

◆ **Höchster Berg:** Monte Gorzano (2458 m)

## ... eine Region mitten in Italien

Und zwar buchstäblich. Die Region Latium liegt ziemlich genau auf halber Höhe des italienischen Stiefels. Im Westen grenzt sie ans Tyrrhenische Meer, im Osten liegen die Nachbarregionen Umbrien, Abruzzen und Marken. Größte Stadt im Latium ist die Stadt schlechthin: Rom.

## ... mehr als nur Rom

Die Ewige Stadt genießt so viel Aufmerksamkeit, dass das Land um die Metropole bis heute fast touristische Terra incognita ist. Besonders gegenüber der berühmten Nachbarregion Toskana sind die Touristenzahlen im Latium fast lächerlich gering. Für Menschen, die sich gerne abseits der großen Touristenscharen bewegen, birgt das den unschätzbaren Vorteil, dass alles eine Nummer kleiner, entspannter und authentischer daherkommt. Das „echte“ Italien eben, weniger Nepp, realistische Preise und Sehenswürdigkeiten, die man auch mal für sich alleine hat. Ausgeprägter ist der Tourismus nur an der Küste, am Bolsena-See und im Dunstkreis der Hauptstadt (Albaner Berge, Tivoli, Frascati). Zur Region Latium gehören auch die der Küste bei Formia vorgelagerten Pontinischen Inseln im Tyrrhenischen Meer. Von den sechs Inseln des Archipels sind nur zwei bewohnt: Ponza und Ventotene, beides beliebte Ausflugsziele für Wanderer und Naturliebhaber.

## ... eine uralte Kulturregion

Wer ins Latium kommt, wandelt auf den Spuren alter Kulturen, insbesondere der Etrusker. Das Volk, über das man bis heute wenig weiß, hat faszinierende Zeugnisse hinterlassen, vor allem solche seiner Grabkultur: Ob man an einem flirrend heißen Tag zwischen

den überwucherten Grabstätten von Cerveteri umherstreift, bei Tarquinia farbenprächtig bemalte Kammern inspiziert oder in Vulci die sich überlagernden Ruinen von Etruskern und Römern erkundet - immer hat man das Gefühl, in eine andere Zeit versetzt worden zu sein.

## ... Wirkungsort berühmter Ordensleute

Das Wirken des hl. Franziskus in und um Rieti brachte vier Klöster hervor, die in abgeschiedener und teils spektakulärer Lage bis heute Erhabenheit ausstrahlen: Poggio Bustone, Fonte Colombo, La Foresta und Gréccio, das einem Adlerhorst gleich unterhalb eines Felsüberhangs an der Steilwand zu kleben scheint. Dem hl. Benedikt und seinem Orden verdankt das Latium die Abtei von Farfa und die zwei Klöster von Subiaco mit ihren farbenprächtigen Fresken. Die Zisterzienser schließlich schufen die monumentalen Abteien von Fossanova und Casamari.



## ... einfach köstlich

Das Latium ist eine Gegend für Genießer. In der Region wird ein fantastisches, kräftiges Olivenöl produziert, das man z. B. in Canino und Itri in 5-Liter-Kanistern günstig erwerben kann. Kleine, feste und schmackhafte Linsen gibt es auf Ventotene und in der Gegend um Onano. Den köstlichen Mozzarella di Bufala gibt es überall zu kaufen. Auch anderen Käse in hervorragender Qualität und großer Auswahl bietet nahezu jedes Feinkostgeschäft, aber auch jeder noch so kleine Supermarkt an. Die Anzahl hochwertiger Weingüter ist groß, eine typische Rebe ist der Cesanese, der insbesondere um den Ort Piglio, aber auch bei Anagni gedeiht und einen rubinroten, eher leichten, zu vielen Gerichten passenden Wein hervorbringt.

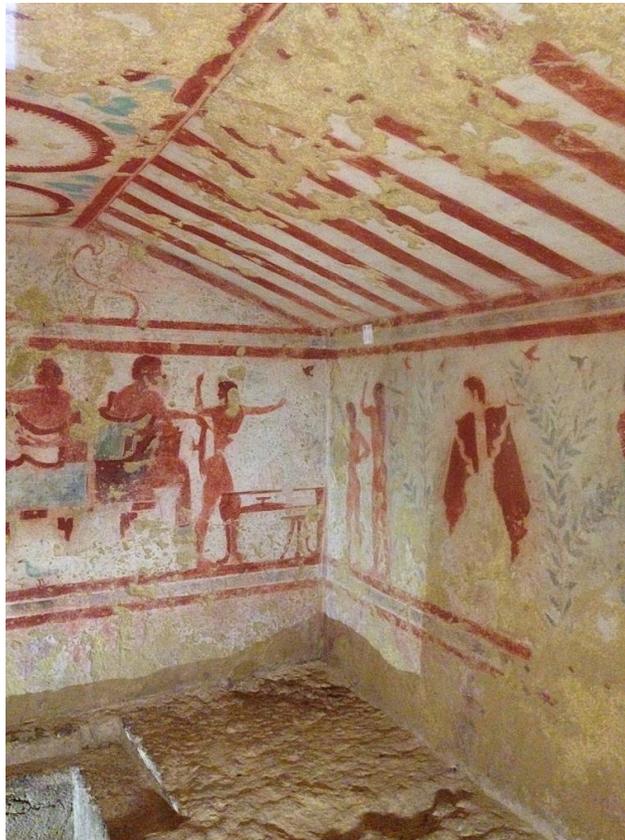
## ... ein unerwartetes Inselparadies

Regelrecht süditalienisches Flair verströmen die weit draußen im Meer liegenden, bei schönem Wetter dennoch von der Küste zu erahnenden Inseln Ponza und Ventotene. Ihre von farbenfrohen Häusern geprägten Hafengebiete mit schmalen, steilen Gassen sind Ausgangspunkt für Wanderungen und Spaziergänge, die mit duftender Vegetation und fantastischen Ausblicken auf weiße Segel im blauen Meer belohnen. Wer danach Hunger verspürt, kann in zahlreichen guten Restaurants und Trattorien einkehren, frischen Fisch und deftige Pasta genießen. Römische Zisternen, Ruinen antiker Villen und Bourbonenpaläste sorgen für kulturelle Abwechslung. Die Gefängnisinsel Santo Stefano bei Ventotene gilt manchem gar als Geburtsstätte der Idee Europa.

Sightseeing und mehr

## Erlebnis Kultur

Von Amphitheater bis Zisterne: Die Region Latium ist geradezu gespickt mit Zeugnissen vergangener Kulturen, vor allem mit solchen aus etruskischer und römischer Zeit. Zahlreiche prachtvolle Kirchen, Klöster und Paläste, teils in spektakulärer Lage, sind ebenfalls zu besichtigen.



In den Sommer- und Herbstmonaten finden im Latium zahlreiche **kulinarische Themenfeste** statt, auf denen Produkte wie Pizza, Schnecken oder Kastanien gefeiert werden. Die meisten dieser Feste sind zwar eher touristischer als traditioneller Natur, aber es ist was los und man kann gut essen.

## Auf den Spuren von Etruskern und Römern

**Vulci:** Etruskische Grabanlage trifft römische Stadt an einem romantischen Fluss mit einer mittelalterlichen Bogenbrücke - so kann man den abgelegenen Ort Vulci im flachen Nordwesten der

Region wohl am besten beschreiben.

**Nekropolen von San Giuliano:** Weit verstreut in einem schattigen, unberührten Waldgebiet, das sich gut zum Wandern eignet, liegen die Grabbauten und -höhlen von San Giuliano. Manche könnte man glatt übersehen inmitten der dichten Vegetation.

**Villa Adriana:** 20.000 Menschen konnten in der riesigen Palastanlage in der Ebene vor Tivoli wohnen, die sich Kaiser Hadrian im 2. Jh. n. Chr. errichten ließ. So ist neben den zahlreichen Ruinen von Thermen, Tempeln, Wasserbecken und Villen vor allem die schiere Ausdehnung beeindruckend, die zu stundenlangen Spaziergängen animiert, Trinkwasservorrat vorausgesetzt.

**Cisternone von Albano Laziale:** Albano Laziale war lange Standort einer großen römischen Legion samt Thermen, Amphitheater und Monumentalgräbern. Beeindruckendstes Relikt aus dieser Zeit ist eine der größten Zisternen Europas, die an eine gewaltige, unterirdische Kathedrale erinnert mit Säulen und Bögen aus Tuffstein.

## Kirchen, Klöster und Paläste

**Kathedrale von Anagni:** Mitten im historischen Zentrum und eingefasst von den Resten des einstigen Papstpalastes, Residenz von immerhin vier Päpsten, steht dieser mächtige romanische Bau mit seiner grandiosen, voll freskierten romanischen Krypta.

**Abtei von Montecassino:** Überwältigend sind die Ausmaße dieser vom hl. Benedikt 529 auf den Ruinen einer vorzeitlichen Akropolis gegründeten Abtei, und überwältigend sind sowohl die Anfahrt auf der steilen, schmalen Straße als auch der weite Ausblick von oben bis hin zur Riviera d'Ulisse und dem Monte Circeo.

**Palazzo Farnese:** Oberhalb des alten Ortes Caprarola thront dieser monumentale Palast des mächtigen Adelsgeschlechts der Farnese. Eine grandiose Treppenanlage verbindet in diesem Renaissance- bzw. Barockbau die 200 Räume. Die meisten sind mit farbigen Fresken ausgeschmückt, und die ausgedehnte Parkanlage lohnt ebenfalls einen Besuch.



## Mittelalterliche Ortskerne

**Viterbo:** Die Stadt der Päpste ist von einer vollständig erhaltenen Ringmauer aus dem 13. Jh. umschlossen, innerhalb finden sich in ungeahnter Ausdehnung düstere Gassen zwischen hohen mittelalterlichen Häusern ebenso wie großzügige Plätze wie die Piazza San Lorenzo mit Papstpalast und Kathedrale.

**Labro:** Das kompakte Bergdorf mit steilen gepflasterten Gassen thront auf einem Hügel in grüner Umgebung ganz im Norden der Region. Wie in vielen alten Dörfern Italiens sind längst nicht alle Häuser bewohnt, Verfall wechselt sich mit sorgfältiger Restaurierung ab.

**Sperlonga:** Ein bisschen griechisch wirkt der in zahlreichen Weißsteinen (dass es das gibt ...) erstrahlende, auf einem steilen Felssporn über dem tiefblauen Meer angelegte Ort mit seinem engen Gassenlabyrinth und dem Wechsel aus ewigem Schatten und sonnigen Plätzen und Panoramabalkonen. Die Felsen rund um den Ort sind bei Kletterern äußerst beliebt.

## Feste und Brauchtum

**Infiorata:** Üppiger Blumenschmuck als fester Bestandteil großer Feste hat in der Gegend um Rom eine lange Tradition. Die erste so bezeichnete Infiorata gab es 1778 in Genzano di Roma, und sie findet seither jährlich dort statt. Die bunten, von Hand ausgelegten Blumenteppiche sind aber auch auf den Straßen von Itri, Sora, Bolsena oder auf dem Boden der Abteikirche von Casamari zu bewundern. Sie werden in der