



Foto Corbis

Fabelachtige flora & fauna in Costa Rica

Waarom nu: Wie naar Costa Rica wil vóór het 'groene seizoen', doet dat het best nu want binnenkort breekt aan de kust bij de Stille Oceaan het natte regenseizoen aan. Wat niet belet dat je ook in de zomervakantie dit ecoparadijs perfect kunt bezoeken, want het land heeft twee verschillende klimaatzones. Aan de milde Caraïbische kust is augustus zelfs een van de beste maanden van het jaar. Voor wie de ongerepte natuur in zijn hart draagt, is deze groene vlek tussen Nicaragua en Panama een schitterende reisbestemming. Geen enkele andere plek in Centraal-Amerika waar de natuur zich zo op zijn exuberantst toont, en uitbundig ecosystemen aan elkaar rijgt die variëren van laaggelegen vochtige re-

genwouden, mangrovemoerassen, vulkanen, watervallen en lagunes tot uitgestrekte nevelwouden op grote hoogte. Liefst 27% van Costa Rica is beschermd natuurgebied, dat doet geen enkel ander land ter wereld het na. Vergeet dus je verrekijker niet! (JL)

Zeker zien: De beste manier om al die natuurpracht te zien, is een rondreis langs de nationale parken zoals Carara National Park (kaaimannen, gifkikkertjes en vogels), Corcovado (geelvlugelaar's, brulapen en jaguars) en Tortuguero (zeeschildpadden en watervogels). **Info:** In ons land vind je een Costa Rica-aanbod bij onder meer www.thomascook.be, wereldreizen.jetair.be, www.zuiderhuis.be en www.joker.be

Calorie-arm eten in Sofitel Brussel

In het Brusselse Sofitel Le Louise-hotel kun je voortaan caloriearm eten, met dank aan chef Adwin Fontein. De man achter het fornuis van restaurant Crystal Lounge introduceerde er De-Light. De formule



Foto sofitel.com

combineert gastronomisch tafelen met een lage caloriewaarde: een driegangenmenu met een voorgerecht, hoofdgerecht en dessert telt minder dan 500 kcal. Fontein realiseert zijn De-Light-menu door te werken met verse seizoensingrediënten en zonder vetstoffen. Daarnaast gebruikt hij ook geen rijst, brood, aardappelen of pasta, en stevia in plaats van suiker. Niet dat het niet lekker mag zijn: de halve gepocheerde kreeft met een salade van rauwkost en grapefruit heb je al voor slechts 140 kcal. (JL) Meer info: www.sofitel.com

Huur eens een zandkastelenbutler

Gekker hoeft het voor ons niet te worden. Op stranden in Griekenland, Italië, Spanje en Engeland kun je via de Britse reisorganisatie Oliver's Travel een zandkastelenbutler huren. De kerel krijgt een specifieke opleiding en helpt daarna kinderen van ouders die geen zin hebben hun kroost te vermaken om een prachtig zandkasteel te bouwen. Zowat alles is mogelijk,

van een bouwwerk in de vorm van een Minion tot een heuse dinosaurus. Na een halve dag brengt hij de kids moe maar voldaan bij je terug. Maar niet nadat hij hen ook nog alles heeft geleerd over de juiste consistentie van het zand of de perfecte water-zandverhouding. De zandkastelenbutler heeft wel z'n prijs: 400 euro voor een halve dag. (JL)

Wandelen door de

Een aalscholver scheert door de blauwe lucht met een takje in zijn bek. Daarnet nog, onder aan de klif, hobbelde een zeehond van het kiezelstrand verschrikt de schuimende golven in zodra hij mij zag aankomen. Vanop de Little Orme, een kale rotstop boven Llandudno Bay, zie ik de witgekalkte huisjes van het stadje glinsteren in de lentezon, enkele kilometer verderop. In de andere richting merk ik nog wat sneeuwveldjes op de hoge bergtoppen van Snowdonia National Park.

«Vanuit Llandudno ziet de Little Orme eruit als een olifant die in zee verdwijnt, wist je dat?», vraagt David Owen, de vriendelijke manager van het hotelletje aan het strand dat onze uitvalsbasis is voor enkele wandeltochten in Noord-Wales. Mijn Engels is lang niet slecht maar bij David moet ik heel erg hard luisteren. Met zijn Welsh accent lijken de klinkers van elk woord achter in zijn mond te blijven hangen. «Van de Great Orme, aan de andere kant van de baai, zeggen ze dat hij lijkt op een krokodil die in het water ligt.» Een smalle landtong verbindt beide bulten met elkaar; hierop ligt Llandudno in een echte postkaartjesetting.



Het lijkt alsof we in een plattelandsserie van de BBC terechtgekomen zijn. Duizenden schapen pointilleren een glooiend groen weidlandschap van hoge hagen en stenen muurtjes

Het weer helpt natuurlijk ook mee. De lentezon schijnt uitbundig. «Twee dagen geleden is er in de bergen nog wat sneeuw gevallen», weet David, «maar voor de rest hebben we een prachtig voorjaar gehad. Maar je moet hier op alles voorbereid zijn.» Hij doelt op het wispelturige klimaat dat Wales kenmerkt – niet anders dan bij ons. «But you'll be alright», stelt hij gerust. De weergoden juichen ons de komende dagen onafgebroken toe.

Llandudno

David heeft ons vanochtend bij de luchthaven van Manchester opgehaald – als reisjournalist word je wel vaker met egards behandeld – en aan het eind van de middag zitten mijn collega en ik op een terrasje op Mostyn Street, de gezellige winkelhoofdstraat, gezellig mensen te kijken. Vanmiddag waren we alvast naar het uiterste puntje van de Great Orme gewandeld, kwestie van de benenwagen op gang te krijgen. De Old Lighthouse, die volgens het kaartje op de uiterste punt van het schiereiland moest staan, hebben we nooit gevonden. Een vriendelijk koppeltje dat er foto's stond te maken vertelde ons dat die al lang niet meer bestaat; er is op

die plek alleen nog een luxe-B&B met dezelfde naam. De rots wordt echter nog steeds zo genoemd, kwestie van het verleden in ere te houden. De locatie, hoog op een kalkstenen klif boven de zee, was ronduit spectaculair. Van het verleden eren weten ze in Llandudno alles. Het stadje ademt de charme uit van de hoogtijdagen van honderd jaar terug toen duizenden panden in Victoriaanse stijl werden opgetrokken. Onder sierlijke gietijzeren arcaden wisselen oude winkeltjes, een schoenmaker, een drogist, restaurants en pubs elkaar af. Het is nog geen weekend, dus is alles gemoedelijk en rustig. «Het lijkt wel alsof de tijd hier heeft stilgestaan», stelt mijn reisgezel verwonderd vast. In Groot-Brittannië voel je je buiten de grote steden al snel in de jaren zeventig. Ook de aparte kleedstijl van de Britten draagt aan die indruk bij en vanaf ons tafeltje in de zon zien we een vermakelijk stukje doorsnee Brittannië aan ons voorbij paraderen. Alles wat oud is, bejegenen de Britten met veel respect. Ook in de architectuur en in het landschap zie je dat terug. Aan het einde van de dertiende eeuw veroverde koning Edward in twee oorlogen het toen onafhankelijke Wales. Na het conflict liet hij de verwoeste kastelen herstellen en versterken en hij bouwde er zelfs acht nieuwe bij. Die kastelen staan nu nog altijd in het landschap. Zeventien stoere burchten waarvan enkele op de Werelderfgoedlijst van Unesco staan.

Langste dorpsnaam

Zo 'Brits' als Llandudno is, zo on-Engels is zijn naam en de taal die de bevolking spreekt: Welsh. De veel voorkomende dubbele 'll' maakt me nieuwsgierig, maar als ik naar de uitspraak vraag, lijken er uiteenlopende opvattingen over te bestaan. Naargelang je afkomst spreek je Llandudno uit als 'Khlandudno', 'Thlandudno' of iets wat op 'Tshlandudno' lijkt. Kortom: dit gaat mij nooit lukken. Zeker weten.

En de volledige naam van het dorp Llanfair uitspreken al helemaal niet! Wij stoppen er voor een foto op onze route naar het eiland Anglesey, met Wales verbonden door een brug. In het dorp zelf is niets te zien of te beleven, tenzij het plaatsnaambord op het station: Llanfairpwllgwyngyllgogerychwyrndrobwlllantysiliogogoch staat erop. 58 letters lang. De naam lokt toeristen van over de hele wereld. De slimme dorpelingen hebben naast het station een enorme souvenirwinkel neergepoot. Er wordt zo te zien flink wat geld verdiend.

Vanuit het stille kustdorpje Moelfre maken we een middagwandeling. Eerst lijkt het alsof we in een plattelandsserie van de BBC terechtgekomen zijn. Duizenden schapen pointilleren een glooiend groen weidlandschap van hoge hagen en stenen muurtjes. We passeren 5.000 jaar oude hunebedden en een ruïne van een kerkje. Halfweg lassen we een pauze in bij Llygwy Beach.

De rest van de wandeling gaat over het Anglesey Coastal Path langs schitterende rotskliffen en mooie zandstranden terug naar het dorp. De dolfinen laten zich dit keer niet zien, maar als we de inventaris op het krijtbord van het Beach Café mogen geloven werden hier dit jaar al zeehonden, schildpadden, krabben,



tijdloze landschappen van Wales



LLANDUDNO, STRANDBOULEVARD

Foto: s Jonathan Vandevoorde



LLYGWY BEACH



HOLYHEAD

walvissen en een enkele keer zelfs een octopus gespot.

Naast een pittoresk platteland en woeste kusten heeft Noord-Wales nog een derde verrassing in petto: Snowdonia National Park, een ruig gebergte waarvan de beroemde piek, Mount Snowdon, het hoogste punt is in heel Wales. Rond de berg regeert rauwe, indrukwekkende schoonheid en deze Welsh klepper staat al jaren op mijn verlanglijstje. Op de Penn y Pass begint onze klim — hoe kan het ook anders — tussen de schapen. We kiezen voor de minder druk belopen Miners Track. De naam verwijst naar de negentiende-eeuwse koperontginning in het gebied waarvan de littekens her en der in het kale land-

schap te vinden zijn. Halverwege het steilste stuk van het bergpad komt de man met de hamer even bij me langs. Mijn reisgenoot is zich van geen kwaad bewust en dartelt vrolijk over de grote rotsblokken verder omhoog, richting de bergpas op bijna 1.000 meter hoogte. Ik herpak me snel en word bij aankomst boven op de kam door een ijskoude wind bijna uit mijn schoenen geblazen. Tientallen toeristen komen vanaf de andere kant omhoog en sjoken de laatste paar honderd meter naar de top. Sommigen lopen in short en T-shirt. Die zijn ogenschijnlijk met het stoomtreintje vanaf het dorpje Llanberis aan de zuidzijde van de berg naar boven gereden, denk ik. Hoe houden ze het een half uur vol in die koude?

Wij trekken alle laagjes aan die we in onze rugzak hebben gestopt en lopen over het brede pad de laatste meters naar de top van Mount Snowdon. We vieren onze prestatie met een selfie op 1.085 meter hoogte. Het uitzicht is niets minder dan adembenemend. Het Britse platteland van de afgelopen dagen is heel ver weg; rondom ons zien we alleen maar bergen en meren. Aan de verre horizon glinstert de Ierse Zee. Voor ons staat de tijd nu ook even helemaal stil. Hoe Brits is dat!

Five great walks

We liepen vijf erg verschillende wandelingen over goed onderhouden paden uit het groepsprogramma van de reisorganisatie Djoser (negen vertrekdata tussen 21 mei en 27 augustus 2016):

- **Great Orme:** korte klim naar de top van het kalksteenplateau boven de stad (verschillende paden). Tot aan 'Old Lighthouse' en terug: ong. 9,5 km, 340 m stijgen en dalen. Prachtig zicht op Llandudno, op het uiteinde spectaculaire kliffen hoog boven de golven.

- **Little Orme:** ligt aan het tegenovergestelde uiteinde van het stadje, is compacter dan Great Orme maar biedt even mooie vergezichten. Ong. 9 km, 150 m stijgen en dalen. Er zit een aalscholverkolonie en soms liggen zeehonden op een strandje onderaan de rotsen.

- **Gallgo Walk:** vanuit Moelfre op Anglesey liepen we een deel van het kustpad en een deel van de Gallgo Walk. Hunebedden, oude kerkjes, een prachtige rotskust afgewisseld met zandstrandjes en heel veel schapen! Ong. 11 km, 230 m stijgen en dalen.

- **Crafnant en Geirionydd:** vooral Crafnant is een schitterend gelegen meer in de bergen van Snowdonia. Beide plassen zijn oorspronkelijk door gletsjers uitgeslepen. Ong. 13 km, 400 m klimmen en dalen vanuit Trefriw in de prachtige Conwy Valley.

- **Mount Snowdon (1.085 m):** vanaf Pen y Pass kozen wij voor de Miners Track. Deze is soms steiler dan de populaire Pyg Track naar de top. Je loopt hoe dan ook door prachtig, ruig berglandschap. Wij maakten ook nog een ommetje naar de naburige top Garnedd Ugain (1.065 m): zelfde uitzicht, minder volk. Ong. 15 km, 890 m stijgen en dalen. Goede basisconditie vereist. Af te raden bij slecht weer.

Wandelkaarten zijn in de toeristenbureaus en vele buitensportwinkels in de streek te koop. Wij vonden de compacte kaartjes uit de serie Dinky Maps erg handig en voldoende gedetailleerd.

PRAKTISCH

ERHEEN: Brussels Airlines vliegt vanaf Zaventem op Manchester, Ryanair vanaf Charleroi. Alternatief: met Easyjet en Ryanair naar Liverpool. Vanuit beide luchthavens ben je met de trein in tweeënhalve uur in Llandudno (www.nationalrail.co.uk).

LOGEREN: Er zijn veel hotelletjes en B&B's in Llandudno. Met Djoser overnachtten we in het sympathieke, netjes gerenoveerde Four Saints Brig y Don Hotel (drie sterren) midden op de boulevard aan de baai.

ETEN: Llandudno heeft meer dan honderd pubs en restaurants. Home Cookin' (Mostyn St., lekkere huiskost) en Romeo, een uitstekende Italiaan in een zijstraatje ervan, kunnen we aanbevelen. In klassieke pubs kun je eenvoudig eten voor een schappelijke prijs.

ZIEN:

- **Conwy:** schitterende burcht en prachtig middeleeuws stadje aan de monding van de Conwy River.

- **South Stack op Holy Island:** klassieke vuurtoren-op-een-rots-boven-de-zee in het uiterste noordwesten van Anglesey. Indrukwekkend bij zonsondergang.

- **Betws-y-Coed:** dorpje in Conwy Valley, toegang tot Snowdonia National Park.

INFO: www.visitllandudno.org.uk
www.djoser.be



Vanop de Little Orme, een kale rotstop boven Llandudno Bay, zie ik de witgekalkte huisjes van het gelijknamige stadje glinsteren in de lentezon

