

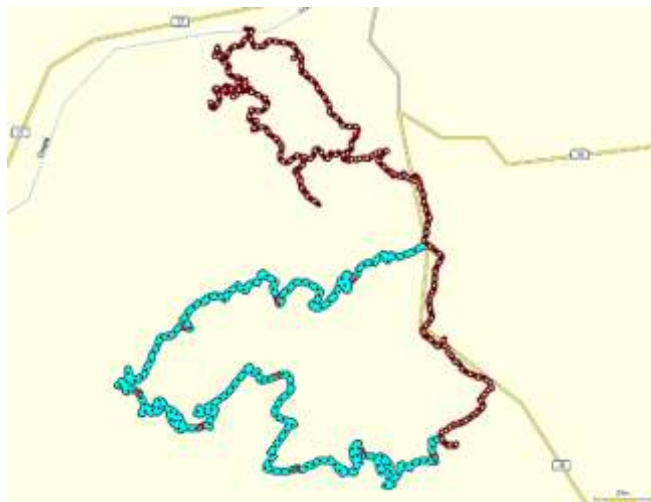
Italië vakantie 2-7 t/m 22-7-2011

ACTIEVE TOCHTEN (Garmin)



Valmalene: Pieve Tesino

- 4-7: wandeling lichtblauw
- 5-7: fietstocht geel
- 6-7: wandeling donkerblauw
- 8-7: fietstocht rood & roze
- 9-7: testrondje Toine roze
- 10-7: wandeling groen



Le Marche: Sarnano

- 13-7: fietstocht Lichtblauw & sluitdeel paars
- 15-7: fietstocht paars

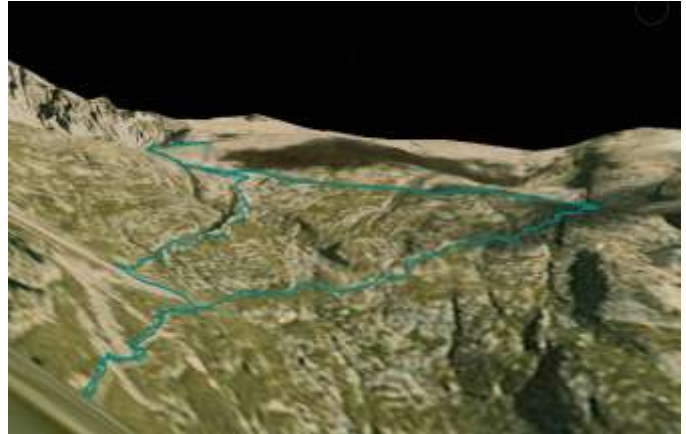
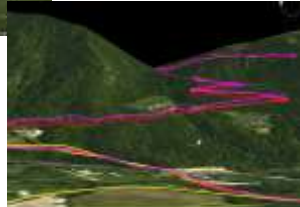
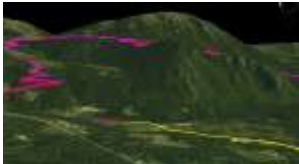
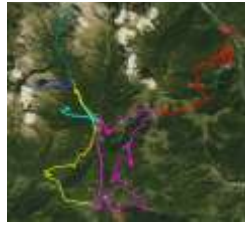
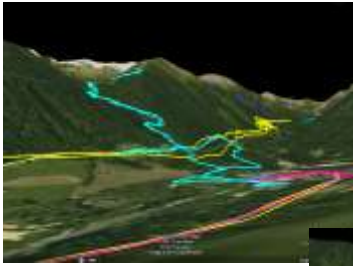


Val Rendena: Daré

- 19-7: fietstocht groen
- 20-7: wandeling paars
- 21-7: fietstocht blauw

Totaal	fietsen en wandelen (Garmin)								
4-jul-11	9,14	9,14	2:54:00	3,1	4:40:00	2,0	1097		12,0%
5-jul-11	28,50	37,64	4:50:00	7,8	7:36:00	4,9	1035	2132	3,6%
6-jul-11	9,08	46,72	8:18:00	5,6	13:45:00	3,4	1261	3393	13,9%
8-jul-11	77,18	123,90	12:59:00	9,5	20:12:00	6,1	2172	5565	2,8%
9-jul-11	33,60	157,50	14:47:00	10,6	22:16:00	7,1	997	6562	3,0%
10-jul-11	13,30	170,80	19:04:00	9,0	28:30:00	6,0	1205	7767	9,1%
13-jul-11	61,30	232,10	23:09:00	10,0	35:15:00	6,6	1603	9370	2,6%
15-jul-11	68,10	300,20	27:17:00	11,0	42:19:00	7,1	1598	10968	2,3%
19-jul-11	59,80	360,00	30:43:00	11,7	47:34:00	7,6	1408	12376	2,4%
20-jul-11	12,60	372,60	33:04:00	11,3	51:02:00	7,3	1800	14176	14,3%
21-jul-11	57,20	429,80	36:19:00	11,8	55:35:00	7,7	1366	15542	2,4%
wandelen	44,12						hgtm	5407	12,3%
fietsen	388,68						hgtm	10135	2,6%

Valmalene: Pieve Tesino



l.boven:

*tocht naar Lago di Costa Brunella
onder: de klim naar Passo Brocon*

r.boven:

gebied van alle tochten

Het laatste gedeelte van de klim van de Cima d'Asta

De eerste week in Valmalene kenmerkte zich door het onder de indruk zijn van de geweldige omgeving, waarin veel te wandelen en te fietsen bleek. Hoogtepunten waren de dubbele klimtocht naar Canal san Bove over de Passo Brocon en de wandeling naar de Cima d'Asta. Ook de andere tochten waren naast een deel inspanning, een geweldig genieten van de prachtige natuur met elkaar.



We hadden een mooie plek op een bergcamping met zwembad 6 km boven Pieve Tessino waar in het weekend wat vaste "huisjesbezitters" waren en de rest van de week volmaakte rust op het kabbelen van de beek na. Eén van deze bewoners bleek een 'mecaniciën' te zijn met belangstelling voor de Cannondale.

Dat meer mannen hiervoor vielen bleek ook tijdens bovengenoemde fietstocht waar we in het dorpje Castalje Tessino even op de markt waren en Anja in haar nieuwe, strakke fietsuitdossing het onderspit moest delven van de bewondering voor de strakke fiets.



Het mooie dorpje Pieve Tessino

's Avonds hadden we gezelschap van vuurvliegjes, die zich zelfs in de tent waagden, grappig.



Bij de eerste wandeling naar Lago di Costa Brunella hadden we een bijzonder ontmoeting met een journaliste van het blad "Hoogtelijnen". Zij was hier voor een rapportage over de nog ongerepte toeristische omgeving van de Valmalene en ze hadden nog geen artikel over de Garmin, dus een fotoshoot met kaart, GPS en Anja werd ter plekke gemaakt. Daarna nog doorgeklommen naar Forza La Quarazza (2275 m). Heel apart was ook de zachte ondergrond, waardoor het leek op een tapijt te klimmen en te dalen. De afloop met 2 bombardino's gevierd tussen een groep motorrijders (gelachen om de zwerm, die met elkaar op de taarten afvlogen).

De Passo Brocon was als fietsklim een gestaag, niet al te zware klim. Al is het twee keer, mede door de iets steilere kant aan de andere zijde op één dag toch behoorlijk pittig te noemen. Wel mooi, zeker de afdaling op het eind, door het bos en bij de camping uitkomend.

Feeëriek het begin van de nacht de vuurvliegjes dansen zacht rond tent en koffieplaats verwend en ongehaast genieten wij van deze pracht.

Omlijst door de vele bliksemflitsen die verderop de lucht doorklieven deren ons niet, zorgen voor geen mitsen en maren, ver weg, geen ongerieven, deze dag voorbij, de tent gaan we dichtritsen.

zie voor statistieken pag. 1, voor tochten in beeld bijlage 1 en voor alle vakantie foto's 2011 <http://www.4-u2.nl/Privé/Fietsverhalen.html>.

Le Marche: Sarnano

Een nieuwe impuls aan de vakantie in een ander gebied wat we nog niet kennen. Le Marche, zuidelijker in Italië aan de oostkust tot aan Civitanova en dan via Macerata de bergachtige omgeving van Sarnano in. Hier verwachtten we weer de nodige activiteiten te kunnen ontplooiën.

Wat we aan de reis overhiielden was de afdaling (en mogelijk dus de ogenschijnlijke geweldige klim) een volgende keer naar Gringo vanuit het zuiden.



De reiservaringen waren dus op zijn minst apart te noemen: de genoemde afdaling met geweldige haarspeldbochten en uitzichten op de gigantische rotspartijen; de rit op zich naar Vincenza, waar we vanaf geleid werden en toen maar richting zetten naar Padova; de snelle in- en uitgang door het centrum van de “Rotterdams” aandoende binnenstad hiervan en de lange reis langs de Atlantische oceaan, die pas op het laatst in beeld kwam. Een geweldig ontvangst op de camping gaf ons meteen alle inzichten om enthousiast de cultuur in te willen gaan.

Sarnano



bleek een heel klein dorpje te zijn, maar wel met een middeleeuwse bouw om van te smullen. Een soort Carcassonne, zonder de muren eromheen en heel trapsgewijs, met vele kleine steegjes is opgebouwd. Grotendeels gerestaureerd is dit nu echt een bezienswaardigheid, waarna we de enige keer een BBQ op de camping hebben bereid.

De ervaringen van Toscane en Umbrië waren voor ons de keuze om naar dit gebied te gaan. De cultuur en prachtige lage bergen kwamen hier aan tegemoet. Het bergwandelen viel vanuit Sarnano niet te doen, maar het fietsen was er geweldig (zie bijlage 2).

De eerste rit was vlak gepland door Anja. Dus op het heetst van de dag (echte Hollanders) togen wij op pad. Zij was ervan overtuigd meteen linksom te moeten vanuit de camping. Zo gezegd, zo gedaan. Al snel kwam ze erachter dat het omhoog ging doorgaan maar. De top bleek ook meteen het omgeving te zijn, met een geweldig uitzicht “Maddalena”) over de kale bergomgeving. Na we om de “Chiesa Romanica di s. Paolo” te ‘Mortirolo-achtig’ klimmetje kwamen we te staan. De burcht nog wel even meegepakt Lago di Fiastra. Hierin ons letterlijk verfrist duik in het heldere water. Voor Anja het summum van een toch al geslaagde, toeristische tocht. De laatste kilometers nog wat op- en neer met weer uitzichten op diepere kloven/ruigere rotspartijen.



De volgende dag begon op z'n Italiaans met een kop koffie en croissants op de markt. Dit is toch echt wel hét vakantiegevoel ervaren. Daarna groente ingekocht op de markt en op weg naar Ascoli Piceno voor een culturele dag. Onderweg al wat cultuur gesnoven in Amandola en tevens de Touretappe met de klim naar de Tourmalet meegepakt. Gesink moest net op dat moment ook passen, dus we wisten meteen dat hij niet meer voor het ‘geel’ ging. In Ascoli hadden we het toeval om ook net voor aankomst (2 km te gaan) de finish op de

Luz Ardiden te kunnen zien. De eigenaar begreep het onmiddellijk dat we niet direct iets bestelden. Ascoli bleek een mooie, maar kleine plaats te zijn met mooie pleinen en gebouwen. Na een dipje van Anja, ik was teveel met fotograferen bezig, zijn we op het Popoloplein (bekend) een drankje gaan nemen. Hier werd net een podium opgebouwd voor een voorstelling die avond. Daar het gezellig was en we ook op dit plein bleven dineren, konden we 's avonds nog net wat van de militaire parade meepakken, alvorens in het donker de weg over de smalle wegen terug te zoeken.

Onze tweede tocht zouden we ook de nadruk leggen op het zien van en genieten in de omgeving. Pittoreske dorpjes in de kommen van het landschap met prachtige pleintjes en vooral veel uitmuntend onderhouden kerken en kastelen (wat een rijkdom in dit land!). Vooral Caldarola spande de kroon met zijn 3 kerken en burcht binnen de 5 minuten lopen van elkaar, waar de ene de andere kerk nog overtrof in de in zeer goede staat bevindende schilderijen en andere kunstschaten.

Door een jaarlijks autorace-evenement werd het drukke op de camping en zouden we de komende dagen ook vroeg de camping afmoeten en ook pas laat weer terug kunnen keren. De eerste dag dus rust genomen op de camping. 's Avonds nog Sarnano by night gedaan.



Ook de tweede dag niet sportief ingevuld, maar met de auto naar de Atlantische oceaan om een duik in zee te nemen. Anja had Sirolo als uitgangspunt gekozen vanwege de authentieke sfeer in een rotsachtige omgeving. Na 2 duiken van Anja werd het toch te heet onder onze voeten en togen we weer op weg. Tolenino hadden we met de fiets niet aan kunnen doen, dus dat werd ons volgende doel.



We dachten al het moois al gezien te hebben, maar de basiliek van **St. Nicolai** bleek alles nog eens driedubbel te overtreffen.

Naast de entree, via de tuin met beschilderde wandelgangen, kwamen we in een overtreffende trap van muurfresco's en diverse superzalen met alles erop en eraan wat de vroegere kunstenaars zich konden bedenken.

Na een intermezzo in een café (Tour de France) het stadje verder bezichtigd en een andere basiliek was weer mooi, maar overvloed schaaft, de impressies werden ons teveel. Dit was tevens het signaal om weer een verplaatsing te gaan realiseren: terug naar de bergen.



(zie voorfiets statistieken pag. 1, voor tochten in beeld bijlage 2 en voor alle vakantie foto's 2011

<http://www.4-u2.nl/Privé/Fietsverhalen.html>).



Gedachten op Poschiavo, terug naar de Bergen.

Italiaanse rust en lunchpauze.



Val Rendena: Daré

Het laatste deel van onze verplaatsingsrit (na nog eens genoten te hebben van koffie en croissants op de markt in Sarnano) beviel weer prima, een mooi dal vanuit Trento voerde ons naar Daré, waar we op een familiecamping een goede plek vonden voor het laatste gedeelte van onze vakantie. Nu weer het sportiever leven zien op te pakken (bijlage 3).



Acclimatiseren via een door dit gehele dal aangelegde fietspad, dat licht op- en neer golfde. De uitdaging gingen we uiteindelijk toch aan, namelijk de klim naar de passo Daone vanuit Bocenago.

Een schitterende afdaling naar Preore en nog wat door Tione (steil) gereden maakte deze tocht weer compleet. Na de boodschappen gedaan te hebben begon het te regenen (het bestaat nog) en hebben we in de tent de avond doorgebracht.



Een andere manier van genomen. In een dorp voor *Inter Milan*) ging omhoog naar het station over de Brenta del Gotro en terug.



het in de bergen bewegen hebben we ook ter hand verderop, Pinsolo (de uitvalbasis deze maand een kabelbaan en vervolgens een stoeltjeslift “**Doss dell Sabion**”). Meteen prachtige uitzichten Hierboven een wandeling gemaakt tot aan Passo

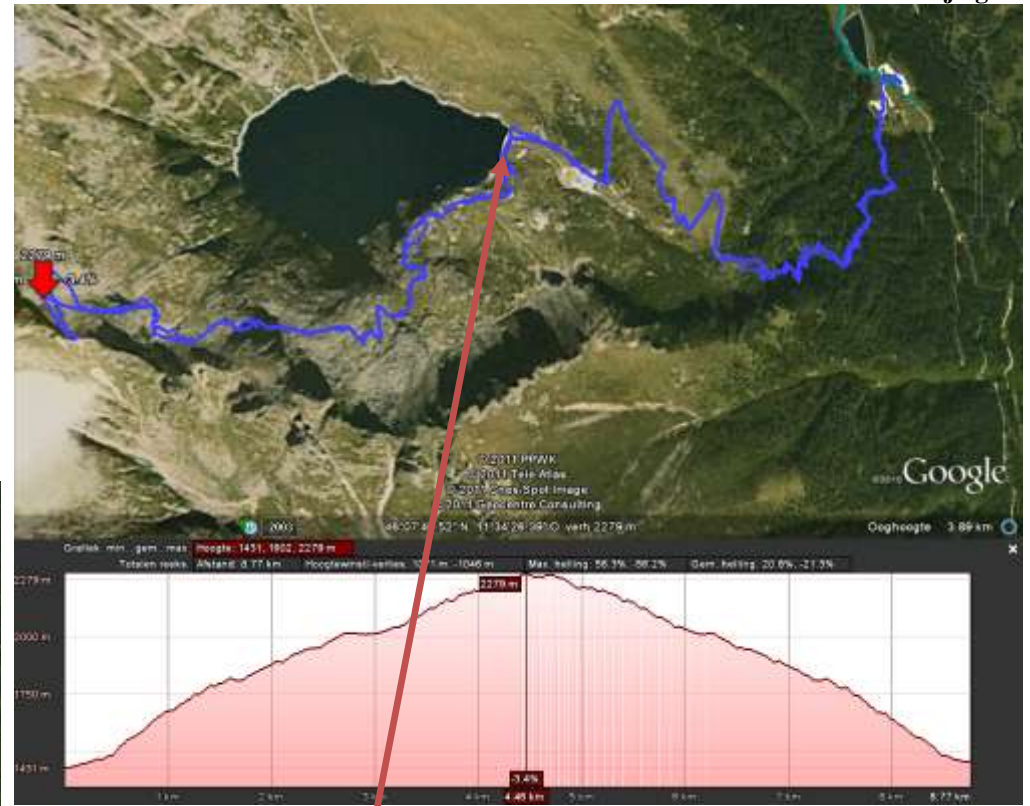
Als laatste hebben we een fietstocht gemaakt in het zuidelijke dal. Eerst een dorpje in omhoog om warm te worden (Verdisena), daarna weer via het prachtig aangelegde fietspad tot aan Paz (met een mooi afgelegen strandje) en door naar Stenico. Afgedaald naar Ponte Arche en via de andere kant over de Passo Divione (een gestaag oplopende klim) en via Tione weer terug. Een goede afsluiting!



(zie voorfiets statistieken pag. 1, voor tochten in beeld bijlage 3 en voor alle vakantie foto's 2011 <http://www.4-u2.nl/Privé/Fietsverhalen.html>).

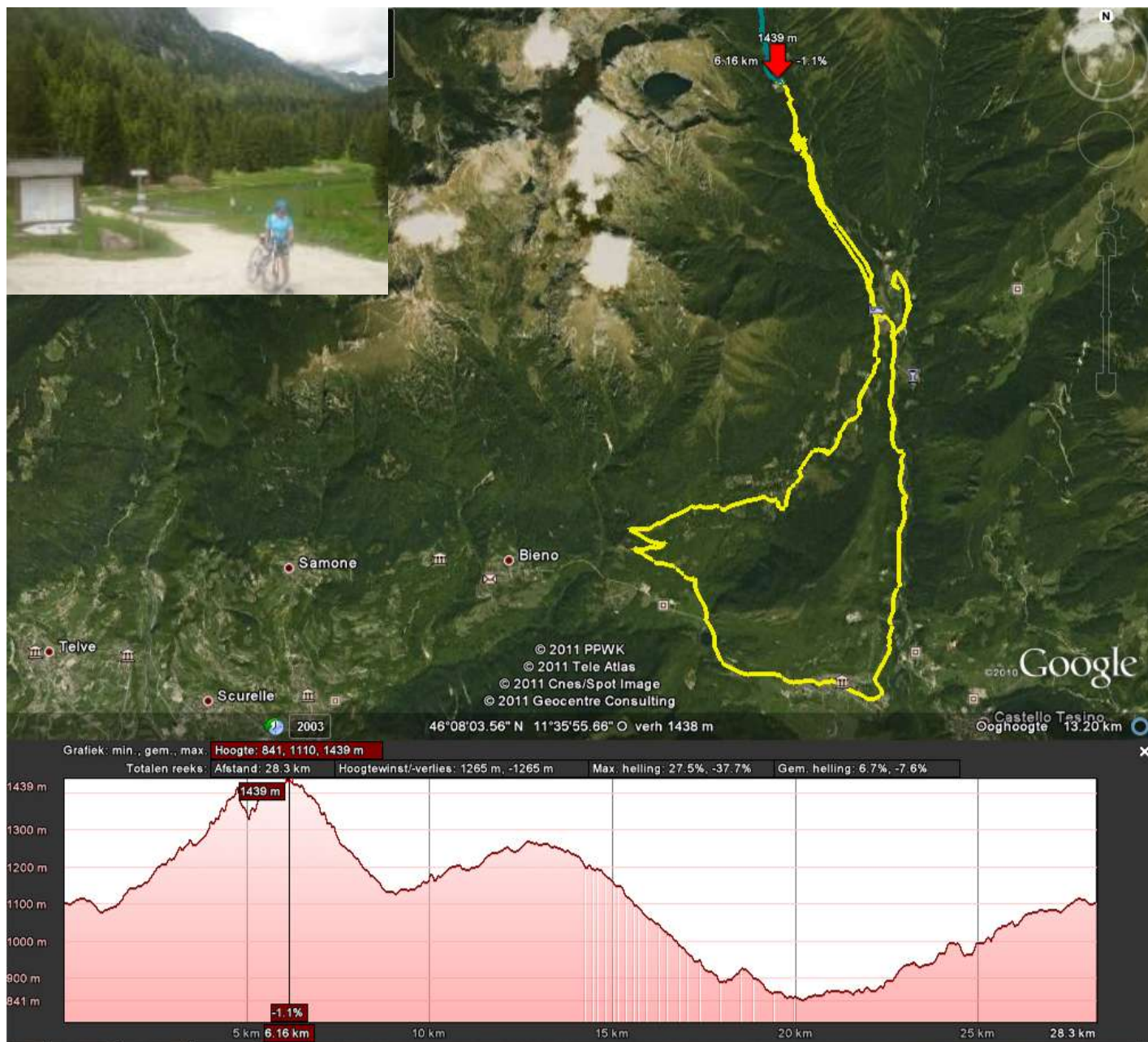


wandeling 4/7/11 op weg naar Lago di Costa Brunella)



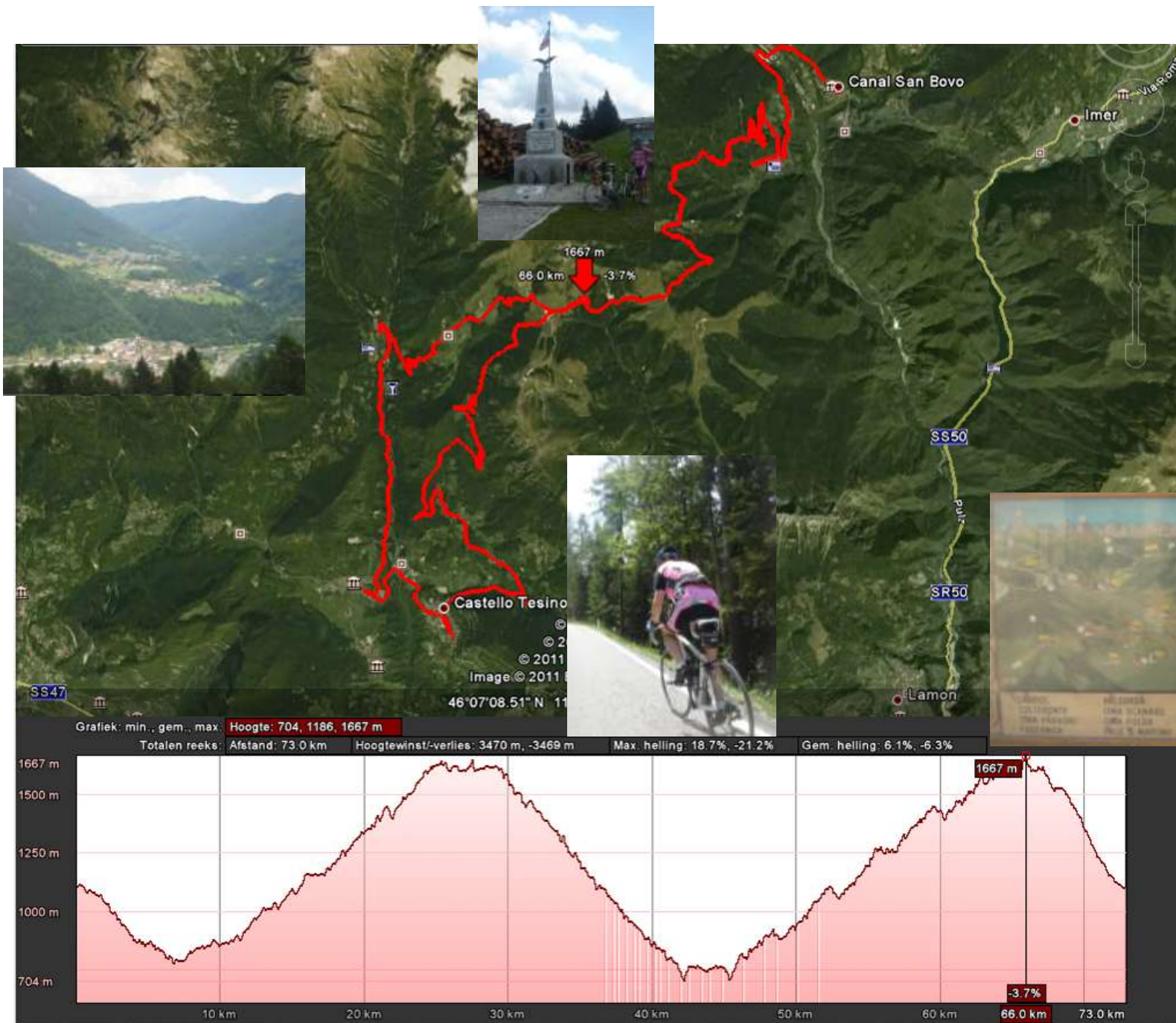
wandeling 6/7/11 met fotoshoot (blad: Hoogtelijnen)



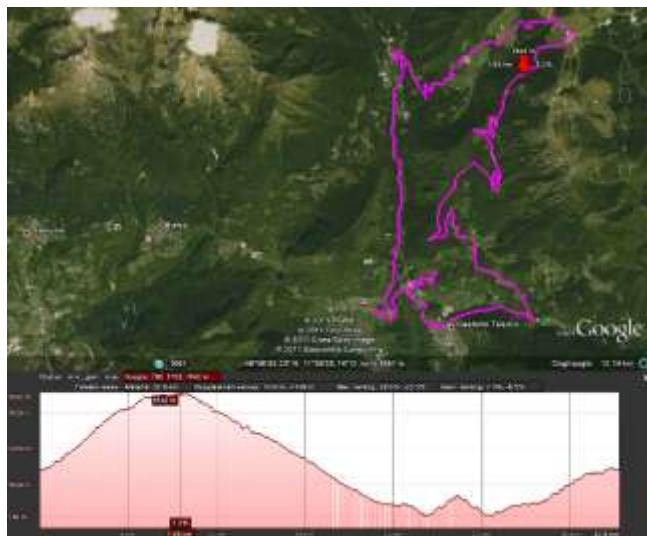


Fietstocht 5/7/11 naar de parkeerplaats waar vandaan we ook nadien 2x zijn gaan wandelen.





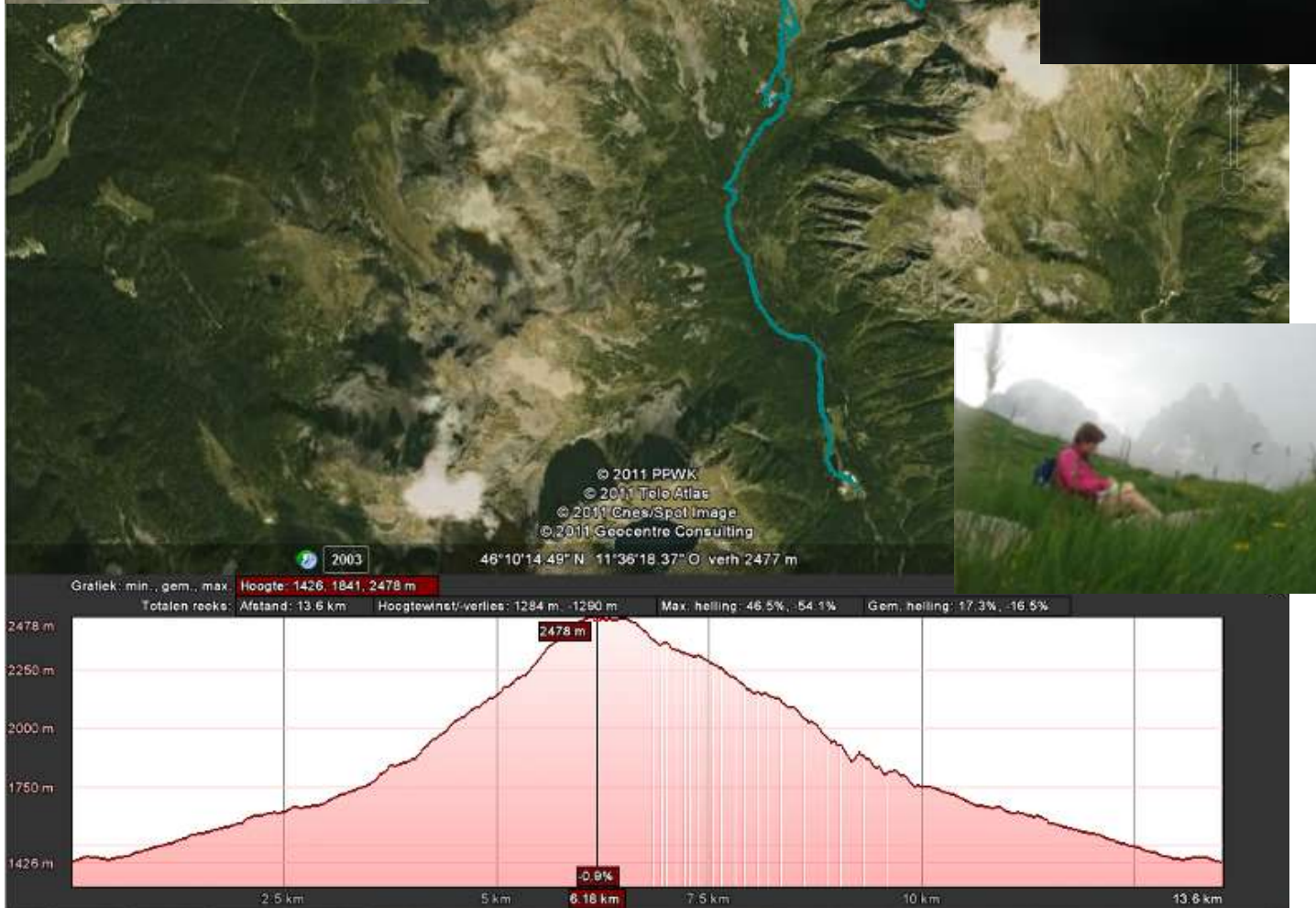
Fietstocht 8/7/11 over de
 Passo Brocon(2x)



Fietstocht 9/7/11 testritje Toine



Wandeling 10/7/11 Naar de Cima d'Asta



Hoog, steil en lang klimmen op het eind.



