



Die Pontinischen Inseln

Ursprüngliches Italien zwischen Rom und Neapel



Teilnehmerzahl: 16 - 24

»Pontinische Inseln? Nie gehört!« Das haben wir immer wieder vernommen, wenn wir jemandem von unserer neuen Reiseidee erzählt haben. Dabei ist die Inselgruppe, die zwischen Rom und Neapel im Tyrrhenischen Meer liegt, wunderschön! Sie besteht aus 5 kleinen Inseln, von denen wir 3 im Verlauf unserer Reise kennenlernen. Wir wohnen auf der Hauptinsel Ponza – mit knapp 8 Kilometern Länge und einer maximalen Breite von knapp 2 Kilometern – die grösste der Gruppe. Von hier aus unternehmen wir leichte Wanderungen, betrachten »unsere« Insel vom Boot aus und lernen auch die unbewohnten Nachbarinseln Palmarola und Zannone kennen. Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Ferientage in wunderschöner Natur, auf kleine Buchten mit kristallklarem Wasser, gastfreundliche Menschen und beste italienische Küche – Fischliebhaber kommen auf jeden Fall auf ihre Kosten.

Als Reisezeit haben wir Mitte Mai ausgesucht, so können wir die Insel noch »in Ruhe« genießen – bevor ab Anfang Juni dann hauptsächlich italienische Touristinnen und Touristen kommen, oft auch nur für einen Tagesausflug. Auf dem Hinweg übernachten wir einmal in Siena, einer der schönsten Städte der Toskana. Von dort ist es dann auch gar nicht mehr so weit bis zum Hafenort Formia, wo unsere Fähre nach Ponza ablegt. Auch den Rückweg unterbrechen wir noch mal in einer interessanten Stadt: Wir übernachten in Cremona in der Lombardei, eine gut erhaltene mittelalterliche Stadt, die sich durch ihre Geigenbautradition einen Namen gemacht hat.

Gästezitate

»Liebe Avantis, eigentlich darf man gar nichts verraten von dieser wunderbaren Reise auf die Pontinischen Inseln - zu wertvoll ist dieses herrliche Stückchen Erde, das unglaublich blaue Wasser, der Wind, der Kräuterduft, der treppenreiche Ort mit seinen bunten Häusern, die fast orientalisch anmuten und den (noch) nicht

10.05. - 17.05.2026

8 Reisetage (So - So)

Pro Person im Doppelzimmer
(inkl. HP) **1.890 €**

nach dem 14.02.2026 1.990 €

Einzelzimmer (inkl. HP) **2.145 €**

nach dem 14.02.2026 2.245 €

HÖHEPUNKTE

- » Wundervolle Vulkaninsel Ponza
- » Die schönsten Wanderungen
- » Traumblicke
- » Besteigung des Monte Guardia
- » Lebendiges Hafenstädtchen Ponza

vorhandenen Touristenströmen.

Zu gut ist das Essen aus Luigis Küche (Fisch muss man mögen!!); Ike als steter Quell unendlichen Wissens über die Inseln und solide Wanderführerin hinauf zu den schönsten Aussichten.

Ach, und die Pasta aus der Minikombüse, das Baden in glasklarem Wasser und erst recht das Avanti-Picknick auf dem "Bötchen"...

Dann wäre da noch das unschlagbare Avanti-Duo:

Matthias, wir fühlten uns von Dir gewiegt im großen roten Bus, Dein Kuchen ist klasse, die Punktlandung in Siena zeitgleich mit der Zielankunft des Giro d' Italia - Mannomann, Ihr lasst Euch echt was einfallen ;) und Du hast Deine Schäfchen gut zusammengehalten.

Brigitte, Dein charmantes Lachen klingt noch in uns nach, Danke für Deinen perfekten "Bordservice", für Dein Kümmern und Umsorgen, Dein offenes Ohr und Dein Organisieren.

Dass Ihr beide zum Bootspicknick noch ein paar Delfine herbeigezaubert habt, alle Achtung, das macht Euch so schnell keiner nach!

Siena kam zu kurz (trotz des wirklich guten Abendessens), aber das war nun mal dem Giro geschuldet.

Cremona hats wett gemacht, das Abendessen im stilvollen Ristorante sowieso. Bleibt Euch treu liebe Avantis, wir reisen von Herzen gerne weiter mit Euch!

Alla prossima volta« Petra und Georg

»Nun will ich mich doch noch mal melden, weil ich noch immer ganz begeistert bin von unserer schönen Reise zu den Pontinischen Inseln. Für mein Gefühl hat einfach alles gepasst - die interessante Geologie, bunte Vegetation, die tollen Badegelegenheiten (vor allem vom Schiffele aus), nicht zu vergessen die Weinprobe bei dem netten Paar und vieles mehr.

Selten habe ich eine so stimmige Reise erlebt und das ist nicht zuletzt Eurer umsichtigen und empathischen Reisebegleitung geschuldet. Ein ganz herzliches Dankeschön und viele Grüße« Rita

»Ich denke immer noch sehr gerne an die wunderschöne Reise nach Ponza zurück. Nochmals vielen Dank für die super Organisation, es hat wirklich alles toll geklappt.

Die Fahrt im bequemen roten Bus war mit den kurzen und längeren Stopps und mit netten Anekdoten, Erzählungen und Musikeinlagen von Hans-Peter kurzweilig. Das familiengeführte Haus Louisa war ganz nach meinem Geschmack, individuell, freundlich, hilfsbereit und das Essen war köstlich. Die kleinen Wanderungen auf die Berggipfel mit Ike und den Picknicks, die Schiffsausflüge mit der Möglichkeit im türkis blauem Wasser zu baden, waren sensationell. Das Programm war ohne Stress und Hektik durchgeführt, so konnte jeder und jede gut mithalten.

Also, es war rundherum eine gelungene Reise, mit netten Mitreisenden und einem super Team unter dem Motto: AVANTI hält was es verspricht! Herzliche Grüße an das Team, dann bis zur nächsten Reise.« Angela

Schwierigkeitsgrad der Wanderungen

Unsere Wandertouren sind leicht bis mittelschwer (2 bis 3 Std. Wanderzeit, maximal 300 Höhenmeter Anstieg) und führen teilweise über schmale, steinige Wege. Wichtig sind eingelaufene Schuhe mit gutem Profil. Zur Ausrüstung gehören auch ein Sonnenhut, Sonnencreme und Wasser. Wenn wir auf die Nachbarinseln fahren, brauchen wir außerdem noch ein Handtuch, denn beim Anlegen am Strand werden die Füße ein bisschen nass ...

LEISTUNGEN

- » Busfahrt im 5-Sterne-Fernreisebus
- » 5 x Übernachtung mit Frühstücksbüffet im 3-Sterne Piccolo Hotel Luisa auf Ponza
- » 4 x mehrgängiges Abendessen im Hotelrestaurant
- » 1 x Abendessen in einem Restaurant in Ponza
- » 1 x Zwischenübernachtung in Siena in zentralem 4-Sterne-Hotel mit Frühstück und Abendessen
- » 1 x Zwischenübernachtung in Cremona in zentralem 4-Sterne Hotel mit Frühstück und Abendessen
- » 3 geführte Wanderungen
- » Bootsfahrt auf die Nachbarinseln Palmerola und Zanone
- » Alle Transfers im Rahmen unserer Wanderungen
- » Bettensteuer inklusive

REISEVERLAUF

1. Tag ☒ Freiburg – Siena

Am Sonntagmorgen um 5:30 Uhr fahren wir in Freiburg am Konzerthaus los. Durch die Schweiz und durch den Gotthardtunnel, an Mailand, Bologna und Florenz vorbei, erreichen wir Siena – je nach Verkehrslage – am späten Nachmittag. Bevor wir uns zum gemeinsamen Abendessen treffen, reicht die Zeit vielleicht noch für einen kleinen Spaziergang und ein erstes »echt italienisches« Eis. (780 km)

2. Tag ☒ Siena – Ponza

Gleich nach dem Frühstück fahren wir weiter, damit wir rechtzeitig im Fährhafen Formia ankommen. Von dort fährt am Nachmittag unsere Fähre auf die Insel Ponza. Ohne unseren Bus, denn den brauchen wir auf der Insel nicht. Nach zweieinhalb Stunden laufen wir in den malerischen Hafen ein und sind auch schon mitten im Inselleben. Das Gepäck lassen wir abholen, während wir auf unserem Spaziergang zum Hotel einen ersten Eindruck vom bunten Ort Ponza bekommen. Und vielleicht entdecken wir ja auch schon eine Bar, in der wir vor dem Abendessen noch einen Aperitif trinken könnten. (375 km)

3. Tag ☒ Wanderung auf den Monte Guardia

Heute wollen wir uns einen ersten Überblick über die Insel verschaffen. Dazu »besteigen« wir den mit 283 Metern höchsten Punkt der Insel, den Monte Guardia. Zunächst geht es auf asphaltierter Straße vorbei an bunten Häusern und Gärten. Dann folgen wir einem steilen Eselspfad, der uns durch die typische würzig duftende Mittelmeervegetation bis zur Bergspitze führt – spektakulär schön! Oben angekommen, genießen wir die Aussicht und ruhen uns ein bisschen aus für den Abstieg »mit Variationen«.

4. Tag ☒ Die Nachbarinsel Palmarola

Nachdem wir gestern von oben auf die Insel geschaut haben, staunen wir heute vom Wasser aus. Palmarola und die Steilküsten von Ponza haben einen ganz besonderen Reiz mit all ihren Farben, Formen und Grotten. Seit Jahrtausenden verändert sich diese natürliche Skulptur, geformt von Wind, Wasser und Erosion. Wir halten für eine Stunde an der einzigen Strandbucht von Palmarola und schauen uns die riesige reine Obsidian-Ader an, die in der Steinzeit genutzt wurde, um Werkzeuge herzustellen. Danach gibt es Pasta, Wein und Espresso an Bord des Schiffes, bevor wir die Schifffahrt fortsetzen.

5. Tag ☒ Wandern auf der Nachbarinsel Zannone

Zunächst nehmen wir wieder ein Boot von unserem Hafen aus, denn heute wollen wir auf die Nachbarinsel Zannone. Nach ca. einer Stunde legen wir am Varo von Zannone, dem Rest eines römischen Fischzuchtbeckens, an. Hier beginnt unser Aufstieg durch die typische Mittelmeervegetation. Wir gehen bis zu den Resten des einstigen Benediktinerklosters, von wo wir die fantastische Sicht auf den Eichenwald und den Leuchtturm genießen. Mit ein bisschen Glück sehen wir auch die Mufflons, die auf der Insel leben. Nachdem wir ein Stück weit in das kühle Grün des Eichenwaldes hinabgestiegen sind und eine Pause gemacht haben, kehren wir um, erreichen unser Boot und fahren nach Ponza zurück.

6. Tag ☒ Die Nordspitze von Ponza - Punta Incenso

Zur Abwechslung nehmen wir heute mal einen Bus, um an den Ausgangspunkt unserer Wanderung zu kommen. Wir kommen durch den zweitgrößten Ort der Insel, Le Forna, und fahren weiter bis zur Endhaltestelle unterhalb der Punta Incenso. Hier beginnt der Aufstieg, der uns viele sagenhaft schöne Ausblicke bietet und zur äußersten Nordspitze der Insel führt. Auf dem Rückweg folgen wir der Straße bis zu den Resten einer alten Festung. Weiter geht's zur Kirche von Le Forna. Wer möchte, trinkt noch einen Espresso und dann nehmen wir wieder den Bus zum Hafen in Ponza.

7. Tag ☒ Nach Cremona

Schade, dass unsere Tage auf Ponza so schnell vorbei gegangen sind. Wir fahren mit dem ersten Schiff zurück nach Formia, denn wir wollen heute noch durch die Provinzen Latium, Umbrien, Toskana und Emilia-Romagna bis in die Lombardei. Unser Tagesziel ist Cremona, ca. 80 Kilometer südlich von Mailand. Hier haben wir vor oder nach dem Abendessen noch Zeit für einen kleinen Rundgang und ein letztes italienisches Eis in wunderschöner Kulisse auf dem Domplatz. (650 km)

8. Tag ☒ Cremona – Freiburg

Nach dem Frühstück brechen wir zu unserer letzten Reiseetappe auf. Da heute Sonntag ist, kommen wir zügig an Mailand vorbei und dann sind wir auch bald am Grenzübergang in Como. Jetzt noch durch die Schweiz und dann sollten wir am späten Nachmittag zurück in Freiburg sein. Nun können wir daheim berichten, wo die Pontinischen Inseln überhaupt liegen und dass man dort wunderbar das italienische Leben genießen kann. (500 km)

Bitte beachten Sie, dass wir die Reihenfolge unserer Aktivitäten auf Ponza eventuell - je nach Wetterlage - ändern.

UNTERKUNFT

Auf Ponza wohnen wir im 3-Sterne Piccolo Hotel Luisa, einem kleinen, feinen, in dritter Generation familiengeführten Hotel. Das Hotel liegt ca. 5 Minuten vom Hafen entfernt, also abseits des Trubels aber dennoch sehr zentral. Statt Meerblick gibt es einen Blick in den mediterranen Garten. Der Tag beginnt mit einem ausgiebigen Frühstücksbuffet und endet mit einem mehrgängigen Menü im Hotelrestaurant.

Für unsere Zwischenübernachtung auf der Hinfahrt haben wir in Siena das 4-Sterne Hotel NH Siena gebucht. Von hier erreichen Sie das Zentrum von Siena in wenigen Gehminuten. Alle 129 Zimmer sind geschmackvoll eingerichtet, haben eine Klimaanlage und WLAN.

Auf der Rückfahrt übernachten wir in Cremona. Das 4-Sterne-Hotel Continental liegt günstig am Rande der historischen Altstadt – in weniger als 15 Minuten können Sie zu Fuß zum Domplatz spazieren. Es verfügt über 63 helle Zimmer, die alle mit Bad, Klimaanlage, Kühlschrank und WLAN ausgestattet sind.

ZUSTIEGE

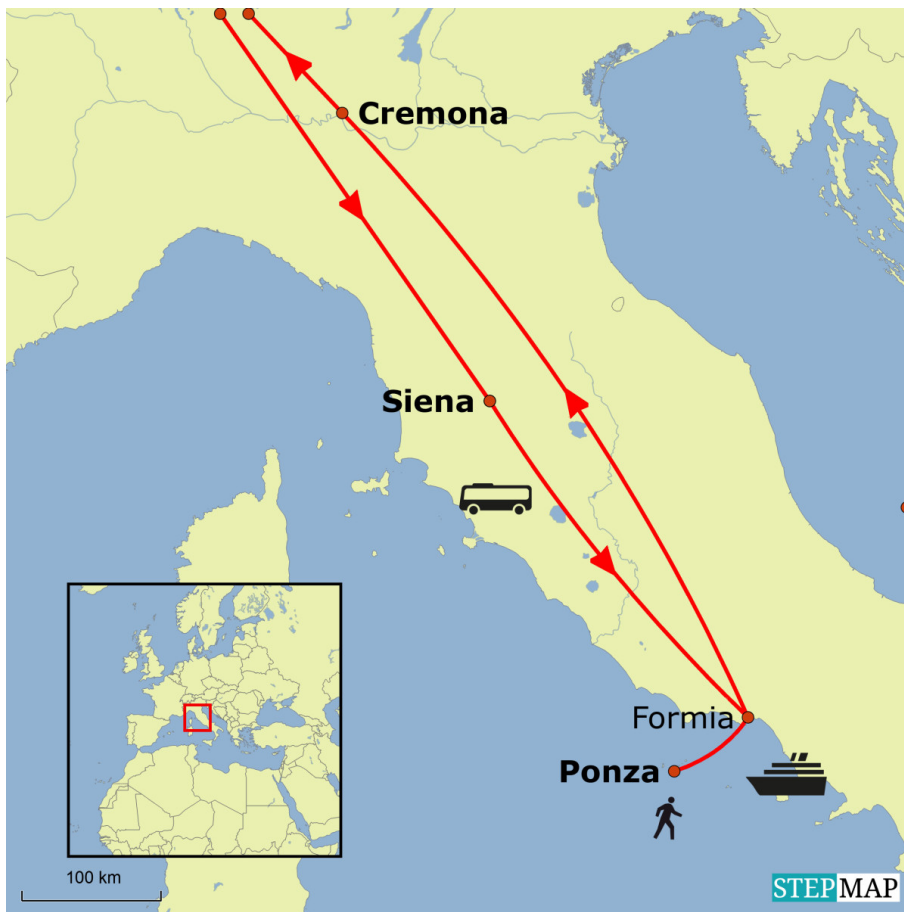
Aral Tank- & Waschzentrum Haid, Bötzingen Str. 19, 79111 Freiburg	05:00 Uhr
Freiburg, Konzerthaus	05:30 Uhr
Alter Zoll Neuenburg Autobahnausfahrt Müllheim/Neuenburg	06:00 Uhr
Basel Badischer Bahnhof gegenüberliegende Seite	06:20 Uhr

Weitere Abfahrtsorte auf Anfrage.

Es besteht ein Absagevorbehalt bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl bis zum 21. Tag vor Reisebeginn.

Es gilt Stornostaffel A

TERMINE & PREISE



Bildrechte: Avanti Busreisen, StepMap