




MYTHISCHE
TREK-
TOCHTEN
in de
WERELD

*Verken de meest indrukwekkende wandelroutes
op onze planeet*



INHOUD

INLEIDING	6	 Angels Landing (VS)	86
AFRIKA	8	 De Lost Coast Trail (VS)	92
 De drie toppen van Kaapstad in drie dagen (Zuid-Afrika)	10	AZIË	98
 Top van de wereld: de Kilimanjaro (Tanzania)	16	 Shikoku's 88 heilige tempelsbedevaart (Japan)	100
 Magische fauna: Zambiaanse wandelsafari	22	 Van dorp naar dorp in de Markhavallei (India)	106
NOORD- EN ZUID-AMERIKA	30	 Van Mamasa naar Tana Toraja (Indonesië)	112
 Een winterse afdaling in de Grand Canyon (VS)	32	 Het Kailash-pelgrimsceircuit (China)	118
 Wandelen langs de 'W' in Chili	38	 De Huángshān (China)	126
 Bostons Freedom Trail (VS)	44	 Beklimming van de Island Peak (Nepal)	132
 Rockies Road: de Skyline Trail (Canada)	50	 Alleen op de Chinese Muur	138
 De Concepción-vulkaanwandeling (Nicaragua)	56	 De Hong Kong Trail (China)	144
 Grenspatrouille op de Pacific Crest Trail (VS)	62	 Op grote hoogte: de Kinabalu (Maleisië)	150
 Heliwandelen in de Bugaboo Mountains (Canada)	68	EUROPA	156
 Choquequirao: de rustige Inca Trail (Peru)	74	 Van kust naar kust: de Muur van Hadrianus (Engeland)	158
 De Long (And Winding) Trail (VS)	80	 Historische wandeling: de Lycian Way (Turkije)	164



	Een goddelijke route: Il Sentiero degli Dei (Italië)	170
	De veertien toppen van Snowdonia (Wales)	176
	Vier dagen op de Alpenpasroute (Zwitserland)	182
	Mallorca's Stapelmuurroute (Spanje)	188
	Een wandeling door de tijd: het Thames Path (Engeland)	194
	Blauwe wildernis: de Selvaggio Blu (Italië)	200
	Leidende sterren: de Transkaukasische route (Georgië)	206
	Aarde, wind en vuur: de Laugavegurinn (IJsland)	212
	Langs het meer in Wordsworth Country (Engeland)	218
	De Balkan over langs de Via Dinarica	224
	Camino de Santiago (van Frankrijk naar Spanje)	230
	Lopen over de Trollentong (Noorwegen)	236
	Een winterse oversteeek van de Grote St.-Bernhardpas (van Zwitserland naar Italië)	242
	De Ring of Steall (Schotland)	248
	Ezelswandeling in de Franse Pyreneeën	254
	Betoverd bos: de Westweg (Duitsland)	260




 Eenvoudig Zwaarder Mythisch

OCEANIË	266	
	De Routeburn Track (Nieuw-Zeeland)	268
	De zeven bruggen van Sydney (Australië)	276
	De Great South West Walk (Australië)	282
	Tasmanië's Three Capes Track (Australië)	288
	Oorlog en vrede: de Kokoda Track (Papoea-Nieuw-Guinea)	294
	De Abel Tasman Coast Track (Nieuw-Zeeland)	300
	De Feathertop to Bogong Traverse (Australië)	306
	Indiana Jones en de Gold Coast (Australië)	312
	Naar de vuurtoren: de Cape Brett Track (Nieuw-Zeeland)	318

REGISTER	324
-----------------	-----



EEN WINTERSE AFDALING IN DE GRAND CANYON

Een Grand Canyon-geologieles buiten het seizoen biedt een fris perspectief op dit iconische nationale park, van sneeuw op de kloofrand tot geïmproviseerde sauna's op de rivieroever.

Voor geologen is er geen mooiere plek op aarde dan de Grand Canyon. Bijna twee miljard jaar van de geschiedenis van de planeet zijn ingekapseld in de 1,5 km hoge, met fossielen overladen rotslagen van de kloof, waardoorheen natuurwetenschappers een betoverende wandeling door de tijd kunnen maken.

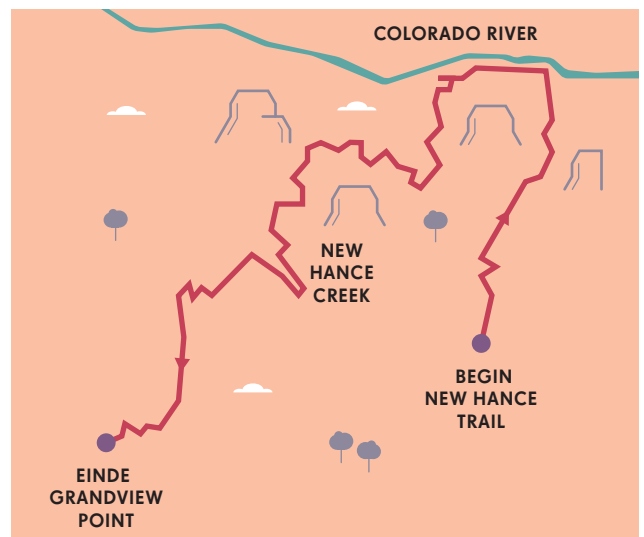
Helaas was natuurwetenschap nooit echt mijn ding. Zelfs de eenvoudigste paragraaf in een *made for dummies*-handboek ging het ene oor in en het andere weer uit. Toch hebben universiteiten hun verwachtingen en de mijne wilde dat ik drie bètavakken afrondde voordat ik afstudeerde. Dus toen ik tijdens mijn tweede jaar op Stanford tussen de herfstvakken 'Geologie van de Grand Canyon' vermeld zag, kwam dat als een geschenk uit de hemel.

De cursus werd door twee langharige oudere studenten gegeven en de grote aantrekkingskracht was dat de wekelijkse lessen in de klas aan het eind van het semester zouden worden afgesloten met een Thanksgiving-trektocht onder de volle maan naar de diepten van Amerika's grootste natuurwonder. Ik schreef me gelijk in. En zo reed ik twee maanden later, op een frisse herfstavond, in het donker van de San Francisco Bay Area naar de South Rim van de kloof, begeleid door de Grateful Dead in een auto met gelijkgestemden.

We arriveerden net toen de ochtendschemering rode stralen door de ijzige novemberlucht schoot, waarbij een paar centimeter sneeuw op de kloofrand en de eindeloze plooiën van het gesteente eronder werden verlicht. We namen de New Hanceroute en volgden een 11 km lang pad naar de Colorado River via het Red Canyonravijn. Terug ging het via de geleidelijker Tonto- en Grandviewroute. Onze instructeurs hadden deze route – een van de tientallen die in de kloof afdalen – gekozen vanwege het gevarieerde geologische aanbod en

het relatieve gemak om de bodem te bereiken. De nadelen van deze benadering werden al snel duidelijk: deze hele eerste dag zouden we dalen, dalen en nog eens dalen van de rand naar de rivier (een paar weken later had ik nog steeds last van mijn knieën; zelfs een simpele trap thuis werd een pijnlijke uitdaging).

Eenmaal onder de rand wordt alles anders. Beschut tegen de zwaardere omstandigheden van het hogere Colorado Plateau werd de route al snel sneeuwvrij en betraden we een wereld van gelaagde woestijnlandschappen, waar de details van Kaibabkalksteen, Coconinozandsteen en Bright Angellesteen die we op het schoolbord hadden zien staan plotseling aanschouwelijk werden. De





kloof, zo enorm en onbepert van boven, werd intiemer terwijl we erin afdaalden, kronkelend tussen de rotsen met piñon- en jeneverbesstruiken en het uitzicht op de Colorado River verliezend. Hier kregen de vele kleuren van de kloofwand – rood, wit, groengrijs, roomkleurig, oranje en oker – meer betekenis toen we er voor stonden, laag voor laag.

Na uren hardnekkig afdalen bereikten we bij Hance Rapids uiteindelijk de rivier. Ons kamp zetten we op boven een zandstrand aan de voet van een rode rotspunt. Hier beneden bracht de vroege winterzon de thermometer op ongeveer 15 °C en sommigen van ons werden verleid om even te gaan zwemmen. Maar met een riviertemperatuur van 4 °C grensde zelfs een snelle duik bijna aan zelfmoord. Ik lag al twee armslagen in het water toen ik me bedacht en snel de kant weer opzocht, mijn ballen bijna veranderd in ijsblokjes. Later, toen de zonsondergang overging in een volle maan, en angstaanjagend gehuil over de rivier en de omringende woestijn weerklonk, maakten onze instructeurs een geïmproviseerde zweethut van de coyotewilgen langs de rivieroever. Beurtelings raakten we bijna oververhit en onderkoeld tussen de sauna en de rivier.

Onze dag op de bodem was gevuld met leerzame momenten. De kloof zelf veranderde in een geïmproviseerd leslokaal. Naast het verkennen van de stranden, het beklimmen van de spits boven ons kamp en het bereiden van een een slechte imitatie van een Thanksgivingdiner, brachten we de tijd door met het bespreken van geologische esoterica als Vishnu Schist en de Grote Non-conformiteit, terwijl we herstelden voor de lange klim die voor ons lag.

'De kloof, zo enorm en onbepert van boven, werd intiemer terwijl we erin afdaalden.'



ZELF OP STAP

Klaar voor je eigen tocht door de kloof? Er zijn tientallen routes om uit te kiezen, elk met hun eigen aantrekkingskracht. Een goede keuze voor beginners is de goed onderhouden en relatief schaduwrijke Bright Angel Trail, met twee rangerstations en drinkwaterbronnen. Iets avontuurlijker is de minder goed bereikbare North Rim. Wanneer je ook wandelt, je hebt altijd een vergunning nodig. Deze moet je maanden van tevoren reserveren via www.nps.gov.



Van boven met de klok mee: wolken vullen de Grand Canyon, gezien vanaf Yaki Point; een wapitihert in de sneeuw; de South Rims Bright Angel Trail.

Vorige bladzijde: aan de rand van een van de mythische plekken van Amerika





De volgende twee dagen zouden worden besteed aan het meedogenloos bergopwaarts ploeteren van 795 m naar 2255 m (het verlaten van de kloof in een enkele dag is over het algemeen niet mogelijk, behalve voor bovennatuurlijke fitten of krankzinnige borderliners). Ons plan was om een tussenstop te maken op de 1493 m hoge Horseshoe Mesa, een kolossale halfronde rots, waar prospector Pete Berry in 1890 een rijke koperader vond en zijn legendarische Last Chance Mine stichtte.

Tekenen van de regionale mijnhistorie verschenen overal op onze tocht door de imposante kliffen van Redwall-kalksteen aan de voet van de mesa. Openingen in de heuvel wezen op 19de-eeuwse mijnschachten vlak eronder, terwijl stenen met verblindend blauwe en groene kristallen van azuriet en malachiet de route omzoomden, herinnerend aan de eeuwige aantrekkingskracht van glinstering voor het menselijk oog. Onze laatste nacht in de kloof verkenden we bij maanlicht, zwerfend langs verlaten mijngebouwen naar de noordrand van de mesa, waar de nu verre Colorado River vaag schitterde in het hallucinogene halflicht, 701 m lager.

Nog een dag, nog een klim. Onze laatste afslagroute naar de kloofrand volgde de sporen van de muilezels die werden ingezet om koper van Horseshoe Mesa naar Pete Berry's Grandview Hotel te vervoeren. Het hotel is allang verdwenen, maar de route ligt er nog steeds. We voelden ons zelf een beetje als de overbelaste muilezels op onze terugweg door de bekende Coconino en verschenen opnieuw bij de besneeuwde rand waar onze tocht vier dagen eerder was begonnen – uitgeput, uitgelaten en klaar om alles opnieuw te doen. En misschien, heel misschien, hadden we iets over al die mooie rotsen geleerd. **GC**



PRAKTISCHE INFO

Begin // New Hance trailhead

Einde // Grandview Point

Afstand // 233 km heen en terug

Vervoer // De dichtstbijzijnde binnenlandse luchthaven is Flagstaff Pulliam Airport (FLG), 135 km verderop; internationale vluchten komen aan in Phoenix, 366 km verderop.

Beste tijd // April, mei en oktober.

Accommodatie // De National Park Service exploiteert hutten op zowel de South als North Rim. Kamperen of iets verderop overnachten is goedkoper.

Uitrusting // Een diervaste voedselcontainer, waterzuiveringstabletten en veel water.

Kleding // Kleeft je in laagjes voor de grote temperatuurverschillen tussen de rand en de rivier.

Meer info // www.nps.gov/grca/index.htm

Goed om te weten // Reserveer je vergunning maanden van tevoren of wees bereid om een paar dagen te wachten op de beperkte 'wie het eerst komt, het eerst maalt'-vergunningen die ter plaatse worden verstrekt.



*Hiernaast: wintersneeuw
op de spectaculaire hoodoos
van Bryce Canyon National Park*

MEER VAN DIT BUITEN HET SEIZOEN

INCA TRAIL, PERU

De Inca Trail naar Machu Picchu is een beroemde overgangsrite voor elke ontdekker van Zuid-Amerika. De iconische vierdaagse trektocht kent met recht een legendarische status – je steekt twee meer dan 3900 m hoge passen over, passeert oude Incatrappen en -tunnels, en bezoekt andere schitterende ruïnes op weg naar het adembenemende uitzicht op Machu Picchu bij zonsopkomst vanaf de Zonnepoort. De Peruaanse regering probeert de route te beschermen en laat niet meer dan 500 mensen per dag toe, wat betekent dat je voor de droge maanden van mei tot oktober maanden van tevoren een vergunning moet regelen. Wanneer je geen probleem hebt met minder voorspelbare weersomstandigheden, kun je een tocht buiten het seizoen overwegen. De paden zijn dan rustiger en het is gemakkelijker om te reserveren.

Begin // Km 82 langs de Río Urubambaspoorlijn vanuit Cuzco

Einde // Machu Picchu

Afstand // 43 km

Meer info // www.incatrailperu.com

TEIDE, TENERIFE, CANARISCHE EILANDEN

De hoogste berg van Spanje (3718 m) is een aangename, doch verrassend pittige zomeroetdaging, maar buiten het hoogseizoen, wanneer het aantal bezoekers van het Parque Nacional del Teide sterk terugloopt, komt hij pas goed tot zijn recht – vooral aan het begin van de lente, wanneer de lagere hellingen vol staan met bloemen en er, als je geluk hebt, nog wat sneeuw op de top ligt. De beklimming van de vulkanische top is de echte uitdaging, met name als je kiest voor de zeer zware zes uur durende wandeling, maar als het weer of je longinhoud dit onmogelijk maken, biedt de kabelbaan hetzelfde uitzicht. Het 190 km² grote park kent nog veel meer mooie wandelingen. Het Unesco Werelderfgoed beschermt bijna 1000 archeologische Guanchevindplaatsen en biedt voorbeelden van 80% van de vulkanische formaties ter wereld, naast 14 plantensoorten die nergens anders op aarde voorkomen.

Begin // Montaña Blanca

Einde // Top van El Teide

Afstand // 16 km

Meer info // www.telefericoteide.com

FAIRYLAND LOOP, BRYCE CANYON NATIONAL PARK, UTAH, VS

Voor de zeldzame schoonheid van het Amerikaanse zuidwesten buiten het seizoen ga je 's winters naar het Bryce Canyon National Park. Niets versterkt het sprookjesachtige karakter van de meerkleurige, grillig gevormde *hoodoos* (rotsformaties) meer dan een laag versgevalen sneeuw. De rode rotsen, wintergroene bomen en ijzige witheid vormen in de winter samen een klassieke kerstkaart, terwijl de paden zelf bijna verlaten zijn – een sterk contrast met de zomer, wanneer het aantal bezoekers uit de VS en uit het buitenland, gecombineerd met toeristische helikoptervluchten, voor een pretparksfeer zorgen. De Fairyland Loop omvat enkele van de mooiste plekken van het park, waaronder Sunrise Point, Fairyland Canyon, China Wall en de buitenaardse Tower Bridge. Informeer voor vertrek bij een ranger naar de wandelomstandigheden; bij ijzige condities worden sneeuwschoenen en/of stijgijsers aanbevolen.

Begin/einde // Fairyland Point, Bryce Canyon National Park

Afstand // 13 km

Meer info // www.nps.gov/brca





DE HONG KONG TRAIL

Van de top van de iconische Victoria Peak tot het turquoise water van Big Wave Bay, dit is een van de mooiste stadswandelingen ter wereld.

Knaag, knaag. Het geluid komt uit de struiken. Ik richt mijn zaklamp van het pad af voor een blik en verwacht, ik weet het niet, een eigenzinnige toerist of een verdwaalde poedel uit een nabijgelegen luxeflat. Het is een stekelvarken. Een stekelvarken. Op Victoria Peak.

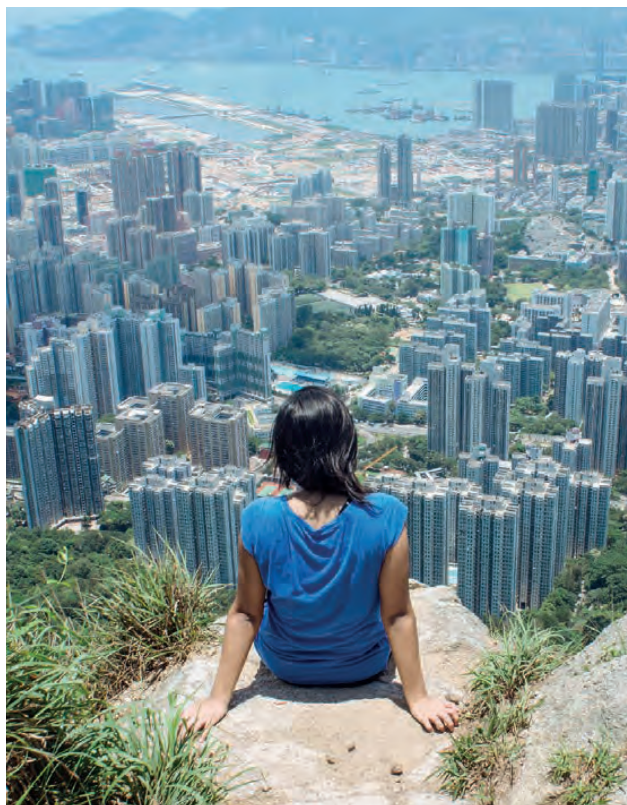
Het is 5 uur in de ochtend en ik sta boven op de berg in het centrum van Hongkong, een van de dichtstbevolkte steden ter wereld. Ik ben hier tientallen keren geweest bij daglicht, wanneer de uitkijpunten en paden van de Peak bevolkt zijn met bezoekers die selfiesticks en Louis Vuitton tassen meedragen. Het wordt in Hongkong als een verplicht nummer gezien, en met een goede

reden: het uitzicht over de noordkust van Hong Kong Island en het Kowloon Peninsula erachter is schitterend. Van hier ziet het woud van wolkenkrabbers eruit als een Legostad. Je ontwaart er het 108 verdiepingen tellende International Commerce Centre, het hoogste gebouw in Hongkong, alsof het maar een paar centimeter groot is. En de groen-witte Star Ferry, als kinderspeelgoed bij Victoria Harbour.

Maar in de vroege ochtenduren kent de Peak een ander karakter. Daar vind je, je geloof het niet, een *stekelvarken*, ontspannen knagend op twijgjes op nog geen 100 meter van de Häagen-Dazs en Mak's Noodle, die over een paar uur overstromd zullen worden door hongerige bezoekers. Ik woon al vijf jaar in Hongkong en had







geen idee dat we überhaupt stekelvarkens hadden. Ik ben hier bij het ochtendgloren met mijn echtgenoot en twee vrienden voor een aanval op de Hong Kong Trail. De 50 km lange wandeling is verdeeld in acht etappes en Victoria Peak is het begin van Etappe 1. Hoewel ik veel delen van de route individueel heb gedaan, hopen we vandaag de hele wandeling in één keer af te ronden, vandaar het vroege uur.

Etappe 1 is een rustig begin en omcirkelt de berghelling met een breed verhard pad. We drinken onze koffie en genieten van de koele duisternis, een zeldzame onderbreking van de gewoonlijk stomende hitte van Hongkong. Borden beschrijven de flora van het omringende bos: de *Pavetta hongkongensis* met zijn glanzende bladeren, bananenvruchten en bamboe, de banyanwortels die zich als aders langs de hellingen vertakken. Langzaam dalen we een smal pad af, passeren kleine watervallen die langs mossige rotsen stromen. Etappe 1 eindigt bij het Pok Fu Lam Reservoir. We stoppen voor een drankje, zien in het mistige eerste licht joggers en hondenuitlaters rond het groene water cirkelen. We gaan westelijk langs de heuvels boven Aberdeen, ooit een vissersdorp, nu thuisbasis van diverse jachtclubs en het kitscherige-maar-populaire Jumbo Kingdom Floating Restaurant. Halverwege ligt Lamma, het op twee na grootste van Hongkongs meer dan 260 eilanden, herkenbaar aan de drie schoorstenen van zijn kolencentrale. Beton maakt plaats voor onverharde weg als we langs Etappe 3 oostelijk naar Wan Chai Gap gaan. Etappe 4 begint bij een deel van de route met de naam Lady Clementi's Ride, genoemd naar de vrouw van Cecil Clementi, de Britse gouverneur

*'Na een betonnen jungle
zien we nu niets dan
bergen, wolken en zee.'*

van Hongkong in de jaren 20. Lady Clementi's Ride is passend voor een dame van stand, kronkelt gestaag heuvelopwaarts door het bos, steekt bruggetjes uit de koloniale tijd over. Er zijn meer bezienswaardigheden, waaronder de *Aquilaria sinensis*, de wierookboom, waarvan het hout als grondstof voor de rijk geurende wierook in traditionele Chinese rituelen wordt gebruikt. Het was de export van wierookhout vanuit Aberdeen Harbour die de omgeving – en later de hele stad – op de kaart zette. Hongkong betekent 'geurige haven'.

Bij Etappe 5 verlaten we het bos en volgen we de weg naar het Wong Nai Chung Reservoir Park, waar we pauzeren. We kopen koppen noedels en flessen Pocari Sweat, een populaire Japanse, naar grapefruit smakende sportdrink, en kijken etend toe hoe stelletjes in gehuurde waterfietsen over het meer spetteren. Gesterkt beklimmen we het pad naar Jardine's Lookout, waar Britse kolonisten vroeger naar klippers met post uit Londen uitkeken. Er zijn geen klippers meer, maar de 420 m hoge top biedt een schitterend uitzicht van de wolkenkrabbers van Causeway Bay tot aan de bergen van de New Territories. De zon staat nu hoog aan de hemel en we beginnen te zweten, dalen en klimmen langs een reeks smalle onverharde wegen en stenen trappen.



ONONTWIKKELD HONGKONG

De meeste mensen denken bij Hongkong aan wolkenkrabbers en neon. Maar de stad bestaat voor 75% uit platteland, waarvan veel is opgedeeld in 24 parken en 22 'speciale gebieden'. Hiertoe behoren bergbossen, rotsige oevers, open grasland en zeereservaten. Projectontwikkelaars zouden graag meer land in handen krijgen, maar veel ervan is te bergachtig of afgelegen om van nut te zijn.

Van links: Tai Long Wan Beach of Big Wave Bay; uitzicht over de stad op weg naar Lion Rock; de route passeert een weelderig stukje groen. Vorige bladzijde: genieten van het ongeëvenaarde stedelijke uitzicht van Hongkong

Etappe 6 komt als een verademing, met een geplaveid pad dat door het koele bos van het Tai Tam Country Park kronkelt. We wandelen over de damwal van het reservoir en kijken neer in het kalkachtig groene water met schaduwen van vissen in de diepte. Etappe 7 is het minst spectaculaire deel van de route. Over vrijwel de hele afstand volgt het een betonnen bekken.

Uiteindelijk bereiken we Etappe 8. We hebben dit deel allemaal al eens gedaan, omdat het misschien wel de beroemdste wandeling van Hongkong is: de Dragon's Back. Hoewel we uitgeput zijn van de vorige 40 km, geeft het vooruitzicht op wat voor ons ligt nieuwe energie. We klimmen 20 minuten langs een rotsige helling en daar staan we dan, op de Dragon's Back, de bergkam over het D'Aguiar Peninsula. Aan weerszijden stroomt water, glinsterend aquamarijn in het lage zonlicht van de nu late middag. Het is hier winderig, zo winderig dat onze oren dicht gaan zitten en alle gedachten een moment stoppen. Onder ons zweven paragliders parallel aan de berghelling aan snoepkleurige schermen. Nog maar een paar uur geleden keken we neer op een betonnen jungle. Nu zien we niets dan bergen, wolken en zee. Na een laatste stuk bergafwaarts en een vochtig bos bereiken we het einde van de route. Big Wave Bay heeft meer van een Hawaïaans dorp dan een deel van Hongkong. We hebben de stad doorkruist, maar het voelt alsof we de wereld over zijn gegaan. We slenteren door het doolhof van bungalows en surfshops. En komen uit bij het strand, een gloeiende halve maan van wit zand. Dankbaar en uitgeput waden we de golven in. **EM**



PRAKTISCHE INFO

Begin // Victoria Peak

Einde // Big Wave Bay

Afstand // 50 km

Geografie // De stad kent drie belangrijke districten: Hong Kong Island, Kowloon Peninsula en de New Territories.

De Hong Kong Trail ligt op Hong Kong Island.

Vervoer // Hong Kong International Airport ligt op het eiland Lantau. Neem van hier een taxi, bus of Airport Express trein naar Hong Kong Island. Het begin van de route is bereikbaar per taxi, bus 15 of de Peak Tram naar Victoria Peak.

Beste tijd // De late herfst en vroege winter (nov.-jan.) zijn over het algemeen het aangenaamst, met heldere lichten en gemiddelde temperaturen.

Accommodatie // Hong Kong Island kent comfortabele, maar dure accommodatie. Goedkopere adressen vind je aan de overkant van het water in Kowloon.

MEER VAN DIT HONGKONGWANDELINGEN

MACLEHOSE TRAIL

Dit pad loopt van oost naar west door Hongkongs New Territories, het grote, grotendeels landelijke district dicht bij de grens met het Chinese vasteland. Het is verdeeld in 10 etappes en doorkruist een ruig en gevarieerd gebied. Begin bij het diepblauwe High Island Reservoir, aan de kust van het Sai Kung Peninsula. Wandel langs sfeervolle Hakkadorpen in het afgelegen hoogland, waar ooit thee en indigo werden verbouwd en wilde zwijnen rondzwierven, en door de uitlopers van het Kowloonmassief, waaronder Amah Rock, die zou lijken op een vrouw met een baby op haar rug. Pas op voor agressieve makaken bij de reservoirs en bezoek de ruïnes uit de Tweede Wereldoorlog op Smuggler's Ridge. Beklim Tai Mo Shan, met meer dan 900 m de hoogste top van de stad, en daal dan door het Tai Lam Country Park af naar het 'dorp' Tuen Mun (500.000 inwoners).

Begin // High Island Reservoir

Einde // Tuen Mun

Afstand // 100 km

Meer info // De wandeling wordt meestal in etappes gedaan, behalve als onderdeel van langeafstandsraces.

LANTAU TRAIL

Deze route vormt een lus rond Lantau, het grootste eiland van Hongkong. Hoewel de luchthaven en Disneyland hier liggen, is Lantau grotendeels landelijk. De 12 etappes tellende wandeling begint en eindigt in de badplaats Mui Wo, die per bus of veerboot vanuit andere delen van Hongkong bereikbaar is. De eerste etappes omvatten Lantau Peak en Sunset Peak, de hoogste bergen van het eiland. Tot de hoogtepunten behoren Ngong Ping, met de veelbezochte Big Buddha, een 34 m hoog beeld boven op een heuvel, en Tai O, een Tankavissersdorp met paalwoningen en drogende garnalen op bamboematten. Verscheidene tempels en ruïnes uit de Tweede Wereldoorlog vormen interessante onderbrekingen onderweg.

Begin/einde // Mui Wo

Afstand // 70 km

Meer info // De meest comfortabele van de genoemde drie wandelingen, met verscheidene hotels en kampeerterrainen in de omgeving

WILSON TRAIL

De Wilson Trail leidt van Hong Kong Island langs de haven naar Kowloon en bijna tot de grens met het vasteland van China, en ligt vrijwel geheel binnen Hongkongs parkstelsel. Hij begint met een knal steil heuvelopwaarts over een stenen trap vanuit het koloniale dorp Stanley en biedt spectaculaire uitzichten over de zuidkant van het eiland. Aan de overkant van het water voert hij over Devil's Peak, met een oud Brits fort. Het pad doorkruist natte bossen en diepe kloven met weelderige varens, langs 19de-eeuwse dorpen en jadekleurige reservoirs, over bergen met panorama's op stedelijke gebieden en afgelegen kustlijnen. Let wel even op de troepen makaken, die maar al te graag je lunch willen stelen.

Begin // Stanley

Einde // Nam Chung

Afstand // 78 km

Meer info // De Wilson Trail wordt gewoonlijk in etappes gelopen, hoewel langs de route kan worden gekampeerd.



Van boven met de klok mee: de wilde kant van Hongkong; het vertrekpunt van de Maclehorse Trail; het uitzicht vanaf de Wilson Trail op Kowloon



BLAUWE WILDERNIS: DE SELVAGGIO BLU

Wie de zwaarste tocht van Italië langs de wilde oostkust van Sardinië durft te lopen, wordt beloond met een kant van het eiland die weinigen ooit hebben ervaren.

Dit land is met geen andere plaats te vergelijken. Sardinië is uniek. Betoverend om te verkennen – niets voltooid, niets definitief. Net als de vrijheid zelf.' Aldus D.H. Lawrence in zijn reisverslag *Sea and Sardinia* uit 1921. Lawrence sloeg de spijker op zijn kop, denk ik, terwijl ik langs een kalksteenklimf schuifel die abrupt de saffierblauwe zee induikt. Wanneer ik over mijn schouder durf te kijken, is het uitzicht inderdaad dat van de vrijheid zelf: alleen de Middellandse Zee, de horizon en het verdwijnpunt ertussen. Ik voel me een acrobaat op het slappe koord: voorzichtig stapje voor stapje op de smalle bergkam. Ik bedenk hoe onhandig mensen zijn, wanneer twee geiten de rots beklimmen, en hoe ironisch het is dat het leven aan de rand zo bevrijdend kan aanvoelen.

Ik ben op de Selvaggio Blu, of Blauwe Wildernis, de tocht waarvan de naam zelfs ervaren wandelaars het zweet doet uitbreken. Deze vier- tot vijfdaagse route wordt beschouwd als de zwaarste van Italië – en niet zonder reden. Hij leidt door ultieme kustwildernis. Er zijn geen dorpen, geen wegen, geen mensen (af en toe een medewandelaar) en het belangrijkste, geen markeringen.

Een 40-48 km lange kustwandeling klinkt misschien als een eitje, maar laat je niet misleiden: dit is een zeer uitdagende tocht, voorbehouden aan superfitte en zekere wandelaars. Je hebt een touw nodig en de kennis hoe je het moet gebruiken wanneer het pad eindigt en je de rots moet vastpakken – om te klimmen of abseilen. Dan is er de navigatie: een gps kan je helpen, maar is niet 100% betrouwbaar. Een kompas erbij is handig. Zelfs dan kan het moeilijk zijn om het pad te volgen, omdat dieren nieuwe sporen verwijderen en wandelaars op een dwaalspoor brengen. Zoetwater is ook moeilijk te vinden, dus alles wat je nodig hebt moet worden meegenomen







in een zware rugzak of op bepaalde punten door een boot worden afgezet. De Selvaggio mag nu pittig zijn, dit was nog meer het geval aan het eind van de jaren 80 toen twee Italiaanse klimmers, Tuscan Mario Verin en de lokale architect Peppino Cicalò, hem bedachten. Ze baanden zich een weg door het dichte struikgewas en stelden een fragiel netwerk samen van oude houtskoolbranders-, herders- en geitenpaden langs de steile kliffen en diepe ravijnen van de Golfo di Orosei in Oost-Sardinië. Daarmee creëerden ze een van de meest mythische kustwandelingen van Europa, langs rotsformaties die zich als forten uit de zee verheffen en grotten even immens en indrukwekkend als kathedralen, waar zich ooit bandieten verscholen. Rivieren en krekronkelen door bossen van knoestige steeneiken, jeneverbessen, olijf- en naaldbomen. Ver beneden de kliffen liggen baaien met gladde witte kiezelstenen waar zelden mensen komen. Op de route gaan dagen van slopend wandelen en adembenemende schoonheid over in maanverlichte nachten rond knetterende kampvuren en slapen op het strand of in grotten.

De wandeling begint in de buurt van de badplaats Santa Maria Navarrese bij de Pedra Longa, een 128 m hoge rotsspits boven een zee die vervaagt van bleek azuur- tot diep hemelsblauw. Het begin is bedrieglijk eenvoudig, terwijl ik langs de kust loop met de stille zee

'De doorschijnende zee stroomt op deze plaats rond bizarre kalksteenformaties.'

aan mijn voeten, een licht briesje dat de geur van wilde rozemarijn en tijm meedraagt, en een slechtvalk die in de aprillucht boven me zweeft. Een beetje klauteren brengt me bij de Cala Goloritzè, waar de doorschijnende zee rond bizarre kalksteenformaties stroomt, waaronder de 148 m Aguglia, een populaire rotsnaald bij klimmers.

Ik maak me geen enkele illusie dat de tocht zo gemakkelijk blijft, en dat blijkt te kloppen. Al snel bevind ik mij tussen kalksteenspleten boven de overhang, klauterend langs de rotsen. Ik trek mezelf op langs een geïmproviseerde ladder, met zijn verroeste treden een hachelijke onderneming. De route vereist een maximum aan concentratie en ik ben me heel goed bewust van de consequenties van een misplaatste voetstap. Wanneer het pad weer gelijk wordt, kan ik even op adem komen en geniet ik van het uitzicht. En wat een uitzicht! De fraaie boog van de Golfo di Orosei spreidt zich voor me uit. Cyclamen sieren het jeneverbos en de brem staat in gouden bloei – de lente komt eraan.



De Cala Biriola lijkt ver, ver beneden als een glinsterend visioen. En na een intense, klauterende afdaling, vind ik dat ik een duik in de zee heb verdiend en het vuil van me af kan spoelen. Ik sleep mezelf weg uit de dromerige baai en al snel wordt het weer pittig. Kort daarop sta ik bij een afgrond, mijn hart slaat een keer over bij de gedachte aan een val van de almachtige klif. Ik daal voorzichtig in de leegte af en hoop er het beste van. Mijn beloning is de Grotta del Fico, een gapende zeegrot met stalactieten als druipkaarsen.

De volgende dagwandeling is naar de Cala Sisine, het einde van de eigenlijke wandeling. Het is weer pittig, met een paar klifbeklimmingen langs een via ferrata, smalle bergkammen, ravijnoversteken en adembenemende afdalingen. Abseilend naar de prachtige baai, bezweet en verformfaaid, zie ik een paar opgetrokken wenkbrauwen bij de vakantiegangers die op het strand liggen te zonnen. Zij zijn met de boot gekomen. Na een tijdje raak je gewend aan de Selvaggio Blu en wat hij met je kan doen. Tegen het einde verlang ik naar meer en dus ga ik verder naar de volgende baai, Cala Luna. Wanneer ik de Arco Lupiru, een monumentale zeeboog hoog boven de kust, bereik, stop ik even terwijl het zachte en heldere licht van de late middag de contouren van de Golfo di Orosei verzacht. De baai is als een enorm amfitheater, waar de show altijd de zee is. **KC**



LEIDENDE STERREN

Het volgen van de Selvaggio Blu is gemakkelijker met een gids – een vereiste tenzij je zeer ervaren bent. Zij kennen het terrein, regelen de uitrusting en passen de route aan. Het is net zo goed een bergexpeditie als een kustwandeling, met categorie IV-beklimmingen en een aantal steile hellingen. Betrouwbare gidsen bieden Corrado Conca, Explorando Supramonte en Guide Star Mountain. Reken op ongeveer € 700-800 per persoon voor een groep van zes of meer.

Van links met de klok mee: het uitdagende terrein van de Selvaggio Blu; abseilen is vereist; heerlijk rusten op het strand Cala Luna.

Vorige bladzijde: de Arco Lupirurots



PRAKTISCHE INFO

Begin // Santa Maria Navarrese/Pedra Longa

Einde // Cala Sisine/Cala Luna

Afstand // 40-48 km

Vervoer // De dichtstbijzijnde luchthavens zijn Cagliari en Olbia. Beide liggen ongeveer 2 uur en een kwartier rijden (via een privétransfer) van Santa Maria Navarrese.

Beste tijd // Vermijd de hete zomer en volg de route tussen maart en mei of september en november.

Meer info // Wie Italiaans spreekt, kan terecht op www.selvaggioblu.it. Het *Book of Selvaggio Blu* van Enrico Spanu is online verkrijgbaar of wordt soms ook in lokale boekhandels verkocht.

Goed om te weten // Wanneer je alleen gaat, kan het Lemon House (www.lemonhouse.eu) de logistiek regelen, inclusief dagrugzakken en het afzetten van water.

WWW.LANNOO.COM

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Vertaling Ernst Schreuder
Oorspronkelijke titel Epic Hikes of the World
Oorspronkelijke uitgever Lonely Planet Global Ltd
Vormgeving Ben Brannan
Opmaak Keppie & Keppie / Tatjana Matysik

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2019
© Lonely Planet 2018
© Fotografie 2018
D/2019/45/88 - NUR 510/502
ISBN 978 94 014 5683 8

De auteurs en de redactie van Lonely Planet hebben de grootste zorg besteed aan de samenstelling en de controle van deze gids. Maar omdat de gegevens voortdurend gewijzigd worden, moet de praktische informatie worden beschouwd als een aanwijzing. Het is dan ook best mogelijk dat bepaalde info bij het verschijnen van deze gids niet helemaal correct of volledig is. Wij kunnen daar niet verantwoordelijk voor worden gesteld.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Auteurs Alex Crevar (**AC**); Andrew Bain (**AB**); Andrew Brannan (**AB**); Brandon Presser (**BP**); Carolyn Heller (**CH**); Carolyn McCarthy (**CMC**); Celeste Brash (**CB**); Christa Larwood (**CL**); Craig McLachlan (**CML**); Daniel McCrohan (**DMC**); Emily Matchar (**EM**); Gregor Clark (**GC**); Isabel Albiston (**IA**); James Bainbridge (**JB**); Kerry Christiani (**KC**); Lucy Corne (**LC**); Mark Elliott (**ME**); Mark Johanson (**MJ**); Matt Swaine (**MS**); Megan Eaves (**ME**); Oliver Berry (**OB**); Oliver Smith (**OS**); Patrick Kinsella (**PK**); Paul Bloomfield (**PB**); Piers Pickard (**PP**); Robin Barton (**RB**); Ryan Stuart (**RS**); Sally Nowlan (**SN**); Sam Haddad (**SH**); Sarah Baxter (**SB**); Steve Waters (**SW**).

Omslag en illustraties Ross Murray (www.rossmurray.com)
Kaarten Callum Lewis (www.callum-lewis.com)



Het papier in dit boek is gecertificeerd volgens de regels van de Forest Stewardship Council®. FSC® staat voor natuurvriendelijk, sociaal verantwoord en economisch rendabel beheer van het bosareaal op de wereld.