



DIEP IN DE DOLOMIETEN

Sytske Maaijen (44 jaar) woont al vijftien jaar in de Dolomieten en trekt haar mountainbike zo vaak ze kan uit de schuur. De zesdaagse Grand Tour door de Dolomieten en het Lagoraiagebergte is nou net de uitdaging die ze zoekt.

TEKST: SYTSKE MAAIJEN





Op een fraaie nazomerdag in september ontmoet ik in startplaats Levico Terme mijn fietscollega's Veronica en Leonardo. Ze zijn een fietskoppel, zowel privé als zakelijk. Het zonnetje glinstert over het vochtige gras. We rijden weg over het fietspad van Valsugana langs de kabbelende rivier de Brenta. We kletsen wat en zijn blij dat de zon schijnt, want de voorspellingen zijn matig. Ondertussen probeer ik uit te vogelen hoe fit Veronica en Leonardo zijn en of we een goed gezelschap zullen vormen. Ik maak me een beetje zorgen: straks ben ik de achterblijver. Zij zitten bijna dagelijks op de fiets, ik niet.

De etappe van vandaag zal snel meer duidelijkheid geven, want het hoogste punt waar we overheen moeten is de Passo Manghen van 2047 meter, een beklimming die regelmatig onderdeel is van de Giro d'Italia. Hij is 17 kilometer lang, met ruim 1600 hoogtemeters. Dit wordt direct een goede test voor onze conditie, onze kracht én ons humeur.

Het echte werk

We verlaten het fietspad bij Borgo Valsugana, alias 'klein Venetië', en beginnen met de klim. Op de weg naar boven fietsen we langs pittoreske *baita's* (hutten). De bomen om ons heen beginnen te verkleuren, de herfst komt eraan. We wisselen fietservaringen uit. De weg is nog breed, maar ik voel dat het echte werk is begonnen.

Rond de 1500 meter hoogte zie ik alleen nog maar haarspeldbochten. Boven me hangen nevelvelden. De weg wordt smaller, steiler en door de mist heb ik weinig afleiding. Ik kijk steeds vaker op mijn hoogtemeter en kilometerteller en raak gefixeerd op pijntjes. 'Forza ragazza, sei quasi arrivata (kom op meid, je bent er bijna!)', schiet een wielrenner langs me heen. En inderdaad... Ineens zie ik een bestickerd bord: Passo Manghen.

Mijn fietsmaten zijn er al en na een foto op de pas duiken we een warme en verrassend volle hut in. Met een bord dampende spaghetti aglio olio en flink wat drinken achter de kiezen dalen we af naar Val di Fiemme, met als einddoel Cavalese. Ik geniet van de vele bochten omlaag, van mijn knerpemde remmen en van een zeldzame zonnestraal, die de lariksen in het Lagoraiagebergte van een gouden gloed voorziet.

Helaas voel ik al snel de eerste druppels. En dan begint het echt te regenen. Met soppende schoenen maar enorm voldaan bereiken we het hotel – met een heerlijk wellnesscenter als beloning.

Weerspiegelde bergtoppen

De tweede dag is de meest eenvoudige dag van de tour. Een busje brengt ons vanuit het hotel naar een plek net onder de top van de Passo Pampeago, op 1700 meter hoogte. Van daaruit fietsen we om het Latemargebergte heen naar Moena: zo'n >



De Dolomiti Lagorai Bike Grand Tour is een uitgetrainde moutainbikeroute van 300 kilometer met ruim 6000 hoogtemeters, verdeeld over 6 etappes. Je kunt hem onder begeleiding fietsen, maar ook zelfstandig. De route voert door het hart van de Dolomieten en het Lagoraiagebergte, gelegen in het oostelijke deel van Trentino, Noord-Italië. Bij slecht weer is de route in te korten tot 4 dagen (200 kilometer, 5100 hoogtemeters), zoals Sytske deed. De Dolomiti Lagorai Bike Grand Tour is zo bijzonder omdat de Dolomieten en de Lagorai twee heel verschillende gebergtes zijn met compleet ander natuurschoon.

REIZEN

30 kilometer en 450 hoogtemeters. Door de nevelvelden en een ochtendzonnetje rijden we rustig naar de pas, waar een enorme roze racefiets uit de Giro d'Italia van 2014 staat te glimmen. Langs weides en gekartelde bergtoppen duiken we via een heerlijke afdaling omlaag naar Obereggen. Daarna volgt een prachtig glooiend pad door de bossen, tot aan het meer Lago di Carezza. Bij mooi weer zie je er de bergtoppen weerspiegeld in het water. De laatste afdaling van de dag is die naar Moena, in het Val di Fassa. We zitten nu in het hart van de Dolomieten.

Mystieke sfeer

De derde dag staan de Alpe Lusia en de Pale di San Martino op het menu: zo'n 60 kilometer en ruim 1500 hoogtemeters. Ik ben nog lang niet moe en na een *caffè* op het sfeervolle plein in Moena gaat het direct bergop. De eerste 1000 hoogtemeters kun je in de zomer ook met de kabelbaan overbruggen, maar die is al dicht, dus wij fietsen op eigen kracht omhoog.

Ook op de paden is het hoogseizoen duidelijk voorbij. We komen behalve eekhoorns en herten niemand tegen. De klim is pittig, maar zeker de moeite waard, en boven geniet ik dubbel van het 360 graden panorama op de Dolomieten. Een klein deel van de afdaling die volgt moeten we lopen, omdat enorme boomstronken en grote keien de weg versperren.

Het pad door het mooie Val Venegia brengt de indrukwekkende Pale di San Martino steeds dichterbij. De wolken zorgen voor een mystieke sfeer als ik onder de Pale door rij en weer ga klimmen. Het laatste stuk is pittig door de nevel en lage temperaturen. Veronica en Leonardo lachen als boeren met kiespijn als ik mijn handschoenen en beenstukken aantrek voor de afdaling. We zullen alle drie blij zijn als we straks in het hotel zijn.

Niet voor hoge hakken

De laatste dag door het Lagorai-gebergte brengt ons terug naar Valsugana. We starten na een ritje met de hotelbus bij Ponte Refavaie, onderaan Val Cia. De grillige Dolomieten laten we nu achter ons. Voor ons zien we bergen van een roodachtig gesteente, met gladdere hellingen. De klim naar Passo 5 Croci (5 kruizen) is prima te doen, ik geniet met volle teugen van dit unieke deel van de tocht.

Rond de middag hangen de wolken erg laag en het regent af en toe. Op de top zie je geen hand voor ogen. Ik baal, want het uitzicht moet hier schitterend zijn. In een bergboerderij doen we ons tegoed aan overheerlijke *canederli*, daarna dalen we af naar Valsugana. Terug in het dal voelen we het temperatuurverschil met de afgelopen dagen in het hooggebergte pas goed. Aan het Levicomeer neem ik afscheid van mijn nieuwe fietsvrienden, terwijl ik in mijn bagage zoek naar mijn slippers. Want deze Grand Tour is overduidelijk niet voor hoge hakken. 🍄



Alle informatie over de Dolomiti Lagorai Bike Grand Tour is in het Duits en in het Engels te vinden op de website www.dolomitolagoraibike.it. Via deze website zijn routes, kaarten en gps-gegevens te downloaden. Ook accommodaties en bagagetransport zijn via de website te regelen. De route kun je zo zwaar maken als je zelf wilt. Hij is goed uitgerust, maar een kaart en gps zijn zeker aan te bevelen.

Tip van Sytske

Neem voor iedere dag voldoende drinken, repen en broodjes mee, want op sommige stukken zijn geen hutten. Op de laatste dag moet je bijvoorbeeld wachten tot voorbij de Passo 5 Croci.