





# DE BERGEN

Jurgen  
Groenwals

Sporten in de mooiste  
bergstreken van Europa

**Lannoo**

# DE BERGEN FASCINEREN



De bergen oefenen een unieke aantrekkingskracht uit. Is het de majestueuze grootsheid? Zijn het de onwaarschijnlijk knappe panorama's? De kleuren van een ondergaande zon over een bergtop? Het ruige, onverschillige, die brutale, soms ongenadige kracht? Al eeuwenlang voelen mensen de drang om bergen te beklimmen. Bergen inspireren, prikkelen de verbeelding. Vaak hebben ze een symbolische betekenis, ze leren ons dat om een doel te bereiken vastberadenheid en doorzettingsvermogen nodig zijn. En of je nu vierduizenders aan je palmares wilt toevoegen, houdt van wandelen of fietsen in een prachtige omgeving, of eerder wilt skiën door ongerepte poedersneeuw, in de bergen kan het allemaal.

Wanneer mijn liefde voor de bergen precies ontstaan is, daar kan ik moeilijk de vinger op leggen. Was het als twaalfjarige tijdens die Zwitserse uitstap of op de jaarlijkse familievakantie in het Zwarte Woud (hoewel ik me daar niet meteen veel bergen bij kan herinneren)? Was het op die vakantie in de Jura? Die trektocht door het noorden van Portugal misschien? Of die eerste keer op een snowboard in de Pyreneeën (geen succes toen, dat snowboarden). Meer dan waarschijnlijk heb-

ben al die ervaringen hun steentje bijgedragen aan mijn liefde voor bergen. Tot op de dag van vandaag is het een onvoorwaardelijke liefde die nooit teleurstelt.

Ik ben altijd een actieve buitenjongen geweest. Rennen, klauteren, fietsen, hiken, snowboarden, raften... Sinds kort zijn daar, onder lichte dwang van een klimmende dochter, ook nog rotsklimmen, via ferrata, touwenparkoersen en avonturenparken bijgekomen. Niet enkel vragen bergsporten de nodige fysieke inspanning, ook mentale kracht speelt een belangrijke rol. De beloning is vaak navenant. Dat kan het adembenemende uitzicht van de top van een berg zijn, het gevoel van vrijheid en rust, maar evengoed die deugddoende douche na een stevige dag mountainbikepret of splitboarden.

## Kiezen is verliezen

Ik had graag een boek van duizend pagina's, of zelfs nog veel meer, geschreven. Dan had ik minder moeilijke keuzes moeten maken. Dan had ik iets over die beklimmingen – op sneeuwschoenen, met mijn snowboard vastgesnoerd aan de rugzak – naar Gran Paradiso en Grande Casse kunnen schrijven, of over mountainbiken in de Schotse Highlands, over hiken op Italiaanse vulkanen, mijn jaarlijkse trip naar La Grave/La Meije, een deelname aan een freeridewedstrijd in Bulgarije of een winterklim op Kebnekaise, de hoogste berg van Zweden (helaas zonder bagage, die heeft de hele week ergens in een verloren hoek op een luchthaven gestaan). Kiezen is dus nog steeds verliezen, maar de achttien gebieden en daaraan gelinkte sporten die ik wel heb geselecteerd, moeten ruimschoots volstaan om zelfs de meest fervente bergsporter eventjes zoet te houden.



‘If you think adventure is dangerous,  
try routine; it is lethal.’

— Paulo Coelho

#### Kiezen is verliezen, deel twee

Ik krijg vaak de vraag wat ik nu het allermooiste gebied vind. Waar kun je het beste skiën of snowboarden? Waar liggen de beste mountainbiketrails?

Eerlijk waar, ik weet het niet. Ik hou enorm van de grillige rotsformaties in de Dolomieten, zowel aan de Italiaanse kant als de Lienzer Dolomiten in Oostenrijk. Zo’n Cadini di Misurina, daar kun je toch uren in het rond staren? Ik hou evengoed van het ruige en authentieke van de Queyras als van het mondaine en de onwaarschijnlijke speeltuin – winter en zomer – in Verbier. De indrukwekkende reuzen in Chamonix-Mont-Blanc, de iconische Matterhorn of het befaamde trio Eiger/Mönch/Jungfrau laten hun indrukken na, net als de helaas steeds sneller slinkende Aletsch-gletsjer. Over dat raftingtochtje op een ontketende Ötztaler Ache heb ik nu soms nog nachtmerries (niet heus, maar het was wel behoorlijk wild) en met het gezin al lopend een deel van het Zillertal ontdekken was eveneens een hoogtepunt. Genieten en afzien tegelijkertijd deed ik op mijn splitboard doorheen Vorarlberg. De beste tijd op mijn mountainbike beleefde ik op de bergen in Val Senales, en in Slovenië genoot ik niet enkel van onwaarschijnlijk knappe trails, maar ook van een ongekende natuurpracht. En natuurlijk is ook het noorderlicht een onvergetelijke ervaring. Of een afdaling tot op het strand van de Noordelijke IJzee. Of doorheen canyons waden en van rotsen in een bruisende rivier springen. Of...

#### De bergen of de zee?

Het o zo vaak weerkerende dilemma wanneer het over vakanties gaat. Voor mij is die keuze snel gemaakt. Vrouw en dochter willen echter ook wel eens van de zee genieten. Mijn wel-

gemeende excuses om jullie de afgelopen jaren steeds mee de bergen in te sleuren en mijn enthousiasme ongebreideld op jullie los te laten. Ooit maak ik het goed. Dan gaan we naar ergens waar de bergen gewoon tot in de zee lopen. Iedereen blij.

#### Met dank aan

Het was nooit de bedoeling dat de verhalen in dit boek in boekvorm zouden verschijnen. Toen ik onder een parapente boven het meer van Annecy zweefde of in een wetsuit door de Spaanse Pyreneeën liep, wist ik niet dat die ervaringen ooit in een boek terecht zouden komen. Dat maakt dat er bij sommige verhalen niet meteen eigen beeldmateriaal is. Ik ben dus gaan aankloppen bij bevriende fotografen of heb een beroep moeten doen op beeldatabanken. Langs deze weg mijn welgemeende dank aan iedereen die op welke manier ook zijn steentje heeft bijgedragen.

Maar voor nu: ga op pad, trek eropuit, beklim die berg, omarm nieuwe ervaringen en ontdek de kracht en schoonheid van de bergen.

Jurgen Groenwals







# INHOUD

08

## FRANKRIJK

- 08 Annecy
- 22 Chamonix-Mont-Blanc
- 36 Saint-Léger-du-Ventoux
- 50 De Queyras

62

## ITALIË

- 62 Dolomieten
- 76 Val Senales/Schnalstal

90

## NOORWEGEN

- 90 Svalbard
- 104 Tromsø en Senja

118

## OOSTENRIJK

- 118 Hohe Tauern
- 132 Ötztal
- 146 Vorarlberg
- 160 Zillertal

172

## SLOVENIË

186

## SPANJE

- 186 Ordesa y Monte Perdido

200

## ZWITSERLAND

- 200 Berner Oberland,  
bakermat van het alpinisme
- 202 Jungfrau Region
- 214 Wallis/Valais,  
bergsportparadijs aan de Rhône
- 216 Aletsch Arena
- 230 Verbier
- 244 Zermatt







# Hoog boven het Meer van Annecy

Vliegen, vrij als een vogel, het heeft de mens altijd gefascineerd. Van de Griekse mythologie van Icarus, die met zijn zelfgemaakte vleugels een mislukte poging ondernam, en Leonardo da Vinci tot de eerste heteluchtballon van de gebroeders Montgolfier en de gebroeders Wright, die de eerste gecontroleerde vlucht maakten met een eigengebouwd vliegtuigje. Icarus vloog, ondanks de waarschuwingen van vader Daedalus, te dicht bij de zon, waardoor de was in zijn constructie smolt en hij neerstortte. Een geval van hybris, hoogmoed, waar ik vandaag absoluut geen last van ondervind. Integendeel, het is eerder met een klein hart dat ik samen met de piloot een helling, hoog boven het Meer van Annecy, afren.

Een meer in een boek over bergen? Ja dus, want rond het meer van Annecy lijken de bergen zich rechtstreeks in het turquoise water te storten. In en op die bergen valt er bijzonder veel te beleven. In en op het water overigens ook. In de Franse departementen Savoie en Haute Savoie – verenigd in de toeristische streek Savoie Mont Blanc – vind je vier bijzondere meren: (van groot naar klein) Léman, Le Bourget, Annecy en Aiguebelette.

Het meest bekende is ongetwijfeld Lac Léman, oftewel het Meer van Genève. Dat is qua oppervlakte ook het grootste van de vier, maar een niet onaanzienlijk deel daarvan ligt op Zwitserland grondgebied. Lac Léman lijkt eerder op een kleine binnenzee tussen Frankrijk en Zwitserland en kent een enorme verscheidenheid aan landschappen en indrukken: van wijngaarden tot kleine vissersdorpjes, strandjes, cruises en schepen. Daarna komt het Meer van Le Bourget, genoemd naar het











De naam ‘het Venetië van de Alpen’ werd niet zomaar lukraak gekozen. Maar ook die andere bijnaam ‘Parel van de Franse Alpen’, gelegen tussen de bergtoppen, is een vlag die de lading dekt.

dorp Le Bourget-du-Lac. Als we Lac Léman even buiten beschouwing laten, is dit het grootste gletsjermeer van Frankrijk.

Vervolgens komen we bij het Meer van Annecy, ontstaan door smeltwater uit de Franse gletsjers. Iets kleiner, maar met bijna 28 vierkante kilometer oppervlakte nu ook weer niet bepaald een kleintje te noemen. Rondom het meer zijn het de massieven van Bornes en Bauges die het bergdecor leveren. Het Meer van Aiguebelette is het kleinste en waarschijnlijk het minst bekende. Het smaragdgroene water, in lente en zomer heerlijk warm, de onbewoonde eilandjes en de authentieke sfeer maken een bezoek aan het Meer van Aiguebelette absoluut de moeite waard.

Huur een sup of kano en peddel rond in een prachtig panorama. Met een gemiddelde watertemperatuur van 24 graden Celsius, een verbluffend palet aan blauwschakeringen, zo'n vijftigtal stranden en meer dan dertig jachthavens zijn de vier meren van Savoie Mont Blanc een uitzonderlijke bestemming voor een zomervakantie.

### Parel van de Franse Alpen

Annecy, dus. Aan de noordoever van het meer is de oude stad Annecy bekend om zijn kanaal dat er dwars doorheen stroomt. De naam ‘het Venetië van de Alpen’ werd niet zomaar lukraak gekozen. Maar ook die andere bijnaam ‘Parel van de Franse Alpen’, gelegen tussen de bergtoppen, is een vlag die de lading dekt. Met zijn geplaveide straten, kronkelende grachten, pastelkleurige huizen, het Château d'Annecy, het Palais de l'île en de Pont des Amours is Annecy een erg mooi stadje dat zeker een bezoek verdient. Ideaal om weer even op adem te komen of het adrenalinepeil wat te laten zakken na alle activiteiten in de bergen rondom.

We blijven nog even op de begane grond met een toeristische en ook culinaire tip. Op pakweg twaalf kilometer van Annecy, op de weg naar het Massif des Bauges, vind je Fromagerie de la Cochette, een oude zuivelfabriek die opnieuw leven werd ingeblazen en zo het mekka voor de productie van reblochon-kaas is geworden. Overigens is de Col de la Cochette de enige pas van de Roc des Bœufs waarmee je in de Entrevernes terecht komt en je een weids uitzicht over het Meer van Annecy krijgt. Wil je langs die kant dieper de bergen in, dan is het Massif des Bauges een niet te versmaden omweg. Wijnliefhebbers stuur ik graag nog iets dieper het Massif des Bauges in. In het domein van Philippe Grisard, in Cruet, geniet je niet alleen van de beste wijnen, ook het uitzicht op de kalkkliffen is een aanrader.

Graag iets actiever? De Gorges du Fier wachten op jou. De Fier is een van de belangrijkste rivieren van de Haute-Savoie. De rivier ligt ook aan de basis van een schoolvoorbeeld van erosie door stromend water. Een reeks loopbruggen en wandelpaden leiden je door de kloof en haar geologische bezienswaardigheden. Tot slot geef ik nog graag mee dat het Meer van Annecy een erg zuiver meer is waar je uitstekend kunt zwemmen of andere watersporten beoefenen.

Maar voor nu: genoeg gezwommen, kaas gegeten en in het water gespetterd. Tijd om de bergen in te trekken.

### Parapente

‘Parapente’ is een afgeleide van het woord ‘parachute’. Waar ‘chute’ in parachute ‘val’ betekent, staat ‘pente’ hier voor ‘helling’. Die helling slaat dan weer op het feit dat je met je parapente een helling gebruikt om vanaf te vertrekken. Een parachute is gemaakt om een val te breken, een parapente















juist om langer in de lucht te blijven, om te vliegen. Met de parapente spring je nergens uit of af, maar loop je van een helling, waardoor het scherm zich vult met lucht en de vorm van een vleugel aanneemt. Al na enkele meters is de draagkracht groot genoeg en vlieg je door de lucht.

In de loop der jaren zijn er verschillende pogingen ondernomen om de onbestuurbaarheid van de ronde parachute onder controle te krijgen. Een belangrijke stap voorwaarts was de aanpassing van de vorm; weg van het ronde naar meer rechthoekig. Eind jaren zeventig slaagden drie Franse parachutepiloten erin om met hun 'vleugel' vanaf een helling te starten. De jaren daaropvolgend werden vleugels gemaakt speciaal voor parapente en veranderde de vorm geleidelijk van een rechthoek naar een eerder ovaalvormige vleugel.

### Col de la Forclaz

We staan op de Col de la Forclaz. Diep onder ons glinstert het Meer van Annecy in al zijn blauwe pracht. Ondertussen heeft de piloot de vleugel opgeblazen en de lijnen opengelegd. Doordat een parapente in tegenstelling tot een parachute geen schokken hoeft op te vangen, kunnen die lijnen lichter en dunner gemaakt worden. De spanning stijgt, de veiligheidsinstructies worden maar met een half oor opgevangen. Ik hoor iets vertellen over stuurlijnen waarmee de linker- en rechterkant van de vleugel bestuurd kunnen worden en waarmee ook geremd kan worden.

Annecy is een pure hotspot voor parapente, een van de beste plaatsen van Frankrijk, misschien wel van Europa, om aan parapente te doen. Dat merk je ook aan het aantal vleugels dat hier al in de lucht hangt. Met name de Col de la Forclaz is wereldberoemd voor paragliding. Op een goede dag stijgen er meer dan duizend paragliders op. Het zorgt voor een kleurrijk spektakel boven het Meer van Annecy.

Het harnas gaat aan, de helm op. Nu ben ik in een verleden weleens een paar keer met een parachute uit een luchtballon gesprongen, maar toen was ik nog jong en onbekend met vrees. Deze keer is dat toch anders. Mijn hart bonst in mijn keel, mijn mond is kurkdroog. De piloot klikt mij vast aan zichzelf en samen wachten we op het beslissende moment. De piloot trekt het zeil omhoog en samen lopen we naar de rand van de berg. Amper een paar seconden later zweven we in de lucht, maakt angst plaats voor euforie en kan het ongebreideld genieten beginnen.

















We maken scherpe bochten die een gevoel van gewichtloosheid opleveren en draaien volledige cirkels. Ik mag zelf sturen. Het gevoel de controle te hebben over de parapente zorgt voor kippenvel.







### Uitzonderlijk panorama

Een bergpanorama is altijd indrukwekkend, maar vanuit de lucht wordt het nog mooier. Ik heb zicht op, uiteraard, het Meer van Annecy, maar ook op bergen als Semnoz, Dents de Lanfon en Lanfonnet, Tournette, Mont Veyrier, het massief van Bauges, Chaîne des Aravis, Pointe de la Beccaz en nog een rits andere namen van bergtoppen die ik door de spanning niet in mijn geheugen opsla. In de verte blinkt de witte top van de Mont Blanc. De parapente is ook de uitgelezen manier om steenbokken op de hoogste bergtoppen te zien. We nemen een scherpe bocht en vliegen recht op een steile bergwand af. Daar is de thermiek het best, wat ertoe leidt dat we opnieuw aan hoogte winnen. De piloot zoekt windvlagen en bergwanden om zo lang mogelijk in de lucht te blijven en zo spectaculair mogelijk door die lucht te klieven.

‘Heb je zin in beetje luchtacrobatiek?’, hoor ik de piloot vragen. ‘Uiteraard’, is mijn verrassend eenvoudige antwoord. Ik hoor iets dat klinkt als ‘stall’ en voor ik het goed en wel beseft, lijkt het alsof de vleugel dichtklapt. We vallen naar beneden... tot de piloot opnieuw het scherm openklapt en we weer gewoon zweven. We maken scherpe bochten die een gevoel van gewichtloosheid opleveren en draaien volledige cirkels. Ik mag zelf sturen. Het gevoel de controle te hebben over de parapente zorgt voor kippenvel.

Een klein uur later komt de grond wel heel erg snel dichtbij. Ik krijg instructies over hoe en wanneer we de landing gaan inzetten. De snelheid gaat uit de parapente, we raken met onze voeten de bodem. Zowel de piloot als ik lopen een aantal meter verder en dan is het over. Met een high five en nog half trillend op mijn benen besluiten we een heerlijke ervaring. Die glimlach van oor tot oor zal de rest van de dag op mijn gezicht gebeiteld blijven.

### Vliegen, vrij als een vogel

Puur genieten, zo kijk ik terug op een parapente-ervaring in Annecy. Toegegeven, de start en de vaak hevige thermiek jagen de hartslag de hoogte in, maar wanneer je eenmaal vliegt, is het puur kicken. Annecy is niet voor niets een van de beste plaatsen om te gaan paragliden. Het best kun je in de namiddag of in de vroege avond gaan, dan is er meer thermiek en kan de vlucht langer duren.

[www.lac-annecy.com](http://www.lac-annecy.com)

[www.savoie-mont-blanc.com](http://www.savoie-mont-blanc.com)