

Skirama Dolomiti OUTDOOR-SAFARI

Tekst: Sytske Maaijen

Op zoek naar zon, bergen, lekker eten en spannende outdoor-activiteiten? Dan zou de vakantie regio Skirama Dolomiti Summer zomaar een hele goede bestemming kunnen zijn. Reporter Sytske Maaijen ging met haar twee dochters op ontdekkingsreis door dit fraaie Noord-Italiaanse gebied.

Onder
Even lekker chillen
aan de oevers van
Lago di Molveno in
Dolomiti Paganella.

DIT VONDEN WIJ HEEL LEUK!



Grete (8)
“Het downhillen natuurlijk! Maar ook het prinsessenkasteel in Trento. En de geitjes eten geven. Die zijn zó lief!”



Noora (6)
“Ik vond ook het downhillen leukst. En het taartjes eten toen we gezellig gingen fietsen. Ik wil ook wel een eigen geitje hebben.”



De gebieden die we op de volgende pagina's presenteren liggen middenin de beroemde Dolomieten, in de Noord-Italiaanse provincie Trentino. Oftewel; als je na Innsbruck via de Brenner-snelweg Italië binnenrijdt, ben je vervolgens binnen twee uur in één van de vijf gebieden die samen de vakantie regio Skirama Summer vormen. 's Winters zijn dat allemaal absolute wintersporttoppers, met bijna 400 km aan pistes. Maar ook in de zomer is Skirama Summer een hele fijne plek voor wie lekker buiten bezig wil zijn met meer dan 2.300 kilometer aan wandelpaden, 118 *vie ferrates* (klettersteig) en bergen tot 3.558 meter hoogte. Maar ook wie van fietsen houdt kan hier tussen de Dolomieten prima terecht, met bijna 300 kilometer aan fietspaden, shuttlebus en/of treinservice, 124 mountainbike-routes, acht bikeparken en – voor de wielrenners – zeven legendarische asfaltbeklimmingen. Voeg hier de vele liften, hutten, bergboerderijen, forten en kastelen aan toe en je snapt dat het aanbod behoorlijk compleet is. Reporter Sytske Maaijen, die in Trentino woont, ging afgelopen zomer met haar twee dochters een aantal weekenden op outdoor-safari door dit fraaie gebied. Je leest haar belevenissen op de volgende pagina's.

Info Skirama Dolomiti

ALGEMEEN

Het zomerseizoen begint in Trentino al vroeg in het voorjaar en gaat tot diep in het najaar door, met uitzondering van de hooggelegen valleien. Alles en meer wat je zou willen weten over een actieve vakantie in Skirama Dolomiti, vind je op skirama.it.

ERNAARTOE

Trento, de centraal gelegen hoofdstad van Trentino, ligt ongeveer 1.070 autokilometers van Utrecht. Vliegen kan vanaf verschillende luchthavens in de Benelux naar Verona, Bergamo of Innsbruck.

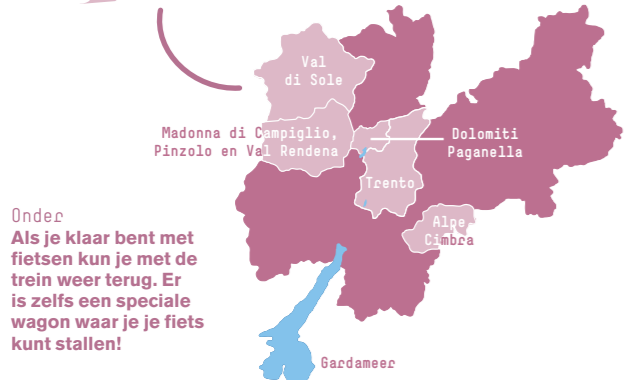
ZWITSERLAND

FRANKRIJK

ITALIË

Rome

Trentino



Onder
Als je klaar bent met fietsen kun je met de trein weer terug. Er is zelfs een speciale wagon waar je je fiets kunt stallen!



Val di Sole AUTOVRIJ FIETSEN

Het grootste deel van de route is autovrij en vlak.

Tekst: Sytske Maaijen
Foto's: Mauro Mariotti

Het aantal zonuren aan de zuidzijde van Alpen is natuurlijk flink hoger dan aan de noordkant, ook nu weer. Niet alleen de Melinde-appels die hier overal geteeld worden profiteren van het mooie weer in Val di Sole, maar wij ook. Een bezoek waard is Pejo, het hoogstgelegen dorpje van Trentino. Vanaf daar kun je met de Pejo 3000 kabelbaan tot 3.000 meter hoogte komen. Echter, wij blijven lekker beneden in het dal van de Noce. Voor de liefhebber: deze rivier biedt perfecte condities om te raften. Niet dat wij dat gaan doen, daar zijn mijn meiden nog te klein voor. Maar een fietstocht over een vijfendertig kilometer lang, autovrij fietspad kunnen ze prima hebben. Er zijn nauwelijks hoogteverschillen en na afloop kunnen we met de trein, de Dolomiti Express, weer terug naar het beginpunt.



MET DE STROOM MEE

Je kunt al starten in het hoger gelegen Cogolo di Pejo (1.200 meter), maar ik besluit net voor Pellizzano te parkeren en van daaruit te gaan fietsen, met de stroom mee omlaag. Groene weides, koeien, pittoreske dorpjes, bruggetjes over de rivier, gemoedelijk rollen we door het dal en stoppen af en toe voor het maken van een foto of het snoepen van lekkere taartjes bij een *patisceria* langs de route. De bewegwijzering is prima, wat maakt dat we heerlijk om ons heen kunnen kijken zonder gedoe over de te volgen route. Als de zon zakt wordt het frisser en trekken we een jasje en trui aan. Niet zo gek, in de bergen rondom is er afgelopen nacht laagje sneeuw gevallen en de toppen van de Brenta Dolomieten steken wit af tegen de blauwe lucht.

We fietsen zo'n twintig kilometer tot in Malè, om daarna de trein terug te nemen. Deze is toegerust om fietsen te transporteren. Een praktische service, zeker als je met kinderen onderweg bent. Bovendien zijn er op diverse punten fietsen en e-bikes te huur, mocht je je eigen fiets niet mee hebben op vakantie. Dit tochtje ga ik zeker nog eens rijden, maar dan het hele traject...

Er zijn nauwelijks hoogteverschillen en na afloop kunnen we met de trein, de Dolomiti Express, weer terug naar het beginpunt.



Links
Ook in de gezellige dorpjes is verdwalen uitgesloten; over is de te volgen route heel goed aangegeven.

Geheel boven
Lekker fris drinkwater uit een van de vele openbare bronnen.

Boven
Natuurlijk onderweg lekker wat zoets halen in de *patisceria*.

Dolomiti Paganella KLEINE GROTE HELDEN

Tekst: Sytske Maaijen

Foto's: Federico Modica



Het heeft niet zo'n klein beetje geregend afgelopen nacht, dus ik vraag me af of het plan om met mijn meiden te gaan mountainbiken boven Molveno wel door kan gaan. Dolomiti Paganella, ook wel bekend van de dorpen Andalo, Fai della Paganella (wintersport) en Molveno, is een perfect startpunt voor wandeltochten door de Brenta Dolomieten. Ook op de tegenoverliggende Paganella is het mooi wandelen. Maar vandaag gaan we liever mountainbiken. De bewolking hangt nog steeds laag, maar het is droog, dus ik waag het erop. Bij de kabelbaan in Molveno, gelegen aan het gelijknamige meer, staat Stefano al op ons te wachten. Stefano is onze *bike-guide* voor vandaag. Voordat we met de kabelbaan omhoog gaan, controleert hij onze bikes. Remmen, handvatten, banden. Ook doet hij de zadels omlaag. "Zo hebben jullie meer controle",



Boven
Spannend, maar alle onder controle. Ideaal dus voor kleinere bikers.

Onder
Voordat we van start gaan, geeft gids Stefano nog even de laatste instructies.

Rechts
Na even oefenen heb je de smaak te pakken.

Afdalen op een mountainbike lijkt echt verdacht veel op skiën en met wat uitleg, oefening en slechts een klein beetje lef is het ontzettend leuk om te doen.

Rechts
Na afloop even chillen op het strand van het Lago di Molveno.



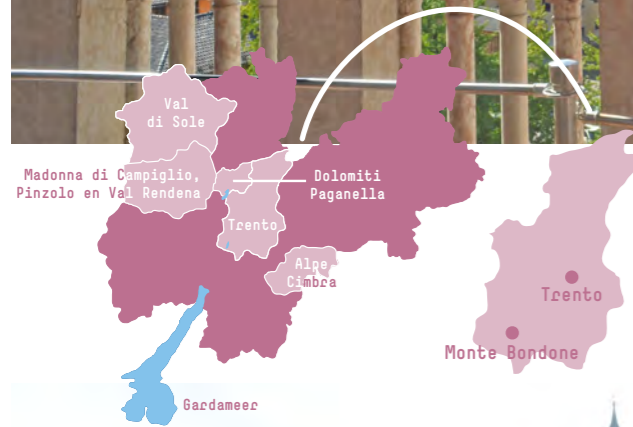
vertelt hij. Tot slot krijgen we allemaal kniebeschermers. De Superskirama Bike Pass die hij ons overhandigt, is in alle gebieden van Skirama Summer geldig en werkt als een skipas. Je mag met je bike zo vaak een lift nemen als je maar wilt!

IS FIETSEN SKIËN?

Boven genieten we even van het fantastische uitzicht over het azuurblauwe Lago di Molveno, dan fietsen een klein stukje naar de stoeltjeslift die ons naar de Big Hero *flow-trail* brengt. Eenmaal boven breekt het wolkendek verder open, wat een fenomenaal uitzicht over de Dolomieten oplevert. Grete en Noora vinden het reuze spannend en vragen zich

hardop af of ze het wel durven... ik overtuig ze met het argument dat ze kunnen fietsen én skiën, de ideale combi om te leren downhillen! Bovendien: voordat we beginnen, geeft Stefano een korte cursus afdalen-op-de mountainbike. Na een paar bochten krijgen ze de smaak te pakken en joelen ze over de bulten en houten bruggetjes. En ik geniet ook. Afdalen op een mountainbike lijkt echt verdacht veel op skiën en met wat uitleg, oefening en slechts een klein beetje lef is het ontzettend leuk om te doen. Immers, de snelheid bepaal je zelf. Maar als je een beetje het gevoel krijgt, wil je nog een keer, en nog een keer! Na deze te gekke ochtend dalen we af naar het meer voor het beloofde en verdiende ijsje aan de waterkant.





Trento OUTDOOR IN THE CITY

Tekst: [Sytske Maaijen](#)
Foto's: [Daniele Mosna](#)

In het hart van Trentino ligt Trento, de hoofdstad aan de Adige. Monte Bondone ligt tegen de stad aan en ook de hoogvlakte Viote is meer dan de moeite waard. Trento was ooit een bisschopsstad en dat is terug te zien aan de fraaie gebouwen, fresco's en het enorme kasteel Buonconsiglio, dat al uit de 12e-eeuw stamt. Aangezien Grete, Noora en ik nu al een paar weekenden actief in de bergen bezig zijn geweest, besluiten we het vandaag eens heel anders te doen en de stad te bezoeken. Eerst gaan we naar kasteel Buonconsiglio. Grete en Noora wanen zich prinsessen als ze door de kasteeltuinen en talrijke zalen lopen. Elke bisschop heeft zijn stempel op het gebouw willen drukken en dat is te zien. Het kasteel functioneert inmiddels als kunsthistorische museum. De meiden lopen nieuwsgierig van zaal naar zaal. Vanwege het hoge tempo dat ze daarbij aanhouden, krijg ik nauwelijks de tijd om de mooie schilderijen beter te bekijken. Vanaf de Venetiaanse *loggia* hebben we een fraai uitzicht over de stad en omringende

Links
Piazza Duomo,
Trento. Waar is de
gelateria?

Boven
Castello
Buonconsiglio



Grete en Noora wanen zich prinsessen als ze door de kasteeltuinen en talrijke zalen van Castello Buonconsiglio lopen.

bergen en zien zelfs de toppen van de Brenta Dolomieten en Paganella, waar we de afgelopen dagen nog waren.

MUSEUM

Na het kasteel wandelen we door het fraaie centrum van Trento en verbazen ons over de vele mooie winkels. Hier weinig tot geen grote warenhuizen, maar uitnodigende etalages en sfeervolle interieurs. Ondertussen natuurlijk een ijsje gescoord in de buurt van het grote Piazza Duomo, met de beroemde Neptunus-fontein. De terrassen zitten vol en het is gezellig druk in de stad. We lopen nog wat verder richting Muse, het wetenschappelijk museum van de befaamde architect Renzo Piani, dat in 2013 is geopend. Net als de spitse Dolomieten-toppen duikt bij het paleis van de Albere ineens het museum op. Binnen, in de centrale hal, treffen we alle mogelijk dieren die hier leven en/of hebben geleefd. Je kunt tot in de nok van het imposante gebouw kijken! Ook kom je alles te weten over het hooggebergte en de gletsjers. We besluiten beneden te starten met de dinosaurussen. Er is enorm veel te zien, lezen, video's te volgen, proefjes te doen en het is duidelijk dat gedurende één bezoek lang niet alles bekeken en gedaan kan worden.



Boven
Muse in het centrum
van Trento is een
heel erg leuk
wetenschaps-
museum waar niet
alleen veel is te zien,
maar ook te doen.

Rechts
"We waren nét echte
prinsessen!". Het
bezoek aan Castello
Buonconsiglio is
een groot succes bij
de meiden.



Links
In het Weten-
schapsmuseum kan
je niet alleen veel
zien, maar ook veel
zelf doen. Leuk!

Het regenwoud dat in samenwerking met het Afrikaanse land Tanzania, waar Muse een ecologisch waarnemingsstation heeft, tot stand is gekomen, hebben we niet kunnen bekijken. Ook hier komen we dus zeker nog een keer terug.



Madonna di Campiglio, Pinzolo en Val Rendena IN HET HART VAN DE BRENTA DOLOMIETEN

Tekst: Sytske Maaijen
Foto's: Paolo Bisti

Hier, in het hart van de Brenta Dolomieten, buitelen we van natuurpark naar natuurpark. Niet voor niets staat dit gebied op de Werelderfgoedlijst van Unesco. Maar als ik mijn meiden vertel dat we hier een bruine beer kunnen tegenkomen, vinden ze dat wel een beetje eng. Niet dat het waarschijnlijk is dat we een beer zullen treffen, maar ze zijn er wel. De Brenta en de westelijker gelegen Adamello zijn ruige gebergten, die door het dal van de Adige gescheiden worden van de andere Dolomieten.

's Morgens maken we eerst een rondje in het centrum van het wereldberoemde skidorp Madonna di Campiglio, om daarna te gaan wandelen in het Natuurpark van Adamello Brenta, met 618 m² het grootste natuurpark van Trentino. Ik parkeer de auto net boven het centrum bij Patascoss, waar een treintje vertrekt dat tot aan de Malga Ritorto-berghut rijdt. Dat scheelt een stuk lopen over asfalt en – belangrijker nog – de meiden vinden het treintje fantastisch!

SPANNEND BOSPAD

Bij *rifugio* Malga Ritorto heb je bij helder weer een adembenemend uitzicht op de Brenta Dolomieten in het oosten, maar vandaag hebben we geen geluk; helaas neemt de bewolking rap toe. Bij de rifugio, waar je trouwens ook lekker kunt eten, start wandelpad 277 naar het gelijknamige Ritortomeer. Het eerste deel is een breed bospad met regelmatig bergstroompjes erlangs, altijd leuk ter afwisseling. Het pad gaat na enige tijd over in een smal bergpad. Spannend, maar veilig genoeg om met kinderen te wandelen. Na ruim een uur komen we bij het meer, waar we van onze meegebrachte broodjes genieten. Lago Ritorto behoort ook tot de schitterende Vijf Meren wandelroute (5 Laghi). Waarom zoveel meren? Het gesteente van de bergen is hier geheel anders dan de Dolomieten aan de andere kant van het dal. Het tonalietgesteente van de Adamello is weinig poreus, waardoor vele meren ontstaan zijn.

Omdat het al laat in de middag is, besluiten we na de pauze hetzelfde pad terug te nemen. Maar heb je alle tijd, dan kan je ook een rondwandeling maken. Mooi op de terugweg is het panorama van de Brenta Dolomieten dat af en toe tussen de wolken door prikt.

Rechts
Ideale bestemming voor een dagwandeling: Lago Ritorto



Onder
Naast wandelende kinderen komen er in de bossen van de Adamello-bergen ook bruine beren voor.



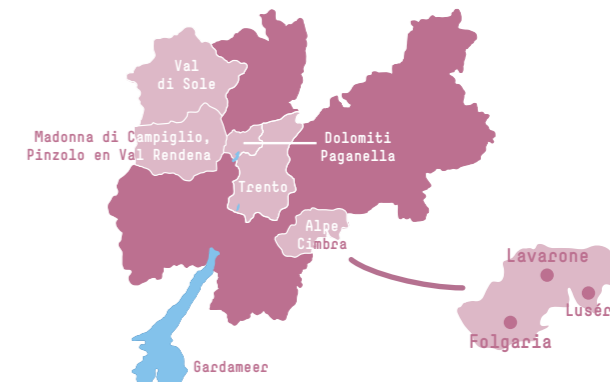
tip! Panorama Tour

Sinds afgelopen zomer wordt de Panorama Tour aangeboden. Voor € 7,- per persoon is alle transport inclusief (kinderen tot 12 jaar gratis bij betalende volwassene). Je kunt gebruik van de shuttle-bussen, liften en zo in één dag de Mezzo-watervallen bekijken, wandelen naar Malga Brenta Bassa en vervolgens met de kabelbaan naar Patascoss, het treintje naar Malga Ritorto en shuttlebus weer terug.



Alpe Cimbra GEITEN EN BIKEN

Tekst: Sytske Maaijen
Foto's: Macco Gobec



Links
Zo lief, die geitjes. "Mam, ik wil ook een eigen geitje..."

Rechts
Lekker smikkelen van kaas, worst en brood uit de omgeving.

Onder
Even pauzeren kan geen kwaad.

Onze outdoor-safari zit er bijna op. We zijn nu iets ten zuidoosten van Trento, in de Alpe Cimbra, met de plaatsen Folgaria, Lavarone en Lusérn. Aan de horizon zien we nog de Brenta Dolomieten, maar op deze hoogvlakte zou je je ook in Scandinavië kunnen wanen. De ligging is steeds rond de 1.200 meter, met toppen tot ruim boven de 2.000 meter. Vandaag gaan we de geitenboerderij Maso Guez bezoeken en vanmiddag fietsen rond het meer van Lavarone.

Vanaf Folgaria is het nog een stukje verder omhoog. Zodra ik boven bij de boerderij mijn auto heb geparkeerd, vliegen Grete en Noora al de helling omlaag naar de tientallen geiten. Deze gezellig mekkerende blonde dames, ook wel de Bionde di Adamello genoemd, maken bijzondere indruk. We mogen een wandeling met ze gaan maken over mooie historische paden, zoals hier wekelijks aan de gasten wordt aangeboden. Maar daar komt dus niets van. De meiden blijven de geiten eindeloos knuffelen en bladeren voeren. Na ja, laat ook maar. Ik besluit niet verder aan te dringen en gewoon te genieten van dit tafereel in de buitenlucht. De boer, de sympathieke Serafino, vertelt van alles over de geiten en nodigt ons uit om een volgende keer zijn geitenkaas te komen proeven. Goed voorstel, maar voor nu gaan we terug naar het centrum van Folgaria voor een lunch bij Ristorante da Ugo, met allerlei lokale lekkernijen als diverse soorten worst, spek en kaas, daarna canederli, paddenstoelen en nog veel meer. Smullen!

RONDJE ROND HET MEER

Veel tijd om uit te buiken krijgen we niet, want er moet ook nog



een stukje bij het meer van Lavarone gefietst worden. Maar ik heb geluk; ik mag een e-bike uitproberen, terwijl mijn meiden gewoon zelf moeten trappen. Geen probleem, de '830' van Carbonare via Rust naar Lago di Lavarone is een gemoedelijke en vooral ook prachtige fietsroute. In het algemeen geldt, dat de met groen, blauw, rood en zwart gemarkeerde routes perfect bewegwijzerd zijn, met afstanden, hoogtemeters omhoog, omlaag en tijdsduur. Bovendien wordt er vermeld of ze geschikt zijn voor het hele gezin, e-bikers of meer voor de experts. Een van de populairste in de laatste categorie is de honderd kilometer lange fortenroute, langs de forten en stellingen uit de Eerste Wereldoorlog.

