



# Ligurische Inseln



Die Gemeinsamkeit der ligurischen Inseln ist, daß sie allesamt klein, bzw. winzig sind und alle nahe bei der Küste liegen. **Palmaria** (Provinz La Spezia) ist mit 1,6 qkm die größte der Inseln und liegt nur 105 m vom Vorgebirge von Portovenere entfernt. Palmaria schließt gemeinsam mit den Inseln **Tino** und **Tinetto** den Golf von La Spezia ab. Tino (0,2 qkm) ist Militärgebiet und das Anlegen ist daher verboten, Tinetto ist eine ebenso kleine Insel (0,3 qkm), die aber aus archäologischer Sicht sehr interessant ist: Hier stehen zwei frühchristliche Kapellen, die teils restauriert worden sind. Die ältere davon ist ein winziges Oratorium an der Westspitze, die andere, die auch komplexer ist, steht im zentralen und flacheren Teil der Insel. In der Provinz Savona, weniger als eine Seemeile von der Küste nahe Albenga entfernt, liegt die Insel **Gallinara** (0,6 qkm). Die Insel ist unbewohnt und mit Mittelmeermacchia bedeckt. Ihren Namen erhält sie von der Präsenz wilder Hühner. Im inneren Teil stehen die Reste einer frühchristlichen Kirche und ein Benediktinerkloster. Die einzige Anlegemöglichkeit liegt auf der Nordwestseite. Die drei Kilometer Küste sind steil abfallend, aber die Meeresgründe sind wunderschön und aufgrund des Vorhandenseins der schwarzen Koralle berühmt.

**Ansicht der Insel Palmaria**





## PALMARIA

Die sehr nahe bei der ligurischen Küste gelegene Insel hat eine dreieckige Form und ist mit Mittelmeermacchia bedeckt, aber die Zwergpalmen, von denen sie ihren Namen erhalten hat, sind verschwunden. Die Insel war in der Frühgeschichte bewohnt, die Fundstücke sind im *Museo Civico* ausgestellt. Der über dem Hafen gelegene Bereich gehört der italienischen Marine und ist daher nicht zugänglich. Auf der Insel gibt es keine touristischen Strukturen

### TOUR

#### Die Umschiffung der Insel

Die Insel hat zwei Gesichter, die Südwestseite fällt steil ab und ist reich an nachgiebigen, abschüssigen Stellen (es ist absolut untersagt, sich weniger als 50 m vom Strand entfernt aufzuhalten oder vorbeizugehen). Auf der gegenüberliegenden Seite, vor Portovenere, gibt es gute Anlegemöglichkeiten. Entlang der Küste öffnen sich zahlreiche Grotten: die *Grotta Azzurra*, die mit dem Boot erreicht werden kann, und die *Grotta dei Colombi*, die wegen der archäologischen Fundstücke interessant sind, gehören zu den eindrucksvollsten.

## INFORMATIONEN UND ANMERKUNGEN

### PALMARIA

#### VERBINDUNGEN UND EINRICHTUNGEN

Es gibt keine Verbindungen mit der Insel, die nur mit Privat- oder Mietbooten erreicht werden kann. Für erfahrene Schwimmer ist es auch möglich, sie schwimmend zu erreichen. Die Insel verfügt über zwei Anlegemöglichkeiten, eine im Ortsteil Terizzo und eine in Pozzale.

Das nahegelegene Portovenere bietet zahlreiche touristische Auswahlmöglichkeiten.

#### NÜTZLICHE TELEFONNUMMERN

##### 19100 La Spezia

APT (Azienda di Promozione Turistica - Fremdenverkehrsamt)

Viale Mazzini, 45 - Tel. 0187/770900 - Fax 0187/770908

##### 19025 Portovenere

IAT (Informazione e Accoglienza Turistica - Fremdenverkehrsamt)

Piazza Bastreri, 1 - Tel. 0187/790691 - Fax 0187/790215

Hafenamt/ La Spezia: Tel. 0187/ 730145

## LEGENDE DER SYMBOLE



PRIVATBOOTHAFEN



THERMALQUELLE



HAFEN



SCHLOß



KIRCHE



TÄTIGER VULKAN



FRIEDHOF



ERLOSCHENER  
VULKAN



NATÜRLICHE HÖHLE



LEUCHTTURM



ARCHÄOLOGISCHER  
ORT



INTERESSENPUNKT



MUSEUM



STRAND



CAMPINGPLATZ



FLUGHAFEN

## NÜTZLICHE HINWEISE

Um die Zeit zu berechnen, die für einen Ausflug notwendig ist, kann man folgende Parameter verwenden:

- man mißt auf der Karte die Distanz in Luftlinie ab (für km Weg braucht man etwa 1 Stunde);
- um einen Höhenunterschied von 400m zu überwinden, benötigt man ebenfalls 1 Stunde.
- Für jede Stunde Fußmarsch sollte man eine Viertelstunde Pause einkalkulieren.

Rechenbeispiel: *Um einen Ausflug von 8 km Länge mit einem Höhenunterschied von 1200 m durchzuführen, benötigt man 6'15" (2 Std. für die Distanz +3 Std. für den Höhenunterschied = 5 Std. + 1'15" für die Pausen = 6 Std. 15 min.*