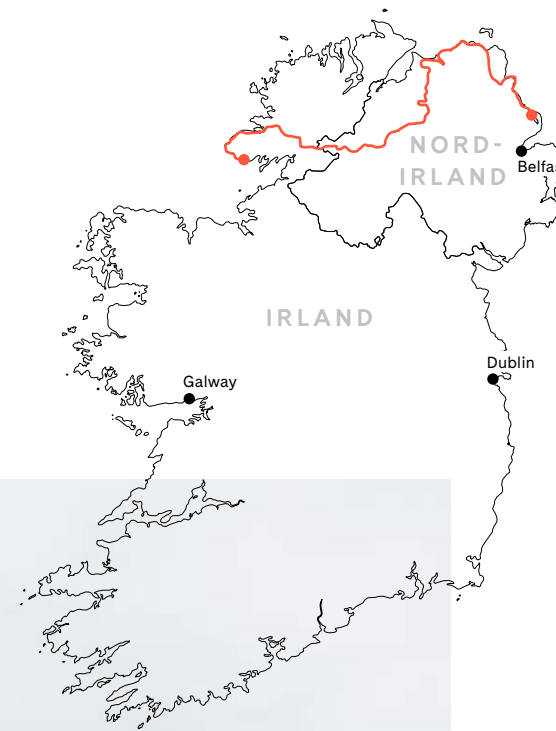


ABSEITS BEKANNTER PFADE

Text & Fotos Colin Tuff



Der Appalachian Trail im Osten der USA ist einer der bekanntesten Fernwanderwege der Welt. Was jedoch die wenigsten wissen: Es gibt internationale Ableger des Trails in Europa. Colin Tuff hat den irischen Teil unter die Sohlen genommen.

IRLAND



Der Abschnitt Ulster-Ireland des International Appalachian Trail (IAT) ist eine 449 Kilometer lange Wanderroute von den atemberaubenden Klippen von Slieve League in der Grafschaft Donegal bis zum Hafen von Larne in der Grafschaft Antrim. Auf seinem Weg von der West- zur Ostküste der Insel verbindet er die beiden Landesteile Irlands und durchquert Gebirgszüge, abgelegene Torfmoore, kleine Städte, Wälder und Strände.

Aber wie kommt das Appalachen-Gebirge nach Europa? Vor mehr als 250 Millionen Jahren formte sich der Superkontinent Pangaea. Als dieser auseinanderbrach, endeten Teile der Appalachen im Osten der USA und Kanada. Ein Teil aber auch in Grönland, Island, den Britischen Inseln, Irland, Spanien und dem marokkanischen Atlasgebirge.

Das irische Teilstück des IAT wurde schon 2013 eröffnet, ich habe den Fernwanderweg aber erst 2023 zufällig bei der Lektüre des fantastischen Buchs «Wo wir gehen» von Robert Moor entdeckt.

Da viele meiner Lieblingsorte zum Wandern, Laufen oder Radfahren an der Strecke liegen, fühlte es sich an wie ein Wink des Schicksals: Für mich war klar, dass ich diesen Weg direkt vor meiner Haustür laufen muss ...

Quer durch die Insel Irland

Startpunkt des IAT ist der Aussichtspunkt Bungalow Point in der Bucht von Donegal in der Republik Irland. Von hier hat man einen atemberaubenden Ausblick auf die Klippen von Slieve League, die 600 Meter steil in den Atlantik abfallen. An der Küste entlang geht es über kleine Strassen und felsige Wanderwege durch malerische Dörfer und entlang einsamer Strände. Dann biegt der Weg ins Landesinnere ab und nimmt auf der zweiten Etappe Kurs auf die innerirische Grenze.

Mit neun der elf Abschnitte verläuft der längste Teil des IAT in Nordirland. Die ersten drei Etappen folgen den Sperrins, dem grössten Gebirgszug des Landes. Sie reichen grob von der untersten Ecke Nordirlands bis hinauf nach Castlerock an der Nordküste. Das Gelände ist eine Mischung aus Torfmooren, sanften Bergen, Wäldern, Schotterwegen und vielen ruhigen Strassen. Ich kam durch Orte, von denen ich zuvor noch nie gehört hatte und fühlte mich wie ein Tourist im eigenen Land. Nur die Orientierung war manchmal herausfordernd, vor allem in den Bergen. Immer wenn der Trail in der wilden Landschaft kaum noch auszumachen war, war ich froh über mein GPS, das mich auf Kurs hielt.

Von Castlerock aus führt der Weg fast 60 Kilometer entlang der atemberaubenden Küste, einschliesslich des berühmten Giant's Causeway, der zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört. In Küstenstädten wie Portstewart, Portrush und Ballycastle gibt es zahlreiche Cafés, Restaurants, Lebensmittelgeschäfte und Unterkünfte. Am nächsten Morgen bin ich besonders früh losgewandert und wurde an einem kleinen Felsvorsprung nahe des Giant's Causeway dafür mit einem Naturschauspiel belohnt: Während ich den fantastischen Sonnenaufgang beobachtete, zog unten im Atlantik eine Gruppe Delfine vorbei.

Bei Ballycastle biegt die Route dann noch mal ins Landesinnere ab und führt zu den Antrim Hills und dem letzten Teil der Reise. Dies war mein Lieb-

lingsabschnitt der Wanderung, da das Terrain ähnlich wie in den Sperrins war, nur einsamer. Trotzdem gibt es auch auf diesem Teil des IAT genügend Verpflegungsstationen, nur auf dem 42 Kilometer langen Moyle Way zwischen Ballycastle und Glenariff sollte man ausreichend Proviant im Rucksack dabei haben.

Am Hafen von Larne endete meine Reise auf dem Ulster-Ireland Trail. Obwohl ich diese Insel mein Zuhause nennen darf und schon viele Ecken kenne, hat mich ihre Schönheit einmal mehr völlig in ihren Bann gezogen. Den IAT kann ich nur empfehlen, so viel steht fest.

Für alle, die nicht den ganzen Trail laufen möchten, gibt es besonders an der Küste viele lohnende kürzere Wanderungen.



ULSTER-IRELAND INTERNATIONAL APPALACHIAN TRAIL

Länge: 449 km | **Etappen:** 11 | **Hm:** 10'500

Beste Zeit: Der Trail kann das ganze Jahr über gelaufen werden, die Wetterbedingungen im Herbst und Winter können aber sehr anspruchsvoll sein. Wem es möglich ist, die Hauptreisezeit zu meiden, sollte den IAT (oder ausgewählte Abschnitte) im Frühling oder Spätsommer besuchen.

Unterkunft: Dichtes Netz an B&Bs entlang der gesamten Route. Wildcampen ist in Irland verboten. Wenn es keinen offiziellen Campingplatz gibt, helfen freundliches Fragen und ein nettes Lächeln, um bei Landwirten sein Nachtlager aufbauen zu dürfen.

Verpflegung: Etwas Reserve-Proviant im Rucksack reicht aus, ansonsten gibt es genügend Dorfläden, Supermärkte und Restaurants. Da grosse Teile der irischen Landschaft für die Rinder- und Schafzucht genutzt werden, sollte man nicht aus Flüssen und Bächen trinken. Ein Wasserfilter für den Notfall ist empfehlenswert.

Menschen: Die Gast- und Hilfsbereitschaft sowie der herzliche Charme der Einheimischen stehen dem Naturerlebnis auf der «Grünen Insel» in nichts nach.

Mehr Infos: iatulsterireland.com, ireland.com