

# Katalonien Tourismus

## Mit dem Rad die Costa Brava entdecken

Catalan Tourist Board Team · Tuesday, December 3rd, 2019

### Radtouren an der Costa Brava

Für Radsportler ist der nördlichste Zipfel Kataloniens längst schon kein Geheimtipp mehr. Kurz vor der französischen Grenze, zwischen den Ausläufern der Pyrenäen und der wilden Küste des Mittelmeers, bieten gut ausgebaute Straßen, Fahrradwege und zahlreiche Trails vielfältige Möglichkeiten Radsport zu betreiben und dabei gleichzeitig die Natur zu genießen. Neben gemütlichen Fahrradwegen für die ganze Familie finden Sie temporeiche Abfahrten auf kurvigen Küstenstraßen genauso wie anspruchsvolle Routen durch die Naturparks. Wenn Sie gern draußen unterwegs sind und Lust haben, den nächsten Urlaub mit dem Rennrad oder auf dem Mountainbike zu verbringen, probieren Sie doch mal ein Bike Camp. Dabei können Sie mehrere Tage lang ganz ohne Motor, nur mit der eigenen Muskelkraft, die traumhaften Naturlandschaften der Costa Brava entdecken.



## Costa Brava mit dem Mountainbike

Beim Bike Camp geht es mitten hinein in die Natur des Cap de Creus. Die Mountainbike Touren führen sowohl auf breiten Sand- und Schotterpisten als auch auf schmalen Singletrails durch den Naturpark. Am Cap de Creus gibt es durchaus anspruchsvolle Strecken zu bewältigen. Der oft steinige und unebene Boden erfordert schon etwas Übung und setzt eine gewisse Erfahrung der Teilnehmer voraus. Die Sicherheit steht natürlich immer im Vordergrund, daher gibt es vor und während der Tour Fahrtechnik-Einheiten, bei der die Beherrschung der Bikes auf den einzelnen Trails trainiert werden kann. Täglich werden zwischen 30 und 50 km mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad zurückgelegt. Für die Geländefans wird das Erklimmen der Hügel die spannendste Herausforderung sein. Im Naturpark sind sowohl steile als auch langsam ansteigende Pisten zu bewältigen. Oben angekommen belohnt die unglaubliche Aussicht auf das Meer, die wilde Küste und die bizarre Felsenlandschaft die Radfahrer für alle Mühen, ehe die Abfahrt wieder volle Konzentration erfordert. Je nach Kondition und Laune der Teilnehmer besteht die Möglichkeit nach dem geplanten Tagespensum direkt zum Appartement zurückzukehren oder noch eine kleine Extrarunde zu drehen.



## Costa Brava mit dem Rennrad

Mit dem Rennrad geht es auf gut ausgebauten Straßen an der Küste entlang. Nicht nur bei Radsportprofis gilt die Costa Brava schon lange als ideales Trainingsgelände. Doch die sanften Hügel und steilen Pässe werden nicht nur wegen der technisch anspruchsvollen Strecken geschätzt. Es ist auch die Schönheit dieser Landschaft, die Hobbyradler wie Profis immer wieder fasziniert. Der Blick auf das Meer und die Brandung, während man die kurvigen Straßen, die sich an die Felsen schmiegen, entlang fährt, ist schon etwas Besonderes.

Doch auch das grüne Hinterland der Costa Brava wird auf den 60 bis 100 km langen Strecken erkundet. Dabei wird das Tagespensum natürlich immer in einem gemütlichen Rhythmus zurückgelegt, sodass genügend Zeit für Pausen und das Erleben der Landschaft bleiben. Einige der schönsten Strecken sind nur mit einer längeren Anfahrt erreichbar. Anspruchsvolle können die gesamte Strecke mit dem Rad fahren. Für alle anderen besteht die Möglichkeit die Anfahrt mit dem Auto zurückzulegen. Die Entscheidung für eine längere oder eine entschärfte Version der Strecke bleibt den Teilnehmern überlassen.



### **Zeit für Ruhe und Kultur**

Wer mehrere Tage mit dem Rad unterwegs ist, sollte zwischendurch einen Tag Pause einlegen. Entspannen kann man hier nicht nur am Strand oder in der Hängematte. Um neben den einmaligen Landschaften auch die Kultur der Costa Brava kennenzulernen, kann man den Ruhetag für Ausflüge nutzen.



Viele spannende Museen in den kleinen Dörfern und Städten der Costa Brava laden zu einer Reise in die Vergangenheit ein. Auch bei einem Bummel durch die Altstadt Gironas kann man schon den Duft des Mittelalters schnuppern. Auf den Stufen vor der Kathedrale oder in den engen Gassen des jüdischen Viertels ist die Vergangenheit der kleinen Stadt lebendig.

Eine ganz andere, bunte und skurrile Welt findet man hingegen, wenn man sich in das sogenannte „Dreieck“ Salvador Dalís hineinwagt: Das Museum in Figueres, das Wohnhaus in Portlligat oder das Schloss in Púbol geben spannende Einblicke in das Leben und Werk des surrealistischen Künstlers.

### **Katalanische Küche genießen**

Wer den ganzen Tag in die Pedale tritt, sollte auch auf eine gute Ernährung achten. Die mediterrane Küche ist nicht nur gesund, sondern auch sehr lecker. Auf den 4-5-stündigen Tagestouren gibt es daher ausreichend Gelegenheiten die regionale Küche kennenzulernen. Die für die Radrouten ausgewählten Lokale servieren aber nicht nur traditionelle Gerichte. Die meisten Restaurants haben darüber hinaus auch eine ganz besondere Aussicht zu bieten.



Die Unterkunft der Bike Camps besteht aus großzügig geschnittenen Ferienappartements in der Nähe von El Port de la Selva. Alle Wohnungen sind liebevoll, aber einfach eingerichtet, ohne Fernseher, und angenehm ruhig gelegen. So kann man schon am Morgen mit einem Blick aufs Meer den Tag beginnen und ihn am Abend auf der gemeinsam genutzten Terrasse mit einem Glas Wein ausklingen lassen.



Aktuelle Termine und Preise zu den Fahrradreisen finden Sie unter [Bike Camp Katalonien -Camp](#) oder [Rennrad Camp Katalonien](#).