

25 ABENTEUER IN EUROPA Top-Tipps für Sportliche

Faulenzen ist wunderbar. Aber auf Dauer dann doch etwas eintönig. Höchste Zeit, einmal das Abenteuer zu wagen! Wir zeigen, wo man sich in Europa am besten austoben kann – auf dem Berg, im Wasser, im Sattel oder in der Luft.

TEXT: OLIVER GERHARD, RASSO KNOLLER, BARBARA SCHAEFER, VOLKER WARTMANN

AKTIV in der Luft

Gleitschirmfliegen in der Türkei

Ein paar Schritte Anlauf, zack!, schon verliert man den Boden unter den Füßen, und es wachsen Flügel. Ein Wahnsinnsgefühl. Unvergleichlich wie die Aussicht auf die Bergwelt um den 2000-Meter-Riesen Babadag und das Farbspiel des Meeres. Vor den Bauch eines Gleitschirmprofis geschnallt lässt sich der Flug in der Nähe von Ölüdeniz unbeschwert genießen.

PREIS Tandemflug ab 35 Euro (www.skysports-turkey.com).
Übernachtung: eine Woche mit All-inclusive ab 570 Euro im Doppelzimmer (Öger Tours).

FOTOS: WIESMEIER/LOOK-FOTO



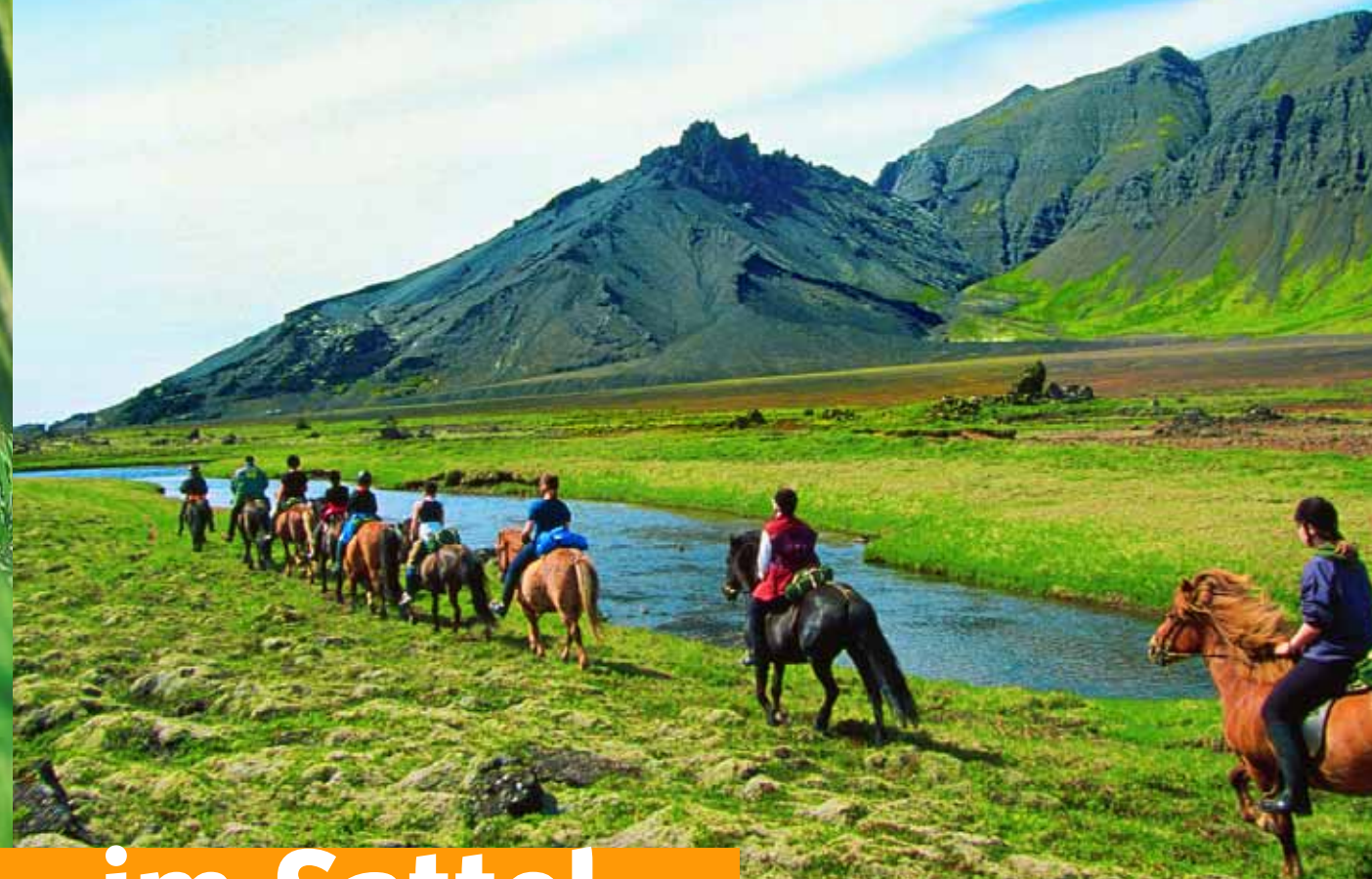
Mountainbiken auf Gran Canaria

Steine fliegen, die Pedale knarzen, der Schweiß strömt: Bis auf 1500 Meter muss man hochstrampeln. Hammerhart, doch die Belohnung ist grandios: Der Traumblick über den Vulkankrater Caldera de Tunte oder den Chira-Stausee entschädigt für alle Strapazen. Und die rasante Abfahrt durchs Baranco de Fataga. Grand Canyon wird das Tal genannt. Das trifft die Nabe auf den Kopf.
PREIS Touren ab 40 Euro (www.free-motion.net). Übernachtung: eine Woche mit Selbstversorgung ab 250 Euro (Gran Canaria Natural).

AKTIV im Sattel

Reiten auf Island

Töten? Das können Islandpferde besonders gut. Die Spezialgangart ist superbequem, deshalb perfekt für lange Ausritte. So kann man die bizarre Vulkanlandschaft Islands wunderbar erkunden: Töltend geht es an Wasserfällen, Geysiren, Gletscherflüssen vorbei. Und an anderen Pferden: Rund 70.000 Rösser grasen auf Island. Tausende Reitwege vernetzen die 103.000 Quadratmeter große Insel. Aufsatteln ins Glück!
PREIS Kombiangebot mit täglichen Ausritten (je 20 Kilometer) und vier Übernachtungen mit Vollpension ab 945 Euro im Doppelzimmer (Dertour).



FOTOS: SEER/LOOK-PHOTO, COZZI/ATLANTIDE, PHOTOTRAVE/ICORBIS



Kanufahren im Massif Central in Frankreich
 Stromschnellen! Jetzt muss der eine wissen, was der andere tut. Der spannende Wechsel zwischen Wildwasseraction und ruhigem Dahingleiten macht die Kanutour auf dem Tarn zum Hit. Tief hat sich der Fluss ins französische Zentralmassiv gegraben – zwischen bizarren Felsformationen und engen Schluchten. Der Tarn murmelt übrigens auch das Schlaflied, denn übernachtet wird am Ufer in gemütlichen Zweimannzelten.
PREIS Sechstägige Kanutour mit Vollverpflegung, eigene Anreise, ab 320 Euro (SKT Sportreisen).

AKTIV im Wasser

Surfen an der Algarve
 Wildromantische Strände und bizarre Felsformationen sind die Kulisse für das Spektakel auf dem Atlantik. Das Motto: Brett schnappen und ab in die Brandung! An der Südwestspitze Portugals macht Surfen einen Megaspäß. Besonders die Strände Burgau und Zavial sind beliebt. Nach dem rauen Wellenritt tobt abends in den Surf Camps das süße Leben.
PREIS Fünftägiger Surfgrundkurs inklusive Ausrüstung ab 189 Euro (www.surfing-algarve.com). Übernachtung: eine Woche Surf Lodge in Burgau mit Halbpension ab 239 Euro (Wave Culture Surf Camps).



FRANK HEUER/LAIF, VAN DER MEER/GETTY IMAGES



FOTO: HIMSJ/MCPHOTO/IMAGO

AKTIV am Berg

Klettern am Gardasee

Die Kalksteinwände rund um Arco am Gardasee gelten als Eldorado für Kletterer. Der Grund: Es locken über 2000 Routen in allen Schwierigkeitsgraden. Einsteiger lernen in Kletterkursen das Spiel mit der Schwerkraft – oder wagen sich auf Klettersteige, die mit Stahlseilen und Tritthilfen gesichert sind. Etwa die Via dell'Amicizia: Die längste Eisenleiter in diesem Steig hat 134 Sprossen.

PREIS Klettertour mit Bergführer ab 150 Euro (www.friendsofarco.it).
Übernachtung: eine Woche im Guesthouse Arco, ab 490 Euro (www.guesthouse-arco.com).

Nordic Walking auf Mallorca

Die Walkingstöcke haben auch die Lieblingsinsel der Deutschen erobert. Die Technik ist schnell gelernt. Dann warten Traumstrecken: etwa über Hirten- und Schmugglerpfade oder alte Pilgerstraßen. Besonders die Region um Alcudia im Nordosten der Balearen-Insel eignet sich perfekt zum Nordic Walken.

PREIS Geführte Einzeltouren ab 35 Euro, Paket mit vier Touren ab 139 Euro (inklusive Stöcke).
Übernachtung: eine Woche mit All-inclusive ab 459 Euro im Doppelzimmer (Neckermann).

Wandern in Südtalien

Er ist Nationalpark und Unesco-Weltkulturerbe, dennoch blieb er vom Massentourismus verschont: der Cilento, rund 90 Kilometer

südlich von Neapel zwischen Paestum und Sapri. Zahlreiche Wandertouren führen durch Wälder und Olivenhaine – mit weiten Blicken aufs Meer.

PREIS Drei Wanderungen inklusive Lunchpakete. Übernachtung: eine Woche mit Vollpension ab 499 Euro im Doppelzimmer (Italimar).

Levadatrip auf Madeira

Grüntöne in allen Schattierungen: Die historischen Kanäle, die vor rund 500 Jahren zur Bewässerung der Berghänge angelegt wurden, führen durch atemberaubende Landschaften. Diese so genannten Levadas erschließen Wanderern auf schmalen Fußwegen die Insel auf einer Gesamtstrecke von 2000 Kilometern. Mal ist ein alter Tunnel zu durchqueren, mal lockt ein idyllisches Waldstück. Herrlich!

PREIS Wanderwoche mit Übernachtung und Vollpension ab 1344 Euro im Doppelzimmer (Alpenschule Innsbruck).

Bergtour in Norwegen

Laut Legende wohnen in Jotunheimen die Riesen. Kein Wunder: Hier türmen sich die mächtigsten Berge Skandinaviens – mehr als 200 Gipfel sind höher als 2000 Meter. Entdecken kann man sie auf Wanderpfaden in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden. Übernachtet wird in gemütlichen Berghütten oder im eigenen Zelt. Besonders beliebt: die Tour am Beseggen, hoch über Norwegens schönstem Bergsee.

PREIS Geführte Wanderreise über 17 Tage mit Übernachtung und Frühstück ab 2098 Euro im Doppelzimmer (Wikinger). →

Weitere Abenteuer für Aktivurlauber

Am Berg

Fernwandern in der Türkei

Zerküftete Küsten, lange Sandstrände, antike Amphitheater: Der Lykische Weg von Fethiye nach Antalya entlang der Mittelmeerküste besticht durch seine Kontraste. Einzigartig sind die jahrtausendealten Stätten der Lykier. Die schönsten Abschnitte der 500 Kilometer langen Strecke lassen sich in einer Woche locker erwandern.

PREIS Kombireise mit einer Wanderwoche und einer Woche Badeurlaub in Kas mit Vollpension ab 1290 Euro im Doppelzimmer (Karaburun Tours).

Eseltour in Südfrankreich

Das Maultier ist der Boss: Es trägt das Gepäck, gibt das Tempo vor! Auf den Spuren des Dichters Robert Louis Stevenson (1850-1894) geht's durch Heidelandschaften und über die Hochebenen der Cevennen. Übernachtet wird in Bauernhöfen und Berghütten.

PREIS Einwöchige Wandertour mit Gepäcktransport durch Esel, mit Übernachtung und Vollpension ab 855 Euro im Doppelzimmer (Urlaub & Natur).

In der Luft

Bungeejumping im Tessin

Der Absprung kostet irre viel Mut: 220 Meter geht es von der Verzasca-Staumauer hinab in die Schlucht. Weltrekord. Besonders gekonnt kam der Nervenkitzel bei James Bond in „Golden Eye“ (1995) rüber. 007-Darsteller Pierce Brosnan überließ den Sprung jedoch lieber einem Stuntman.

PREIS Erster Sprung (inklusive Training) ab 170 Euro, zweiter Sprung ab 83 Euro (www.trekking.ch). Übernachtung: eine Woche ab 490 Euro im Doppelzimmer (Reka-Ferierdörfer).

Ballonfahren über die Alpen

Der Ballon gleitet an den Bergriesen vorbei: Je nach Wind schieben sich Zugsitze, Großglockner, Großvenediger oder der Säntis ins Bild. Und dann kommt die Krönung: Man schwebt über die Königsschlösser Neuschwanstein oder Hohenschwangau. König Ludwig lässt grüßen!

PREIS Zwei-Stunden ab 185 Euro (www.skygateballonfahrten.de). Übernachtung: zwei Tage inklusive

Lunchpaket und einem Dinner ab 257 Euro im Doppelzimmer (Alpenhof Murnau).

Fallschirmspringen in Südschweden

Luke auf und raus! Klingt simpel, erfordert aber in 2000 Meter Höhe reichlich Überwindung. Beim Tandemspringen im südschwedischen Schonen springt man mit einem Profi in die Tiefe. Wer dann auf den Geschmack gekommen ist, kann einen Fallschirmkurs belegen.

PREIS Tandemsprung ab 260 Euro, dreitägiger Kurs (zehn Sprünge) ab 950 Euro (www.skydiveskane.se). Übernachtung: eine Woche mit Frühstück ab 560 Euro im Doppelzimmer (www.strandhotell.se).

Im Sattel

Wallfahrt auf dem Jakobsweg in Spanien

Der Pilgerweg nach Santiago de Compostela ist auch ein Paradies für Radler. Auf gemütlichen Tagesetappen entdeckt man die magischen Landschaften Nordspaniens und romanische Bauten. Abends warten galizische Spezialitäten in einem Kloster

oder einer historischen Herberge. Zum Abschluss der Tour bekommt man eine Pilgerurkunde ausgehändigt.

PREIS Neuntägige Radtour inklusive Mountainbike und Gepäcktransfer. Mit Übernachtung und Frühstück (ohne Flug) ab 1175 Euro im Doppelzimmer (Baetica Reisen).

Strampeln in Skandinavien

Inselhüpfen mit dem Fahrrad? Kein Problem. Fahren setzen über zu den Ålandinseln in der Ostsee zwischen Finnland und Schweden. Hier ist Genussradeln angesagt: kaum Hügel, dafür alte Burgen, viele Badestellen am Wegesrand. Kulturfans dürfen sich auf Stockholm und Turku freuen.

PREIS Zweiwöchige Individualreise mit eigenem Rad, ohne Gepäcktransport. Übernachtungen mit Frühstück ab 999 Euro im Doppelzimmer (Reise-Karhu).

Mauer-Expedition in Berlin

Wachtürme, Mauerreste, Todesstreifen – eine 160 Kilometer lange Radtour um Berlin führt an der ehemaligen innerdeutschen Grenze entlang. Dabei lässt sich die jüngere deutsche Geschichte hautnah „erfahren“. Etwa 45 Kilometer führen durch die Innenstadt, vorbei am Reichstag und

Brandenburger Tor. Danach geht es durch Wälder und Wiesen.

PREIS Fünf Etappen inklusive Führung und Bustransfer von/zum Hotel, Leihrad 30 Euro. Übernachtung mit Vollpension ab 402 Euro im Doppelzimmer (www.flora-hotel.de).

Rundfahrt durch Holland

Hier schippert das Hotelzimmer mit: Wer diese IJsselmeerrunde radelt, kann jederzeit auf das Begleitschiff umsteigen. Von den Grachten Amsterdams führt der Weg entlang der Nordseeküste zum ehemaligen Binnenmeer Zuiderzee. Naturparks, historische Fischerdörfer und Hafentäler laden zum Verweilen ein. Gegessen wird an Bord.

PREIS Acht tägige geführte Tour inklusive Mietrad. Übernachtung mit Vollpension ab 619 Euro in einer Doppelkabine (Natours Reisen).

Profisprints auf Zypern

Gemütliches Radeln reicht nicht? Dann ab nach Zypern! Köhner wie die Mountainbike-Europameisterin Sabine Spitz unterrichten im Biken und Triathlon. Ausgedehnte Radtouren werden dabei mit Lauf- und Schwimmeinheiten kombiniert.

PREIS Profi-Radwochen (Termine von September bis November) inklusive Leihrad ab 149 Euro. Übernachtung: eine Woche mit All-inclusive ab 894 Euro (Aldiana).

Im Wasser

Seekajaktour in Dalmatien

Meerespaddeln liegt voll im Trend: In Dalmatien, an der Adria-Ostküste im Süden Kroatiens, macht es ganz besonders viel Spaß. Die See ist hier ruhig, in den breiten Spezialkajaks hat man keine Sekunde das Gefühl unterzugehen. Abends steuert man einsame Buchten an. Dort winken köstliche Grillhappen. Und wenn das Lagerfeuer erlischt, ist es Zeit, ins gemütliche Zweimannzelt zu kriechen.

PREIS Zehntägige geführte Tour inklusive Ausrüstung, Bahnreise ab/bis München und Verpflegung ab 795 Euro (Club Aktiv).

Floßfahren in Schweden

Was ist ein Schotstek? Künftige Floßfahrer müssen im schwedischen Värmland erst einmal Seemannsknoten lernen. Das ist fast wie bei Ikea: Bevor man mit dem Gefährt ablegen kann, muss man es erst einmal



FOTO: KAWLENI/LOOK

zusammenbauen – ohne Hammer und Nägel, nur aus Holz und Seilen. Dann ist Entspannung angesagt: Auf der Fahrt den Klaraälv hinab bleibt genügend Zeit, Biber zu beobachten.

PREIS Einwöchige Floßtour inklusive Transfer zum Start, ohne Verpflegung ab 289 Euro (Tripado).

Tauchen vor Malta

Klarer geht es einfach nicht: Die beste Unterwassersicht im ganzen Mittelmeer findet man rund um Malta. Hier lassen sich Zackenbarsche, Seepferdchen, Muränen, Brassen, Barrakudas oder Tunfische beobachten. Die ruhige See ist ideal für Anfänger. Aber auch Profis wird es nicht langweilig: Beim Wrack- und Höhlentauchen gibt's viel zu entdecken. An Land warten jahrtausendealte Kulturdenkmäler.

PREIS Einwöchige Kombireise inklusive Tauchkurs oder alternativ zwölf Tauchgänge mit Übernachtung und Frühstück ab 400 Euro im Doppelzimmer (Nautilus Tauchreisen).

Windsurfen auf Fuerteventura

Mit mehr als 50 Stundenkilometern über das Wasser gleiten. Auf den Wellen abheben oder die ersten Wendemanöver lernen: Soviento im Süden Fuerteventuras bietet Surf-Einsteigern und -Königern beste Bedingungen. Das dortige Windsurfcenter zählt zu den größten der Welt. Anschluss an die Surferszene und entsprechende Party Stimmung sind dabei garantiert.

PREIS Zehnstündiger Surfgrundkurs und eine Woche mit Vollpension ab 982 Euro im Doppelzimmer (Orca Surf).

Segeln um die Balearen-Perlen

Ein Bootstörn rund um Mallorca und Ibiza führt in einsame Buchten und an weiße Sandstrände. Die sportliche Herausforderung reicht je nach Wind von gemütlichem Cruisen bis zu anspruchsvollem Segeln. Der Abend klingt in einer modernen Marina oder einem verschlafenen Fischerhafen aus.

PREIS Eine Woche in der Doppelkabine ab 378 Euro plus rund 150 Euro für Verpflegung und Bordkasse für etwaige Zusatzausgaben (Windbeutel).



Gewinnen Sie 1 Woche Urlaub für 2 Personen auf Teneriffa!



Wandern, Wellness, Wohlfühlen!



Im unberührten Norden Teneriffas erwartet Wander- und Naturfans das Vier-Sterne-Hotel Luz del Mar – das „Licht des Meeres“. Nur 200 Meter bis zum Meer, ruhig gelegen, mit Bananenplantagen vor der Tür, ist das Luz

del Mar ein Kleinod mit besonderem Flair. Das Hotel liegt in Los Silos und verfügt über 49 geräumige Zimmer. Die weitläufige Grünanlage mit einem solarbeheizten 30 m langen Pool und der Indoor-Wellness-Bereich laden zum Verweilen und Entspannen ein. Aufgrund der idealen Lage können Sie direkt ab dem Hotel Wanderungen unternehmen. Das von Wikinger Reisen gebaute Hotel ist sowohl als Wikinger-Wandergruppenreise als auch individuell buchbar.

Machen Sie mit!

Unter allen richtigen Einsendungen wird eine Woche Aufenthalt im Hotel Luz del Mar, Teneriffa, für zwei Personen im Doppelzimmer inklusive Frühstück verlost (ohne Flug, je nach Verfügbarkeit, gültig bis 31.10.2008 und vom 14.4.2009 bis 31.10.2009).

Kontakt: Hotel Luz del Mar c/o Wikinger Reisen GmbH, Kölner Str. 20, 58135 Hagen, Internet: www.luzdelmar.de

I H R E G L Ü C K S F R A G E

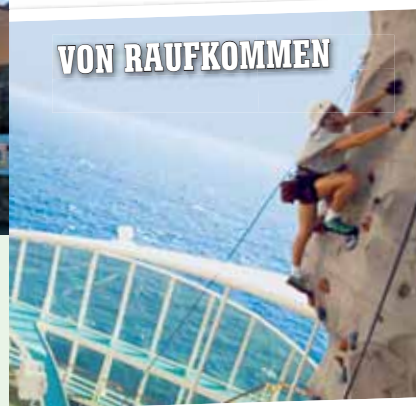
Welche Art von Aktivität lässt sich aufgrund der Lage des Hotels Luz del Mar besonders gut unternehmen?

Haben Sie die Antwort? Dann senden Sie bitte den ausgefüllten Coupon per Post an Urlaub Perfekt, Verlag Dieter Niedecken GmbH, Postfach 70 06 29, 22006 Hamburg. Einsendeschluss ist der 28. August 2008 (Poststempel). Die Teilnehmer sind damit einverstanden, dass ihre Daten im Rahmen des Gewinnspiels gespeichert werden. Desgleichen sind sie damit einverstanden, dass ihre Daten von dem am Gewinnspiel beteiligten Firmen zu Werbezwecken verwendet werden dürfen. Darüber hinaus werden die Daten an Dritte nicht weitergegeben.

VORNAME/NAMEN

STRASSE

PLZ/ORT



VON RAUFKOMMEN



BIS RUNTERKOMMEN



URLAUB. JEDEN TAG NEU!

WILLKOMMEN AUF DEN VIELSEITIGSTEN SCHIFFEN DER WELT

Jetzt informieren und die besten Plätze sichern unter: www.urlaubjedentagneu.de | 01805/501 824** oder in Ihrem Reisebüro

Unser Tipp: Mittelmeer Kreuzfahrten ab Venedig

z. B. am 20.09.08 auf der Splendor of the Seas schon ab 602,^{EUR}*

* 7 Nächte Kreuzfahrt inkl. Vollpension und vielseitigem Bordprogramm. Preise p. P. bei Doppelbelegung einer Kabine und vorbehaltlich Verfügbarkeit.
** 0,14 €/Min. Festnetz DTAG, ggf. abweichender Mobilfunktarif.

