



### Südafrika - Trainingslager

#### Trainieren wie die Radprofis in Südafrika

Die ersten 3 Tage geniessen wir im Weinland, 200 km weg von der Metropole Kapstadt. Auf ruhigen, sicheren Strassen geht es an vielen hervorragenden Weingütern, die zum Einkehren einladen, vorbei. Das Gelände ist flach bis hügelig immer eingerahmt von den steilaufragenden bis 1800m hohen Langebergen. Am Schluss radeln wir auf den schönsten Küstenstrassen des Landes an der False Bay und am Kap der Guten Hoffnung, wo jährlich im März das bekannte Cape Town Cycle Tour Radrennen stattfindet.



#### Anforderungsprofil:

Gönnen Sie sich im Winter eine Trainingswoche im warmen Südafrika, wo sich auch viele Profis auf die nächste Saison vorbereiten. Neben dem Training erleben Sie auch die fantastische Landschaft und Kultur Südafrikas. Die täglichen Ausfahrten werden in zwei Gruppen mit unterschiedlich langen Etappen absolviert: Gruppe 1: 64-77 Km pro Tag Gruppe 2: 86-113 Km oder mehr pro Tag Gäste, die das Camp vom 03.-09.03.2020 buchen, können am 08.03.2020 an der Cape Town Cycle Tour teilnehmen. Wir kümmern uns gerne um die Anmeldung.

#### 1. Tag: Ankunft in Kapstadt

Begrüssung durch Ihren Reiseleiter. Fahrt auf der N1 über Paarl, Worcester, Robertson nach Montagu. Fahrzeit ca. 2.5 Std. Übernachtung für 3 Nächte im schönen Montagu Country Hotel 4\*: Nach dem Bezug der Zimmer unternehmen wir (wenn zeitlich möglich) eine kleine gemeinsame Ausfahrt (1-2 Std) im Breedetal. Linksverkehr! Abends gemeinsames Abendessen und Besprechung der nächsten Tage.

#### 2. Tag: Ausfahrt Ashton - Bonnivale

Nach dem gemeinsamen Frühstück, getrennte Ausfahrten der zwei Gruppen:

Gruppe 1: Fahrt durch Kogmanskloof nach Ashton und weiter nach Robertson. Kleine Stadtrundfahrt und Stopp an der holländisch reformierten Kirche, sowie der Weinkooperative. Entlang des Breede Flusses und an mehreren Weingütern vorbei mit Einkehr und Probe zurück nach Montagu. (67 Km, 465 Hm)

Gruppe 2. Fahrt durch die Kogmanskloof nach Ashton. Weiter auf hügeliger Straße nach Drew an mehreren Farmen vorbei. Entlang des Breede Flusses über Bonnivale, bekannt für seinen Käse, geht es zum Weingut Weltevrede, (Einkehr zu Mittag und Weinprobe), anschließend zurück nach Montagu. (86 Km, 730 Hm)

#### 3. Tag: Ausfahrt Montagu Rooihoogte Pass retour

Gruppe 1: Fahrt an Wein und Obstfarmen vorbei in die karge Kleine Karoo Savanne. Der Kontrast zwischen der kargen aber Sukkulenten reichen einheimischen Vegetation und den grünen Farmen könnte nicht grösser sein. Auf gleichem Weg geht es zurück nach Montagu. (65 Km, 880 Hm)

Gruppe 2: wie Gruppe 1. Radelt aber weiter auf den 1240m hohen Rooihoogte Pass mit



## Reisebeschreibung

---

beeindruckenden Ausblicken in die Langeberge. Dort wird umgekehrt und es geht zurück nach Montagu. Alternativ kann eine weitere flache Strecke im Breedetal gefahren werden. (100 Km, 1470 Hm)

### 4. Tag: Ausfahrt Barrydale - Tradouw Schlucht-Buffeljagsrivier

Nach dem gemeinsamen Frühstück getrennte Ausfahrten:

Gruppe 1: Fahrt mit Bus und Anhänger auf den Op die Tradouw Pass. Start der Radtour nach Barrydale entlang der Langeberge. Durch die wunderschöne Tradouw Schlucht, die eine Vielzahl endemischer Protea und Erikaarten beherbergt, geht es ins Missionsdorf Suurbraak. Weiter geht es an fruchtbaren Weiden vorbei nach Buffeljagsrivier (66 Km, 495 Hm)

Gruppe 2: Entlang der Langebergen an Obst und Weinfarmen vorbei geht es auf den 950m hohen Op die Tradouw Pass. Ab hier wie Gruppe 1. (106 km, 1200 Hm)

Anschließende Fahrt mit dem Bus in den Badeort Gordon´s Bay. Übernachtung für 1 Nacht im charmanten Manor on the Bay Gästehaus 4\*. Eine Vielzahl von Restaurants liegen in der Umgebung.

### 5. Tag: Ausfahrt am Atlantik

Gruppe 1: 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. Der gleiche Weg führt zurück nach Gordon´s Bay zur Unterkunft. (66 Km, 760 Hm)

Gruppe 2: Von Betty´s Bay geht es weiter zur Lagune von Kleinmond. Nach einer Pause wird dort umgedreht und zurück nach Gordon´s Bay gefahren. (99 Km, 970 Hm)

Anschließend Transfer nach Kapstadt. Unterkunft für 2 Nächte ist im schönen Cape Town Lodge Hotel 4\*. Vorschlag zum Abendessen ist das "Africa Café", welches Spezialitäten aus verschiedenen afrikanischen Ländern anbietet.

### 6. Tag: Ausfahrt Kap der guten Hoffnung

Nach dem Frühstück Transfer nach Muizenberg.

Gruppe 1: Transfer bis zum Kap der Guten Hoffnung. Einstündige Wanderung auf den Kap Punkt und anschließend Radtour durch den Nationalpark. Es sind Strauße, Bergzebras, Elenantilopen und Bundböcke zu sehen. Weiter geht es über Scarborough, Kommetje nach Nordhoek. Hier beginnt der Chapmans Peak Drive, mit Recht der spektakulärste Küstenabschnitt des Landes. Weiter über Hout Bay nach Camps Bay. Sundowner in netter Bar an der Küste. (77 Km, 950 Hm)

Gruppe 2: Von Muizenberg Radtour entlang der östlichen Seite der Halbinsel nach Simonstown. Evtl. gibt es die frechen Paviane unterwegs zu sehen. Weiter bis zum Kap der Guten Hoffnung. Nach Fotostop kurze Auffahrt zum Kap Punkt. Lunch im herrlich gelegenen Restaurant. Weiter wie Gruppe 1. (113 Km, 1350 Hm)

Gäste, die vom 03.03. - 09.03.2020 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.

### 7. Tag: Tafelberg und Rückreise

Nach dem Frühstück und je nach Wetterlage Auffahrt auf den 1087m hohen Tafelberg (nicht eingeschlossen). Phantastische Aussicht auf die Stadt und Berggipfel 150 Km



## **Reisebeschreibung**

---

entfernt. Anschließend Stadtführung zu Fuß und Besuch der Waterfront. Nach letzten Einkäufen je nach Abflug Transfer zum Kapstädter Flughafen und Rückflug oder individuelle Verlängerung.

Hotelunterkunft: (Änderungen vorbehalten!)

3 Nächte im Montagu Country Hotel\*\*\*\* in Manor, 1 Nacht im Manor on the Bay

Gästehaus\*\*\*\* in Gordon´s Bay, 2 Nächte in der Cpae Town Lodge \*\*\*\* in Kapstadt



## Reisedetails

---

Sie haben folgende Reisedaten gewählt:

<b>Reiseziel</b>	Südafrika - Trainingslager Trainieren wie die Radprofis in Südafrika
<b>Veranstalter</b>	Baumeler Reisen AG
<b>Reiseart</b>	geführt
<b>Buchungsnummer</b>	700420-1722584
<b>Beginn</b>	26.01.2020
<b>Ende</b>	01.02.2020
<b>Reisedauer</b>	7 Tage
<b>Preis ab</b>	CHF 1.220,00
<b>Unterkunftsart</b>	Hotel
<b>Etappenlänge</b>	Rennrad-Trainingslager
<b>Teilnehmerzahl</b>	x / x
<b>Kindertauglich</b>	nein
<b>Leistungen</b>	6 Nächte in 4* Hotels; 6 x Frühstück, 3 x Abendessen; Wasser, Bananen, Müsli Riegel, isotonisches Getränkpulver auf den Touren; Alle genannten Transfers im klimatisierten Reisefahrzeug; Alle genannten Eintritte und Besichtigungen; Qualifizierter deutschsprachiger Reiseleiter auf dem Rennrad EZ auf Anfrage;
<b>Zusatzkosten/ -leistungen</b>	
<b>Preisnachlässe</b>	



## Mögliche Termine

Die Reise wird zu folgenden Terminen angeboten:

<b>Beginn</b>	<b>Ende</b>	<b>Preis</b>
26.01.2020	01.02.2020	CHF 1.220,00
16.02.2020	22.02.2020	CHF 1.220,00
03.03.2020	09.03.2020	CHF 1.220,00
15.03.2020	21.03.2020	CHF 1.220,00

Bei einer Buchung der Reise für einen anderen als dem unten im Buchungsformular eingetragenen Termin können die Reisedetails abweichen. Insbesondere die Preise, Zusatzkosten und Preisnachlässe unterscheiden sich zwischen den verschiedenen Terminen.

Bitte senden Sie das ausgefüllte Buchungsformular per Fax an:  
(02227) 92 43-42

oder per Post an:

Die Radreisen-Datenbank  
Mittelstraße 9  
D-53332 Bornheim

QR-Code zur Reise:





## Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

---

Ich (Wir) möchte(n) an folgender Reise teilnehmen. Bitte prüfen Sie die Verfügbarkeit der entsprechenden Anzahl von Plätzen.

Die Verantwortung für den Ablauf der Buchung und die Durchführung der Reise obliegt einzig und allein dem jeweiligen Veranstalter. Die Reisebuchung wird erst durch schriftliche Bestätigung des Veranstalters wirksam. Es gelten die AGB des Veranstalters.

Name \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort \_\_\_\_\_  
E-Mail \_\_\_\_\_  
Telefon \_\_\_\_\_

**Reiseziel** Südafrika - Trainingslager Trainieren wie die Radprofis in Südafrika  
**Veranstalter** Baumeler Reisen AG  
**Buchungsnummer** 700420-1722584  
**Beginn** 26.01.2020  
**Ende** 01.02.2020  
**Reisedauer** 7 Tage  
**Preis ab** CHF 1.220,00  
**Leistungen** 6 Nächte in 4\* Hotels; 6 x Frühstück, 3 x Abendessen; Wasser, Bananen, Müsli Riegel, isotonisches Getränkepulver auf den Touren; Alle genannten Transfers im klimatisierten Reisefahrzeug; Alle genannten Eintritte und Besichtigungen; Qualifizierter deutschsprachiger Reiseleiter auf dem Rennrad  
**Zusatzkosten/leistungen** EZ auf Anfrage;  
**Preisnachlässe**

Bitte tragen Sie hier Ihre Sonderwünsche (EZ, Leihrad, Abflughafen etc.), die Namen aller Mitreisenden, den Reisebeginn sowie Kommentare und Anmerkungen ein:

---

---

---

---

---

Ort, Datum, Unterschrift