

Rennrad Trainingslager in Südafrika | 7 Tage

Kapstadt - Atlantik - Kap der guten Hoffnung und Tafelberg

Geführte Gruppentour von
African Bikers GmbH

500037

 Rennrad-Tour

 7 Tage / 6 Nächte

Unterkunft: Hotel, Pension oder Haus

Etappenlänge: 92 bis 100 km

Kindertauglich: nein



Anreise 2023

Dienstag: 07.03.2023



Tag 1: Ankunft Kapstadt

Begrüßung durch Ihren Reiseleiter. Fahrt auf der N1 über Paarl, Worcester, Robertson nach Montagu. Übernachtung für 3 Nächte im schönen Montagu Country Hotel 4*. Nach dem Bezug der Zimmer unternehmen Sie (wenn zeitlich möglich) eine kleine gemeinsame Ausfahrt (1-2 h) im Breedetal. Linksverkehr! Gemeinsames Abendessen und Besprechung der nächsten Tage.

Fahrstrecke Bus 200 km, Dauer 2,5 h

Tag 2: Ausfahrt Ashton – Bonnievale

Nach dem Frühstück geht es mit dem Rad durch die Kogmanskloof nach Ashton. Weiter auf hügeliger Straße nach Drew an vielen Farmen vorbei. Entlang des Breede Flusses über Bonnievale, bekannt für seinen Käse, geht es zum Weingut Weltevrede, (Einkehr zu Mittag und Weinprobe), anschließend mit dem Rad zurück nach Montagu. (F)

Radstrecke 92 km, 840 hm

Fahrstrecke Bus 0 km, Dauer 0 h

Tag 3: Ausfahrt Montagu – Rooihogte Pass retour

Fahrt an Wein- und Obstfarmen vorbei in die karge Kleine Karoo Savanne. Der Kontrast zwischen der kargen, aber sukkulentenreichen, einheimischen Vegetation und den grünen Farmen könnte nicht grösser sein. Ziel ist der 1240 m hohe Rooihogte Pass mit beeindruckenden Ausblicken in die Langeberge. Dort wird umgekehrt und es geht zurück nach Montagu. (F)

Radstrecke 100 km, 1520 hm

Fahrstrecke Bus 0 km, Dauer 0 h

Tag 4: Ausfahrt Barrydale – Tradouw Schlucht – Buffeljagsrivier

Nach dem Frühstück geht es per Rad entlang der Langeberge an Obst- und Weinfarmen vorbei auf den 750 m hohen Op die Tradouw Pass. Stopp in dem kleinen Karoodorf Barrydale. Durch die wunderschöne Tradouw Schlucht, die eine Vielzahl endemischer Protea und Erikaarten beherbergt, geht es ins Missionsdorf Suurbraak und weiter an fruchtbaren Weiden vorbei nach Buffeljagsrivier. Anschließende Fahrt mit dem Bus in den Badeort Gordon´s Bay. Übernachtung ist in einem charmanten Gästehaus direkt am Strand. Eine Vielzahl von Restaurants liegen in der Umgebung. (F)

Radstrecke 97 km, 1170 hm



Fahrstrecke Bus 180 km, Dauer 2 h

Tag 5: Ausfahrt am Atlantik

Fahrt vom Gästehaus direkt am Atlantischen Ozean entlang nach Rooi Els, dabei hat man die Kaphalbinsel gegenüber immer im Blick. Durch schönen Kap Fynbos geht es nach Betty's Bay zu einer Brutstätte Afrikanischer Pinguine. Von Betty's Bay geht es weiter zur Lagune von Kleinmond. Nach einer Pause wird dort umgedreht und zurück nach Gordon's Bay gefahren. Anschließend Transfer nach Kapstadt. Unterkunft für 2 Nächte ist im schönen Bantry Bay All Suites Hotel 4* nur 100 m vom Meer entfernt. Vorschlag zum Abendessen ist das "Africa Café", welches Spezialitäten aus verschiedenen afrikanischen Ländern anbietet. (F)

Radstrecke 100 km, 1060 hm

Fahrstrecke Bus 60 km, Dauer 0,75 h

Tag 6: Ausfahrt Kap der guten Hoffnung

Nach dem Frühstück Transfer nach Simon's Town. Von dort Start der Radtour entlang der östlichen Seite der Halbinsel bis zum Kap der Guten Hoffnung. Auf dem Weg durch den Nationalpark kann man evtl. Strauße, Bergzebras, Elenantilopen und Bundböcke sehen. Nach dem Fotostopp am Kap kurze Auffahrt zum Kap Punkt. Weiter geht es über Scarborough und Kommetjie nach Noordhoek. Hier beginnt der Chapman's Peak Drive, mit Recht der spektakulärste Küstenabschnitt des Landes. Weiter über Hout Bay nach Camps Bay und zurück zum Hotel. (F)

Radstrecke 100 km, 1260 hm

Fahrstrecke Bus 45 km, Dauer 0,75 h

Gäste, die vom 07.03. – 13.03.2023 reisen, können an diesem Tag gegen eine Anmeldegebühr an der Cape Town Cycle Tour teilnehmen. Wir kümmern uns gern um die Anmeldung. An diesem Tag kann das beschriebene Tagesprogramm auf Grund des Radrennens leider nicht stattfinden.

Tag 7: Tafelberg und Rückreise

Nach dem Frühstück und je nach Wetterlage Auffahrt auf den 1087 m hohen Tafelberg (nicht eingeschlossen). Phantastische Aussicht auf die Stadt und weitentfernte Berggipfel. Anschließend Stadtführung zu Fuß und Besuch der Waterfront. Nach letzten Einkäufen und je nach Abflug Transfer zum Kapstädter Flughafen und Rückflug nach Europa. (F)

Fahrstrecke Bus 20 km, Dauer 0,25 h



Unterkünfte vorbehaltlich Verfügbarkeit

Montagu liegt 200 km von Kapstadt entfernt im Landesinneren. Umgeben von steilaufragenden Sandsteingebirge der Langeberge werden in dem flachen Tal hauptsächlich Aprikosen und Wein angebaut. Das Städtchen hat ca. 3000 Einwohner und aufgrund seiner schönen Lage und relativen Nähe zu Kapstadt ist der Tourismus ein weiterer wichtiger Wirtschaftszweig. Neben dem Radfahren auf der Strasse kann man mountain biken, wandern, klettern, golfen, gut Essen, Wein probieren, Kanu fahren, sowie die lokalen heißen Quellen besuchen.

Das Klima ist warm bis heiß und trocken. Die Chance auf Regen zu treffen ist gering. Es ist der südafrikanische Hochsommer. Nachdem es morgens noch angenehm kühl ist, erwärmt sich die Luft recht schnell. Zwischen 11.00 und 14.00 Uhr ist es dann heiß. Am Nachmittag nimmt der Wind, vorherrschend aus dem Südosten kommend, zu und bringt angenehme Temperaturen mit. Die Luftfeuchtigkeit ist sehr gering. Die Tagestemperaturen schwanken zwischen 25 und 35 °C und nachts liegen sie bei 20 °C.



Leistungen

- 6 Nächte in Hotels 4*
- 6x Frühstück
- Wasser, Bananen, Müsli Riegel, isotonisches Getränkpulver
- Alle genannten Transfers im klimatisierten Reisefahrzeug
- Reisebegleitung abhängig von gewählter Preisoption
- Alle genannten Eintritte und Besichtigungspunkte

Zusatzkosten

- Trinkgelder
 - Andere Mahlzeiten
 - Sonstige Leistungen (Massagen, Sauna)
 - Flüge
 - Trek Emonda S5 | Carbon 11-28; 2-fach Kompakt Shimano 105 | Rahmenhöhe 50-58 cm 180,00 EUR
 - Trek Emonda S5 | Carbon | 11-28; 2-fach Kompakt Shimano Tiagra | Rahmenhöhe 62 cm 180,00 EUR
-

Anreise und Basis-Preise 2023

ab **1.195,- €** (EZ ab 1.435,- €) Dienstag: **07.03.2023**

