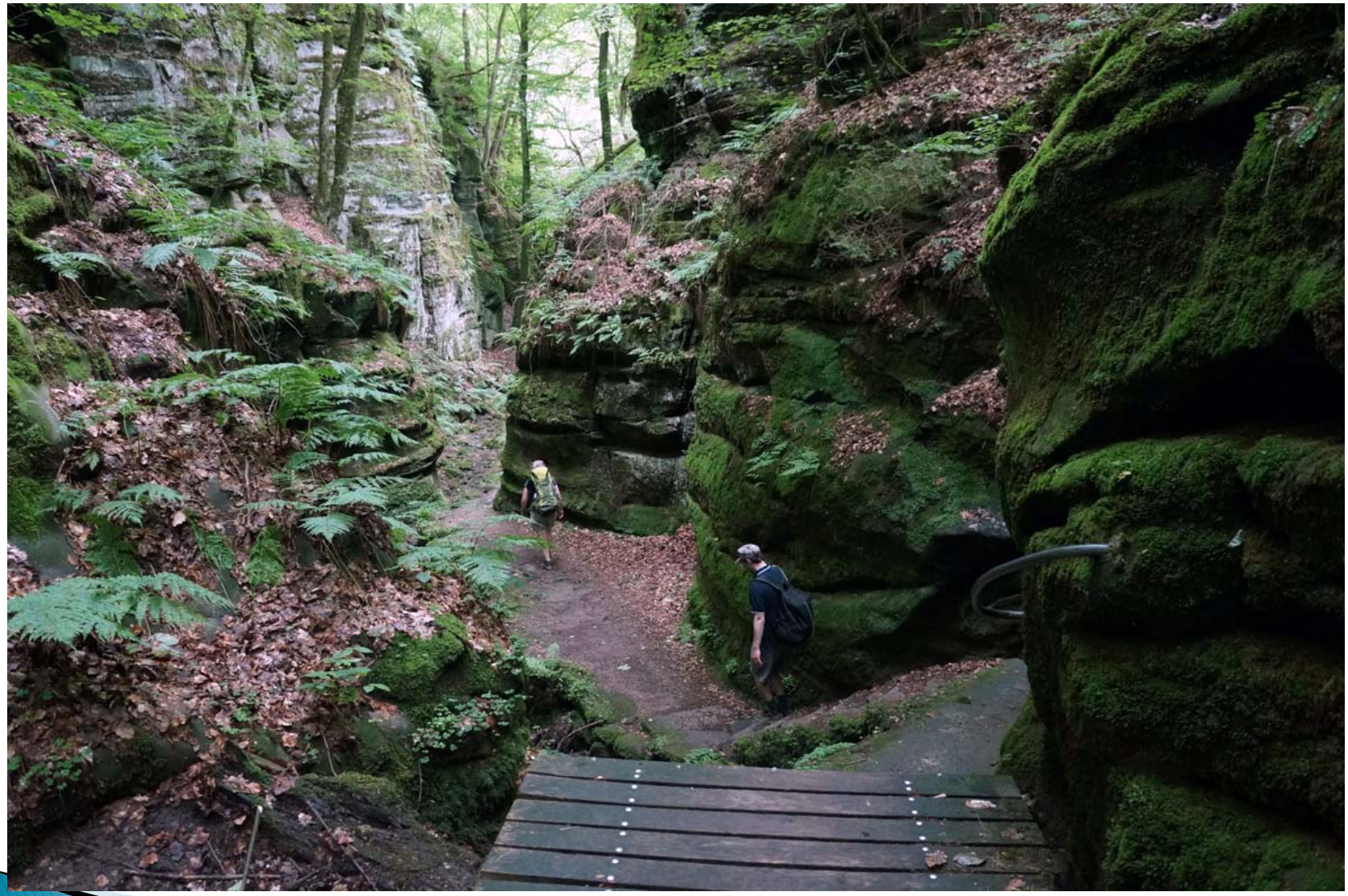
Aanloop uit de Lage Landen naar Trier

- Pieterpad
- Krijtlandpad
- E8
- GR5 (E2)
- Eifelsteig
- Jacobspaden langs de Rijn / Rijnsteig
- Saar-Hunsrück-Steig

In Vlaanderen bekijk
De Alta-via wandelkaarten op 1:85000 of
de overzichtskaart met GR's

Op de E8 kan je in Blankenheim eventueel overgaan op de Jakobsweg Via Coloniensis en dan verder op de GR5

de Eifelsteig

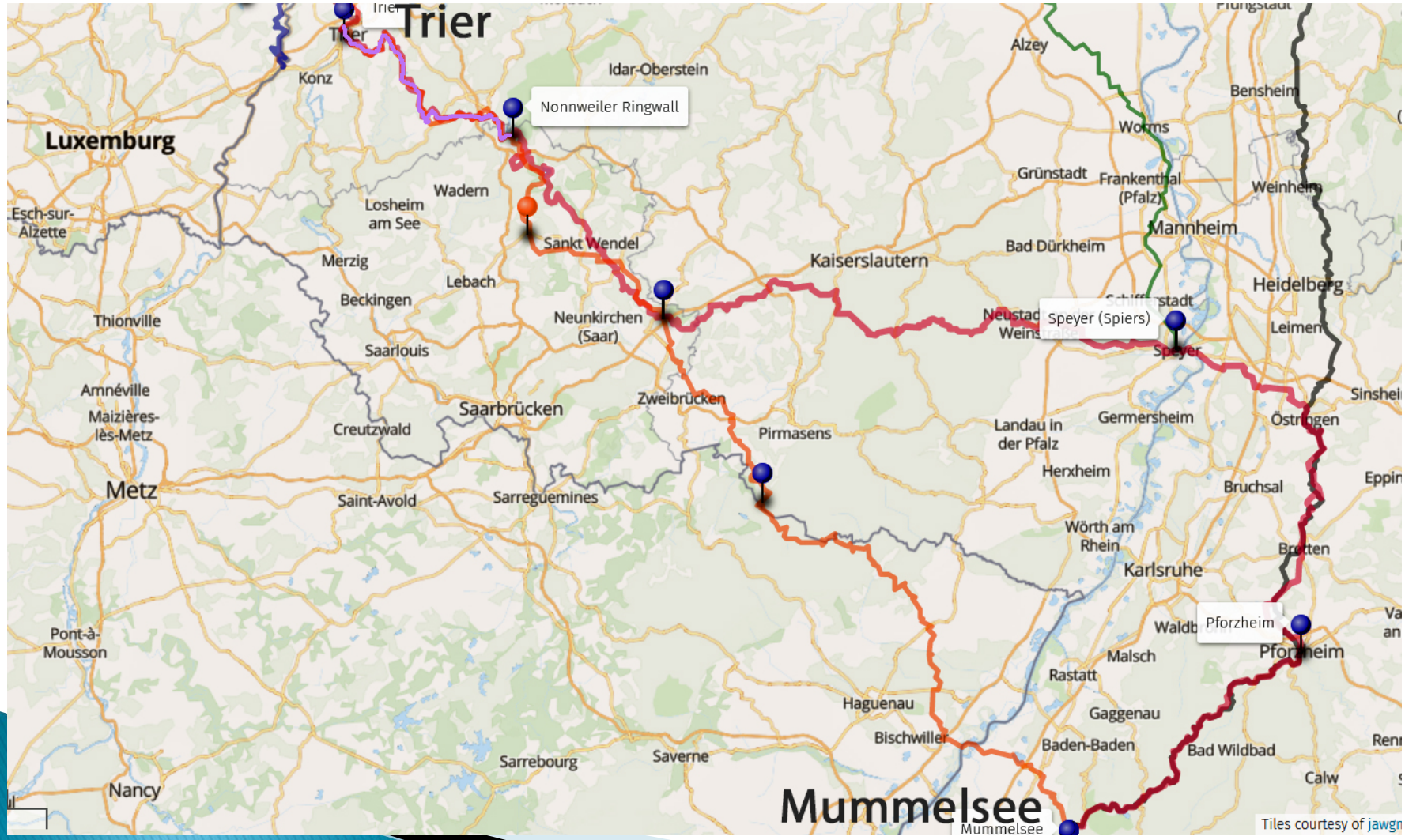


Op de Mullerthal Trail (GR5 in Luxemburg)

Van Trier naar het Zwarte Woud

- De Saar und Hunsrück Steig sluit in Trier aan op de Eifelsteig
- Trier ligt ook op dag afstand van de GR5 in Echternacht (gps spoor)
- Je komt langs
  - Benedictijnse abdij St. Mauritius in Tholey
  - Nonnweiler aan de Keltische Ringwal van Otzenhausen
- Nabij Homburg heb je twee keuzes:
  - ofwel door het pfaltzerwald tot Speyer en even verder op de E1
  - ofwel door natuurpark Vosges du Nord naar de E1 die hier over de Westweg loopt

Trier – Zwarte Woud



Saar-Hunsruck steig

"Mosel, Nahe, Saar und Rhein schließen unsern Hunsrück ein.„

Van Trier naar Nonweiller
Etappes kaart, overnachten, gps: 27 - 26 - 25 tot Keller steig - 7 - 8

Op de Saar Hünsruck Steig nabij Nonnweiler

Langs de Noord Vogezen

- Op de grens van Duitsland en Frankrijk
- 245 km Trier – Undermat op de Westweg in het zwarte woud
- Langs de Altschlossfelsen en burchten in de *grés rose des Vosges*
- In Bhül kruist deze variant de Jacobswege Baden die door de Rijn valei loopt en in Wolfach op de Westweg komt

Schuilhut

- Beschrijving route door Noord-Vogezen
- met kaartjes en suggesties om te overnachten
- Blog André de Groot
- Strada a Nord T24 en T23 (zuid-noord traject)

Altschlossfelsen op het Brechenbergpad nabij Eppenbrunn

Burcht in het grés rose des Vosges gesteente

Langs een Jacobsweg naar Speyer

- Pfaltzerwald is de Duitse tegenhanger van het natuurpark Vosges du Nord, beiden behoren tot hetzelfde grote woud en staan op de UNESCO lijst
- De noord Pfältzerroute loopt door dit woud naar Speyer (GPS route en kaart)
- Speyer een Romeinse stad, met rijke historisch en religieuze geschiedenis
- Deze variant is nader beschreven op het deeltraject Trier naar E1 op de PnR site

Karlstalschlucht bij Trippstadt op de Jacobsweg. Foto HelloWorld

Vanuit Nijmegen via Jacobswegen

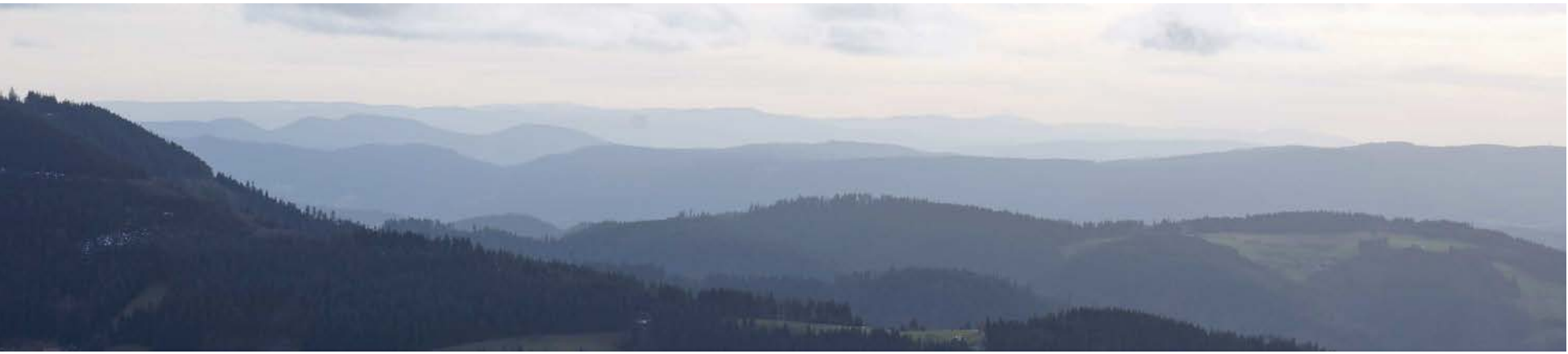
Via Keulen (op de Oostroute)

- Nordrheinische Jakobswege Nijmegen – Keulen
- Jakobsweg Keulen – Bingen – Worms – Speyer
- Zie ook Rheinsteig (Bonn tot Bingen)

Ofwel via Trier

- Jacobsweg Keulen – Trier
- En vervolgens Trier – Zwarte woud …

Enkele afstanden

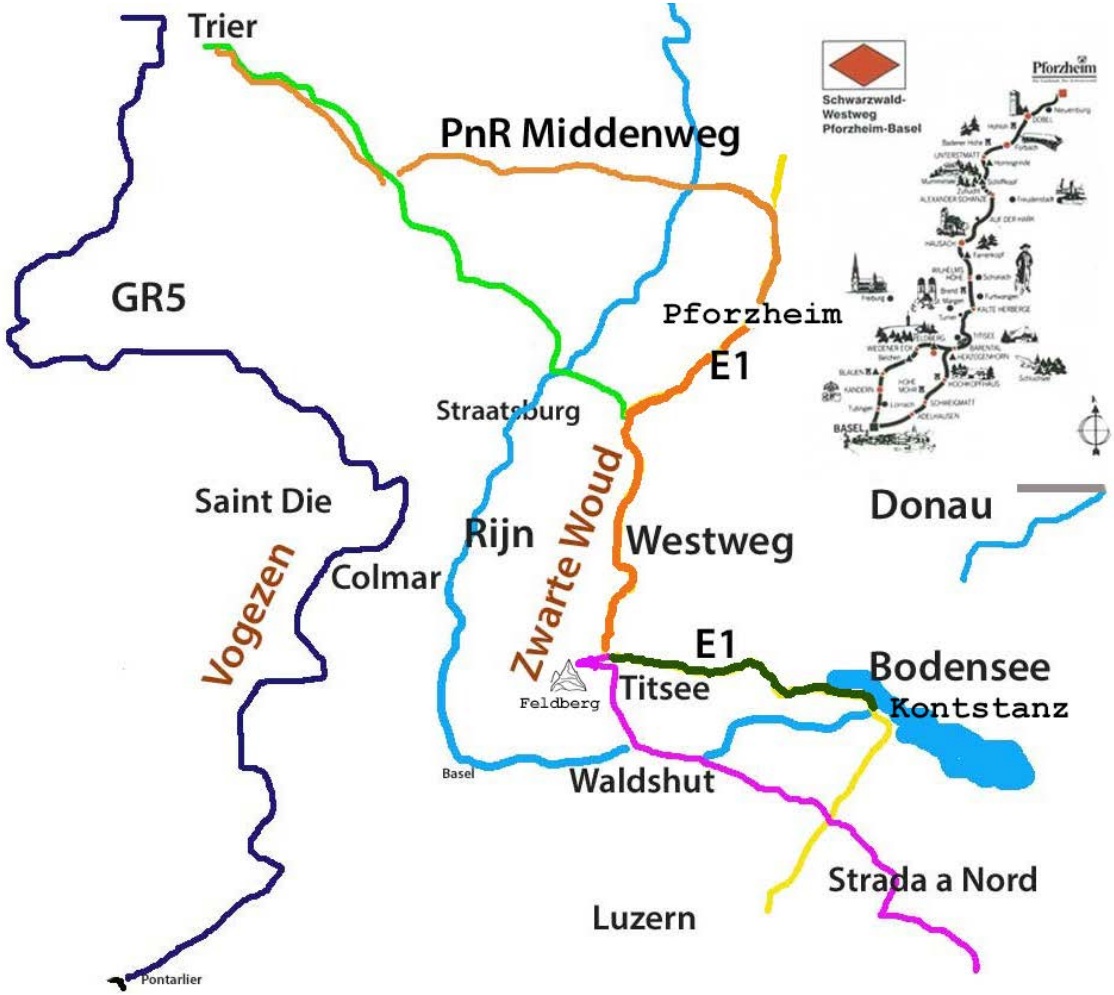


	Afstand in km
Jacobs wegen/Rheinsteig Nijmegen-Keulen – Mummelsee	689
Nijmegen - Trier - Speyer – Mummelsee (PnR) (i)	926
Nijmegen - Trier - Bhül – Mummelsee (Noord Vogezen) (i)	804
Antwerpen - Trier - Bhül – Mummelsee (GR5/Noord Vogezen)	628

(i) *Indien in Blankenheim wordt overgegaan van de Eifelsteig op de Via Coloniensis naar Trier is de afstand 34 kilometer korter*

Deel 2 de E1 door het Zwarte Woud

De Westweg in het Zwarte woud

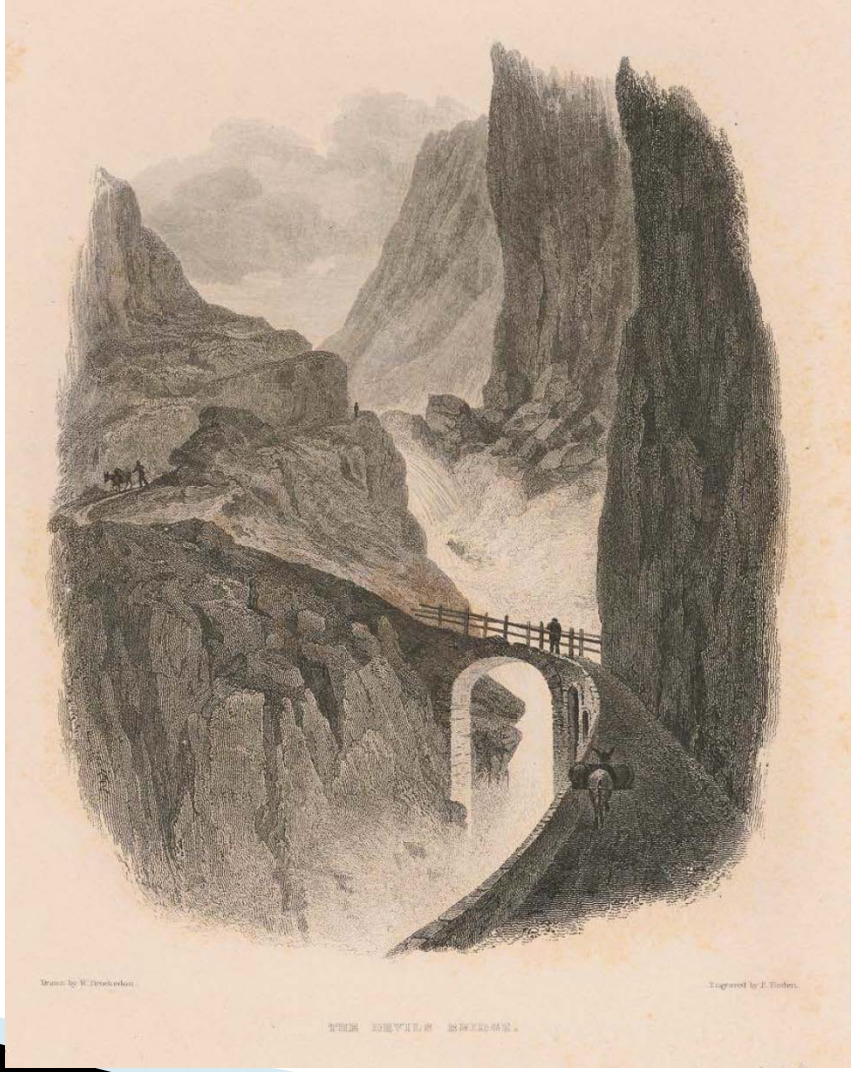


- De E1 loopt vanaf Pforzheim tot Titsee over de Westweg door het Zwarte woud
- In Titsee gaat de E1 over op de Querweg naar Konstanz aan de oevers van de Bodensee op de grens met Zwitserland
- In Titsee kan eventueel verder gelopen worden naar Waldshut en Fishingen
- reisgids Westweg met gpx (2022) Conrad Stein

Overnachten in Frankrijk & Duitsland

- Jeugdherbergen
- Hotelletjes
- Shelters
- Hutten op Campings
- Klooster Maria Hilfe
- Gratis ticket openbaar vervoer
- Zie sites & toeristische folders

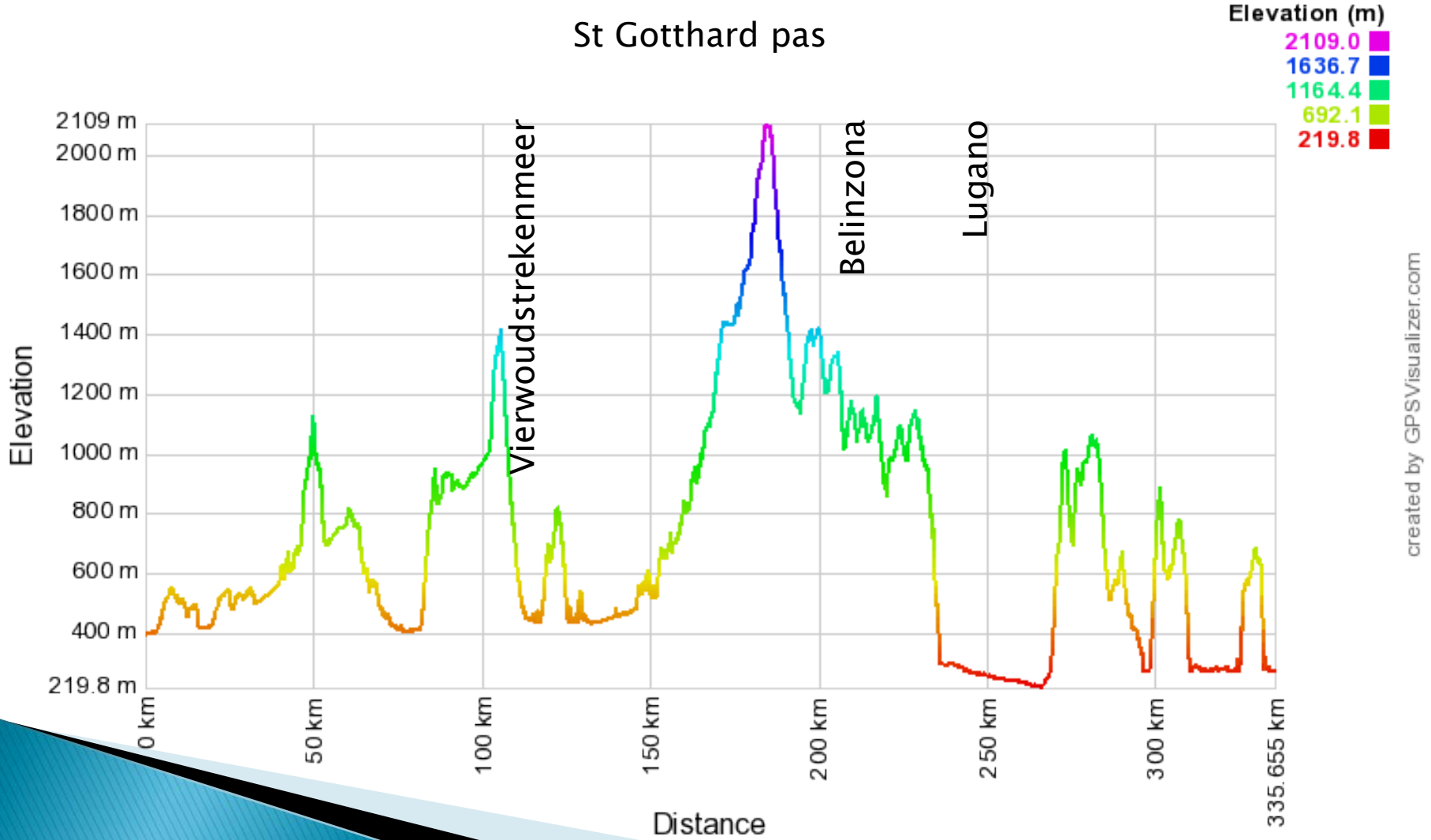
Deel 3 Door Zwitserland naar de Po vlakte



Door de Alpen

- Van Konstanz naar het Vierwoudstreken meer de Gotthard pas (Monte Tremolo) over naar Lugano tot de grens met Italië in Ceresio
- Volgt van Konstanz de Jacobweg, nationale route 4, tot Einsiedeln
- De route 99 langs het vierwoudstreken meer
- En daarna de Trans Swiss trail, nationale route 2, tot Mendrisio
- Uitgebreide informatie vind je op https://www.schweizmobil.ch

Alpenprofiel



Klim Göschenen van Hospental – Foto André de Groot

Klim van Hospental naar San Gotthardo Foto André de Groot

Alternatief door Zwitserland

- Route over de Splügenpas

Zoom

- Bij Feldberg doorlopen naar Waltshut-Tiegen
- De Rijn verlaten waar de Töss in de Rijn komt en die volgen langs Winterthur
- Bij het klooster van Fischingen kruis je de E1 weer
- De Walensee over en terug aanknopen bij de Boven Rijn
- De Splügenpas over naar Bergamo en bij Fidenza kruis je de via Francigena die je dan kan volgen tot de Passo della Cisa
- La Strada a Nord
- Route van Monique en Barry
- Verslag Terie Leijs

Hinterrhein in het natuurpark Beverin

Lange afstandsroutes doorheen Italië

- Routes
  - E1
    - Italiaanse site: www.fieitalia.com
    - Nieuwe site (lid E.R.A.)
    - Hiking Europe
  - S.I.
    - Sentiero ItaliaCAI
    - C.A.I. de Italiaanse alpiene vereniging
- Nationale parken
  - http://www.parks.it/
  - Sentiero dei Parchi project

Reisverhaal Sentiero d'Italia

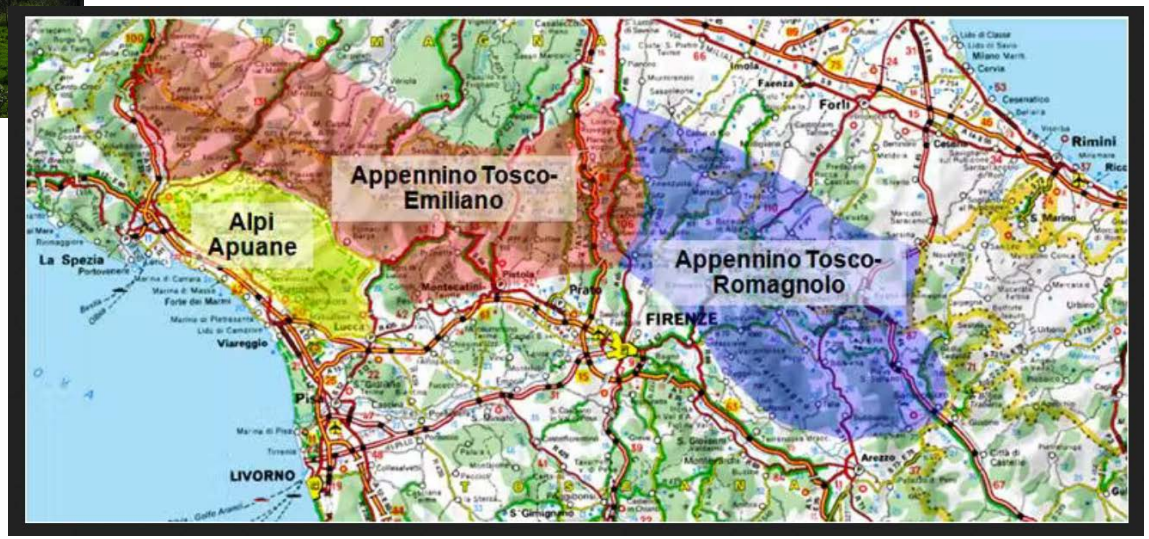
Auteur
Tineke Straatman
Willem Ten Veen
Uitgever
Amsterdam: Atlas, 2000
250 p.
ISBN
90-450-0328-7

Langs de Ticino naar de PO in Pavia

- Initiatief van Marijn Bos
- Online-kaart
- *Interactieve kaart*
- Italiaanse gids *La Valle del Ticino col Sentiero E1*

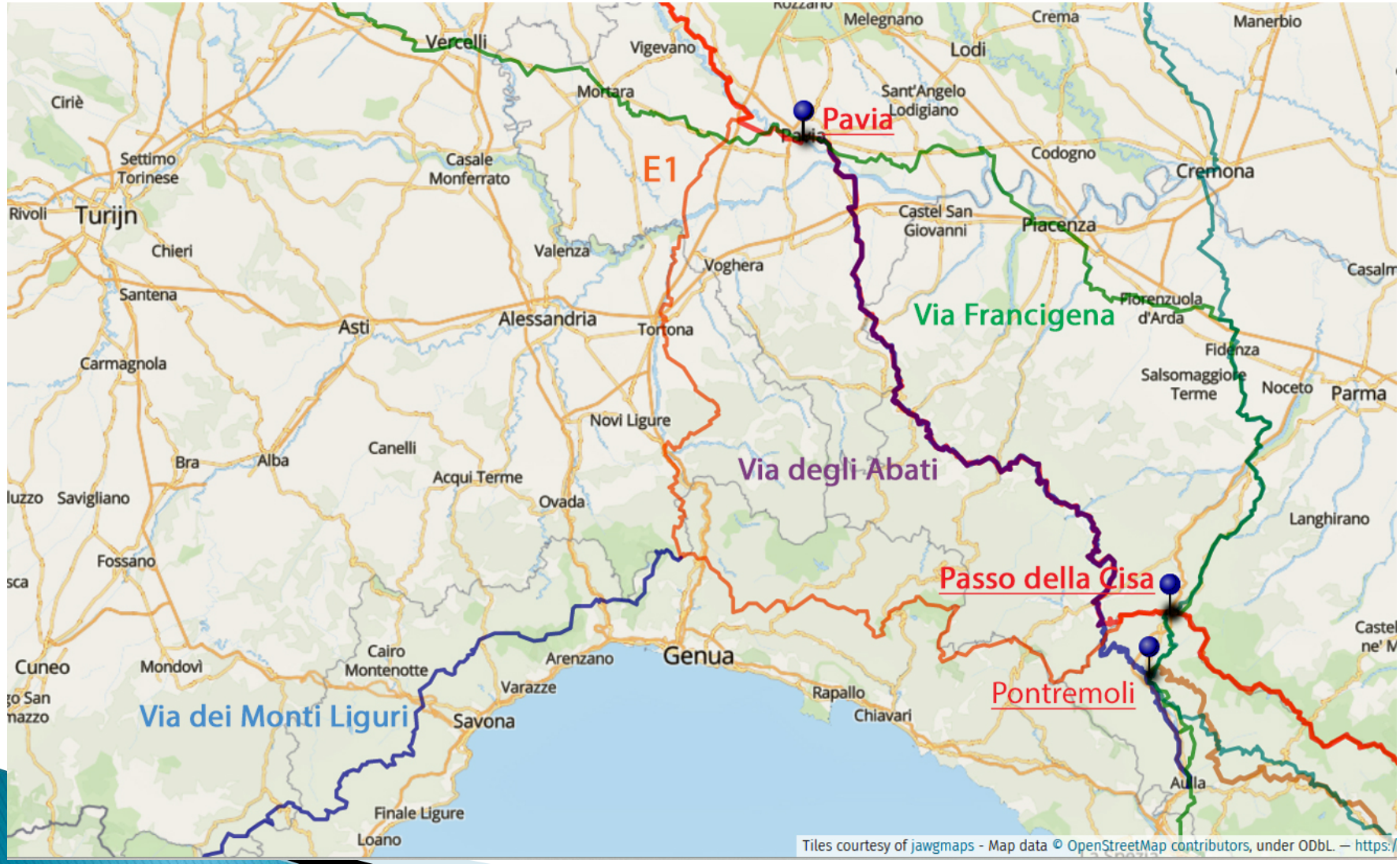
Deel 4 Noord Apennijnen

- Appennino tosco-emiliano e tosco-romagnolo

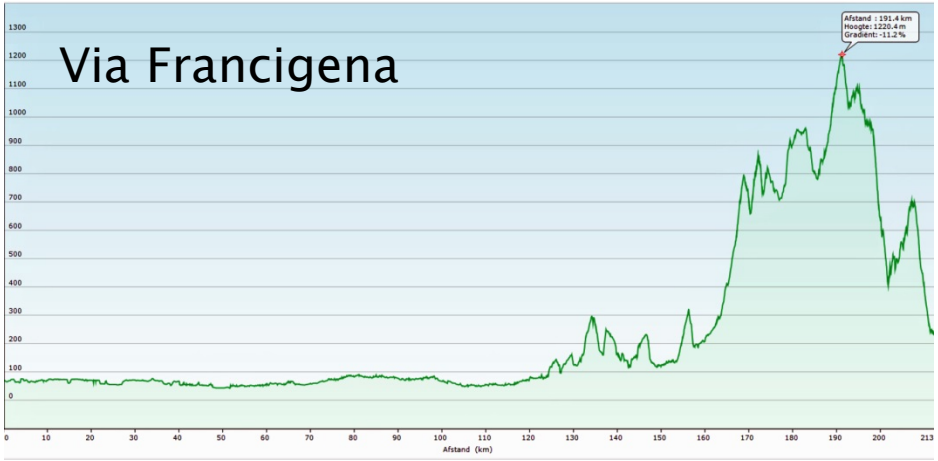


Kaart:www.summitpost.org

Door de PO vlakte naar de Apennijnen



Profiel van de drie routes



	E1	VF	Abati
Afstand	273	213	185
Stijgen	13.260	4.323	6.710
Max	1.681	1.223 m	1.239
Kenmerk	EE	T&E	E

Pavia – Pontremoli / Passo di Cisa

- Informatie
  - Officiële site Via degli Abiati
  - Via degli Abiati op PnR site
  - Via Francigena op de PnR site
  - E1 L'*Alta Via dei Monti Liguri* vanaf Passo della Bocchetta
- Reisverslagen
  - Blog André de Groot
  - Blog Jan Buijs (Via dei Monti Liguri – E1)

Fornovo sul Taro op de Via Francigena

Via degli Abiati – Foto André de Groot

Via degli Abiati – Foto André de Groot

De Gran Escursione Appenninica

- Vier (doorgaans) gelijklopende routes
- noordelijk (tosco-emiliano) en zuidelijk deel (tosco-romagnolo)
- 28 etappes 425 km

S.I.
E1
CAI '00' tot San Peligrino

- Valt samen met SI die verder doorloopt
- CAI 00 volgt lokaal soms een andere route
- Begin op de **passo dei Due Santi** die aansluit op de l'Alta Via dei Monti Liguri
- Grens 2 delen is op de Passo della Futa
- Naar **Bocca Trabaria** op de Franciscusweg
- Gidsen zijn Zuid-Noord

De Gran Escursione Appenninica

- Reisverhalen G.E.A.
  - Jos de Ridder en Jan Leussink

Alternatief voor de noordelijke G.E.A.

- Van Passo della Cisa tot Prachia op de as Modena – Pistoia loopt de G.E.A. tussen 1500 en 2000 meter en heeft de kwalificatie ‘EE’
- Daarna loopt hij lager en heeft er de kwalificatie ‘E’ (Escursionistico of gemiddelde ervaring vereist), gelijkaardig aan wat je op de Franciscus weg kan verwachten.
- Een alternatief voor het noordelijk deel vormt de Via dei Volto Santo & een verbindingsroute door de Appennino Pistoiese

GEA alternatief
Via del Volto Santo

Via del Volto Santo

- Geïnspireerd op een pelgrimsroute uit de 11de eeuw
- Langs de Serchio rivier door de Garfagnana vallei
- In Bagni di Lucca kan je naar de G.E.A. lopen de GEA route heeft vanaf hier kenmerk **E**
- Hier doorkruis je de **Appennino Pistoiese**
- Of je kan verder tot Lucca lopen en aanknopen bij de Via Francigena
- Artikel over de Via del Volto Santo op mijn website
- Kaartjes en gps-sporen van de 7 etappes

de rivier Serchio in de Garfagnana vallei

Ponte Magdalena, ook nog Ponte del Diavolo, in Borgo a Mazzano even voorbij Bagni di Lucca

De hoge G.E.A. gezien vanuit de Appennino Pistoiese

karakteristiek G.E.A. pad

11 mei 2015 in de 'hoge' G.E.A.

Reisverslagen

- Verslag van Passo della Cisa tot Badia Prataglia over de GEA van Jos de Ridder en Jan Leussink

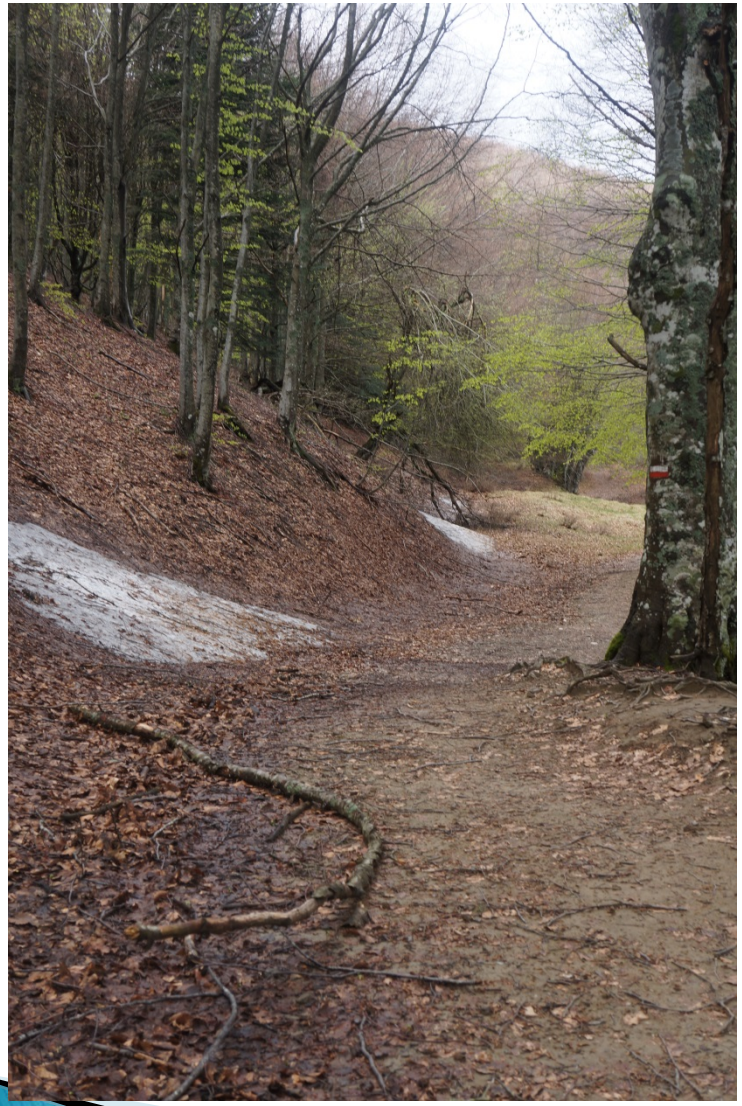
- Verslag GEA en Via del Volto Santo in zuid-noord richting door Luc Gregoir

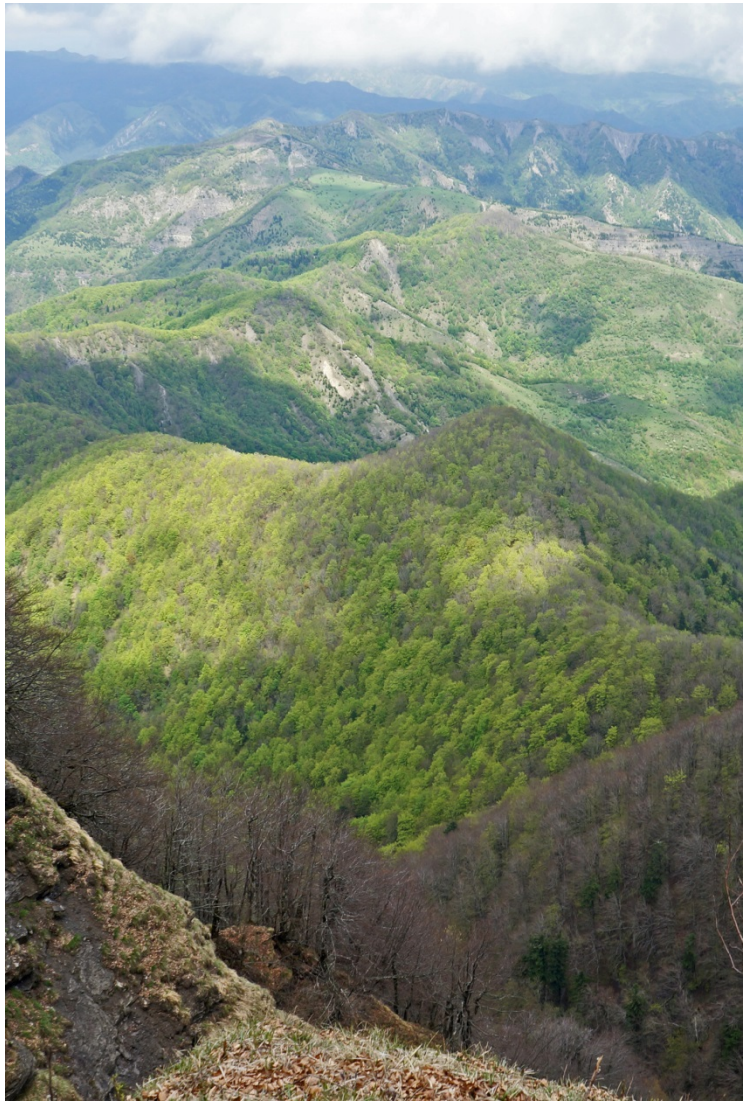
Over de zuidelijke GEA naar de Franciscusweg

- In zeven dagen over de Apennijnen kam naar de eremo di Camendoli op twee dagen van Chuisi dela Verna
- De kam daalt door beukenbossen naar de passen waar er rifugio's of hotelletjes zijn
- Op de Futa pas ga je over van de Appennino tosco-emigliano in de Appennino tosco-romagnolo.
- Hier wordt ook de Alte Vie di Firenzuola deel van de Via degli Dei gekruist die naar Firenze afdaalt.

Passo della Futa

Via Francigena <-> Franciscusweg





Deel 5 afslagen naar Rome

- Voorbij La Verna op de Bocca Trabaria stopt de GEA
- de E1 loopt verder over de kam naar de Sibilini en de Abruzen
- maar kan je ook afslagen op de Franciscus weg(en) die van Firenze komen en naar Rome leiden

Franciscusweg

- De G.E.A. loopt nabij de Eremo Di Camaldoli u op de paden die langs de verschillende kloosters komt die Sint Franciscus bezocht.
- Verschillende gidsen beschrijven routes van Chuisi della Verna naar Rome, een goede nederlandstalige is ‘Een Franciscaanse Voetreis’ van Kees Roodenburg. De gids bevat begeleidende informatie en gedetailleerde kaartjes, hed bijhorende GPS spoor kan aangevraagd worden. De gids werd geactualiseerd en wordt verder bijgehouden door Ruud Verkerke en Pieter Quelle.

Eremo di Montecasale

Assisi

Variant en aansluiting op de Via Francigena

- Tussen La Verna en Assisi kan je de Sentiero ‘50’ volgen die langs Celle, Cortona en het Lago Trasimeno gaat.
- Aan het Lago Trasimeno kan je doorsteken naar San Quirico d‘Orcia op de Via Francigena

Doorlopen richting Jeruzalem

- In Rieti kan je overgaan op de Cammino di San Benedetto die van Norcia door de Sibilini naar Monte Cassino gaat.
- In Montesarchio bij Benevento komen de verschillende varianten van de Via Francigena del Sud terug samen die verder naar kuststeden aan de Adriatische zee als Bari, Brindisi Santa Maria di Lueca voert.
- Ook de E1 komt hier langs die je kan volgen als je naar Salerno of Sicilië (*overstappen op SI*) wil verder reizen over de Middellandse zee.

Naar Rome of doorlopen naar Jeruzalem

Montecassino

Is de midden route iets voor jou?

Welke vragen moet je jezelf stellen?

Wat wil ik met deze tocht bereiken
Waar moet ik rekening mee houden
Wat kan ik aan
Wat is mijn risico appetijt

Gegidst versus puzzelen

- Welke gids beschrijft de route van deur tot deur?
- Welke kaarten zijn er?
- Welke digitale hulpmiddelen heb je?
- Kan ik bij iemand ten rade gaan?
- De ganse route of een deel?

Hoe zelfredzaam ben je?

- Wat heb je nodig om je weg (terug) te vinden?
- Wat doe je als je voor een gesloten deur staat?
- Wat met een grollende maag en geen winkels?
- Hoe sta je tegenover kamperen en bivakeren?

Wat moet dat kosten?

- Onderdak in Duitsland
- Onderdak in Zwitserland
  - Jokobsweg
  - Slapen op de boerderij
  - Hutje op camping
- Onderdak in Italië

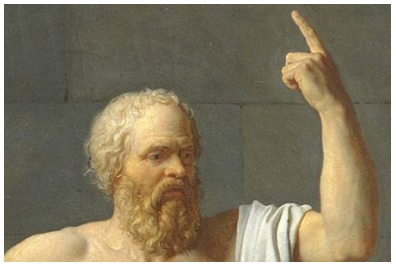
Gevaarlijke route?

Te overwegen:

Over welke gevaren hebben we het?
Zijn er routes zonder gevaar?

Hoe kan ik me voorbereiden?

Zes basis regels voor de bergwandelaar



1. Doe enkel wat je aankan
2. Voorzie je van aangepaste uitrusting
3. Ga niet alleen of laat weten waar je zit
4. Hou rekening met het klimaat
5. Respecteer de natuur
6. Gedraag je als gast

Cursus bergwandelen BPA

- Fysieke voorbereiding
- Staptechnieken
- Gevaren in de bergen
- Voeding
- Materiaal en uitrusting
- Weerkunde
- Eerste Hulp bij Bergsportongevallen
- Bergomgeving: geologie, fauna en flora
- Oriëntatietechnieken: kaart en kompas, gps
- Tochtvoorbereiding en –planning (op papier en digitaal)
- GPS & Garmin Basecamp
- Workshop: hiking en bivakkeren

Je kan mij en nog veel meer vinden op de stand van GroteRoutepaden

Meer wandel- en fiets info?

Kom zeker langs op de stand van Grote Routepaden
en neem een gratis exemplaar mee
van ons magazine **Op Weg**
met nog veel meer wandel- en fietsverhalen.

Gratis exemplaar Op Weg

GroteRoutepaden
WANDELEN & FIETSEN OVER LANGE AFSTAND