



# Georgien

53 Wanderungen

wanderführer

Peter Nasmyth

## Georgien TOURENTIPPS

- **Tiflis: die lange und beeindruckende Geschichte der Stadt aus der Vogelperspektive kennenlernen**  
Touren 1 und 2
- **Aufstieg zur Lomisa-Kirche: Pilgerort mit atemberaubender Aussicht**  
Tour 11
- **Ein georgischer Klassiker: zum Gergeti-Gletscher**  
Tour 17
- **Nur vier Monate im Jahr zugänglich: Tuschetien mit seinen heidnischen Heiligstätten (khati) besuchen**  
Touren 31–38
- **Eine der dramatischeren Fluss-Wanderungen: zum Wasserfall in Lagodekhi**  
Tour 41
- **Einige der schönsten Aussichten Swanetiens erleben: 1,5 km auf dem „Dach der Welt“ wandern**  
Tour 43
- **Hinauf auf den Coruldi-Kamm in Swanetien: die wohl spektakulärste, aber auch schwierigste und gefährlichste Tour**  
Tour 50
- **Ushguli: das UNESCO-Weltkulturerbe erwandern**  
Tour 53

Wandern im Kaukasus

Lagodekhi

Tiflis

Swanetien

Birtvisi

Ushguli

Die Region Gudauri

Anhang

Die Kazbek-Region

Dawit Garetscha

Die Borjomi-Kharagauli-Region

Bakuriani

Tuschetien

Chewsuretien (Khevsureti)





**Peter Nasmyth**

**Georgien –  
Wanderführer**

---

*Zum Andenken an Zaliko Kikodze*

## Impressum

---

Peter Nasmyth

**REISE KNOW-HOW Georgien – Wanderführer**

erschienen im

REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH

Osnabrücker Str. 79, 33649 Bielefeld

© der deutschen Ausgabe: REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH

**1. Auflage 2020**

Mit freundlicher Abdruckgenehmigung des Autors

Englische Originalausgabe:

„Walking in the Caucasus – Georgia“

© Peter Nasmyth 2013, die vorliegende Fassung beruht auf einer Überarbeitung von 2019

Alle Rechte vorbehalten.

### Gestaltung

Umschlag: G. Pawlak (Layout und Realisierung)

Inhalt: G. Pawlak (Layout), Svenja Lutterbeck (Realisierung)

Karten: siehe Seite 20

Fotonachweis: Peter Nasmyth (sofern nicht anders vermerkt)

Titelfoto: Peter Nasmyth

(Motiv: „Khati“, heidnischer Schrein in Dano, Region Tuschetien)

**Übersetzung:** Daniela Tannebaum

**Lektorat:** Svenja Lutterbeck

**PDF-ISBN 978-3-8317-5096-2**

Reise Know-How Bücher finden Sie in allen gut sortierten Buchhandlungen.

Falls nicht, kann Ihre Buchhandlung unsere Bücher hier bestellen:

D: ProLit, proLit.de und alle Barsortimente

CH: AVA Verlagsauslieferung AG, ava.ch

A, Südtirol: Mohr Morawa Buchvertrieb, mohrmorawa.at

B, LUX, NL: Willems Adventure, willemsadventure.nl

oder direkt über den Verlag: [www.reise-know-how.de](http://www.reise-know-how.de)

### ***Wir freuen uns über Kritik, Kommentare und Verbesserungsvorschläge.***

*Alle Informationen in diesem Buch sind vom Autor mit größter Sorgfalt gesammelt und vom Lektorat gewissenhaft bearbeitet und überprüft worden.*

*Da inhaltliche und sachliche Fehler nicht ausgeschlossen werden können, erklärt der Verlag, dass alle Angaben im Sinne der Produkthaftung ohne Garantie erfolgen und dass Verlag wie Autor keinerlei Verantwortung und Haftung für inhaltliche und sachliche Fehler übernehmen. Die Nennung von Firmen und ihren Produkten und ihre Reihenfolge sind als Beispiel ohne Wertung gegenüber anderen anzusehen. Qualitäts- und Quantitätsangaben sind rein subjektive Einschätzungen des Autors und dienen keinesfalls der Bewerbung von Firmen oder Produkten.*



Peter Nasmyth

# Georgien

# Wanderführer



## Auf der Reise zu Hause [www.reise-know-how.de](http://www.reise-know-how.de)

- ➔ Ergänzungen nach Redaktionsschluss
- ➔ kostenlose Zusatzinformationen und Downloads
- ➔ das komplette Verlagsprogramm
- ➔ aktuelle Erscheinungstermine
- ➔ Newsletter und Social Media



## Vorwort

Als ich vor dreizehn Jahren die erste Ausgabe dieses Buches schrieb, glaubte ich, die Welt würde Georgien bald als das **Wanderparadies** entdecken, das es ist. Dann aber sorgten politische Umstände dafür, dass die prachtvollen Berge größtenteils unter dem Mantel des Verborgenen blieben.

Der **Große Kaukasus** gilt immer noch als ein **wundervolles Geheimnis** und er bildet das Herzstück dieses kleinen, aber feinen Landes. Seine physische Präsenz ist wohl beeindruckender als die der Alpen, insbesondere für all jene, die sich für Landschaften, Natur und die Tierwelt interessieren. Sicherlich liegen die Gipfel höher – sechs davon überschreiten 5000 Meter – und die Kette ist länger; sie erstreckt sich 1200 Kilometer zwischen dem Schwarzen und dem Kaspischen Meer.

Von größerer Bedeutung aber sind die **Hochtäler** mit ihren antiken Steintürmen, hochgelegenen Kirchen und zahlreichen seit Langem bewohnten Dörfern. In diesen sagenhaften abgelegenen Orten leben die Nachfahren von 2000 Jahren Eroberung und Selbstbehauptung – berühmt für ihre **Gastfreundlichkeit**. Mit solchen Landschaften, Menschen und dieser Geschichte wäre es verwunderlich, wenn der Kaukasus keine ausgezeichnete Wandergegend wäre.

Blickt man in das geografische Herz Georgiens, findet man dort mehr heimische **Flora, Fauna und endemische Vögel** als irgendwo sonst in Europa (ausgenommen Russland, das größte Land der Welt). Dies liegt an der **außergewöhnlichen landschaftlichen Vielfalt Georgiens**, die sich unter den Top 12 der Welt befindet. Ein bemerkenswerter Fakt, wenn man die Größe des Landes bedenkt – gerade mal **69.700 km<sup>2</sup>**, eine Fläche, so groß wie Irland. Doch Georgien kann sich mit der Küste des Schwarzen Meers rühmen, subtropischen Feuchtbiotopen, einer Halbwüste, vulkanischen Hochgebieten (nicht aktiv), großen Flächen Urwald sowie sub- und hochalpinen Zonen, gekrönt von drei 5000 Meter hohen Gipfeln.

Und diese landschaftlichen Merkmale passen gut zu der **Kultur**, die sich unter den Menschen dort entwickelt hat. Die Berge des Kaukasus erleben Bevölkerung und Kultivierung schon seit prähistorischen Zeiten. Auf der bedeutenden Landenge zwischen dem heutigen Europa und Asien bildet die gigantische Bergkette nicht nur eine natürliche Grenze, sondern auch eine



schützende Wand für die dort lebenden Gemeinschaften. Georgien wurde etliche Male eingenommen und beherbergte Armeen von Griechen, Römern, Wikingern, Mongolen, Persern, Ottomanen, Türken, Russen, Armeniern und sogar Briten (die 1919 20.000 Truppen in Batumi stationierten). Dieses ständige Bombardieren von außen trieb oft ganze Gemeinschaften in die sicheren Hochtäler, sodass sich dort eine einzigartige Kultur entwickelte. **Brauchtümer** wurden im Gebirge beibehalten, bis sich die im Tiefland eingedrungenen Armeen zurückzogen – dann kehrten sie dorthin zurück. Vor der Ankunft der Bolschewiken im Jahr 1921 lebten 50 % der Bevölkerung Georgiens noch immer in den Bergen. Nach der Umsiedlung der Sowjets verringerte sich die Zahl bis heute auf weniger als 15 %, doch jede Region besitzt noch immer einen **unverwechselbaren Charakter** und pflegt ihre **eigene Lebensart**. Aus diesem Grund werden Wanderer an den entlegensten Orten Georgiens außergewöhnliche Steindörfer vorfinden, Türme, Begräbnisstätten – einige davon mit uralter Tradition.

**Wer in Georgien wandert**, dem liegt all dies zu Füßen – wortwörtlich. Einige der schönsten Wanderungen in diesem Buch befinden sich nur anderthalb Stunden von der Hauptstadt Tiflis (georgisch: Tbilissi) entfernt. Sie alle liegen in Landschaften, die von der Freizeitindustrie weitgehend ungestört sind. Ob entlang einer Talflanke oder auf dem Weg hinauf zum ewigen Schnee, der Wanderer schreitet größtenteils durch eine Landschaft ohne Schilder, Markierungen, Warnungen oder erhobenen Zeigefinger. Ein Ort, der sich mehr im Einklang mit den Gesetzen der Natur befindet als mit dem Menschen.

---

Berg Kazbek, auf 5033 Metern, ist der beliebteste unter Bergsteigern und als einfacher 2B-Aufstieg gewertet (nach dem russischen System – 6 ist der höchste). Zum ersten Mal bestiegen wurde er 1868 von Douglas Freshfield, Mitglied des London Alpine Clubs. Die Einheimischen behaupteten, dass ein heiliger Baum seinen Gipfel ziert und sich um seinen Fuß herum ein Schatz verbirgt. Sehen aber könnten ihn nur diejenigen, die reinen Herzens sind. Unnötig zu erwähnen, dass die Truppe vom Alpine Club mit leeren Händen zurückkehrte.

Der Aufstieg zum Gipfel dauert vier Tage, erfordert Akklimatisierung, einen Bergführer, Klettereien, Überqueren von Eispassagen und echte Fitness.

Viele der **Pfade** – gut ausgetreten, aber nur selten als Wanderweg gekennzeichnet – werden von Schafhirten, Kühen und Schafen benutzt. Seit dem Anstieg des Tourismus' im Jahr 2017 sind einige der Hauptwege inzwischen mit Markierungen versehen. Die Tiere werden im Sommer zu den Weiden hinaufgetrieben und im Herbst wieder nach unten begleitet. Selten geht es um die Frage, ob ein Pfad existiert, sondern eher darum, welcher eingeschlagen werden sollte. Antworten gibt dieses Buch.

Wandern ist für viele Georgier noch eine neuartige Beschäftigung – „Warum laufen, wenn man fahren kann?“, werde ich oft gefragt. Die höchste Tour dieses Buches führt auf 3200 Meter (die meisten befinden sich zwischen 1000 und 2500 Meter), doch anders als in anderen Wandergegenden können einige **nach oben hin erweitert** werden, je nach Wunsch des Wanderers, zu noch fantastischeren Aussichten.



## Einsame Hügel

Ein Grund dafür, dass es in Georgien relativ wenige Wanderer gibt, ist ein **Wandel seines Rufs** zu Beginn der 1990er Jahre vom einstigen sowjetischen Paradies hin zu „gefährlich“ – eine unglückliche, aber doch **effektive Taktik, um die Natur zu erhalten**. Der Zerfall der Sowjetunion im Jahre 1991 führte zu einem Bürgerkrieg, der andauernde ungelöste Konflikte in Abchasien, Südossetien und dem benachbarten Tschetschenien auslöste. Und gerade als alle dachten, das Trauma sei endlich vorbei, ließ der Fünftagekrieg mit Russland im Jahr 2008 die Uhr wieder rückwärts laufen. Georgiens öffentliches Ansehen hat diverse 180-Grad-Wendungen erlebt. Was eigentlich Europas gepriesenes Wanderparadies sein sollte, muss sich ständig aufs Neue seinen Weg auf die internationale Wanderkarte zurückerobern.

Dieses Buch ist für all jene, die hinter schlecht recherchierte Schlagzeilen blicken können („Georgien am Rande des Bürgerkriegs“ war z.B. eine beliebte während der unblutigen Rosenrevolution von 2003 und dem Regierungswechsel). **Diejenigen, die die Reise wagen**, werden mit einigen der atemberaubendsten Landschaften Europas belohnt, welche die folgenden Seiten nur ansatzweise vorstellen können. Für jede Tour, die hier beschrieben wird, gibt es ein Dutzend noch unerforschter Wanderungen ähnlicher Qualität und Intensität.

## Geologie

Im Kaukasus zu wandern, ist, wie mit seinen Füßen ein Stück **junge, energiegeladene Erdgeschichte** zu betreten. Unter der Erde schieben die enormen Kräfte der arabischen tektonischen Platte die Berge nach oben, während, so könnte man sagen, die menschlichen Kulturen an der Oberfläche eine Reihe vergleichbarer Dramen, Kriege und Feierlichkeiten veranstalten.

**Vor nur 25 Millionen Jahren** entstand die Berggegend des Großen Kaukasus. Zunächst war sie eine subtropische Insel, ehe sie durch die Bewegung der Platten mit dem Land oben und unten verbunden und schließlich zusammengedrückt wurde. Die höheren Berge (wie der Ushba, Tetnuldi oder Schchara) wurden durch Erosion geschliffen und geformt – durch Gletscher,

Schnee, Wind und Flüsse. Doch der höchste Gipfel (der **Elbrus** mit 5642 Metern, etwas nördlich der georgischen Grenze zu Russland) ist älter und ein ehemals aktiver Vulkan (ebenso der 5033 Meter hohe **Kazbek**). Diese zwei Giganten stehen wie Markierungspfähle zwischen ihren drei geologischen Teilregionen – **Westkaukasus, Zentral- und Ostkaukasus**. Die beiden Letzteren beheimaten zahlreiche der hier aufgeführten Wanderungen und der Zentralkaukasus die meisten der 2000 Gletscher. Die westliche Hälfte des Zentralkaukasus besteht überwiegend aus Granit und Schiefer und hat die höchsten Gipfel, darunter den **Schchara** – Georgiens höchsten überhaupt mit 5200 Metern. Im Osten finden sich hauptsächlich Andesite und Diabas sowie einige Granitformationen. Der Ostkaukasus ist etwas niedriger und trockener und besteht aus Tonschiefer, Sandstein, Diabas und Porphyrit. Unten liegen Georgiens fruchtbare Täler, die sich von der subtropischen Kolchischen Tiefebene im Westen zu dem etwas höher gelegenen Tal Kachetien, in dem Wein angebaut wird, im Osten Georgiens erstrecken.

Das Land wird durch den Kamm des **Surami-Gebirges** in zwei Hälften geteilt, ungefähr auf halbem Wege durch Georgiens 800 Kilometer lange Landfläche. Darunter beginnt der **Kleine Kaukasus** seinen Anstieg (selten über 3000 Meter) und fällt dann wieder ab auf ungefähr 2000 Meter ins **Hochland von Samzche-Dschawachetien** entlang der südlichen Grenze zu Armenien und der Türkei.

### Persönliche Anmerkung

Ich werde oft gefragt, warum ich einen Wanderführer geschrieben habe statt einer eingehenden kulturellen Untersuchung. Die Antwort ist: nicht nur, weil wandern an sich bereits eine **kulturelle Studie** ist, sondern auch, weil es mir – je länger ich mich in Georgien aufhalte, desto mehr – so erscheint, als fließe alles von den Bergen hinab, auch die Kultur. 40 % von Georgiens Landfläche befindet sich über 900 Meter Höhe, sodass sich das Erbe des Landes häufig in die Hochebenen zurückgezogen hat, um immer wieder hinab ins Tal zurückzukommen. Um Georgien zu verstehen, reicht es nicht aus, durch die bedeutendsten Städte und Kirchen zu spazieren. Man muss die anderen großen Kathedralen betreten: die **Schluchten und Gipfel** des Großen Kaukasus. Man muss seinen Tieren begegnen, den Vögeln und der

Geschichte seiner Erde, die Farben der Blumen wahrnehmen, die rauschenden Flüsse und drastischen Gipfel, die Atmosphäre der Dringlichkeit spüren und die plötzlichen Ausbrüche von Schönheit und Unheil – aus denen all die Kulturen der Täler entstehen.

Die Menschen sind oft beeindruckt von der Anzahl an **Türmen** aus dem 11. und 12. Jahrhundert, die noch immer existieren, und das an unglaublich abgelegenen Orten. Für mich aber sind sie essentieller Bestandteil der modernen georgischen Kultur. Angriff und Verteidigung, Widerstand gegen Schnee, Sonne, plötzliche Ströme und Fehden: Die so gut verflochtenen Steine leben fort wie eine Botschaft dessen, was hinter ihren nun bröckelnden Fassaden liegt.

Die herzliche und einnehmende „**Georgische Gastfreundschaft**“, die wir dort alle genießen, entwickelte sich aus einer langen Geschichte aus Unterwerfung, Angriff und Verteidigung. Die Georgier lernten bereits vor Jahrhunderten, dass die beste Methode zur Verteidigung die ist, sich seinen Feind zum Freund zu machen. Dies gehört so fundamental zum georgischen Charakter wie die Türme zu Swanetien. Und möge, so die Hoffnung, noch lang fortbestehen.

---

Ein swanetischer Gastgeber begrüßt seinen Gast



## Inhalt

Vorwort .....7

### **Wandern im Kaukasus** **16**

Wanderhinweise für den Kaukasus .....	18
Wanderzeiten .....	18
Einen Fremdenführer nehmen? .....	18
Allgemeine Informationen zum Finden von Wanderführern und Unterkünften .....	19
Karten .....	20
Wegbeschreibungen und Gastfreundschaft .....	21
Höhe und Krankheit .....	22
Fitness .....	23
Sicherheit .....	23
Wasser .....	24
Ausrüstung .....	25
Gefährliche Tiere und Pflanzen .....	26
Hunde .....	27
Lawinen, Gletscher, Brücken und Flussübergänge .....	27
Verhaltenskodex .....	28
Flora und Fauna .....	29

### **Tiflis** **50**

<b>Tour 1</b>	Botanische Gärten und die Festung Nariqala .....	55
<b>Tour 2</b>	Swanischer Turm und das Ethnografische Museum .....	60
<b>Tour 3</b>	Kojori .....	66
<b>Touren 4/5</b>	Karsani und die Kapelle der Heiligen Nino .....	72

### **Birtvisi** **78**

<b>Touren 6/7/8</b>	Birtvisi-Festung und Schluchten .....	82
---------------------	---------------------------------------	----

## **Die Region Gudauri** **86**

<b>Touren 9/10</b>	Der „Fire Cross Tower“ .....	92
<b>Tour 11</b>	Die Lomisa-Kirche .....	95
<b>Touren 12/ 13/14</b>	Die Khada-Schlucht .....	105
<b>Tour 15</b>	Aragvi-Schlucht und Wasserfall .....	111

## **Die Kazbek-Region** **116**

<b>Touren 16/17</b>	Die Gergeti-Dreifaltigkeitskirche und der Gergeti-Gletscher .....	122
<b>Touren 18/19</b>	Der Berg Chaukhi .....	128
<b>Tour 20</b>	Truso-Schlucht, Tal und der Mineralsee ...	133
<b>Touren 21/22</b>	Devdoraki-Schlucht und -Gletscher .....	137

## **Dawit Garedscha** **142**

<b>Tour 23</b>	Zu den Höhlen von Udabno .....	145
----------------	--------------------------------	-----

## **Die Borjomi-Kharagauli-Region** **150**

<b>Tour 24</b>	Vom Dorf Likani zur Kvabiskhevi-Schlucht ..	155
<b>Tour 25</b>	Die Dabatszvali-Seen .....	158
<b>Tour 26</b>	Der Bjoliskhevi-Fluss .....	162
<b>Touren 27/28</b>	Zur Vakhani-Burg .....	166

## **Bakuriani** **170**

<b>Tour 29</b>	Der Berg Kokhta .....	173
<b>Tour 30</b>	Von Andesiti zu den Dabatszvali-Seen ...	175

## **Tuschetien** **178**

<b>Touren 31/32</b>	Von Shenako nach Diklo .....	186
<b>Tour 33</b>	Von Omalo nach Shenakho .....	191
<b>Touren 34/35</b>	Shenako zum Sonekhi-Kamm und Mobilfunkmast .....	193
<b>Tour 36</b>	Von Dartlo über Dano nach Chesho .....	196
<b>Tour 37</b>	Girevi und Herho .....	199
<b>Tour 38</b>	Von Parsma zum einstigen Larovani-See ...	203

**Chewsuretien (Khevsureti) 206**

**Touren 39/40** Roshka .....209

**Lagodekhi 212**

**Tour 41** Der hohe Wasserfall .....215

**Swanetien 220**

**Tour 42** Der Sessellift .....229

**Tour 43** Zum Fernsehsender .....231

**Touren 44/45** Zum Chalaati-Gletscher .....233

**Touren 46/47** Die Alpine Lodge, Weiden und der Kamm .236

**Tour 48** Von Maseri nach Mestia – der Guli-Pass .239

**Tour 49** Das Mestia-Kreuz .....242

**Tour 50** Der Coruldi-Kamm .....245

**Ushguli 254**

**Tour 51** Der Shkhara-Gletscher .....257

**Tour 52** Der Berg Lamara .....259

**Tour 53** Adishi .....260

**Anhang 262**

Glossar .....264

Ortsregister .....271

Der Autor .....274

Kartenverzeichnis .....275

**Exkurse**

Die Mythologie .....96, 121, 132

Im Angesicht der Apokalypse .....100

Das Kloster der Vögel .....148

Der parfümierte Weg .....164

Salotsavi – Heilige Orte .....182

Tschurtschchela .....185

Vazha Pshavela (1861–1915) .....190

Wo Wanderer sich fürchten, den Fuß aufzusetzen .....249





# Wandern im Kaukasus



# Wanderhinweise für den Kaukasus

## Wanderzeiten

Immer wieder klagen Leser von Wanderführern, dass die angegebenen Zeiten nicht mit ihrer eigenen Geschwindigkeit übereinstimmen. Dennoch ist die Angabe von Zeiten, die auf dem Weg verbracht wurden, ein guter Indikator in Berggegenden, wo Kilometerangaben nicht funktionieren – wenn sie erklärt werden. Also, um es deutlich zu sagen: **Alle genannten Zeiten sind meine Zeiten.** Ich halte mich selbst für einen **Durchschnittswanderer** mit drei verschiedenen Geschwindigkeiten; „normal“, „nachdenkend“ und „schleppend“. Alle Zeitangaben sind „normal“ und man kann sie einige Stunden „aufwärts“ durchhalten, bevor man eine ausgedehnte Pause einlegt – mit Ausnahme von Höhen über 2500 Meter („schleppend“).

Allerdings mache ich heimliche **Pausen** für Fotostopps – der eifrige Wanderer mag diese also für langsam halten. Sie versuchen jedoch realistische kaukasische Zeiten zu sein und **berücksichtigen Unterbrechungen** für Snacks, zahlreiche Fotostopps und die Möglichkeit, unterwegs jemand Interessantem zu begegnen. Wenn Sie ein schneller Wanderer sind, können Sie sicherlich pro vier Stunden eine abziehen, da ich schönen Ausichten nur schwer widerstehen kann.

## Einen Fremdenführer nehmen?

Fremdenführer eignen sich ebenso gut als **Gesprächspartner** wie auch als **Wegweiser**. Für einige längere Touren bietet es sich an, neben diesem Buch einen Einheimischen mitzunehmen. Oft führen verschiedene Routen zum selben Pass hinauf (wie beim Guli in Swanetien). Manche Pfade werden im Frühling unter Erd-

rutschen begraben, doch Rinder finden schnell neue Wege, sodass die Pfade sozusagen wiederauftauchen. Die zweifelnde Frage nach der Tauglichkeit der Karten und Markierungspunkte in diesem Buch kann mit dem gesunden Menschenverstand beantwortet werden: **Ein Weg lässt sich immer finden.** Früher habe ich für **Swanetien** immer geraten, einen einheimischen (Swanisch sprechenden) Führer mitzunehmen, den man über die **Touristeninformation** in Mestia finden kann. Heute aber ist Sicherheit kein Problem mehr. Einen **Führer nur für den ersten Tag** zu buchen, ist dennoch eine gute Idee und eine gesellige Art der Akklimatisierung.

## Allgemeine Informationen zum Finden von Wanderführern und Unterkünften

Websites sind für aktuelle Reiseinformationen besser geeignet, erweisen sich jedoch manchmal als kurzlebig. **Einheimische Tourismusunternehmen** erscheinen da häufig beständiger. Meistens sind sie klein und die Mitarbeiter sind freundlich und können schnell und einfach Führer, Transport und Unterkünfte in einem organisieren. Einige finden Sie nachfolgend aufgelistet. Airbnb ist kürzlich auch in Georgien angekommen.

Sie können praktisch jede Straße im Zentrum von Tiflis entlanglaufen (insbesondere Kala und Sololaki) und werden von einem umfangreichen Angebot vielversprechender **Gästehäuser und Hostels** überschwemmt – alle zu hervorragenden Preisen. Das Gleiche gilt für Mestia, Stepanzminda, Omalo und die meisten anderen interessanten Ziele für Wanderer, die in diesem Buch genannt werden. Tiflis hat inzwischen ein gutes **Touristeninformationszentrum**, das sich am Freiheitsplatz (Freedom Square) befindet und sehr zu empfehlen ist.

- **Caucasus Travel**, [www.caucasustravel.com](http://www.caucasustravel.com)
- **Living Roots**, [www.travellingivingroots.com](http://www.travellingivingroots.com)
- **Explore Georgia**, [www.exploregeorgia.org](http://www.exploregeorgia.org)
- **Georgica Travel**, [www.georgicatravel.ge](http://www.georgicatravel.ge)
- **Visit Georgia**, [www.visitgeorgia.ge](http://www.visitgeorgia.ge)
- **Georgian Holidays**, [www.georgianholidays.com](http://www.georgianholidays.com)

Die **Georgian National Tourism Administration** verfügt über eine gute Website mit Karten, Informationen zur Geschichte des Landes und bevorstehenden Events in ganz Georgien: [www.gnta.ge](http://www.gnta.ge)

Besuchen Sie in Tiflis unbedingt das Café mit Buchhandlung, das ich mitgegründet habe: **Prospero's Books**, unweit der Oper. Dort finden Sie WLAN, Kaffee, Informationen, Veranstaltungen, Wandergenossen und natürlich das beste Sortiment internationaler Bücher in Georgien: 34 Rustaveli Av, Tiflis, [www.prosperobookshop.com](http://www.prosperobookshop.com).

## Karten

Die hervorragenden Karten in diesem Wanderführer wurden von Irakli Ugulava von Geoland zur Verfügung gestellt (und von Nino angefertigt).

**Anmerkung:** Auf manchen Karten befinden sich **malvenfarbene Wanderwege**. Diese können leicht von den skizzierten abweichen, da sich das Terrain durch Erdbeben und Lawinen gelegentlich verändert. Georgien hat zudem seine **eigenen GPS-Karten**. Die Erfahrung hat mich allerdings gelehrt, mich niemals nur auf diese zu verlassen. Gutes Papier ist einfach nicht zu ersetzen.

### Landkarte Georgien

**Georgien/Georgia (1:350.000)**, die hochreißfeste und 100 % wasserfeste Landkarte aus der Serie world mapping project, erschienen im REISE KNOW-HOW Verlag. Die kartografische Darstellung konzentriert sich auf die wichtigsten Informationen für Reisende und ist besonders gut lesbar. Statt einer Schummerung werden farbige Höhenschichten verwendet.

---

Khinkali (Fleisch- oder Käseklöße) warten darauf gekocht zu werden,  
in Shenakho, Tusheti

## Wegbeschreibungen und Gastfreundschaft

Im Kaukasus finden Sie die Uhren der Wanderer oft um einige Jahrzehnte zurückgedreht. Abgesehen von den wenigen gut ausgeschilderten, international geförderten Pfaden (wie in Borjomi und Swanetien) **ist Ihr Verstand Ihr bester Führer** und wird nicht selten Unerwartetem begegnen (siehe die nachfolgende „Geschichte“). Sie werden dort nicht mit Schildern, Sicherheitshinweisen, Parkrangern und Wandergruppen bombardiert.

Wenn Sie **im Kaukasus nach dem Weg fragen**, seien Sie darauf vorbereitet, dass die Menschen dort höchstwahrscheinlich zunächst behaupten, ihn selbst nicht zu kennen. Fast immer zeigen sie irgendwohin und geben ein paar Hinweise, auch wenn sie nicht mal sicher sind, Sie verstanden zu haben. Sie möchten Gästen behilflich sein – noch immer eine starke Tradition, vor allem in den Bergen. Achten Sie also auf die Augen Ihres Gegenübers. Wirken sie zögerlich, seien Sie vorsichtig. In abgelegenen Gegenden werden Sie **womöglich ins Haus des Einheimischen eingeladen**, „auf ein Glas“, das sich auf mysteriöse Weise in eine ausgewachsene Trinkrunde verwandelt (manchmal sogar





mit Speisen) und über eine Stunde dauert. Dies ist mir schon viele Male passiert. Es kann ein Vergnügen sein und Ihren Ausflug bereichern (wenn Sie nicht in Eile sind), aber auch ein Risiko darstellen – insbesondere am Beginn einer Wanderung, wenn Sie noch nicht gut einschätzen können, wie viel Zeit Sie brauchen. Seien Sie in diesen Situationen stets **freundlich, aber bestimmt**. Lächeln Sie liebenswürdig, entschuldigen Sie sich mehrere Male, sagen Sie, was auch immer nötig ist, um Ihren Gastgeber davon zu überzeugen, dass es nur die äußeren Umstände sind, die Sie davon abhalten, die traumhafte Einladung anzunehmen. Dies ist wegen der **kaukasischen Kultur der Gastfreundschaft** von enormer Bedeutung. Mehrere Male schon traf ich auf Einheimische, von denen ich keine Wegbeschreibung bekam, ohne zuerst ein Glas mitzutrinken. **Wenn Sie in eine solche Situation geraten, trinken Sie ein Glas mit.** Fragen Sie am besten nach Wein statt nach Spirituosen (meistens gibt es beides). Halten Sie Ihr Glas hoch, sprechen Sie mutig einen kurzen Toast, wie schön („*lamazi*“) ihr Dorf sei („*sopeli*“) und Georgien („*Sakartvelo*“), dass sie nun gute Freunde seien („*kargi megobari*“) und danken Sie ihnen von Herzen („*didi maadloba*“) für die Wegbeschreibung (die sie Ihnen noch zu geben haben). Dann trinken Sie das Glas in einem Zug leer. Sollten Ihre Gastgeber Ihr Glas erneut füllen und Ihnen zurückreichen, lächeln Sie einfach und lehnen Sie höflich ab. Zeigen Sie auf Ihre Uhr, legen Sie Ihre Hand auf Ihr Herz und fragen Sie erneut nach dem Weg. Das funktioniert immer. Im **Glossar** (siehe Anhang) finden Sie weitere wichtige Wörter für solche Situationen.

## Höhe und Krankheit

Die **Höhenkrankheit** ist extrem selten in Höhen, wie sie bei diesen Touren erreicht werden. Offiziell tauchen Symptome dieser Krankheit erst **ab 2500 Meter** auf – der höchste Punkt der meisten Wanderungen in diesem Buch. Dennoch ist die Höhe immer ein wichtiger Faktor, wenn es um die **Zeitberechnung** geht, insbesondere wenn Sie sich zum ersten Mal so hoch begeben. Wenn Sie hohe Touren planen, wie zum Beispiel um Kazbegi herum oder in Swanetien, sollten die weniger Fitten mit den niedrigeren Wanderungen beginnen oder sich darauf einstellen, das Tempo im Fall der Fälle zu drosseln, wenn es höher geht.

Ich benötige ungefähr drei Tage für die **Akklimatisierung**. Die ersten **Anzeichen für eine akute Höhenkrankheit** (AHK oder AMS) sind Atemlosigkeit, Kopfschmerzen und Übelkeit (tauchen häufig sowieso auf!). Halten Sie dann an und machen Sie eine Pause. Sollten die Beschwerden nach zehn Minuten nicht verschwunden sein, sind Sie womöglich von der Krankheit betroffen. In dem Fall sollten Sie wieder absteigen, was die Symptome sogleich lindern wird. Bitte berücksichtigen Sie, dass Akklimatisierung in Bezug auf Dauer und Höhe bei jedem anders erfolgt; Fitness ist nur ein Faktor für Anfälligkeit. Bei Unsicherheit gibt es ein Medikament – Acetazolamid (Diamox) –, das mitgenommen werden kann.

## Fitness

Nicht wenige Wanderer verlassen ihre Büros mit einer **falschen Vorstellung von der eigenen Fitness** – bis sie in eine Situation geraten, in der sie kaum noch mithalten können. Sie glauben, sie seien fit, weil sie zwei Mal pro Woche ins Fitnessstudio gehen. Viele laufen einfach, um fit zu werden. Wenn Sie dazu gehören – laufen Sie los, aber mit Bedacht. Sie müssen nicht gleich am ersten Tag sämtliche Rekorde brechen. Ihr Körper muss sich akklimatisieren, Muskeln aufbauen, und das in seinem eigenen Tempo. Darüber hinaus kann Überanstrengung gefährlich sein für Knie, Knöchel und Herz.

## Sicherheit

Sehr zum Nachteil für die Wandergemeinschaft wurde Georgien schon oft mit dem übertriebenen Ruf „gefährlich“ behaftet, da es von kleinen Ländern meistens nur schlechte Nachrichten in die internationalen Medien schaffen. Der gesamte Kaukasus gilt als Brennpunkt, und dieses Image loszuwerden ist schwierig, vor allem mit den Problemen betreffend Tschetschenien, Bergkarabach, Abchasien und Ossetien. Die gesamte Gegend wurde über einen Kamm geschert und so ein **beinahe bedrohliches Image** kreiert. Besucht man sie jedoch, löst sich dieses bald vollständig in Luft auf und wird durch das **einer der schönsten Wandergegenden der Welt** ersetzt.



Beachten Sie aber, dass Sie **zwei Gegenden Georgiens auf keinen Fall besuchen sollten – Abchasien und Ossetien**, deren Grenzen von der georgischen Seite her noch immer geschlossen sind.

**Swanetien** hatte früher einen schlechten Ruf, ist aber heute **eines der freundlichsten Touristenziele** – dank des gemeinschaftlichen Versuchs, den Tourismus voranzutreiben, unter anderem mit Hilfe von Englischunterrichtsprogrammen. Georgiens Städte und Gemeinden schneiden inzwischen gleich oder sogar besser ab als viele europäische Hauptstädte. Nachfolgend finden Sie ein paar Punkte, die es grundsätzlich zu beachten gilt, wenn Sie in Georgien wandern:

Menschen, die **Waffen** tragen, sind kein ungewöhnlicher Anblick; meistens handelt es sich dabei um Jäger oder Schafhirten, die ihre Herde beschützen.

In **Swanetien** wurde früher die Mitnahme eines Fremdenführers empfohlen, inzwischen sind es die Menschen dort gewohnt, Fremde allein durch die Gegend wandern zu sehen. Seien Sie einfach freundlich.

Wenn Sie bei **Zufallsbegegnungen** zwiegespalten sind, wie sich diese entwickeln könnten, gilt die Regel: **Öffnen Sie Ihr Herz und gewinnen Sie einen Freund**. Misstrauen erweckenden oder unfreundlichen Menschen reiche ich oft die ausgestreckte Hand. Und das hat schon häufig funktioniert (Beispiele dazu finden Sie in meinem Buch „Georgia, in the Mountains of Poetry“).

## Wasser

Aktive Wanderer benötigen in kühlen Wetterlagen **bis zu drei Liter Wasser** am Tag und **fünf bei heißen Temperaturen oder in großen Höhen**. Auf den meisten der hier beschriebenen Wanderrouten befinden sich **Quellen**. Diese ersparen Ihnen das Tragen schwerer Wasserflaschen – sind aber leicht zu übersehen. Prüfen Sie immer, ob ihre vermeintliche Quelle kein Bach ist – unter etwa 3100 Meter sollten Bäche gemieden werden, da sich Tiere im Kaukasus zum Grasens noch weit hinaufwagen und so Verunreinigungen durch Exkremate oder verendete Tiere ins Wasser gelangen können. Wasser direkt aus dem Gletscher ist normalerweise gut trinkbar.

## Ausrüstung

Keine der in diesem Buch beschriebenen Routen erfordert das Mitbringen von Zelten und Campingausrüstung. **Sie setzen eine Unterkunft voraus** – meist am Startpunkt. Schweres Gepäck ist hinderlich und erfordert eine andere Haltung zum Wandern. Hinweise zu längeren Wanderrouten werden jedoch gegeben und einige der hier beschriebenen Touren sind recht anspruchsvoll. Geeignete **Wanderschuhe** sind also essentiell. Nicht vergessen: Sobald Sie sich in gewisser Höhe im Kaukasus befinden, werden Sie nur wenig zur Verfügung haben – keine bequemen Outdoor-Geschäfte mit Karten, Schuhen, GPS und Regen- oder Schnee-Ausrüstungen.

**Die Natur ist beinahe unberührt, was mit gewissen Gefahren, die eine große Bergkette mit sich bringt, einhergeht.** Gehen Sie nicht davon aus, dass ein Anruf mit Ihrem Handy genügt, damit ein Helikopter über den Kamm geflogen kommt. Trotz der Gefahr, das Offensichtliche aufzulisten, finden Sie nachfolgend ein paar persönliche Tipps.

## Regenausrüstung

In Berggegenden kann das Wetter schnell wechseln. Auch wenn der Himmel zu Beginn Ihrer Tour blau ist, sollten Sie eine **Lampe** und **Regenbekleidung** mit sich führen, einschließlich Beinbekleidung.

## Gamaschen

Wenn Sie planen, in die Höhe zu gehen, seien Sie auf stellenweise **Neuschnee** vorbereitet – zu jeder Jahreszeit. Die Einheimischen tragen häufig **Gummistiefel**, was auf den ersten Blick merkwürdig wirkt. Dies relativiert sich aber, wenn man auf 3000 Meter durch Schnee stapft. Gamaschen sind leicht und darüber hinaus praktische und wasserabweisende Sitzgelegenheiten.

## Sonnencreme, Sonnenschutz, Hut, Brille

Umso höher Sie gehen, desto mehr Kraft hat die **Sonne**. Besonders relevant ist das für Menschen mit heller Haut. In den Bergen kann man das ganze Jahr über einen Sonnenbrand bekom-

men. Und bedenken Sie, **dass der Schnee die Sonne reflektiert**, also schützen Sie ebenfalls das untere Kinn, Nase und Ohr-läppchen. Eine Sonnenbrille hilft gegen blendendes Licht.

### Mobiltelefon (und Funksignal)

Nicht notwendig – aber beruhigend. Die **Netzabdeckung in den Bergen Georgiens ist überraschend gut**, auch an abgelegeneren Orten (Festnetzverbindungen sind hingegen unzuverlässig). Die meisten Bergführer tragen Mobiltelefone bei sich. Betreiber des Mobilfunksignals ist das Unternehmen MagtiCom.

### Wasserflasche

Für die vielen Quellen im Kaukasus ist eine **kleine, leichte, wiederbefüllbare Wasserflasche** am besten geeignet.

### Mini-Fernglas

**Hervorragend** nicht nur zum Beobachten von Vögeln und anderen Tieren: Mit einem kleinen Fernglas lässt sich der vor einem liegende Weg vorab erkunden, sodass man nicht Gefahr läuft, einem Pfad zu folgen, der plötzlich abrupt erdrutschbedingend endet.

## Gefährliche Tiere und Pflanzen

**Der Kaukasus ist ziemlich sicher.** In einigen der großen Waldgebiete leben bis heute **vereinzelt Bären**. Durch übermäßiges Jagen sind diese jedoch menschen-scheu (ganz im Gegensatz zu den amerikanischen Bären, die Touristen gewohnt sind). In Georgien gibt es, wie in vielen anderen warmen Ländern, **Giftschlangen** (siehe Kapitel „Fauna“) und **Skorpione**, zu sehen sind sie aber selten. Die einzige Ausnahme ist die sandige Hochwüste im Frühling. Ich habe jedoch schon mehrere Male im Mai/Juni das Kloster Dawit Garetscha (Kloster in Kachetien) besucht und bislang nur eine (nicht giftige) Schlange gesehen. Gift-efeue und Gifteichen gibt es im Kaukasus nicht, aber der Saft des **Riesen-Bärenklaus** enthält einen Reizerreger.

## Hunde

**Hunde sind die größte Belästigung der Wanderer im Kaukasus.** Fernab der Städte werden die großen kaukasischen Hunde mit kupierten Ohren darauf trainiert, Herden und Heime zu verteidigen. Alles, was sich ihnen nähert, wird sofort angebellt. Nicht angenehm, auch wenn sie nur selten beißen (Tollwut gibt es in Georgien, mitbekommen habe ich einen solchen Fall aber nie). Der beste Weg, mit großen Tierherden umzugehen, ist, sie zu meiden. Wenn Sie **Schafherden** sehen, schlagen Sie einen Bogen oder machen Sie den Hirten auf sich aufmerksam, damit er die Tiere zur Seite scheuchen kann. Seien Sie aber auch dann vorsichtig: Schafe sind nicht immer nett. Wenn ich von aggressiven Hunden verfolgt werde, laufe ich zügig weiter – mit einem Stock in der Hand – und vermeide jeden Blickkontakt. Manche werfen Steine, denen die Hunde nachjagen, sie aber zurückbringen; andere nehmen Pfefferspray mit oder Ultraschall-Abwehrmittel. Geraten Sie jedenfalls nicht in Panik und laufen Sie nicht davon. Wenn die Hunde zu schnappen beginnen, wenden Sie sich ihnen zu und treten Sie ihnen standhaft gegenüber. Erheben Sie den Stock und ziehen Sie sich langsam zurück. Hunde haben ein unsichtbares Revier, sobald Sie dieses verlassen haben, werden Sie gehen gelassen und die Hunde kehren in ihr Reich und zu ihren Schafen zurück, glücklich über die sportliche Betätigung.

## Lawinen, Gletscher, Brücken und Flussübergänge

Beim Wandern in den Bergen ist es nicht ungewöhnlich, auf **abgegangene Lawinen und Muren** zu stoßen (wie im Tal des Devdoraki-Gletschers). Übersteigen Sie diese am besten einzeln – in dem unwahrscheinlichen Fall, dass sich der Schutt in Bewegung setzt, können die anderen Hilfe holen. **Gletscher** sind gefährlicher; sie sind lebendig, unvorhersehbar und die meisten erfordern Seile. **Stellen Sie sich niemals bewundernd unter eine Gletscherzunge** – Gestein kann hinuntersausen und gar Köpfe abreißen. Viele der selbstgebauten **Brücken** über Flüsse werden im Frühling fortgerissen. Sind sie in einem Jahr an dieser Stelle, muss das nicht für das nächste gelten (oder sie tauchen ein