

# VOORWOORD

In het jaar 2000 maakte ik samen met een goede vriendin mijn eerste fietsvakantie; twee weken fietsen in Schotland. Ik weet nog dat ik voor vertrek tegen mijn vader zei: "of dit wordt mijn manier van reizen, of ik zet m'n fiets te koop!" Gelukkig werd het het eerste. We fietsten 674 kilometer in twee weken en we genoten van alles: de zon, de regen, de wind, de midges, het landschap, de mensen, de whisky! Ik was verslaafd (niet aan whisky, maar aan fietsen uiteraard).

Toen ik mijn man Elmar in 2004 leerde kennen, zijn we meteen samen op de fiets gestapt. Eerst een rondje door Nederland, toen naar Denemarken en Barcelona en uiteindelijk steeds verder en avontuurlijker. Tot we in 2013 zelfs een wereldreis van 27 maanden maakten door de Amerikaanse continenten. In die jaren hebben we veel geleerd over fietsvakanties, zoals dat je echt je tassen niet vol hoeft te proppen met potten Isostar of een loodzware braadpan.

Bij onze vrienden Marco en Chantal verging het ook zo ongeveer; toen ze op een dag hun rugzak inruilden voor fietsen en op die manier Australië rondreden. Een lange reis liet niet lang op zich wachten en zo fietsten ze in twee jaar tijd van Alaska naar Argentinië. Bij terugkomst startte Marco zijn internetwinkel '**Bike4travel**', die inmiddels uitgegroeid is tot dé fietsspecialist voor vakantiefietsers en wereldfietsers.

Toen ik bij Bike4travel in dienst kwam en in de leer ging bij Marco was ik driftig in de weer om alle opgedane kennis op kladblaadjes te pennen. Niet veel later verschenen de Info Wijzers in de winkel en als download op onze website en zo ontstond het idee om die informatie en al onze fietsvakantie ervaring te verwerken in een boek. Het resultaat ligt hier nu voor je en is voor jou de eerste stap in de wereld van fietsvakanties, het proeven van de ultieme vrijheid en een gezonde verslaving.

Informatie in dit boek is aan de ene kant gebaseerd op natuurwetten en feiten, aan de andere kant op onze jarenlange ervaring als vakantie- en wereldfietsers. Ons doel is om de informatie zo neutraal mogelijk te houden, zodat je zelf kunt beslissen wat voor jou het meest belangrijk is en het best bij je past.

Maar vooral willen we je ook inspireren. Want fietsen verveelt nooit, het is een fantastische manier van vakantie vieren; blik op oneindig en gaan. In je eigen tempo glijdt het landschap aan je voorbij, vervagen al je (werk)zorgen en ben je ook nog eens lekker aan het sporten. Een fietsvakantie is de ultieme manier van vrijheid en ontspanning, en het mooie is... iedereen kan het!

Laat je inspireren door onze ervaringen en leer van alle tips die we je geven voor het plannen en uitvoeren van jouw eerste fietsvakantie. En voor diegenen die dromen van een wereldreis op de fiets, hebben we ook een hoofdstuk voor de wereldfietser in spe toegevoegd. Natuurlijk gaan we uitgebreid in op uitrusting en fiets[onderdelen] en geven we informatie over routes, navigeren, overnachten en nog veel meer. Als extra, vind je achterin het boek een lijst met links naar websites die in het boek voorkomen.

Nogmaals, alle tips zijn gebaseerd op onze persoonlijke, jarenlange ervaringen. Dus, kijk hoe onze tips jou kunnen helpen en combineer het vooral met je eigen ervaringen en ideeën.

Heel veel plezier bij het lezen van dit handboek, geniet van de voorbereidingen en de fietsvakanties zelf. En raak maar net zo verslaafd als wij.

Bike4travel, Rotterdam

*Marco de Wit & Ellen van Drunen*



Marco de Wit



Ellen van Drunen

# INHOUD

## Waarom, wat en hoe ga je op fietsvakantie? 9

Wat is er leuk aan fietsvakanties? Wat heb je nodig voor een succesvolle fietsvakantie en op welke manieren kun je op fietsvakantie.

## Fietsen met kinderen 18

Van baby tot tiener.

## Voor de fietsvakantie 24

Alles over de voorbereiding van een fietsvakantie. Informatie over fiets, onderdelen en uitrusting.

De fiets 25

Het frame 30

Aandrijving 40

Remmen 54

Wielen 59

Banden 62

Naven 71

Elektronica opladen 72

Verlichting 75

Zadels 77

Stuur & handvatten 84

Pedalen 85

Vering 86

Bagagedragers 88

Fietspomp 90

Vakantiefietsen 92



Foto: Great Basin, Wyoming, USA

|                                                                                         |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Onderhoud</b>                                                                        | <b>99</b>  |
| <b>Zithouding</b>                                                                       | <b>102</b> |
| <b>Pijntjes</b>                                                                         | <b>104</b> |
| <b>Uitrusting</b>                                                                       | <b>106</b> |
| <b>Paklijst</b>                                                                         | <b>119</b> |
| <b>Planning &amp; route</b>                                                             | <b>122</b> |
| Waar ga je heen op fietsvakantie? Tips en informatie over de verschillende continenten. |            |
| <b>Papierwerk &amp; geld</b>                                                            | <b>142</b> |
| Reisdocumenten en reisverzekering.                                                      |            |
| <b>Tijdens de fietsvakantie</b>                                                         | <b>145</b> |
| Wat je moet weten over de fietsvakantie zelf.                                           |            |
| <b>Overnachten</b>                                                                      | <b>146</b> |
| <b>Eten &amp; drinken</b>                                                               | <b>150</b> |
| <b>Navigeren</b>                                                                        | <b>152</b> |
| <b>Pech onderweg</b>                                                                    | <b>160</b> |
| <b>Gereedschap</b>                                                                      | <b>164</b> |
| <b>Veiligheid</b>                                                                       | <b>169</b> |
| <b>Tegenslagen</b>                                                                      | <b>172</b> |
| <b>Wereldreis</b>                                                                       | <b>176</b> |
| Informatie over de voorbereiding van een wereldreis.                                    |            |
| <b>Slotwoord</b>                                                                        | <b>194</b> |
| <b>Handige links &amp; blogs ter inspiratie</b>                                         | <b>195</b> |
| <b>Notities</b>                                                                         | <b>196</b> |
| <b>Index</b>                                                                            | <b>198</b> |





## WELKE FIETS?

Wat zijn precies je fietsplannen? Is dat puur woon-werk verkeer, zijn het weekendjes weg in Nederland, vakanties in Europa over begaande paden of fietsavonturen in verre landen waar je stuitert over rotsige paden? En niet onbelangrijk, hoeveel bagage denk je mee te nemen? Ga je kamperen en zelf koken of fiets je van hotel naar hotel? Niet te vergeten in deze tijd: wil je misschien liever trapondersteuning? Jouw persoonlijke wensen en uiteraard je budget bepalen welke fiets het meest geschikt is voor jou persoonlijk.

Je kunt op fietsvakantie op een fiets van 100 euro en op een fiets van 5000+ euro, en alles daar tussenin (of zelfs meer). Of je voor die 100 euro een goede vakantiefiets in huis haalt, valt te betwijfelen. Een vakantiefiets is namelijk een specifieke fiets. Het is een fiets geschikt om jou en je bagage te dragen en heeft als belangrijkste eigenschappen een stijf en sterk frame met ijzersterke wielen en een comfortabel rijgedrag. De onderdelen zijn slijtvast en niet zo zeer licht en de zithouding zit tussen sportief en comfortabel in.

En het maakt niet uit of je fietsvakantie alleen in Nederland viert of de wereld over trekt. Zolang je bagage aan je fiets hangt, zijn die eigenschappen belangrijk. Een proefrit maken is daarom zo goed, want dan weet je ook pas echt hoe de fiets zich gedraagt.

We nemen je mee in de wondere wereld van vakantiefietsen!

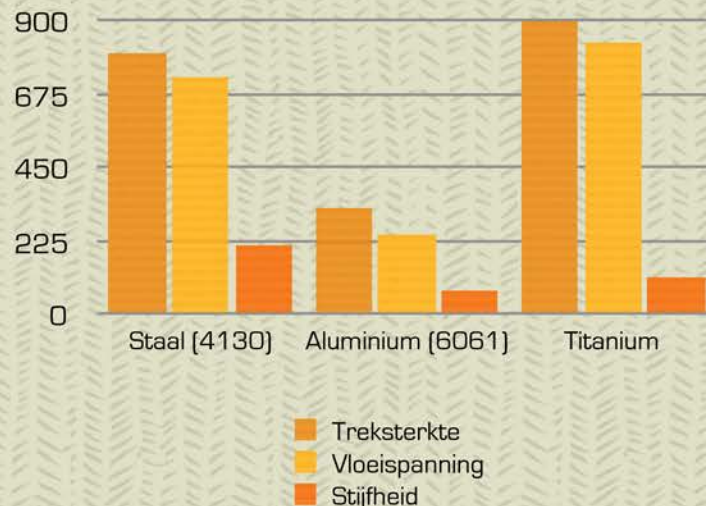
## BEGRIPPEN STIJFHEID EN STERKTE

Wat zegt dat nu eigenlijk die stijfheid en sterkte? Je zou er bijna natuurkunde voor moeten studeren, dus daarom probeer ik het eenvoudig uit te leggen en leg ik eerst de begrippen uit.

**Treksterkte** is het moment waarop je frame zou breken. Hoe sterker je frame, hoe later het moment van breken. Of hoe meer gewicht het frame kan verdragen alvorens het breekt. Op het moment dat de spanning (belasting) gelijk is aan de treksterkte van het materiaal, dan breekt het.

**Vloeispanning** is het punt waarop het materiaal van elastisch naar plastisch gaat. Wanneer bij bepaalde belasting/spanning het materiaal niet meer terug buigt, maar permanent verbogen is, dan spreken we van een plastische vervorming. De vloeispanning ligt vóór de treksterkte, dat wil zeggen dat je frame eerst vervormt en daarna breekt. De vloeispanning is dus eigenlijk belangrijker dan de treksterkte, want aan een vervormd frame heb je tenslotte ook niets meer.

**Stijfheid** is de weerstand tegen buigen. Het geeft aan hoeveel kracht er nodig is om het materiaal een bepaalde richting op te buigen. De stijfheid van een framebuis wordt uiteindelijk bepaald door de gebruikte buisdiameter en gekozen materiaalsoort. Hoe stijver een frame, hoe meer kracht nodig is om de vloeispanning te bereiken. Een stijver frame zwabbert dus minder wanneer je er gewicht aan hangt.



In bovenstaande grafiek zijn stijfheid en sterkte eigenschappen van de drie belangrijkste frame-materialen naast elkaar gezet.

Zoals je ziet ligt de vloeispanning net iets onder de treksterkte.

Wil dat zeggen dat het ene frame materiaal beter is dan het andere? Zeker niet! Van de genoemde materialen kun je zowel een goede als een slechte fiets bouwen. De kwaliteit hangt af van de kunde van de framebouwer.



## AANDRIJVING

Met aandrijving bedoelen we het schakelsysteem, oftewel de versnellingen. Naast de vertrouwde derailleur-systemen, meestal van Shimano, zijn de naafversnellingen steeds populairder aan het worden onder vakantiefietsers. Welke aandrijving je kiest, heeft vooral te maken met je persoonlijke voorkeur en je budget.



DERAILLEUR SYSTEEM



ROHLOFF NAAF



PINION P1.18

## DERAILLEUR, ROHLOFF OF PINION

### Wat moet je nu kiezen?

Je kunt met een derailleur-versnelling de wereld over, maar je kunt dat ook met een Rohloff naaf of met een Pinion versnellingsbak.

Waarom je het een boven het ander verkiest, heeft te maken met je eigen voorkeur, onderhoud, gemak én je budget. Rohloff en Pinion versnellingen zijn mooie staaltjes techniek, die inmiddels hun duurzaamheid hebben bewezen.

Wanneer moet je nu welk systeem kiezen? Met onderstaande tabel maken we het makkelijker voor je.

| Wil je..                                                 | Derailleur | Rohloff | Pinion |
|----------------------------------------------------------|------------|---------|--------|
| Zelf onderhouden?                                        | ✓          |         |        |
| Zo min mogelijk onderhoud?                               |            | ✓       | ✓      |
| Eenvoudig schakelen?                                     |            | ✓       | ✓      |
| Aanschafkosten laag houden?                              | ✓          |         |        |
| Overal onderdelen kunnen kopen?                          | ✓          |         |        |
| (In de toekomst) trapondersteuning met achterwiel-motor? | ✓          |         | ✓      |
| Riemaandrijving?                                         |            | ✓       | ✓      |
| Een stil systeem?                                        |            |         | ✓      |
| Lichtgewicht?                                            | ✓          |         |        |
| Groot bereik?                                            |            |         | ✓      |
| Kleine tussenstapjes                                     |            |         | ✓      |
| Supersterk achterwiel?                                   |            | ✓       | ✓*     |
| Prijsindicatie (aanschafprijs)                           | €          | €€      | €€€    |

\*Mits gebruik wordt gemaakt van een single speed achternaaf, waarbij het wiel symmetrisch gespaakt is.

“Op avontuur dichtbij huis! In Nederland zijn genoeg mooie, rustig gelegen fietspaden voor een mooie tocht.”





## BANDEN

Een goede band rolt soepel (heeft weinig rolweerstand), is duurzaam en lekbestendig, heeft bovendien goede grip op het onverharde én is licht in gewicht. Juist! Laat zo'n band nou net niet bestaan!

Soepel en lekbestendig gaan helaas niet goed samen. Door de anti-leklaag wordt de band namelijk stugger en een stuggere band rolt nu eenmaal minder soepel. Hetzelfde geldt voor meer grip en weinig rolweerstand, dat bijt elkaar ook. Kies daarom een band die geschikt is voor jouw manier van reizen of die voldoet aan je belangrijkste eis.

Verderop in dit hoofdstuk vind je een overzicht van de meest gebruikte banden en de daarbij behorende eigenschappen.

# ELEKTRONIKA OPLADEN

Wil je onderweg je GPS of telefoon opladen, dan heb je minimaal een naafdynamo nodig. Maar hoe werkt het precies?

De naam zegt het al, een naafdynamo zit op die plek in het voorwiel waar normaal je naaf zit. De met koper omwikkelde spoel draait om een magneet heen, om en om langs de noord- en zuidpool van de magneet. Daarom spreken we van wisselspanning. Ook is het zo dat je naafdynamo steeds meer spanning levert, als je harder gaat fietsen. Nu kan je apparatuur daar niet goed tegen, dus heb je een energie-omvormer nodig om de spanning gelijk te krijgen én binnen bepaalde grenzen te houden. Je telefoon kan namelijk maximaal 5 Volt spanning aan.

Wanneer je de omvormer direct aansluit op je apparatuur en je levert vanuit je naaf geen stroom meer (of te weinig), dan valt de spanning weg. En dan valt dus ook je telefoon of GPS uit en niet elke telefoon of GPS kan hier tegen. Om dit te voorkomen, zijn er omvormers met een buffer die dit op kunnen vangen.

Ook kun je ervoor kiezen om een Power Pack aan de omvormer te hangen, zodat je 's avonds je telefoon hier weer mee op kunt laden. Er zijn Power Packs die zowel laden als ontladen, dit heet Pass Through Charging, deze kun je dus ook als buffer accu gebruiken tijdens het fietsen om de momenten van stilstaan op te kunnen vangen.



*Om je GPS of telefoon onderweg op te laden heb je naast een naafdynamo dus minimaal een omvormer nodig. Dit kan in de vorm van een B+M E-Werk, maar ook met de Cycle2Charge of de AXA koplamp met USB uitgang. Zowel de Cycle2Charge als de AXA koplamp hebben geen buffer ingebouwd. Niet elke telefoon of GPS kan goed omgaan met deze spanningswisselingen.*

VLNR: SON28 naafdynamo, B + M E-Werk omvormer, buffer accu en telefoon

# DE JUISTE ZITHOUDING

Niets zo vervelend als een fiets die niet past en die dus ook voor geen meter fietst. Dan heb je een prachtige fiets, maar plezier beleef je er niet aan. Een goede zithouding én de juiste framemaat zijn daarom van groot belang.

Hoe bepaal je dat? Het is in ieder geval geen kwestie van 'ik ben 1 meter 80, dus dan is framemaat 57 de juiste framemaat voor mij.' Er komt veel meer bij kijken en een goede fietsenmaker zet je op een pasfiets en bepaalt zo samen met jou je ideale zithouding. Daaruit vloeit voort welke framemaat dan geschikt is.

Laat je niet verleiden door high tech computerprogramma's. Natuurlijk geven die een goede eerste indicatie, maar het uiteindelijke finetunen doe je samen met de fietsenmaker.

Je souplesse, je zithouding (comfortabel of sportief), je eigen voorkeur hebben allen invloed.

Waar moet je dan wel op letten bij het afstellen van je fiets én het bepalen van de juiste framemaat?

Hier volgen een 4-tal essentiële punten.



## ZADELHOOGTE

De meeste mensen zitten te laag op hun fiets, "want dan kan ik lekker makkelijk bij de grond." Een fiets is om te fietsen en niet om lekker makkelijk stil te staan, toch? Staat je zadel namelijk te laag, dan kun je knieklachten krijgen en het is bovendien minder efficiënt.

Bij de juiste zadelhoogte is je knie lichtgebogen (hoek tussen 27 en 37 graden) wanneer je pedaal in de onderste stand staat en je heupen wiegen niet.

Als je zadel aan de andere kant weer te hoog staat, strek je je knie te ver en ga je compenseren door met je heupen te wiegen. Dit veroorzaakt dan weer rugklachten.

Een handige ezelsbrug: laat een been 'hangen' als je recht op je zadel zit. Houdt je heupen recht. Je hiel van je hangende been mag in dat geval je pedaal schrapen wanneer het pedaal in de onderste stand staat.

### Tip:

Vind je het vervelend dat je vanuit het zadel niet met je voeten bij de grond kunt? Leer afstappen: Til jezelf eerst uit het zadel en rijk daarna met je voet naar de grond, met de bovenbuis tussen je benen. Zo sta je stevig! (Opstappen werkt precies andersom!)



#### De kledingkast

- ☐ Basislaag ondershirt
- ☐ Donsjas
- ☐ Fietshandschoenen
- ☐ Fietsschoenen
- ☐ Fietsshirts / T-shirts
- ☐ Fleece trui
- ☐ Handschoenen
- ☐ Korte broek
- ☐ Korte fietsbroek
- ☐ Lange (afrits-)broek
- ☐ Lange fietsbroek
- ☐ Ondergoed
- ☐ Petje
- ☐ Regenbroek
- ☐ Regenjas
- ☐ Slippers
- ☐ Sokken
- ☐ Tussenlaag shirt
- ☐ Warme muts
- ☐ Windjack
- ☐ Zwemkleding

#### Elektronica

- ☐ Foto toestel + geheugenkaarten
- ☐ GPS
- ☐ Mobiele telefoon
- ☐ Oplaadbare batterijen
- ☐ Opladers
- ☐ Power Pack
- ☐ Wereldstekker

#### De slaapkamer

- ☐ Hoofdlamp
- ☐ Kussentje
- ☐ Lakenzak
- ☐ Mini pomp voor NeoAir
- ☐ Oordoppen
- ☐ Slaapmatje
- ☐ Slaapzak
- ☐ Stoeltjes
- ☐ Tent + haringen + grondzeil

#### De keuken

- ☐ Afwasborsteltje
- ☐ Afwasmiddel
- ☐ Brander (gas / benzine)
- ☐ Brandstoffles
- ☐ Kruiden
- ☐ Lucifers / aansteker
- ☐ Mes (met blikopener)
- ☐ Opvouwbare borden
- ☐ Opvouwbare mokken
- ☐ Pannenset
- ☐ Snijplankje
- ☐ Spatel
- ☐ Spork
- ☐ Theedoek
- ☐ Waterfilter
- ☐ Waterzak
- ☐ Windscherm
- ☐ Zip-lock zakjes

#### Gereedschap & onderdelen: Algemeen

- ☐ Bandenlichters
- ☐ Bandenplakkers
- ☐ Bandenspanningsmeter
- ☐ Binnenbanden
- ☐ Boutjes & moertjes
- ☐ Brooks zadelspanner
- ☐ Buitenbandplakkers
- ☐ Conusleutels
- ☐ Duct-tape
- ☐ Inbusleutels
- ☐ Kriptang
- ☐ Kogeltjes naaf
- ☐ Kroonsteentje
- ☐ Lagervet
- ☐ Leatherman tool (Schroevendraaier)
- ☐ Onderdelen brander
- ☐ Plakspullen slaapmat
- ☐ Plakspullen tassen
- ☐ Pomp
- ☐ Quick Release
- ☐ Remblokjes
- ☐ Reserve onderdelen pomp
- ☐ Solutie
- ☐ Spaken
- ☐ Spakenspanner
- ☐ Steeksleutel 15 pedalen
- ☐ Tandborstel
- ☐ Torx sleutel
- ☐ Tie wraps
- ☐ Velglin
- ☐ Zadelpenklem



De Achterhoek



Salland

## FIETSEN IN NEDERLAND

### LF-routes

LF-routes zijn landelijke fietsroutes voor een meerdaagse fietstocht of fietsvakantie in eigen land. Natuurlijk kun je ook delen ervan fietsen voor een leuke dagtocht of een weekend weg; de Noordzeeroute (LF1) is bijvoorbeeld zo'n route. De routes zijn duidelijk aangegeven met bordjes en je kunt ze in beide richtingen volgen.

### Knooppunten

Met knooppunten knoop je je eigen route aan elkaar. De knooppunten sluiten naadloos op elkaar aan en je fietst dus van knooppunt naar knooppunt. Ook deze routes zijn in beide richtingen bewegwijzerd met wit-groene bordjes. Overzichtsborden onderweg geven afstanden aan en knooppunten van de regio. Ook zijn er kaarten verkrijgbaar. Knooppunten zijn een ideale manier om een dagtocht te plannen.



[LF-routes](#)



[Knooppunten](#)



[Routeplanner Fietzersbond](#)

## BESTE REISTIJD

Als je op fietsvakantie gaat, wil je natuurlijk wel een beetje goed weer. Niets is zo vervelend als de hele dag diep in je jas gekropen naar de regendruppels om je heen te moeten kijken. Of in de zinderende hitte een berg op te moeten klimmen en geen puf meer over hebben om te genieten van je omgeving. Het is ons allemaal overkomen en het heeft zo z'n charme, maar als het even kan, wil je dat natuurlijk voorkomen.

Nu is er niets zo onvoorspelbaar als het weer en lijkt het de laatste tijd helemaal van het padje af, toch doen we een poging om een mooie overzichtelijke tabel voor je te maken [zie volgende pagina]. En check ook zeker even de link van Climatelist!

Nog een laatste tip: de schouderseizoenen zijn vaak het fijnst om op fietsvakantie te zijn. Voorzieningen als campings en hotels zijn al of nog open, maar de grote drukte is er nog niet!



[Climatelist](#)



[Weather Spark](#)



[Climates to Travel](#)



China - veel sneeuw op weg naar de pas



Canada - dagenlang druilerig weer in de Rockies

Mexico - te warm om te fietsen



### **[Gratis] overnachten bij fietsliefhebbers**

Er zijn op deze aardbol heel wat fietsliefhebbers, die een slaapplek aanbieden aan vakantie- en wereldfietsers. De meest bekende organisatie is Warmshowers. Het principe is zo dat je er gebruik van kan maken, maar dat je zelf ook een slaapplek aanbiedt aan fietsers. Deelname is verder gratis en communicatie gaat tussen jou en je potentiële host. Dit kan via een app of via de website van warmshowers. De ongeschreven regel is dat je als tegenprestatie je host 'entertaint' met mooie verhalen van je fietsreizen en daar moet je natuurlijk wel zin in hebben na een lange dag fietsen!

Wij hebben er sporadisch gebruik van gemaakt, enerzijds omdat het moeilijk plannen is, anderzijds omdat we zelf niets te bieden hebben. En nog een derde punt was dat we er niet altijd zin in hadden om 'te gast' te zijn. Als stel heb je vaak al genoeg aan elkaar, reis je alleen dan is het sociale contact natuurlijk wel heel prettig.

Naast warmshowers, is er nog couchsurfing, maar deze organisatie is meer gericht op backpackers. In Zuid- en Midden-Amerika heb je dan nog de zogenaamde 'casa de ciclistas', wat puur gericht is op vakantie- en wereldfietsers.



Warmshowers



Casa de Ciclistas



Couchsurfing



CBT Yurtstay Kyrgyzstan



Vrienden op de fiets

### **Vrienden op de fiets**

Dichterbij huis, maar niet kosteloos kun je gebruik maken van 'vrienden op de fiets'. Om hier gebruik van te maken, moet je je eerst aanmelden als vriend (hier zijn kosten aan verbonden), daarna kun je gebruik maken van zo'n 6000 gastvrije fietsliefhebbers in heel het land.

### **Yurtstays**

In de stan-landen en Mongolië heb je organisaties die de lokale bevolking steunen door homestays en yurtstays aan te bieden. Naar gelang de kwaliteit van je verblijf, betaal je een vast bedrag voor je overnachting met avondeten en ontbijt. Het is een hele leuke manier om kennis te maken met de lokale bevolking en slapen in een yurt heeft ook wel wat!



Kyrgyzstan - overnachten in een yurt bij Svetlana en haar familie.

## KLASSIEKE ROUTES

Wereldfietzers in spé kiezen meestal voor een van de drie klassieke routes voor hun grote avontuur. Ontmoetingen met gelijkgestemden vormen dan ook een deel van het avontuur en zo zul je regelmatig met andere fietsers opfietsen. Natuurlijk zijn er variaties op de routes en kun je erop los combineren als tijd en geld geen rol spelen.

### Over de Zijderoute naar Azië

Misschien wel de meest gekozen route; van huis uit naar het Oosten en maar zien waar de reis eindigt. Overland reizen door landen met een rijke cultuur, afgewisseld door prachtige berglandschappen en eindeloze vlaktes. Het is ook een route waar je flexibel moet zijn, omdat het verkrijgen van een visum een uitdaging kan zijn. Het vereist planning en je krijgt daarbij ook te maken met extreme klimaatwisselingen. Ook zijn er voor de meeste mensen taalbarrières wat het reizen moeilijker kan maken. In Turkmenistan en Kazachstan is het een race tegen de klok, omdat deze landen alleen visa afgeven voor een zeer beperkte tijd. En reizen in Tibet mag alleen onder begeleiding en in groepsverband, als het al mag. Maar het idee van gewoon de deur achter je dicht trekken en steeds verder van huis fietsen is zeer aantrekkelijk. Naar China? Of misschien wel door naar Australië en Nieuw-Zeeland?

Beste moment om uit Nederland te vertrekken:

maart - april

### Afrika: van Caïro naar Kaapstad

Nog een populaire overland-route: Afrika van Noord naar Zuid, dwars door het continent waar de fiets het meest populaire vervoersmiddel is. Deze klassieke route begint voor de meesten in Egypte en de afstand ligt rond de 12.000 kilometer. Je fietst door Egypte, Sudan, Ethiopië, Kenya, Tanzania, Malawi, Zambia, Botswana, Namibië en Zuid-Afrika. Op dit moment is het helaas niet mogelijk om met de fiets in Caïro te geraken, dus je zult een stuk moeten vliegen.

Er zijn ook fietsers die via de westelijke kant naar Kaapstad fietsen, maar reizen worden vaak onderbroken door visum-perikelen en onrust. Het maakt het daarom geen eenvoudig continent om door te steken, vooral wanneer je de westelijke route wil fietsen. Afrika is overigens ook niet goedkoop, dus houdt daar rekening mee. En dan heb je de vele verhalen van stenen-gooiende kinderen in Ethiopië, dus wees daarop voorbereid.

Een positieve noot is dat je in Afrika open landschappen vindt, imposante berggebieden doorkruist en wilde dieren een onvergetelijke indruk achterlaten.

Beste moment om noordelijk Afrika door te steken:

oktober - april

#### Tip:

✓ Neem cash (dollars) mee, pinnen kan een probleem zijn (bv. Iran)

## SLOTWOORD

Wat begon als een handreiking is uiteindelijk uitgegroeid tot dit uitgebreide handboek voor vakantiefietzers en wereldfietzers. Elke keer als een klant in de winkel een specifieke vraag had of wanneer iemand me iets vroeg tijdens een lezing, bedacht ik me 'dat moet ook in het boek!'. Soms discussieerden Marco en ik over een onderwerp en hadden we nieuwe inzichten. Zo werd de handreiking alsmaar dikker en uitgebreider en besloten we er uiteindelijk een boek van te maken.

Het doel van het boek is om (toekomstige) vakantiefietzers en wereldfietzers te informeren en te inspireren. Met die doelen in ons achterhoofd hebben we naast feiten vooral ook onze eigen jarenlange ervaring als wereldfietzers gedeeld. We hebben het boek ook aangevuld met foto's en korte anekdotes om je zo als fietser te inspireren en ideeën te geven.

De inhoud is verder aangevuld, geschrapt en verbeterd door Chantal de Wit en Elmar van Drunen. Het boek had overigens nooit tot stand gekomen zonder de kennis van Marco de Wit. Ik vond het geweldig om dit allemaal te leren, te delen en om er iets moois van te maken.

Heel veel fietsplezier!  
Ellen van Drunen

