

# Inhalt

## Orientiert in Kalabrien & Basilikata ■ 8

Die Basilikata im Profil ■ 10 | Wohin in der Basilikata? ■ 12 | Kalabrien im Profil ■ 14 | Wohin in Kalabrien? ■ 16 | Die Strände ■ 18

## Unterwegs in der Basilikata ■ 20

### Provinz Potenza ■ 22

Rund um die Regionalmetropole Potenza beeindrucken die Hügel am Fuße des Monte Vulture mit geschichtsträchtigen Kastellen und Kathedralen und ragen die Felswände der Lukanischen Dolomiten auf. Sie blicken auf das liebliche Agrital, das ebenso wie die Bilderbuchküste von Maratea vom Sirino-Massiv bewacht wird.

Vulture-Gebiet ■ 25  
Laghi di Monticchio ■ 27  
Rionero in Vulture ■ 29  
San Fele ■ 31  
Ripacandida ■ 32  
Barile und Rapolla ■ 33  
Melfi ■ 34  
Venosa ■ 38  
Zwischen Vulture-Gebiet und Potenza ■ 43  
Acerenza ■ 43  
Castello di Lagopesole ■ 44  
Muro Lucano ■ 46  
Potenza ■ 46  
Umgebung von Potenza ■ 51  
Vaglio Basilicata ■ 51  
Brindisi di Montagna ■ 52

(Torre di) Satriano und Brienza ■ 52  
Piccole Dolomiti Lucane ■ 54  
Castelmezzano ■ 56  
Pietrapertosa ■ 57  
Accettura ■ 58  
Alta Valle dell'Agri ■ 60  
Marsico Nuovo und Marsicovetere ■ 60  
Viggiano ■ 62  
Grumentum/Grumento Nova ■ 62  
Moliterno ■ 64  
Pollino Lucano ■ 65  
Rotonda ■ 66  
San Severino Lucano ■ 68  
Viggianello ■ 70  
Terranova di Pollino ■ 72  
Maratea ■ 73  
Hinterland von Maratea ■ 79

## Provinz Matera ■ 80

Die Höhlensiedlungen von Matera sind die Hauptattraktion von Europas Kulturhauptstadt 2019. Im Umland und rund um Aliano verblüffen die sonnenverbrannten Calanchi. Im Osten öffnet sich die Region zum Ionischen Meer, wo sich imposante steinerne Hinterlassenschaften der alten Griechen aufreihen.

Aliano ■ 82	Bernalda ■ 108
Matera ■ 86	Ionische Küste und Hinterland ■ 109
Montescaglioso ■ 101	(Lido di) Metaponto und
Valle del Basento ■ 102	Marina di Pisticci ■ 110
Grassano ■ 103	Scanzano Jonico ■ 113
Miglionico ■ 104	Policoro ■ 114
Ferrandina ■ 105	Nova Siri (Scalo) ■ 115
Pisticci ■ 105	Tursi ■ 116
Craco ■ 106	Valsinni, Rotondella und Senise ■ 117

## Unterwegs in Kalabrien ■ 118

### Provinz Cosenza ■ 120

An der Costa dei Cedri laden Strände und Küstenstädte zum Badeurlaub vor der Gebirgskulisse des kalabrischen Pollino ein. Cosenza gefällt als Freiluftmuseum zeitgenössischer Kunst und „gegenüber“ am Ionischen Meer ruhen die stattlichen Mauerreste der antiken Metropole Sybaris (Sibari). Darüber entzückt Rossano mit byzantinischer Bau- und Buchmalerkunst.

Cosenza ■ 124	Papasidero ■ 155
Tyrrhenische Küste ■ 134	Laino Castello/Laino Borgo ■ 155
Tortora ■ 134	Orsomarso ■ 156
Praia a Mare und Aieta ■ 136	Morano Calabro ■ 157
San Nicola Arcella ■ 137	Civita und Frascineto ■ 159
Scalea ■ 139	Castrovilliari ■ 161
Cirella ■ 141	Altomonte ■ 163
Diamante, Maierà und Buonicino ■ 144	Ionische Küste ■ 167
Belvedere Marittimo und	Sibari ■ 170
Cittadella del Capo ■ 147	Rossano ■ 172
Cetraro ■ 147	Sila Grande und Sila Greca ■ 178
Guardia Piemontese (Marina) ■ 148	Camigliatello ■ 179
Paola ■ 149	Lorica ■ 182
Fiumefreddo Bruzio ■ 152	San Giovanni in Fiore ■ 182
Amantea und Belmonte ■ 153	Longobucco ■ 184
Pollino Calabro ■ 154	Sila Greca ■ 184

## Provinz Catanzaro ■ 186

Bewaldete Gebirgszüge, oliven- und weinreiche Hügel sowie bilderbuchreife Badestrände: Die Region Catanzaro verfügt neben fotogenen Landschaften auch über eine einmalige Aussicht auf beide kalabrischen Meere vom Monte Tiriolo aus. Die lebendige Regionalmetropole Catanzaro besticht durch ihre geografische Lage, den historischen Kern und die junge Atmosphäre.

Catanzaro ■ 189

Lamezia Terme ■ 195

Tiriolo ■ 197

Golf von Squillace ■ 199

Squillace ■ 201

Soverato ■ 203

Badolato (Marina) ■ 204

Sila Piccola ■ 206

## Provinz Vibo Valentia ■ 208

Das Sonnen- und Badeparadies Kalabriens verzaubert mit den pittoresken Küstenstädtchen Pizzo und Tropea, türkis schimmerndem Meer und den karibisch anmutenden Stränden am Capo Vaticano. Darüber gedeihen an den Hängen des Monte Poro die milden roten Zwiebeln von Tropea, wie der Tartufo von Pizzo ein kulinarisches Aushängeschild der Provinz.

Pizzo ■ 210

Vibo Valentia (Marina) ■ 213

Briatico ■ 216

Zambrone und Parghelia ■ 217

Tropea ■ 218

Ricadi (Capo Vaticano) ■ 228

Nicotera (Marina) ■ 232

(Kulinarische) Ausflüge

ins Hinterland ■ 233

Serra San Bruno ■ 235

## Provinz Crotone ■ 238

Crotone wuchert mit seiner großgriechischen Vergangenheit, die sich besonders am Capo Colonna vor den Toren der Provinzhauptstadt offenbart. Ihre Relikte schwimmen auch im Meer rund um die Halbinsel Isola di Capo Rizzuto, wo die Burg von Le Castella ins Meer ragt. Im Norden locken Cirò, Melissa und Strongoli mit Stränden, Olivenöl und Kalabriens bestem Wein.

Crotone ■ 241

Cirò (Marina) ■ 245

(Torre) Melissa und Strongoli ■ 249

Santa Severina ■ 251

Isola di Capo Rizzuto ■ 254

## **Provinz Reggio Calabria ■ 258**

Der Südzipfel Kalabriens fasziniert mit der Gebirgslandschaft des Aspromonte, den Schwertfischerstädten Scilla und Bagnara und vielen Stränden. Reggio Calabria selbst hat einen herrlichen Lungomare vor der Kulisse Siziliens und hüetet mit den Bronzen von Riace den spektakulärsten Kunstschatz der Region. Ein Juwel byzantinischer Baukunst ist die Cattolica von Stilo.

**Costa Viola ■ 260**

Palmi und Seminara ■ 261

Bagnara ■ 264

Scilla ■ 265

Reggio Calabria ■ 268

Küste zwischen Reggio Calabria und Capo Spartivento ■ 274

Aspromonte ■ 277

Pentedattilo ■ 278

Bova ■ 279

Amendolea und Gallicianò ■ 281

Gambarie ■ 282

Costa dei Gelsomini (Locride) ■ 285

Locri ■ 286

Gerace ■ 287

Siderno (Superiore) ■ 290

(Marina di) Gioiosa Ionica ■ 292

Mammola ■ 293

Roccella Ionica ■ 294

Riace (Marina) ■ 296

Monasterace (Marina) ■ 298

Stilo und Bivongi ■ 298

## **Nachlesen & Nachschlagen ■ 302**

**Flora und Fauna ■ 304**

**Klima und Reisezeit ■ 304**

**Geschichte des südlichen Mezzogiorno ■ 306**

**Anreise ■ 314**

**Mobil im südlichen Mezzogiorno ■ 315**

**Übernachten ■ 321**

**Essen und Trinken ■ 323**

**Regionale Festkalender ■ 328**

**Wissenswertes von A bis Z ■ 330**

Ärztliche Hilfe ■ 330 | Apotheken ■ 331 | Autofahren ■ 331 | Diplomatische Vertretungen ■ 332 | Einkaufen ■ 332 | Feiertage ■ 333 | Finanzen ■ 333 | Information ■ 333 | Kriminalität ■ 334 | Literatur ■ 335 | Nachtleben ■ 335 | Notrufe ■ 336 | Öffnungszeiten ■ 336 | Post ■ 337 | Rauchen ■ 337 | Rechnungen ■ 337 | Strom ■ 337 | Telefonieren ■ 337 | Zeitungen und Zeitschriften ■ 337

## **Etwas Italienisch ■ 338**

**Verzeichnisse ■ 344**

Kartenverzeichnis ■ 344 | Zeichenerklärung für die Karten und Pläne ■ 344 | Alles im Kasten ■ 344 | Fotoverzeichnis ■ 345 | Impressum ■ 345 | Register ■ 356