Helm (482 m)

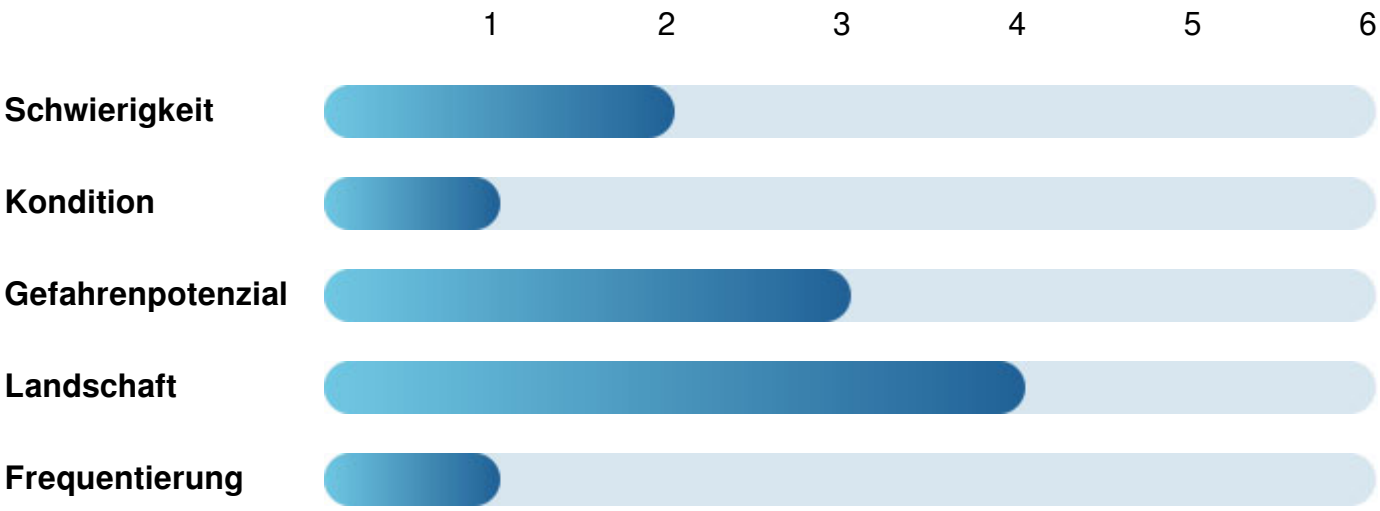
Bergtour | Adria

290 Hm | insg. 02:00 Std. | Schwierigkeit (2 von 6)



Die wunderbare kleine mediterrane Bergwanderung verzaubert jeden Cres-Urlauber mit all dem, was die Insel so ausmacht: Kleine Pfade, Trockenmauern, Steineichen, eine Höhle und immer wieder Ausblicke aufs Meer. Den ganz großen Gipfelblick schenkt uns der Berg allerdings nicht, dazu ist die Vegetation hier zu üppig. Die in der Regel einsame Wanderung kann als Rundtour gestaltet werden. Der Rückweg ist gar der schönere und spannendere Teil der Tour. Und am Ende sollte man noch das malerische Lubenice besichtigen, welches eine uralte Geschichte vorweisen kann.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt:

Von der Inselhauptstadt Cres auf der Landstraße (100) Richtung Süden. Dann biegt man nach Valun / Lubenice (ausgeschildert) ab und fährt ca. 5 km in Auf und Ab über eine Bergstraße. Kurz vor Valun biegt man links nach Lubenice ab. Jetzt wird die Straße richtig eng und teilweise auch steil. Es gibt nur wenige Ausweichmöglichkeiten und daher ist die Straße für Wohnmobile gesperrt! Die Abzweigung nach Pernat lässt man rechts liegen und fährt weiter bis kurz vor Lubenice. Hier findet man einen Gedenkstein, eine zarte Markierung am Boden und einen Karrenweg in den Wald.
Alternative: Wenn man hier keine Möglichkeit mehr findet oder wenn man die Runde in die andere Richtung machen möchte, dann stellt man sein KFZ am besten gleich auf dem Großparkplatz in Lubenice ab.

Ausgangspunkt:

Lubenice (378 m) – ca. 1 km vor der Ortschaft findet man einen Gedenkstein, eine zarte Markierung am Boden und einen Karrenweg in den Wald.

Route:

In südlicher Richtung nimmt man den breiten Karrenweg auf, welcher aber bald in einen Pfad mündet. Zunächst findet man kaum ordentliche Markierungen, das ändert sich aber rasch. Man hat eh kaum Orientierungsprobleme, denn man bleibt ganz einfach auf dem schmalen und teilweise etwas eingewachsenen Pfad, der entlang von Trockenmauern, Buschwerk und Steineichen führt und auch immer wieder einige Gatter passiert. Nach ca. 1,2 km trifft man auf eine Forststraße, die sich hier gabelt. Der Direktanstieg zum Helm (Ww. am Baum und am Boden) leitet nach rechts. (Wer einen kleinen Umweg machen möchte, kann auch links abzweigen und dem Helm von Süden her erklimmen.) Bei der direkten Variante kommt man erneut an eine Verzweigung und wandert diesmal nach links. In einem Bogen und an einem Jägerstand vorbei erreicht der breite Wanderweg den höchsten Punkt mit einer gemauerten Gipfelmarkierung und einem improvisierten Bankerl.

© Tourentipp.com 2026

Abstieg:

Wer ein Minimum an Trittsicherheit mitbringt, wählt nun für den Abstieg die Variante über die Höhle. Dieser Rückweg ist der schönste und spannendste Teil der Tour. Dazu zurück zur letzten Verzweigung. Dann folgt man im Abstiegssinn dem Ww. „Cave“ (an einem Baum) nach links und wandert ein Stück nach unten. Doch aufpassen, schon bald zweigt ein sehr unscheinbarer Pfad rechts ab; man findet aber nun sehr gute Markierungen in den kroatischen Landesfarben. Und auch am Boden ist der Abzweig markiert. Der schmale Pfad führt abwärts in die steile Westflanke des Berges. Über Stock und Stein, an herrlichen Aussichtspunkten vorbei, geht es bis zu Höhle. Dahinter quert der Pfad eine wilde Schuttflanke und dann geht es langsam wieder bergauf. Durch herrlichen mediterranen Bergwald verläuft der Pfad hinauf zum Rücken und dann rechts hinunter bis man auf die Zufahrtsstraße nach Lubenice stößt. Der malerische Ort ist nun zum Greifen nah, so dass man noch einen Abstecher machen sollte (in der Hauptsaison ist auch ein Café geöffnet), ehe man über die Straße nach Südosten zum Ausgangspunkt zurückkehrt.

Charakter:

Insgesamt mäßig schwierige Bergwanderung (S2). Der hier beschriebene Anstieg entspricht einer ganz leichten Wanderung, der Rückweg bei der Rundtour erfordert ein Minimum an Trittsicherheit und ist daher als mäßig schwierig einzustufen. Die Tour ist kurz und daher nur wenig anstrengend, sie bietet wunderbare mediterrane Natur und immer wieder mal schöne Ausblicke aufs Meer. Da der Gipfel selbst ebenfalls von üppiger Vegetation umgeben ist, ist auch der Ausblick etwas eingeschränkt.

Gehezeit:

Insgesamt ca. 2 Stunden für die Rundtour. Aufstieg: 0:45 Stunden; Abstieg: 1 Stunde

Tourdaten:

Höhendifferenz: 290 Höhenmeter (inkl. Gegenanstiege); Distanz: 6 km (gesamte Runde)

Jahreszeit:

Ganzjährig möglich. Im Hochsommer allerdings sehr heiß und daher dann nur in den frühen Abendstunden oder am Morgen zu empfehlen.

Stützpunkt:

In Lubenice findet man eine Bar (ab 15 Uhr während der Saison geöffnet) und abends haben auch zwei

Restaurants geöffnet. Eines davon ist für Lamm-Spezialitäten bekannt.

Wissenswertes:

Lubenice wurde (so wird vermutet) bereits vor 4000 Jahren von den Illyrern gegründet. Wegen der strategisch günstigen Lage mit hervorragendem Blick auf die Adria, aber auch ins Inselinnere entwickelte sich die Besiedlung zu einer bedeutenden Festung, vermutlich sogar zum Zentrum des Archipels. Auch den kroatischen Piraten diente diese Festung ab dem ausgehenden Mittelalter als Stützpunkt. Heute gibt es kaum noch Einwohner in Lubenice – die Zählungen schwanken zwischen 6 und 24 ständigen Bewohnern. Wie früher wird hier Schafzucht, Weinbau und Imkerei betrieben. Von der einst bedeutenden Festungsstadt sind fünf Kirchen, Reste der mittelalterlichen Stadtmauer und ein Tor erhalten. Der älteste Bewohner des Dorfes dürfte allerdings der hier immer spürbare Wind sein.

Karte:

Wanderkarte in brauchbarem Maßstab haben wir leider bisher nicht gefunden. Für die gesamte Dalmatinische Küste Nord gibt es eine Kompass-Karte (1:100.000), die Sie hier bestellen können.

Autor:

Bernhard Ziegler

© Tourentipp.com 2026