

Slow Travel in Montenegro

Die Natur achtsam erleben, regionale Küche mit frischen Zutaten genießen, authentische Begegnungen mit den Einheimischen – eine Reise nach Montenegro ist immer ein unvergessliches Erlebnis.

Montenegro ist ein Land voller versteckter Schätze. Jenseits der bekannten Touristenorte finden sich Attraktionen, die einen Einblick in die Seele Montenegros eröffnen. Sie ermöglichen eine Begegnung mit Land und Menschen, aber auch mit sich selbst und führen zu dem zurück, was wirklich zählt. Das wahre Abenteuer beginnt bei Entdeckungen im Landesinneren, die sich leicht mit einem Aufenthalt an den bekannteren Strandorten kombinieren lassen. Die Flora und Fauna Montenegros ist eine Einladung, zur Ruhe zu kommen und die Schönheit und Vielfalt der Natur zu genießen.

Naturjuwelen in Montenegros Bergwelt

Ein idealer Ort, um den Menschenmassen und dem Trubel des modernen Lebens zu entfliehen, ist das malerische Bergdorf **Lubnice** in der Nähe des Nationalparks Biogradska Gora. Eingerahmt von dichten Wäldern und Obstgärten ist dieser Ort Schauplatz zahlreicher Legenden und vermittelt ein uriges Lebensgefühl. Die friedliche Atmosphäre ist ideal für Entspannung und die Erkundung der umgebenden Natur. So wie rund um Lubnice dreht sich der ländliche Tourismus in Montenegro an vielen Orten um **Katuns**, saisonale Berghütten, die inmitten einer unberührten Bergwelt ein authentisches Erlebnis bieten. Man wohnt bei lokalen Familien, genießt gesundes Bio-Essen aus der Region und erlebt Landleben pur bei frischer Luft. Mancherorts kann man sich an den ländlichen Aktivitäten beteiligen oder hilft bei der Zubereitung der Speisen, die man dann selbst verzehrt. Herzhafte Portionen sind dabei eine Selbstverständlichkeit.

Auch im Hochland des **Nationalparks Durmitor** vermitteln bestimmte Orte ein Gefühl von Ursprünglichkeit und einem Leben in enger Verbundenheit mit dem Rhythmus der Natur. Das Dorf **Mala Crna Gora** liegt auf einer Höhe von rund 1800 Metern. Im Winter ist es wegen Schneeverwehungen monatelang von der Außenwelt abgeschnitten, sodass sich die Menschen sich für diese Zeit im Voraus mit genügend Lebensmitteln versorgen müssen. Hier spielt sich das Leben wie vor 100 Jahren ab und die Geschichten der Hochlandbewohner vermitteln einen Eindruck von der genügsamen Lebensweise und der Anpassungsfähigkeit der hier ansässigen Menschen.

Die Gegend am Durmitor ist die Heimat vieler **Bergaugen** - Gletscherseen, die wie funkelnde Augen aus der Landschaft herausstechen. Der bekannteste ist der **Schwarze See** in der Nähe von Žabljak, umgeben von jahrhundertealten Schwarzkieferwäldern und hoch aufragenden Felsen. Nicht weit davon befindet sich der **Sušičko-See**, der im Gegensatz zu allen anderen Bergaugen der Region im Sommer gänzlich verschwindet, um sich anschließend wieder mit Wasser zu füllen - ein beeindruckendes Naturspektakel. Eine familienfreundliche Alternative ist der **Zminje-See** mit seiner unglaublich grünen Farbe. Dieser am Durmitor inmitten eines Waldes gelegene Gletschersee ist auf einem Spaziergang leicht zu erreichen und eignet sich als ruhiger Ort zum Meditieren.

Der **Nationalpark Prokletije** zählt zu den unzugänglichsten Regionen Montenegros. Die dramatische Landschaft mit ihren herausfordernden Gipfeln, geheimnisvollen Seen, steilen Abhängen und ungezähmter Natur lädt Besucher dazu ein, in einem bedächtigeren Rhythmus zu reisen. Wer diesem Ruf folgt, kann am **Hrid-See** auch die sanfte Seite des Nationalparks entdecken, denn er wird auch als See des Glücks bezeichnet. Eine Überlieferung besagt, dass die Götter den versteckten See im Dinarischen Gebirge als einen ungestörten Ort erschufen, an dem die Bergfeen baden konnten. Auch heute noch sorgt der auf einer Höhe von rund 1970 Metern gelegene Hrid-See, einer der schönsten Bergseen des Landes, für Glücksgefühle - beispielsweise beim Baden im kühlen, klaren Wasser. Zudem sagt man, dass der See einen Wunsch erfüllt, wenn man ihn ihm äußert. In der Umgebung der

Pressekontakt:

mascontour, Hendrik Wintjen, Schwiebusser Str. 9, D-10965 Berlin
Tel. +49 (0) 30 616 257 47, Fax +49 (0) 30 612 025 84, E-Mail montenegro@mascontour.info

Gemeinden Plav und Gusinje befinden sich weitere Naturjuwelen wie die Ali-Pascha-Quellen, aber auch kulturelle Attraktionen wie das historische Kloster der Heiligen Dreifaltigkeit in Brezjevice, die zur Ruhe und Besinnlichkeit einladen.

Slow Travel am Wasser: Montenegros Rückzugsorte in Küstennähe

Doch nicht nur die anmutige Bergwelt Montenegros lädt zur Besinnlichkeit ein. Montenegro ist auch ein von Wasserlandschaften geprägtes Land. So birgt der **Skadar-See** einige der Geheimnisse Montenegros und ist ein Ort voller Überraschungen. Hier kann man Bootsexkursionen mit der Beobachtung der artenreichen Vogelwelt kombinieren. In den Dörfern rund um den See wird es kulturell interessant, denn man erhält einen Einblick in das traditionelle montenegrinische Landleben. Ein Beispiel hierfür ist die alte Siedlung **Godinje**. Neben der bezaubernden Natur liegt der Reiz eines Besuchs in der Begegnung mit den Einheimischen, die ihre Märchen, Lieder und Traditionen mit den Besuchern teilen. An den **Guvnos**, den Orten für größere Versammlungen und dörfliche Zusammenkünfte, kann man den Geschichten der Einheimischen lauschen. Eine weitere kulturelle Bereicherung ist auch die nahegelegene **Burg Balšić**, die durch enge Gassen auf Steintreppen zu Fuß erreicht werden kann.

Wer den Skadar-See mit Stille und Bedacht entdecken möchte, kann sich im Ort **Karuč** ein Ruderboot mieten, um die Stimmen der Natur ohne störende Geräusche zu genießen. Dies bedeutet nicht nur einen achtsamen Umgang mit der empfindlichen Umwelt des Skadar-Sees, sondern ermöglicht auch, am Ufer versteckte Strände und beschauliche Restaurants zu entdecken, in denen man gemütlich verweilen kann.

Auch südlich des Skadar-Sees eröffnet sich eine interessante **Vogelwelt**. Eine **Flamingo-Tour** in den **Salinen von Ulcinj**, einem 2019 als Naturpark geschützten Ramsar-Feuchtgebiet, gehört zu den interessantesten Möglichkeiten in Montenegro, um etwas über die rosafarbenen Vögel in einer einzigartigen Landschaft zu lernen und sich von ihrer Schönheit inspirieren zu lassen.

Auf der **Halbinsel Lustica** geht es ein wenig gemütlicher zu, so dass man als Besucher fast automatisch einen Gang herunterschaltet. Auch das Küstendorf **Bjelila** unweit von Tivat vermittelt den Charme des ländlichen Lebens. Steinhäuser, die bis zu 700 Jahre alt sind, und der Duft von Lorbeer in der Luft sind Ausdruck eines traditionellen adriatischen Lebensgefühls, wie auch die Oliven- und Feigenbäume in dieser Gegend. Eine weitere Oase der Ruhe auf der sonnenverwöhnten Halbinsel Lustica ist das Naturschwimmbecken am **Kap Veslo**. Der Strand zeichnet sich durch kaskadenförmige Felsen und türkisblaues Wasser aus. Schmale Wege führen zu dem noch ursprünglichen Ort, der von Olivenbäumen bewachsen ist.

Für Freunde eines **Slow Travel-Lebensgefühls** bietet Montenegro seine eigene Version von Urlaub auf dem Bauernhof mit einem landestypischen Flair. Pittoresk von spektakulären Landschaften umrahmt, sind die zahlreichen **ländlichen Unterkünfte** der perfekte Ausgangspunkt, um die abwechslungsreiche Natur zu entdecken. Was würde man anderes erwarten in diesem kleinen Land mit über 50 Gipfeln über 2000 Meter? Hier bekommt man zumeist frisch zubereitete Mahlzeiten mit Zutaten direkt vom Hof: Gemüse, Kräuter, Fleisch, Käse und Obst aus der jeweiligen Region. Die Portionen sind stets herzhaft und großzügig serviert - von Menschen, die in ihrer natürlichen Umgebung verwurzelt sind und das Herz am rechten Fleck haben.

Eine komplette Übersicht über ländliche Unterkünfte in ganz Montenegro findet sich im offiziellen Online-Verzeichnis:

<https://mnevillage.gov.me/>

Pressekontakt:

mascontour, Hendrik Wintjen, Schwiebusser Str. 9, D-10965 Berlin
Tel. +49 (0) 30 616 257 47, Fax +49 (0) 30 612 025 84, E-Mail montenegro@mascontour.info

Allgemeine Informationen zu Montenegro:

<https://www.montenegro.travel/de>

7.627 Anschläge

Bildmaterial auf Anfrage.

Pressekontakt:

mascontour, Hendrik Wintjen, Schwiebusser Str. 9, D-10965 Berlin
Tel. +49 (0) 30 616 257 47, Fax +49 (0) 30 612 025 84, E-Mail montenegro@mascontour.info