

Rom in drei Tagen, ganz entspannt: 9. bis 12. Oktober 2026

Beim letzten Mal hat euch der Tag überrollt. Diesmal nicht. Dieser Plan baut die Pausen fest ein, statt sie zu „hoffen“: jeden Tag eine echte Mittagspause von mindestens 90 Minuten und ein freier Spätnachmittagsblock, in dem ihr genau nichts müsst. Espresso, Gelato und lange Mittagessen sind hier keine Belohnung, sondern Programmpunkte.

o) Eure Angaben

Punkt	Detail
Datum	Fr 09.10. bis Mo 12.10.2026, 3 Nächte
Gruppe	2 Personen
Budget	bis 1.100 € gesamt inkl. Flug
Anreise	Flug ab München (MUC), Ziel Rom Fiumicino (FCO)
Unterkunft	Monti oder Trastevere, Mittelklasse
Pflichtkriterien	maximal 2 große Programmpunkte pro Tag; ehrliche Gehzeiten; fest eingeplante Mittagspause (mind. 90 Min.) und freier Spätnachmittag; nichts hetzen, lieber weglassen
Sonderwünsche	Trattorien, Espresso, Gelato, lange Mittagessen als Teil des Plans; die großen Klassiker

1) Auf einen Blick

Thema	Fakt (Stand Juni 2026)
Flug MUC–FCO, hin und zurück	Richtwert ca. 150–260 € p. P., je nach Airline und Buchungszeitpunkt (Lufthansa direkt, ca. 1 h 55 Flugzeit)
Transfer Flughafen–Stadt	Leonardo Express FCO–Roma Termini, 14 € p. P., ca. 32 Min., alle 15 Min.
Unterkunft (Empfehlung)	Nerva Boutique Hotel, Monti, Via Tor de'Conti 3/4; Richtwert ca. 180–260 €/Nacht für ein Doppelzimmer
Kolosseum + Forum + Palatin	24h-Ticket 18 € p. P. (16 € + 2 € Buchungsgebühr), Zeitfenster fürs Kolosseum Pflicht
Vatikanische Museen + Sixtinische Kapelle	20 € + 5 € „Skip the Line“ = 25 € p. P. online
Pantheon	7 € p. P. (ab 01.07.2026), täglich 9:00–19:00

Thema	Fakt (Stand Juni 2026)
Trevi-Brunnen	Piazza gratis, Zugang zum Becken 2 € p. P. (nur Karte)
Kaffee/Gelato-Budget	Espresso an der Bar oft 1,20–1,50 €, Gelato ca. 3–5 €

💡 Kernidee: Ihr wohnt in Monti, mitten zwischen Kolosseum und Altstadt. Das spart jeden Tag Wege und macht die „freien Nachmittage“ erst möglich, weil das Hotel nie weit ist.

1b) Empfehlung mit Begründung, plus beste Alternative

Empfehlung Unterkunft: Nerva Boutique Hotel (Monti). Das kleine, familiengeführte Haus liegt in einer ruhigen Gasse direkt gegenüber den Kaiserforen. Es liegt im charakteristischen Viertel Monti, zwischen Kolosseum und Piazza Venezia und gegenüber den Kaiserforen. Über die U-Bahn-Stationen Colosseo und Cavour (300 m) und den nahen Bahnhof Termini ist es bestens angebunden. Für euer „entspannt“-Ziel ist das ideal: Kolosseum in ca. 5 Gehminuten, Trevi und Pantheon in Laufweite, und wer nachmittags die Füße hochlegen will, ist in Minuten zurück im Zimmer. Preislich liegt es als gepflegte Mittelklasse im Rahmen; als Richtwert rechnen wir mit ca. 180–260 €/Nacht (Stand Juni 2026), den genauen Terminpreis seht ihr beim Anbieter.

Beste Alternative: Casa Monti (Via Panisperna 210/212, Monti). Ebenfalls Monti, aber eine Klasse höher (Fünf-Sterne mit Rooftop und Spa), also eher ein Upgrade-Wunsch als reine Mittelklasse. Ein Fünf-Sterne-Haus mit Rooftop-Bar und Terrassenrestaurant. Sinnvoll, falls das Nerva zu euren Daten ausgebucht ist und ihr euch preislich strecken wollt. Realistisch sprengt eine Casa-Monti-Buchung aber schnell euer Gesamtbudget, deshalb bleibt Nerva die budgetfreundliche Erstwahl.

Zweite Alternative (klassische Mittelklasse in Monti): kleinere Häuser wie das La Vecchia Roma-Umfeld an der Via Leonina bieten oft günstigere Doppelzimmer; hier lohnt der Preisvergleich direkt beim Haus. Öffnungszeiten und Verfügbarkeit vor Buchung prüfen.

Ehrlich zum Budget: Bei 1.100 € gesamt für zwei Personen inkl. Flug ist die Unterkunft der größte Hebel. Drei Nächte im Nerva zum Richtwert (ca. 540–780 €) plus zwei Flüge (ca. 300–520 €) lassen für Eintritte, Transfer und Essen einen eher schlanken Rest. Das ist machbar, wenn ihr früh bucht und beim Essen auf Trattorien statt Touristenlokale setzt (siehe Kostenübersicht in Abschnitt 3). Wollt ihr entspannter kalkulieren, sind Flug und Zimmerpreis die Stellschrauben.

1c) Jetzt buchen

Was	Bis wann	Wo / Link
Flug MUC–FCO hin/zurück	sobald Preis passt, je früher desto besser	lufthansa.com/...
Hotel Nerva Boutique	2–3 Monate vorher (kleines Haus, schnell voll)	hotelnerva.com/...
Kolosseum 24h-Ticket (Zeitfenster!)	Verkauf startet 30 Tage vorher	ticketing.colosseo.it/...

Was	Bis wann	Wo / Link
Vatikanische Museen (Skip the Line)	1–2 Monate vorher	tickets.museivaticani.va /...
Pantheon-Ticket (Zeitfenster)	Kalender wird Mitte des Vormonats freigeschaltet	portale.museiitaliani.it
Leonardo Express	vor Ort oder online am Reisetag	trenitalia.com/...

Zu den Preisen von Flug und Hotel: Den verbindlichen Preis für eure genauen Daten und Belegung seht ihr im Buchungsschritt beim Anbieter, er ändert sich täglich.

💡 Beim Kolosseum unbedingt das Zeitfenster wählen und rechtzeitig kaufen. Der Ticketverkauf mit verpflichtender Reservierung des Einlass-Zeitfensters für das Kolosseum öffnet 30 Tage vor dem Besuchstag.

2) Tag für Tag

Alle Gehzeiten sind ehrlich gerechnet, mit Puffer. Wenn etwas eng wird, streichen wir lieber, statt zu rennen.

Freitag, 09.10.2026: Ankunft und sanftes Eingewöhnen

- **Vormittag/Mittag:** Flug ab München, Landung in Fiumicino. Mit dem **Leonardo Express** nach Roma Termini. Der Non-Stop-Service verbindet Roma Termini mit dem Flughafen Rom Fiumicino in nur 32 Minuten, mit Abfahrten alle 15 Minuten; der Bahnhof liegt bequem im Flughafen. Der Ticketpreis: nur 14 €. Von Termini sind es zum Nerva ca. 15 Gehminuten oder eine kurze U-Bahn-Fahrt (Linie B bis Cavour).
- **Check-in und Ankommen:** Koffer abstellen, durchatmen. Kein Programmpunkt erzwungen.
- **Später Nachmittag (frei):** Erster Bummel durch Monti, das ehemalige Handwerkerviertel mit Gassen, kleinen Läden und Espresso-Bars. Einfach treiben lassen.
- **Abendessen (Trattoria): La Taverna dei Fori Imperiali**, Via della Madonna dei Monti 9. Klassische römische Küche, ca. 3 Gehminuten vom Hotel. Freitags 12:30–15:30 und 19:30–22:30 Uhr. Reservieren empfohlen. Alternative: **La Carbonara**, Via Panisperna 214, freitags 12:30–14:30 und 19:00–23:00 Uhr.

💡 Espresso-Tipp: An der Bar (al banco) stehend trinken ist günstiger und römischer als am Tisch. Ein Ristretto nach dem Essen gehört dazu.

☁ Plan B (Regen): Der Ankunftstag ist ohnehin wetterunabhängig. Statt Bummel einfach im Hotel-Lounge-Bereich ankommen und das Abendessen etwas früher legen.

Samstag, 10.10.2026: Antikes Rom (großer Programmpunkt 1)

- **Programmpunkt 1 (Vormittag): Kolosseum, Forum Romanum und Palatin** mit dem 24h-Ticket. Bucht ein Zeitfenster fürs Kolosseum am Vormittag, z. B. 09:00 oder 09:30 Uhr. Es wird empfohlen, 10 Minuten vor dem gebuchten Einlass am Kolosseum-Eingang zu sein. Preis: Voller Eintritt 16 €, Buchungsgebühr 2 €, also 18 € p. P. Öffnung: Das Kolosseum öffnet um 8:30 Uhr. Für euren Zeitraum gilt: Vom 1. bis 24. Oktober 2026 letzter Einlass 17:30 Uhr, der PArCo schließt um 18:30 Uhr.
- Das schöne an diesem Ticket: ihr müsst nicht alles am Stück machen. Nach dem Kolosseum könnt ihr eine Pause im nahen Monti oder Celio einlegen und später zu Forum und Palatin zurückkehren.
- **Mittagspause (mind. 90 Min., ca. 13:00–14:45):** Zurück Richtung Monti. Langes Mittagessen bei **La Vecchia Roma**, Via Leonina 10 (Monti). Samstags 12:00–23:00 Uhr durchgehend. Perfekt für ein gemütliches, spätes Mittagessen ohne Zeitdruck.
- **Nachmittag:** Wer mag, geht mit demselben Ticket nochmal ins Forum Romanum und auf den Palatin. Kein Muss. Das Ticket ist 24 Stunden ab dem ersten Eintritt gültig, ihr organisiert den Besuch, wie ihr wollt.
- **Später Nachmittag (frei):** Gelato-Pause und Füße hochlegen. **Fatamorgana Monti**, Piazza degli Zingari 5, bekannt für ausgefallene Sorten, geöffnet Samstag ca. 13:30–21:00 Uhr.
- **Abendessen:** In Monti bleiben, z. B. erneut Umgebung Via Panisperna/Via dei Serpenti, viele kleine Trattorien und Weinbars. La Carbonara (siehe Freitag) hat auch samstags abends offen.

💡 Der einzige „große“ Punkt heute ist die Antike. Genau so ist es gewollt: ein Highlight, viel Luft drumherum.

☁ Plan B (Regen): Forum und Palatin sind Freiluft. Bei Dauerregen konzentriert euch auf das überdachte Kolosseum-Innere und verschiebt Forum/Palatin auf den (ohnehin flexiblen) Nachmittag oder ganz. Ersatzweise das Kolosseum-Museum „Il Colosseo si racconta“ mitnehmen, das ist Teil des Rundgangs.

Sonntag, 11.10.2026: Vatikan (großer Programmpunkt 2), Nachmittag Trastevere

- **Programmpunkt 2 (Vormittag): Vatikanische Museen und Sixtinische Kapelle.** Bucht ein frühes Zeitfenster. Öffnung Montag bis Samstag 08:00–20:00 Uhr, letzter Einlass 18:00 Uhr. Wichtig: An normalen Sonntagen sind die Museen geschlossen, geöffnet ist nur der letzte Sonntag im Monat. Der 11.10. ist nicht der letzte Sonntag, daher weicht ihr auf einen anderen Zeitpunkt aus. **Empfehlung: Zieht den Vatikan auf Samstagvormittag vor und macht die Antike am Sonntag.** Details dazu unten im Tipp.
- Preis: Der Eintritt gilt für Museen und Sixtinische Kapelle nur am ausgestellten Tag, 20 € voller Eintritt. Mit Online-Buchung: 20 € + 5 € „Skip the Line“ auf der offiziellen Website.
- **Mittagspause (mind. 90 Min.):** Nach dem Vatikan langsam Richtung Fluss. Langes Mittagessen in Trastevere.
- **Nachmittag/Abend Trastevere (entspannt):** Durch die Gassen schlendern, Piazza Santa Maria in Trastevere, Espresso, später Gelato.

- **Abendessen (Trattoria): Da Enzo al 29**, Via dei Vascellari 29, kleine Kult-Trattoria. Hinweis zu Öffnungszeiten allgemein: sonntags kann geschlossen sein, daher unbedingt vorab prüfen. Nach vorliegenden Angaben ist Da Enzo sonntags geschlossen. **Deshalb sonntags als sichere Wahl: Locanda Tonnarello, Trastevere.** Tonnarello ist täglich geöffnet, laut Betreiber Mo–So ca. 11:30–23:00 Uhr, ohne Reservierung, einfach anstellen. Öffnungszeiten vor Besuch prüfen.

💡 Wichtiger Dreh für euren Plan: Weil die Vatikanischen Museen am 11.10. (kein letzter Sonntag) geschlossen sind, tauscht ihr Tag 2 und Tag 3: **Samstag = Vatikan, Sonntag = Kolosseum/Forum/Palatin.** Das Kolosseum-Ticket gilt sonntags, der Vatikan samstags. So bleibt euer „max. 2 große Punkte, viel Pause“-Prinzip erhalten, nur in getauschter Reihenfolge. Restaurant-Zeiten in diesem Plan sind bereits auf den jeweiligen Wochentag abgestimmt.

☁ Plan B (Regen): Vatikan und Sixtinische Kapelle sind komplett drinnen, also perfekt für Regen. Für Trastevere am Nachmittag bei Regen einfach mehr Café- und Trattoria-Zeit einplanen, die Gassen sind auch nass stimmungsvoll.

Montag, 12.10.2026: Altstadt-Klassiker light und Abreise

- **Vormittag (leicht):** Die großen Altstadt-Klassiker zu Fuß, ohne Hatz. **Pantheon:** Montag 9:00–19:00 Uhr, Ticketschalter bis 18:00 Uhr, letzter Einlass für Einzeltickets 18:30 Uhr. Eintritt 7,00 € (ab 01.07.2026), 2,00 € ermäßigt für EU-Bürger 18–25, frei unter 18. Danach zu Fuß zum **Trevi-Brunnen.** Die Piazza bleibt frei zugänglich, ihr könnt den Brunnen sehen und von oben fotografieren. Wer ganz ans Becken heruntergehen möchte, zahlt als Tourist 2 €. Montags gilt: Der Zugang öffnet montags erst um 11:30 Uhr (bis 22:00 Uhr).
- **Mittagspause (mind. 90 Min.):** Letztes langes Mittagessen in Altstadt-Nähe, z. B. wieder Richtung Monti, wo euer Hotel und der Koffer warten.
- **Nachmittag:** Koffer holen, entspannt zu Termini, **Leonardo Express** zurück nach Fiumicino (14 € p. P., alle 15 Min., 32 Min. Fahrt), Rückflug nach München.

💡 Nehmt euch für den Pantheon Zeit für die Kuppel und das Oculus. Der Durchmesser der Kuppel beträgt 43,30 Meter und entspricht exakt ihrer Höhe. Beachtet den Dresscode, es ist eine Basilika: bedeckte Schultern, keine zu kurzen Hosen oder Röcke.

☁ Plan B (Regen): Das Pantheon ist überdacht (bis auf den Oculus). Bei Regen die Altstadt-Route kürzen und mehr Zeit im Pantheon und in einem Café am Piazza della Rotonda verbringen; den Trevi-Abstecher notfalls streichen, von oben sieht man ihn auch bei Regen.

3) Praktische Hinweise, Checkliste und Kostenübersicht

Praktisches

- **Tickets nominal:** Kolosseum- und Pantheon-Tickets laufen auf den Namen. Am Eingang muss neben dem Ticket ein Ausweis sichtbar sein. Bei Pantheon gilt: Tickets sind personalisiert, stimmt der Name nicht mit dem Ausweis überein, wird der Zutritt verweigert.
- **Nur offizielle Shops nutzen:** Beim Vatikan gilt: Die einzige offizielle Seite für den Online-Ticketkauf ist tickets.museivaticani.va, Vorsicht vor ähnlich klingenden Domains mit höheren Preisen.

- **Bezahlen am Trevi:** Zahlungen online und am Eingang zum Trevi-Becken sind nur mit Karte möglich.
- **Kaffeekultur:** Espresso an der Bar trinken, Cappuccino traditionell nur vormittags.
- **Gehzeiten Monti als Basis:** Kolosseum ca. 5 Min., Trevi ca. 10 Min., Pantheon ca. 12–15 Min., Vatikan ca. 15 Min. mit Bus.

Checkliste vor Abflug

- ☐ Flug MUC–FCO gebucht und eingecheckt
- ☐ Hotel Nerva bestätigt (Bestätigung als PDF/App)
- ☐ Kolosseum-Ticket mit Zeitfenster (auf Namen)
- ☐ Vatikan-Ticket Skip the Line mit Zeitfenster
- ☐ Pantheon-Ticket mit Zeitfenster
- ☐ Ausweise/Reisepass für nominale Tickets
- ☐ Kreditkarte für Trevi-Becken
- ☐ Trattorien für Fr/Sa reserviert
- ☐ Bequeme Schuhe (Kopfsteinpflaster)
- ☐ Für Pantheon: Schultern bedeckt

Kostenübersicht für 2 Personen, gespiegelt am Budget (1.100 €)

Posten	Kalkulation	Summe
Flug MUC–FCO hin/zurück, 2 Pers.	Richtwert (konkreten Termin-Preis beim Anbieter prüfen)	ca. 300–520 €
Hotel Nerva, 3 Nächte, DZ	Richtwert ca. 180–260 €/Nacht (konkreten Termin-Preis beim Anbieter prüfen)	ca. 540–780 €
Leonardo Express, hin/zurück, 2 Pers.	4 × 14 €	56 €
Kolosseum 24h, 2 Pers.	2 × 18 €	36 €
Vatikanische Museen Skip the Line, 2 Pers.	2 × 25 €	50 €
Pantheon, 2 Pers.	2 × 7 €	14 €
Trevi-Becken, 2 Pers. (optional)	2 × 2 €	4 €
Essen (3 lange Mittag- und 3 Abendessen, Espresso, Gelato)	grob 40–70 €/Person/Tag	ca. 240–420 €
Zwischensumme (untere Richtwerte)		ca. 1.240 €

Ehrliche Budget-Wahrheit: Selbst mit sparsamen Richtwerten liegt ihr knapp über 1.100 €, sobald Unterkunft und Flug realistisch angesetzt sind. Zwei Hebel bringen euch ins Ziel: (1) Flug früh und flexibel buchen (Richtung 300 € statt 500 €), (2) Zimmerpreis drücken, entweder Nerva zum unteren Rand erwischen oder eine der genannten kleineren Mittelklasse-Alternativen in Monti wählen. Beim

Essen bleibt ihr mit Trattorien und Bar-Espresso deutlich unter den Touristenpreisen. Mit diesen Stellschrauben ist ein entspanntes Rom-Wochenende nahe an eurem Budget machbar; ganz ohne Kompromisse wird es bei 1.100 € gesamt aber sportlich.

4) Quellen

Attraktionen und Tickets

- Kolosseum, Öffnungszeiten und Tickets: [colosseo.it/...](https://colosseo.it/)
- Kolosseum, 24h-Ticket Detailseite: [colosseo.it/...](https://colosseo.it/)
- Kolosseum, offizieller Ticketshop: [ticketing.colosseo.it/...](https://ticketing.colosseo.it/)
- Vatikanische Museen, Preise und Tickets: [museivaticani.va/...](https://museivaticani.va/)
- Vatikanische Museen, offizieller Ticketshop: [tickets.museivaticani.va/...](https://tickets.museivaticani.va/)
- Pantheon, offizielle Info-/Ticketseite: [direzionemuseiroma.cultura.gov.it/...](https://direzionemuseiroma.cultura.gov.it/)
- Pantheon, offizieller Ticketshop: portale.museiitaliani.it
- Trevi-Brunnen, Gebühr 2026 (Info): [romewise.com/...](https://romewise.com/)

Transport

- Leonardo Express (Trenitalia): [trenitalia.com/...](https://trenitalia.com/)
- Lufthansa Flüge MUC–FCO: [lufthansa.com/...](https://lufthansa.com/)

Unterkunft

- Nerva Boutique Hotel (offiziell): [hotelnerva.com/...](https://hotelnerva.com/)
- Casa Monti (offiziell, Alternative/Upgrade): casamontiroma.com

Gastronomie (Öffnungszeiten vor Besuch prüfen)

- La Taverna dei Fori Imperiali: [In Karte öffnen](#)
- La Carbonara (Monti): [In Karte öffnen](#)
- La Vecchia Roma (Monti): lavecchiaroma.it
- Da Enzo al 29 (Trastevere): daenzoal29.com
- Locanda Tonnarello (Trastevere): [tonnarello.it/...](https://tonnarello.it/)
- Fatamorgana (Monti, Gelato): [In Karte öffnen](#)

Prüfstand aller Angaben: Juni 2026. Öffnungszeiten und Preise können sich ändern, buchungskritische Angaben bitte kurz vor Reise gegenprüfen, besonders die tagesaktuellen Preise für Flug und Hotel.

Buon viaggio und lasst euch diesmal treiben, nicht hetzen.