Monte Prena (2561 m)

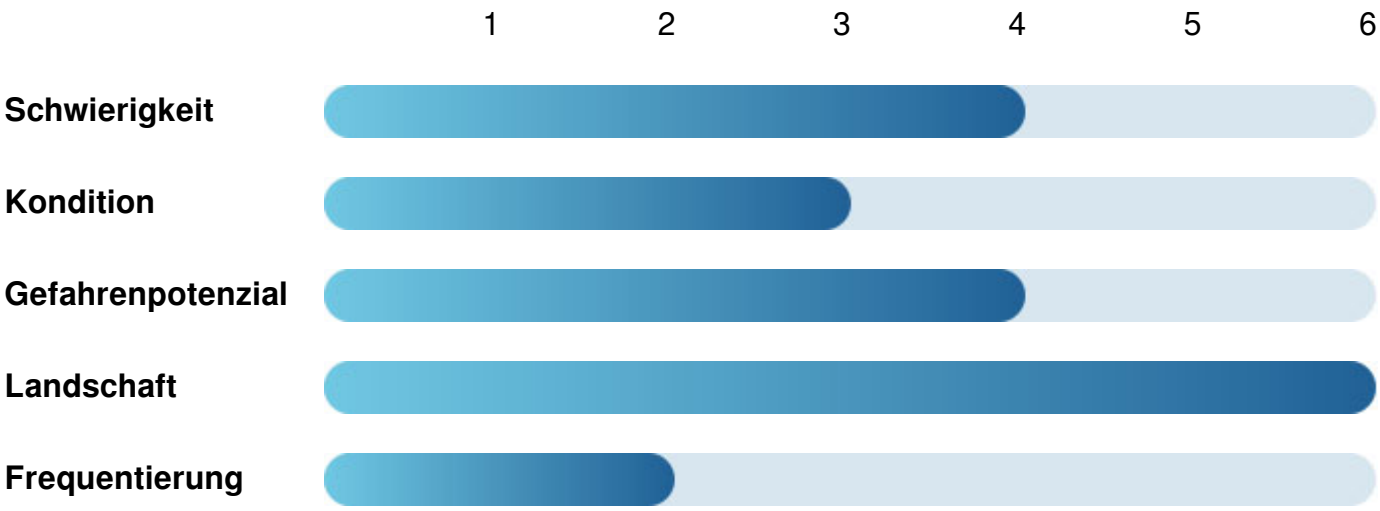
Bergtour | Apennin

900 Hm | insg. 05:00 Std. | Schwierigkeit (4 von 6)



Auf der Nordseite des Campo Imperatore, dieser riesigen und beeindruckenden Hochgebirgsebene im Gran Sasso Massiv, zieht sich von Ost nach West, vom Monte Aquila bis zum Monte Guardiola, ein ca. 20 km langer Gebirgskamm mit mehreren Gipfeln. Einer davon sticht heraus, denn er ist ungewöhnlich rau, felsig und zerklüftet: Der Monte Prena. Schon beim Anblick wird klar, dass dieser Berg etwas alpiner ist als seine Nachbarn, doch besonders anspruchsvoll ist er für Geübte nicht. Weil sein Ausgangspunkt etwas schwierig zu erreichen ist, kann man hier die großartige Landschaft zumindest in der Nebensaison oft in völliger Einsamkeit genießen.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt:

Über die A24 (Autobahn Rom – Teramo) bis zur Ausfahrt Assergi. Hier folgt man der Beschilderung zum Campo Imperatore und bleibt auf der SS17bis. Die Abzweigung zur Bergstation der Seilbahn am Campo lässt man links liegen und fährt noch 10 km weiter bis man auf der nördlichen Straßenseite eine Abzweigung und einen Parkplatz findet (1540 m - Beschilderung: P – Miniera, Prena, Camicia – siehe Bild 1). Die Weiterfahrt zum eigentlichen Ausgangspunkt ist nur für geländegängige Fahrzeuge mit entsprechender Bodenfreiheit zu empfehlen, denn die zunächst gut erscheinende Straße ist total ausgewaschen mit tiefen Löchern, großen Buckeln und Steinen. Bergsteiger mit einem normalen PKW müssen daher bereits am Beginn der Zufahrt parken und die 3,5 km zum Ausgangspunkt laufen oder mit dem MTB fahren. Am Ausgangspunkt Miniera di Bitume (1745 m) ist nur Platz für 1 bis 2 PKW. 500 m vorher, beim Schild Campo Imperatore (1716 m) gibt es bessere Parkmöglichkeiten.

Ausgangspunkt:

Campo Imperatore – Parkplatz „Prena / Miniera“ (1540 m) an der SS17bis. Oder nach 3,5 km an der hier abzweigenden Zufahrtsstraße Richtung Miniera di Bitume (1745 m).

Route:

Beim Schild „Miniera di Bitume (1745 m)“ zweigt man von der Zufahrtsstraße zur Mine ab auf einen kleinen beschilderten und markierten Steig zum Sella del Monte Camicia. Er führt nach Norden durch eine Mulde hinauf in flaches Gelände, wo man einen tollen Rückblick zum Campo Imperatore hat. Der Steig quert nun die Hänge nach Norden, passiert eine steile, sandige, steinschlaggefährdete Flanke und führt dann auf einfachem Terrain über einen weitläufigen Linksbogen und über eine weitere Hangquerung zum Sella del Monte Camicia (2270 m) – auf Karten ist meist nur der direkt danebenliegende Sattel „Vado Ferruccio – 2245 m“ eingezeichnet. Hier links (Westen) entlang des felsigen Kammes bis zur beeindruckend höckerigen Steilflanke des Monte Prena. Unter ihr weicht der Steig nach rechts aus, traversiert eine sandige Passage und steigt dann nach Westen zu einer grasigen Schulter, dem Punkt 2365 m an. Mit minimalem Höhenverlust geht es nach Nordwesten zu einem

© Tourentipp.com 2026

großen mit „A“ markierten Felsen am Fuße der kesselartigen Nordostflanke. Durch sie steigt man über Schrofen, Schutt- und Felsgelände hinauf zum Grat. Über diesen, nach Westen zielend, erreicht man in wenigen Schritten den Gipfel mit Kreuz.

Abstieg:

Wie Aufstieg.

Charakter:

Mäßig schwierige alpine Bergtour (S4) mit überwiegend leichten Wanderpassagen, aber auch mit einem alpinen Gipfelanstieg über steile Schrofen, Schutt- und ganz leichtes Felsgelände. Absolute Trittsicherheit ist jedoch auf der kurzen, steinschlaggefährdeten Querung einer sandigen Steilflanke zu Beginn notwendig. Die ungewöhnlich raue und karge Felslandschaft bildet bei dieser Tour einen herrlichen Kontrast zu der entspannten, weitläufigen Ebene, dem Campo Imperatore. Und an klaren Tagen kann man die Adria sehen – im Herbst manchmal sogar bis zur kroatischen Küste - und steht dabei 2561 Meter über dem Meer! Da die Zufahrt zum Ausgangspunkt nur mit einem geländegängigen Fahrzeug möglich ist oder eben zu Fuß erfolgt, geht es hier im Vergleich zum benachbarten Monte Camicia ruhig zu – in der Nebensaison ist die Tour meist sogar einsam.

Gehezeit:

Insgesamt: 5 Stunden; Aufstieg: 3 Stunden; Abstieg: 2 Stunden. Wer allerdings vom PP an der SS17bis startet, muss insgesamt noch eine Stunde drauflegen.

Tourdaten:

Höhendifferenz: ca. 900 Höhenmeter inkl. kleiner Gegenanstiege. Wer allerdings vom PP an der SS17bis startet, muss noch 200 Hm drauflegen. Distanz: 4,5 km (einfach), bzw. 8 km (einfach) vom PP an der SS17bis.

Jahreszeit:

September und Oktober. Möglich ist die Tour in der Regel von Ende Juni bis zum Wintereinbruch; im Sommer jedoch wegen der sonnseitigen Ausrichtung sehr heiß.

Stützpunkt:

© Tourentipp.com 2026

Auf Tour keine Einkehrmöglichkeit. Einige Kilometer entfernt wartet allerdings das frisch renovierte Rifugio Fonte Vetica und einige Grillstationen mit Großparkplätzen. Hinweis: Das Rifugio Fonte Vetica ist leider im Herbst 2021 abgebrannt.

Ausrüstung:

Insbesondere auf den steilen, sandigen Passagen oder im Geröll sind Stöcke sehr angenehm!

Wissenswertes:

1. Der **Campo Imperatore** ist ein riesiges Becken südlich vom Corno Grande. Das Hochplateau wurde von einem Gletscher geformt und ist ca. 15 km lang und 5 km breit. Es ist Teil des Nationalparks Gran Sasso und Habitat für den Italienischen Wolf. Ca. 20 international bekannte Filme wurden hier gedreht, darunter auch „Der Namen der Rose“ (Anfangsszene) oder auch Western mit Bud Spencer und Terence Hill.
2. Im Sommer 1943 wurde der Duce del Fascismo, **Benito Mussolini**, im mittlerweile verfallenen Hotel Campo Imperatore gefangen gehalten und durch eine abenteuerliche, deutsche Militäraktion wieder befreit.
3. Folgt man der Zufahrtsstraße zur **Miniera di Bitume** bis zu ihrem Ende, kann man dort die Ruinen einer alten Bitumen-Mine begutachten. Bitumen kommt in einigen Sedimentgesteinen und in Naturasphalt vor. Dieser besteht aus Erdöl, das sich in Jahrmillionen aus organischen Ablagerungen des Meeres gebildet hat und aus Kohlenwasserstoffverbindungen unterschiedlichster Molekulargrößen besteht.

Karte:

Kompass Blatt 669, Gran Sasso d’Italia – L’Aquila, 1:50.000. Erhältlich in unserem Kompass-Karten-Shop.

Autor:

Bernhard Ziegler

© Tourentipp.com 2026