

## Wandelroutes aan de Costa Blanca



# Wandelroutes aan de Costa Blanca

Hugo Renaerts



# Inhoud

Praktische raadgevingen.....	12
Wat zien we onderweg? .....	21
Calpe – kapel Oltá – Calpe .....	30
Langs de barranco van Quisi .....	33
Rondweg vanuit Altea .....	37
Door het bos van La Nucía .....	41
Rondweg vanuit Cumbre del Sol .....	45
De grote Granadella-route .....	48
Jávea – Cabo San Antonio – Jávea .....	52
Rond de lagune van La Mata .....	55
Wandelen rond Torrevieja .....	57
De Ciudad Encantada van Pilar de la Horadada .....	61
Langs de rivier Segura .....	64
De top van de Montgó vanuit Jávea en Denia .....	66
SIERRA D’AIXA:	
Vanuit Jalón .....	69
Vanui La llosa de Camatxo .....	70
Vanaf Font d’Aixa .....	72
Vanuit Lliber .....	75
Van Fuentes de Algar naar het fort op de Bernia .....	80
Van Jalón naar Planisses .....	83
Van Benissa naar Planisses .....	86
Van Planisses naar Casa de Bernia .....	87
Rond de Sierra de Bernia .....	89
De zuidflank van de Caballo Verde .....	92
Rondweg vanuit Benimaurell .....	94
De route van de zesduizend treden .....	98
De route van de acht dorpen .....	104
Rondweg rond het kasteel van Benirrama .....	108
Rondweg over de Sierra de Xortà .....	112
Van Castell de Castells naar de Malla del Llop .....	114
Van Famorca naar de Malla del Llop .....	116
Van Fachega naar de Malla del Llop .....	118
Naar de Frares van de Serella .....	120

Van Quatretondeta langs de Frares .....	123
Van Confrides naar de top van de Aitana .....	127
Van Sella naar Benimantell .....	129
Van Finestrat naar Sella .....	132
Van Finestrat naar Polop .....	135
Rond de Puig Campana .....	138
Van de bron Partagat naar de top van de Aitana .....	143
Van Port de Tudons naar de top van de Aitana .....	146
Rondweg vanuit Polop – 1 .....	149
Rondweg vanuit Polop – 2 .....	152
Rondweg vanuit Alcoy door de Sierra de Mariola .....	156
Alcoy - Font de Mariola .....	158
Van Agres naar de Montcabrer .....	160
De GR-7 door de Sierra de Mariola .....	162



## Ons wandelgebied

De Costa Blanca, de kuststreek van de provincie Alicante, is een uitstekend wandelgebied. Niet alleen zijn de bergen dichtbij, denken we maar aan de Montgó bij Jávea en Denia, de Sierra de Bernia bij Benissa, Calpe en Jalón, de Puig Campana bij Finestrat, niet zo ver van Benidorm, of de Sierra de Aitana die ook binnen rijbereik ligt. Wat verder het binnenland in vinden we de uitgestrekte bergketens van Xortà, Serella en Mariola met vele aangeduide wandelroutes.

In de valleien rond Pego, de Vall de Laguar, Vall de Gallinera, Vall d'Ebo en Vall d'Alcalà kan men mooie tochten maken.

Maar niet alleen de liefhebbers van de bergen komen aan hun trekken. Van het noorden tot het zuiden zijn er talloze mogelijkheden om gemakkelijkere tochten te ondernemen, bijna zonder hoogteverschil of zelfs helemaal plat. De landbouwgebieden geven ons de kans om de natuur op te zoeken, ver van de bewoonde wereld, zonder grote inspanningen.

In dit boek werden dan ook tochten van verschillende moeilijkheidsgraad samengesteld, zodat iedereen aan zijn trekken kan komen. Af en toe gaat de tocht zelfs hoofdzakelijk over goede of geasfalteerde wegen.

Even ter informatie voor de mensen die gebruik maken van gemeentelijke aanduidingen: vele plaatsnamen staan alleen in het Valenciaans of tweetalig. Meestal is het geen probleem maar enkele plaatsnamen kunnen toch voor verwarring zorgen. Bijvoorbeeld is Calpe nu aangeduid als Calp, Jávea als Xàbia, Benitatchell als Poble Nou de Benitaxell, Castell de Castells als Castell de la Serella, Elche als Elx, Jalón als Xalò... maar de meeste plaatsnamen kan men zo afleiden.

Vele gemeenten hebben ook hun eigen folders met aangeduide wandelingen, maar in dit boek hebben we vaak officieel aangeduide tochten (zie verder) gecombineerd of gewijzigd omdat het ons verstandig leek sommige dingen over te slaan of juist te gaan bezoeken.

Ik wens u in ieder geval veel wandelplezier.



*De sierra de Aitana (boven) en sierra de Mariola (onder) behoren tot de mooiste wandelgebieden in de provincie Alicante.*





## De doolhof van de officiële wandelroutes

De provinciale deputatie van de provincie Alicante heeft vele jaren geleden besloten een aantal tochten uit te zetten. Deze tochten werden aangeduid als PR (Pequeña recorrido – kleine omloop) en werden aangeduid met geel-witte markeringen, net zoals in heel Spanje. Later werd daar een CV aan toegevoegd, van ‘Comunidad Valenciana), zodat deze tochten voor hun nummer de letters PR CV hebben.

Er zijn echter ook tochten die vele dagen in beslag nemen en dat zijn de officiële GR (gran recorrido – grote omloop), waaronder de Europese wandelroutes zich bevinden. Die worden dan aangeduid met rood-witte markeringen. En tenslotte zijn er de lokale tochten, uitgezet door de gemeentes zelf, en dat zijn de SL (sendero local – lokaal pad), die worden aangeduid in groen-witte markeringen.

Deze markeringen zijn steeds dezelfde in al de kleuren:



*Marca de continuidad: te volgen weg.*

*Marca de cambio brusco de dirección: bruuske bocht.*

*Marca de cambio de dirección: wijziging van richting.*

*Marca de dirección equivocada: verkeerde weg of pad*

*Marca de dirección: richtingaanwijzer.*

Dit is duidelijk voor iedereen, zouden we zeggen. Maar... er zitten wel een aantal addertjes, niet alleen onder het gras maar ook tussen de rotsen. Daarvoor is het nuttig dat men een goede beschrijving of plattegrond meeneemt op de tocht, want men kan zich oh zo gemakkelijk om de tuin of om de berg laten leiden. Want onder-tussen is er veel veranderd.

In het begin was alles heel overzichtelijk. Er werden in de hele provincie een vijftigtal tochten aangeduid door de meest interessante natuurgebieden. Maar geleidelijk werd dit aantal opgevoerd en momenteel zijn er in de provincie Alicante al meer dan tweehonderd van die PR-tochten.

Dat is mooi zult u als wandelaar zeggen, maar hier begint wel het eerste probleem. Al die tochten zijn aangeduid in geel-witte markeringen en heel vaak kruisen die tochten elkaar. Omdat dan naar alle kanten geel-witte tekens staan, moet men soms raden.

Nu had men daar wel een oplossing voor: wegwijzers op houten palen. Dat was ook mooi in het begin, maar het moet wel onderhouden worden, want het hout rot en na enkele jaren valt zo'n paal omver en daar sta je dan. Gelukkig heeft men hier en daar al gebruik gemaakt van metalen wegwijzers.



Dit is echter niet het enige probleem dat zich kan voordoen. Oh nee! In hun ijver om de markeringen aan te brengen, hebben de schilders er niet bij stil gestaan dat voor een rots wel eens struiken kunnen groeien die de markeringen verbergen, of dat een boom op wiens stam de tekens werden aangebracht, kan omvallen.

Volgende mogelijkheid. Soms liep het aangeduide pad een stukje over privé terrein en de eigenaar ging dan verbouwingen doen of veegde die tekens gewoon weg of overschilderde ze. Daar sta je dan weer.

Maar ook vandalisme steekt de kop op. Of ergernis. Het kan wel een openbaar pad zijn waar onze tocht over loopt, maar dat pad loopt dicht langs een landhuis of andere woning.

De eigenaar van die woning is het dan op zeker ogenblik beu dat constant een aantal wandelaars zo dicht passeren terwijl hij of zij ligt te zonnen of een barbecue houden, en verwijderd de tekens of trekt zelfs palen met wegwijzers uit de grond.

En dan nog: af en toe wordt zo'n route gewijzigd; men schildert dan weer de nieuwe tekens, maar vergeet de oude weg te nemen of te overschilderen.

U ziet het: talrijke mogelijkheden om zich te vergissen.

Daarom is het nuttig een plan mee te nemen of een goede beschrijving, zoals in dit boekje.

Maar... ook hiermee is men niet voor honderd procent veilig. De routes die ik hier heb opgenomen, heb ik in de loop van de laatste drie jaar gelopen. Natuurlijk nog veel meer, maar ik heb de meest interessante hier verzameld.

Op drie jaar tijd kan er ook wat veranderen en in dit geval kan ik me alleen maar verontschuldigen als iets niet meer strookt met de werkelijkheid. Maar omdat men een beschrijving heeft, kan men zelf wel veronderstellen waar men de route weer kan oppikken.



*De beroemde ezelweg van Vall de Laguar.*

## Enkele praktische raadgevingen

### De voorbereidingen:

**De rugzak** is het meest voor de hand liggende voorwerp als we op trektocht gaan. Het is moeilijk om te beschrijven welk type rugzak u moet aanschaffen. Het is een persoonlijke kwestie. In ieder geval moet u zich goed voelen met het type rugzak dat u aanschaft. Het is in ieder geval altijd beter om een rugzak met ruggesteun te dragen, dat wil zeggen dat er tussen de rugzak zelf en uw rug een luchtspace is. Kies ook een model met zo veel mogelijk onderverdelingen, zodat u niet te lang hoeft te zoeken naar uw verrekijker, uw spray tegen insectenbeten of uw knipmes. Kies ook een model met een of enkele lussen om eventueel uw wandelstok aan te hangen bij klimpartijen of op asfaltwegen.

Hoewel het raadzaam is om zoveel mogelijk bruikbaar materiaal mee te nemen in de rugzak, moet u natuurlijk ook rekening houden met het gewicht en de lengte van de tocht. Bij een lange tocht kan een gewicht van vijf kilogram na tien kilometer de indruk geven dat u twintig kilogram meezeult.

### **Wat u noodzakelijk meeneemt:**

Verband, pleisters en ontsmettingsmiddel;

Lange plastic regenjas;

Mobiele telefoon;

Een kaart of beschrijving van het traject dat u gaat afleggen;

Drank en eventueel proviand voor langere tochten.

### **Wat u normaal kunt meenemen:**

Een verrekijker;

Een knipmes;

Een trui;

Reserveschoenen (joh, daar gaat m'n zool);

Fototoestel;

Kompas;

Boekje met planten en bomen, indien daar interesse voor is;

Fruit;

Een pet;

Zonnecrème.

Wandelen doe je met je voeten. Om onze voeten te beschermen tegen externe factoren dragen wij wandelschoenen. Dus een vrij logische conclusie zou zijn dat wandelschoenen het belangrijkste onderdeel van je wandeluitrusting is. In het algemeen zijn er altijd specifiek ontworpen schoenen voor alle soorten van activiteiten. Als je gaat bergbeklimmen moet je dus speciale bergschoenen hebben die ontworpen zijn om bestendig te zijn tegen het vele lopen, en om je voeten en enkels goed te beschermen.

Er zijn veel verschillende soorten bergschoenen verkrijgbaar. Om op de hoogte te zijn van de types en de eigenschappen, kan je best een speciale folder raadplegen of je laten adviseren in een speciale zaak. Je kan ook op Internet kijken. Als je bergschoenen bekijkt en vergelijkt met elkaar, dan is het belangrijk om de verschillen en de eigenschappen te weten. Er is niet iets als de 'perfecte wandelschoen'. Er zijn veel soorten en uitvoeringen en de verschillen weten is de eerste stap van het kopen van wandelschoenen.

Test de schoenen even in de winkel, allebei, loop er even mee, met dikke sokken aan, want dat doe je als je gaat wandelen ook. Let er op dat de zijkanten enerzijds niet te sterk zijn en gaan schuren, maar anderzijds stevig genoeg om de enkels te beschermen, niet alleen tegen verzwikken, maar ook om te verhinderen dat puntige rotsstenen die enkels kwetsen. Bergschoenen met een metalen voorstuk zijn raadzaam voor mensen die veel in de bergen gaan lopen en vooral belangrijk bij afdalingen. Uiteraard moet u letten op een goede profielzool. Maak de onderzijde ook even nat en laat uw vinger er over glijden. Het is heel belangrijk dat de zool niet gaat glijden op natte rotsen.

**De kledij** is natuurlijk in de eerste plaats afhankelijk van het weer, maar dat kan hier snel omslaan. Het kan plots kouder worden op een bepaalde hoogte of op een bepaalde plek waar het ineens hard gaat waaien. Daarvoor heeft u in uw rugzak die trui. Maar het kan ook warmer worden. U bent dan op stap gegaan met een trui die gemakkelijk in uw rugzak past of die u gemakkelijk rond uw middel kunt binden.

Kies nooit voor een spannende kledij die hinderlijk is bij klauteren of afdalen. Persoonlijk ga ik nooit in korte broek. Er zijn in de bergstreken veel te veel paden die smal zijn en waar langs beide zijden struiken met doorns langs het pad groeien en het pad vaak versmallen.

Het is niet goed om schrammen op te lopen. Anderzijds kan een lange broek, die onderaan los hangt, blijven hangen aan die doorns.

Steeds meer worden **stokken** gebruikt als hulp bij bergtochten. Dit is geen overbodige luxe, want vooral bij afdalingen vormen zij een enorme ontlasting voor de druk op de knieën en dat is op hogere leeftijd, vanaf 60 jaar, heel belangrijk. Ze kunnen wel hinderlijk zijn bij klauteren, als men de handen moet gebruiken, dan is het handig om ze aan de rugzak te kunnen bevestigen.

Kies ook stokken die gemakkelijk in lengte te verstellen zijn. Klimmen eist een andere, lagere greep, dan afdalen. Let goed op de handvaten, dat die een stevige greep vormen. En tenslotte: steek nooit je handen door de lussen die daarvoor wel gemaakt zijn. Het kan zijn dat je plotseling je evenwicht verliest, de stok blijft haken en je kan een pols breken.

**Handschoenen** zijn geen overbodige luxe, niet alleen tegen de kou, maar ook als je voortdurend met stokken loopt. Handschoenen kunnen de druk op je handpalmen beter opvangen en blaren vermijden.

### **Alvorens we vertrekken**

De voorbereiding voor uw tocht is niet alleen het inpakken van de rugzak en het kiezen van uw kledij. Er komt veel meer bij kijken! Vooral als u een tocht gaat maken die meerdere uren kan duren en door een gebied gaat dat onbewoond is, moet u op alles voorbereid zijn. Een ongeluk ligt op een klein plekje!

Om te beginnen moet u eerst het traject bestuderen. Gaat u aan de hand van een beschrijving, lees die dan eerst om kennis te nemen van het traject, de richtingen, de plekken waar u moet passeren en de eventuele moeilijkheden die u onderweg kunt ondervinden, want dan kunt u zich al daartegen wapenen.

Vooral als u alleen op stap gaat, wat altijd af te raden is, moet u voldoende voorzorgen nemen. Er kan altijd iets gebeuren. Met een gebroken enkel komt u nooit verder en moet u ontzet worden. En een gebroken enkel – of been – is iets dat iedereen kan overkomen.

Natuurlijk heeft u het noodnummer genoteerd, dat overal wordt aangekondigd: 112. Vergeet het! Ik heb het tweemaal gebeld, eenmaal om een brand te melden en eenmaal omdat ik dacht dat een vriend van me verdwaald was in de sierra de Aitana.

Het is een ontzettend tijdverlies! U komt terecht in een centrale bij iemand die enorm nieuwsgierig is, die moet weten wie u bent, waar u zich bevindt, waar u woont, het nummer van uw telefoon, waarover het gaat en waar u bent en na ongeveer vijf minuten of soms tien, moet die persoon de gewestelijke centrale waarschuwen en de gegevens doorsturen die u eerst aan hem of haar hebt verteld. Het is veel beter het nummer te noteren van de plaatselijke politie, brandweer of Guardia Civil, want die weet meteen waarover u het heeft en waar u zich bevindt en kan veel sneller ingrijpen.

Er zijn vele gebieden waar de mobiele telefoon echter geen bereik heeft.

Als ik alleen op stap ga – en omdat ik altijd alle mogelijkheden wil uitzoeken - vertel ik eerst mijn vrouw welk traject ik ga volgen: waar ik vertrek, langs waar ik ga en waar ik terecht zal (hoop) te komen. Ook de tijd die ik ongeveer zal nodig hebben. Gebeurt er wat en heb ik geen bereik, weet tenminste iemand waar ik mij ongeveer zal bevinden. Laat desnoods een kaart achter met een tekening van de route die u gaat volgen. Dit is ook handig als u maar met een paar mensen gaat.

Is er een medische voorbereiding nodig? Heeft u bepaalde problemen, bijvoorbeeld hartziekte of diabetes? Heeft u dan als voorzorg de juiste medicijnen mee in de rugzak?

Heeft u in de rugzak een zakje met een ritssluiting? Nee?

Doe dan een vest aan met minstens één zakje met ritssluiting om uw autosleutels op te bergen, zodat u die niet ergens boven op een berg tijdens de picknick uit uw zak hebt laten vallen, of ergens tijdens een afdaling...

Heeft u voldoende benzine in de tank als u naar afgelegen bergstreken vertrekt? Daar zijn heel weinig om niet te zeggen geen tankstations.

Tenslotte zet u uw auto op de plaats van vertrek en dan komt de ultieme voorbereiding. Waar staat uw auto precies? Kunt u die plek gemakkelijk terugvinden? Neemt u de autosleutels mee op de tocht of verbergt u ze ergens bij de auto of in de buurt? Een laatste controle: heeft u alles in de rugzak en in uw zakken wat mee moet?

Dan trekken we onze bergschoenen aan, nemen onze rugzak en wandelstokken, sluiten de wagen af en hopen dat het weer zo mooi blijft. Zet uw auto niet NU in de schaduw, maar op een plek waar schaduw zal zijn als u terugkeert!

## Ongelukken vermijden

Een ongeluk ligt op een klein plekje, zegt men. En in de bergstreken zijn er honderden van die kleine plekjes. Het is dus zaak om die te vermijden of ze met zachtheid te behandelen, dat wil zeggen: voorzichtig zijn.

Tijdens het lopen ligt het meeste gevaar op de loer op hellingen, vooral bij afdalingen.

- Het kan zijn dat het pad 'gladgeschuurd' is door renners die afdalen met hun mountain-bike (wat is er verkeerd aan het Nederlandse woord bergfiets?) en geen pad meer is, maar een glijbaan. In zo'n geval doet u er best aan dit pad te vermijden door langs de linker- of rechterkant af te dalen, door wat struikgewas of over rotsen.

- Zo'n pad kan vol liggen met losse steentjes en dan is er groot gevaar voor 'ritsen', dat wil zeggen dat zo'n steentje onder je voet wegglijdt en het is haast onmogelijk om dan je evenwicht te bewaren; je gaat achteruit onderuit. Om dit te vermijden zet je je voeten altijd op grotere vaste stenen (voel eerst even met je voet of je stok of die inderdaad vast zit) of naast het pad. Neem kleine stappen!

- Tracht altijd twee of drie passen vooruit te kijken. Als je plotseling je evenwicht zou verliezen kun je niet meer kijken waar je je voeten neerzet en kan je het nog erger maken. Maak daarvan een gewoonte, net als het schakelen bij autorijden. Je zal zien dat je na een tijd dit automatisch doet en het geen concentratie meer kost.

- Zet je voet nooit achter een obstakel (grote steen of wortel). Het zou kunnen dat je die voet snel moet gebruiken om je evenwicht te herstellen en dan mag hij niet geblokkeerd zijn.

- Hou je op een helling nooit vast aan een tak! Die kan heel gemakkelijk afbreken.

- Zet je stok nooit in een gleuf. Je kan hem snel nodig hebben om een val te remmen en dan moet je hem onmiddellijk naar voor kunnen brengen. In een gleuf kan hij haperen of geklemd blijven.

- Zorg er voor dat je bij een klim nooit helemaal buiten adem raakt. Je recupereert dan haast niet meer, de vermoeidheid vermindert gevoelig je concentratie en evenwichtsgevoel. Rust op tijd.

- Op vlakke paden met een onregelmatige rotsachtige ondergrond, die zijn er veel op hoogvlakten, blijf je naar de grond kijken. Een voet of enkel is zo verzwikt. Sta stil om rond te kijken.



- Als je gaat picknicken of om een andere reden gaat zitten op een steen, maak dan even wat beweging rond die steen met je stok of kantel hem even. Er kunnen enkele giftige insecten onder die steen zitten, die af komen op de warmte van je lichaam en bij een bruuske beweging steken of bijten (zie verder). Er kan ook een slang zitten in een stenen muur. Let daar dus op.

- Het zou kunnen dat je plotseling geconfronteerd wordt met een kudde grazende stieren. In kudde zijn ze niet gevaarlijk als ze zich niet bedreigd voelen. Beweeg je rustig en beheerst rond de kudde en er zal niets gebeuren.

- Hetzelfde geldt voor een confrontatie met een everzwijn, wat zelden zal gebeuren, tenzij in de schemering. Normaal zal het dier op de vlucht gaan, maar heeft het die mogelijkheid niet, blijf dan gewoon stil staan en geeft het dier de mogelijkheid zich uit de voeten te maken.

- Licht er voor je op een pad een slang, dan is het voldoende om even met je voet of met je stok op de grond te stampen. Ze zal snel verdwijnen.

- Steek nooit je hand tussen struiken om wat te plukken. Slangen en insecten verschuilen zich vaak in dichte struiken.

Het is allemaal net als met autorijden. In het begin moet je aan alles denken, maar het wordt een gewoonte en als je leert op bovenstaande te letten doe je dat, net als autorijden, na een tijd automatisch, zonder er bij na te denken.

### **Help anderen onderweg**

Wij zijn natuurlijk niet de enige natuurliefhebbers en dus zeker niet de enige wandelaars langs de trajecten. Als natuurliefhebber houden we van een schone natuur en die willen we zo houden. Waren de Spanjaarden vroeger bekend om hun verwaarlozing van die natuur door het achterlaten van vuilnis overal waar ze passeerden, dan is dat gelukkig al sterk verminderd, al komt het helaas nog veel te veel voor.

We laten dus geen vuilnis achter als we een picknick achter de rug hebben.

Organisch afval kunnen en mogen we wel zo ver mogelijk van het pad of de plek tussen de struiken zwiepen – eekhoortjes en konijnen zijn vaak dol op die afval – maar plastic, aluminiumpapier en andere vaste stoffen nemen we mee terug in onze rugzak.