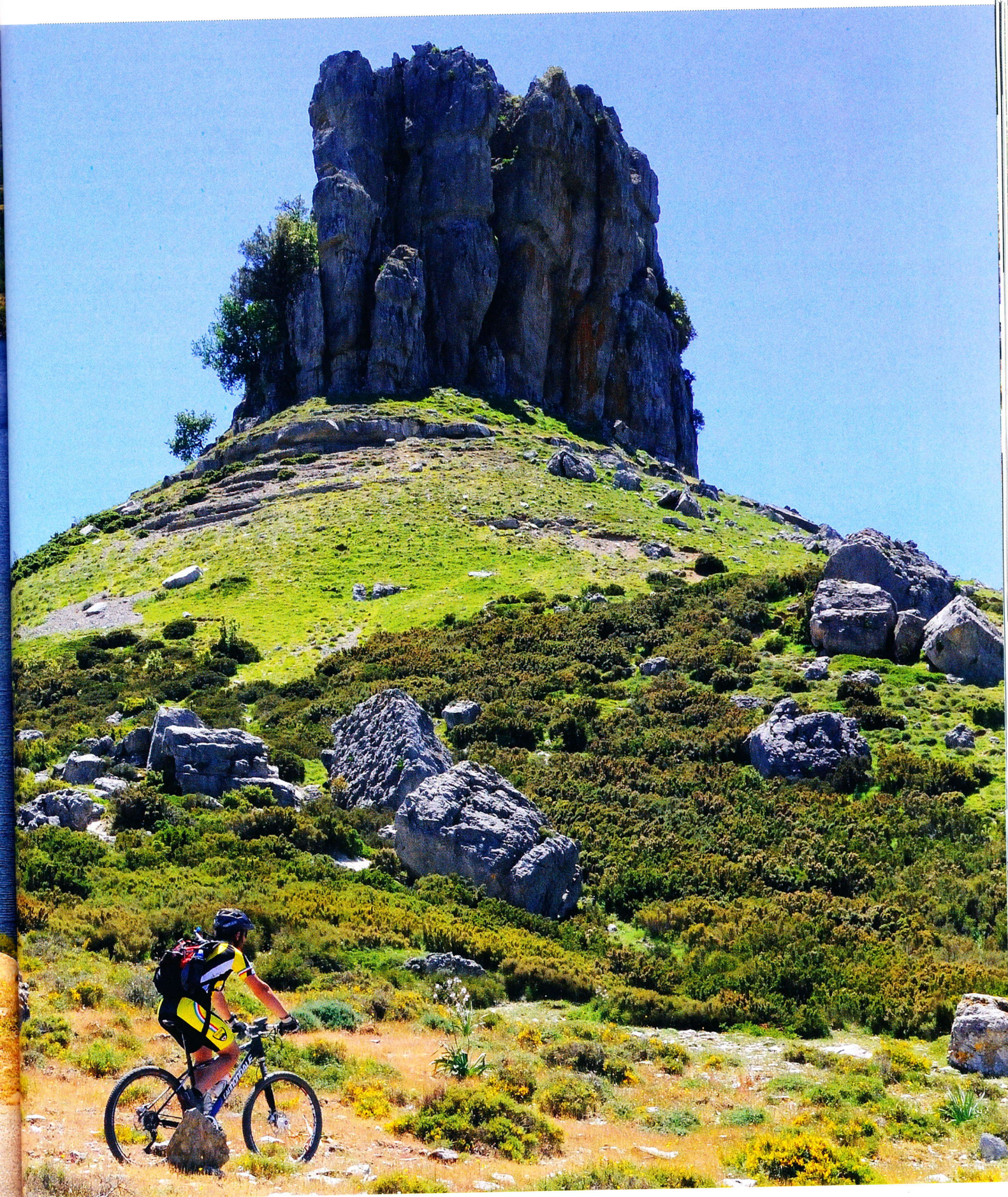


PIZZA, PROSECCO

STEVIGE BERGEN EN PITTIGE HEUVELS LOKKEN MOUNTAINBIKERS EN RACEFIETSERS NAAR HET BINNENLAND VAN SARDINIË. NA HET FIETSEN IS HET GOED TOEVEN OP DE MET PALMBOMEN OMZOOMDE PIAZZA'S EN SCHIER ONEINDIGE STRANDEN. DE ITALIAANS SFEER IS DE CACAO OP DE CAPPUCCINO...

TEKST EN FOTO'S: RONALDEN WISBO JACOBS







Bewaakte fietsstalling.

Het is eind mei en we zijn in het westelijk deel van Sardinië, in het gehucht Tresnuraghes, vlakbij het havenstadje Bosa. Volgens de Sardijnen is dit gedeelte van het eiland vlak. Wij Nederlanders noemen dit zwaar geaccidenteerd. Niet dat wij dat erg vinden. Op papier is de eerste tocht een peulenschil. De tocht begint relaxed. De weg gaat op en af zonder overdreven hoogteverschillen. In de verte staat de kerk van Cuglieri

MIJN RACEFIETS IS MIJN SOULMATE, DE OMGEVING MIJN VRIEND

te pronken in de ochtendzon. Daar scheur ik even heen en dan weer naar beneden naar het volgende stadje. Zo lijkt het, maar de weg denkt daar anders over. Onverstoorbaar sluipst hij tegen de kleine berghelling omhoog: in 13 kilometer 620 hoogtemeters. Misschien iets te overmoedig rijd ik omhoog. Eenmaal boven daalt de weg in dik 30 kilometer af naar zeeniveau, met onderweg nog een paar klimmetjes om het niet te verleren. Rijen grote bloeiende cactussen vormen heggen langs de

REISINFO

Het Italiaanse eiland Sardinië ligt in de Middellandse Zee en meet 270 bij 145 kilometer. 68 procent is bedekt met heuvels en 18 procent met bergen. De kustlijn is sterk gekloofd, heeft mooie baaien en veel zandstranden. De 1,6 miljoen Sardijnen wonen hoofdzakelijk in het zuiden en aan de kust. De 5 miljoen schapen leven vooral in het zeer dun bevolkte binnenland. Sardinië is droog, het regent er vaak maandenlang niet. Het toerisme concentreert zich grotendeels aan de noordoostelijke kust, de Costa Smeralda.

Vanaf mei is het weer op Sardinië stabiel en aangenaam. In augustus is het afzien, dan helpt het zeebriesje niet meer en is het ook een stuk drukker. September en oktober zijn prima fietsmaanden. Het verkeer concentreert zich op een paar hoofdwegen die dwars over het eiland en langs de kust lopen. De geasfalteerde wegen zijn meestal in een uitstekende conditie. Dat geldt ook voor het uitgebreide netwerk van binnenwegen.

akkers. Van beschutting is geen sprake, het landschap is open en weids. Bossen ontbreken; er staan wel bomen, maar die zijn van het model 'grote struik'. Op het asfalt brandt de zon ongenadig. Gelukkig zorgt de altijd aanwezige zeewind voor wat verkoeling. Met een Caribisch gevoel in het hoofd zie ik na 70 kilometer de zee aan mijn wielen liggen. Als enige toerist ga ik mezelf in een lokaal tentje te buiten aan twee smeuge warme broodjes, gevuld met dikke, vette, pure chocolade, vergezeld van twee cappuccino.

ZEN

Terug op de pedalen draai ik meteen een minuscule weggetje op. De 20 procent klim aan het begin is de voorbode van de masochistische ellende die volgt. Ik worstel naar boven en voel iedere kronkel in het pad als een aanslag op mijn bovenbenen. Die nemen langzaam afscheid van mijn bewustzijn. Mijn kuitjes volgen en in een soort trance overwin ik trap voor trap de 500 pijnlijke hoogtemeters. Mijn geest treedt in een allesoverheersend gevoel van gelukzaligheid. Zen-boeddhisten, yoga-aanhangers en andere gelukzoekers zullen daar vast een ander woord voor hebben, maar dat kan me nu even niets schelen. Mijn racefiets is mijn soulmate, de omgeving mijn vriend. Een kilometer of vijftien later bereik ik de doorgaande weg. Een auto verstoort de innerlijke rust. De gewone wereld dringt door, net als mijn ontplofte kuitjes en brandende bovenbenen. De warme wind droogt uit. De bidons staan droog. Ik zou willen dat mijn tong 30 centimeter lang was, dan kon ik de laatste waterdruppels er uit lebben. Met hangen en wurgen rollen de laatste hoogtemeters onder de wielen door. Uitgedroogd, warmgelopen, gelukkig en gezond moe plof ik neer bij het zwembad van het hotel. Mijn computer staat op 105 kilometer en slechts 1630 hoogtemeters. Volgens mijn benen waren het er dik 2500.

De namiddag brengen we door in het havenstadje Bosa. We drinken een paar drankjes op het strand, trakteren onszelf op echt Italiaans ijs op de met palmen omzoomde piazza en flaneren als echte toeristen door het centrum.

HOOGSTE BERG

Na drie fietsdagen trekken we verder naar de oostkant van het eiland. Het bergdorpje Arzana (750 meter) heeft zicht op de Middellandse Zee, maar biedt weinig vertier. Gelukkig maakt de natuur dat gemis meer dan goed. De bergen verkennen we per racefiets en mountainbike. Op de dunne bandjes trappen we naar het vlakbij gelegen stuwwaad Lago Fumendosa. Het weggetje ten westen van het water is uitgestorven. Zwerfkoeien en rondscharrelende paarden regeren dit deel van de wereld. De weg slingert langs de oever en gaat omhoog en omlaag. Door het zachte licht van de ochtendzon is het uitzicht over het meer een plaatje. Dan draait de route het binnenland in. Van serieus klimmen is nog geen sprake. De smalle weg wint golvend hoogte, maar blijft steken op 1002 meter als hoogste punt. Langs de weg kriebelen de bloeiende lavendel en andere wilde kruiden aan de neusgaten. Het lijkt alsof de begroeiing met zorg door een tuinman is aangelegd. In de verte staat de hoogste berg van Sardinië, de



1834 meter hoge Monte Gennargentu. Als bij toverslag worden de bergen kaler. Dat komt door de snijdende wind, die hier vrij spel heeft. Mijn knuisten zitten stevig om het stuur verankerd als ik eenmaal op een bredere weg een razendsnelle afdaling neem. Die onderbreken we even voor een cappuccino in het dorpscafé van Ussassai. Daarna mogen de klimspieren weer uit het vet. 300 hoogtemeters brengen ons terug op hoogte. Maar niet voor lang. We moeten een breed dal oversteken en dat betekent naar beneden om daarna weer in omgekeerde richting 500 meter af te leggen. In de klim komen we door Gáiro, een bizarre verzameling huizen die tot ruïnes is vervallen als gevolg van een aardverschuiving. Des te gekker omdat een paar bochten verder het stadje Gairo S. Elena ligt, dat bruist van het leven. Nog even bikkelen en de pashoogte is daar. Nu alleen nog een flitsende afdaling terug naar Arzana. We klokken af op 93 kilometer. Gek genoeg dachten we dit keer juist veel minder hoogtemeters te hebben gemaakt dan de 1725 hoogtemeters op de teller.

RALLY DI SARDEGNA

"Onze burgemeester is een fanatieke mountainbiker", zegt de eigenaar van ons hotel in Arzana. Dus trekken we de stoute schoenen aan; op naar het gemeentehuis. Tot mijn verbazing maakt de burgemeester – "zeg maar Marco" – meteen tijd. Hij is betrokken bij de organisatie van de mountainbikewedstrijd Rally di Sardegna, die hier over twee weken start, en biedt aan om samen de eerste etappe van die race te rijden. Omdat zijn Engels niet al te

best is, nodigt hij ook Peter Herold uit, een naar Sardinië geëmigreerde Engelsman. Stipt op tijd sta ik de volgende ochtend voor het hotel. Daar heeft zich een clubje van vijf mountainbikers verzameld met dure bolides en strakke, gesoigneerde lijven. Oeps, dat intimideert. Aan de veerweg van de voorvorken te zien, vraag ik mij af of de 8 centimeter van mijn crosscountry bike genoeg is. Aan het eind van de dag weet ik het antwoord: absolutely not! Peter is dé deskundige op Sardinië als het gaat om racefietsen, mountainbiken, klimmen en kajakken. Zijn deskundigheid maakt hij te gelde met een bed & breakfast, The Lemon House in Ogliastro, van waaruit hij racefiets- en mountainbiketochten organiseert. Nieuwsgierig geworden door de verhalen zijn we er op bezoek gegaan. Wat ons betreft een aanrader en een goed adres voor wie wil gaan racefietsen of mountainbiken op Sardinië – voor mee info: zie kader links.

SNOEPWINKEL VOOR MTB'ERS

De dag begint redelijk relaxed, met een paar klimmen over gladde zandpaden en soepel te nemen snelle afdalingen. Dieper in het gebergte volgt een aaneenschakeling van lastige en ronduit technische trails: zowel omhoog als omlaag. Concentratie is steeds nodig, want na iedere bocht en achter iedere struik doemt vaak onverwacht een hindernis op. Losliggende stenen, een kleine drop, een overstekend stroompje bergwater of een strook rul zand. Zijn de afdalingen lastig, de klimmen zijn net zo. Steil, vol stenen, uitstekende rotspunten, of een combinatie van ●●

GPS-ROUTES

Ben je op Sardinië en wil je de routes van Ronald en Ingrid Jacobs nafietsen? Als je op fiets.nl in het zoekvenster 120161 intikt, vind je de gps-routes.



Het binnenland is een oase van rust.

MIJN COMPUTER NOTEERT 1630 HOOGTEMETERS. VOLGENS MIJN BENEN WAREN HET ER DIK 2500

dit alles. Ik geniet tot in mijn tenen. Soms is fietsen onmogelijk. Tijdens al te steile klims gaat de mountainbike op de schouder. Dergelijke passages worden zonder uitzondering afgewisseld met rijdbare single trails in een magnifiek decor. We zijn alleen. Op de trails is niemand. Dit is een snoepwinkel voor mountainbikers.

HET GOEDE ITALIAANSE LEVEN

Onverwacht doemt er een berghut op die speciaal voor ons open is. Dat heeft onze edelachtbare Marco geregeld. Mijn maten voor één dag blijven natuurlijk Italianen en die hebben het goede leven in hun genen. De lekkerste kaas en olijven, gevolgd door een heerlijke pastamaaltijd, glijden zonder problemen naar binnen. Mijn kleffe energiereep blijft in de rugzak. De bidons worden net als onderweg weer gevuld met het kristalheldere bergwater uit de plaatselijke natuurlijke bronnen. Iets te gevuld gaat de rit

verder. Het is een waardig vervolg van het eerste deel. Alleen het slot gaat over asfalt. Terug bij het hotel zakt de zon al achter de bergen. We nemen afscheid onder het genot van een Italiaans ijsje. Met een dankbaar gevoel, en 73 kilometer en 2100 hoogtemeters in de benen, neem ik afscheid van Marco, Peter en hun vrienden.

Als de mountainbikers die deelnemen aan deze Rally di Sardegna deze tocht als eerste krijgen voorgeschoteld, dan gaat het hele gerecht zwaar op de maag liggen. Dat is iets wat zeker is.

CONCLUSIE

Blij verrast zijn we met de mega fietsmogelijkheden op Sardinië. Mountainbikers en racefietsers kunnen er hun hart ophalen op schitterende wegen en trails. Het binnenland is een oase van rust. Alleen extreme vlakfietsers hebben er niets te zoeken. Val je niet onder die categorie, verzin dan maar eens een reden om niet te gaan.



LINKS

Algemene informatie:

www.sardegnaurismo.it (ook Engelstalig)

Sardinië in het Hart van Amsterdam, een groep bedrijven en professionals die promotie maken voor het eiland: Tel. 020 - 89 46 320 www.italie.nl

Hoe kom je er? Met de auto en de veerboot, of per vliegtuig.

Veerboten: www.overtocht.nl, www.corsicaferries.com, www.moby.it

Vliegen: www.transavia.com, www.easyjet.com, www.ryanair.com

Race- en mountainbiketochten, met en zonder gids:

The Lemon House: www.peteranne.it (Engelstalig)

Wij verbleven in:

La Corte degli Ulivi: www.lacortedegliulivi.com

Hotel Murru: www.hotelmurru.com

Diverse fietsevenementen: www.goodlooking.it

Eind april vindt jaarlijks de racefietsmeerdaagse

Giro Dardegna plaats: www.girosardegna.it

6-daagse MTB-wedstrijd met start in het tweede

weekend van juni: www.rallydisardegnaibike.it

Cycling Guide of Sardinia bevat vijf lange afstandrou-

tes op het eiland. De routes staan beschreven (in het

Engels) en zijn voorzien van hoogteprofiel: gratis als

pdf te downloaden via www.sardegnaurismo.it

