



OFFICE POLONAIS TOURISME  
POLOGNE TOURISME  
7975

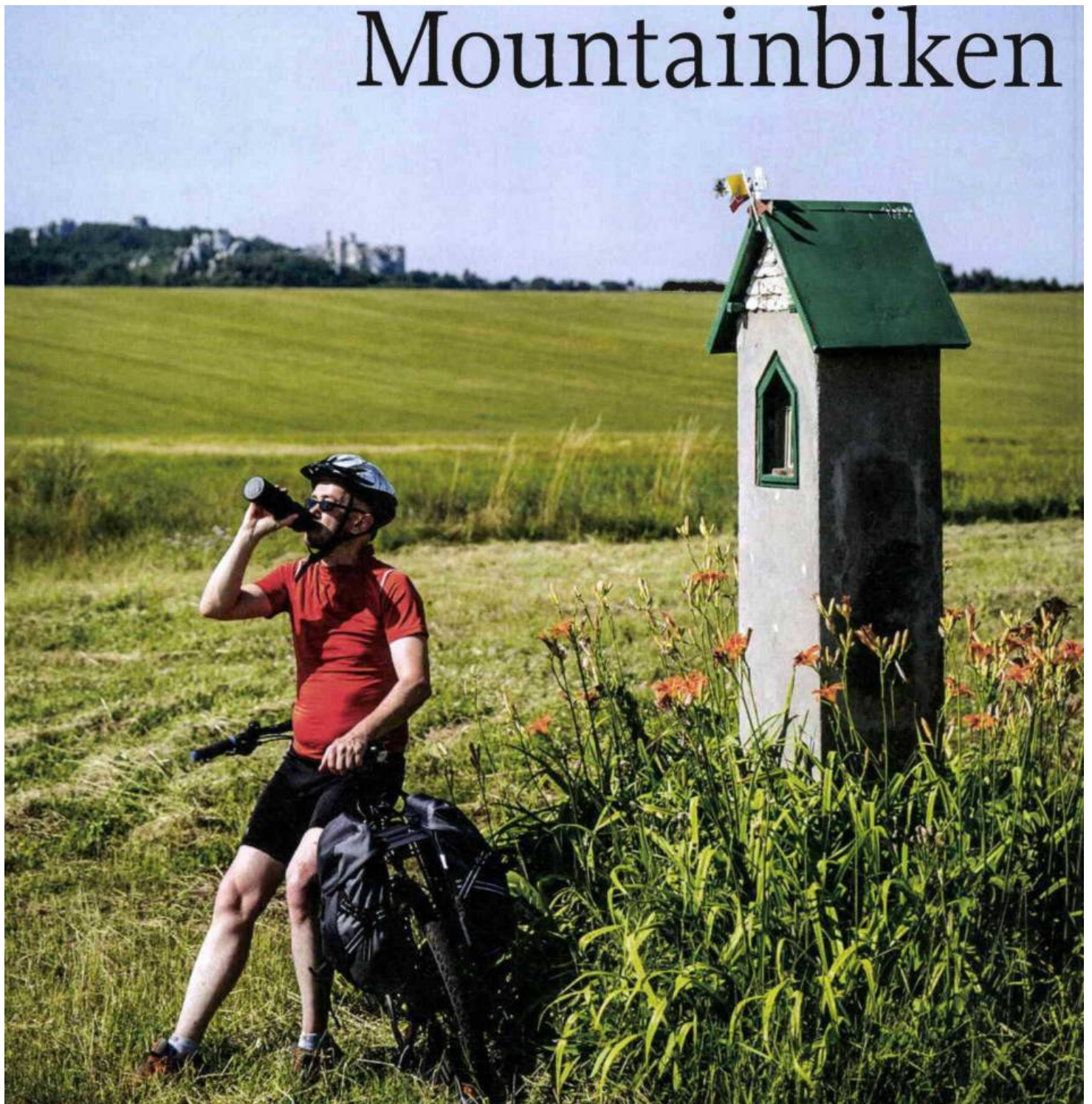


**Pasar**  
01.09.2015  
Page: 38-45

Circulation: 51156

3997  
9cb3bf  
**AVE: 15988,00 €**

# Mountainbiken



©Auxipress s.a./n.v.



# langs Poolse kapelletjes en kastelen

TEKST AART DE ZITTER – FOTO'S THOMAS DE BOEVER

Casimir de Grote: nooit van gehoord? Hij was de laatste van de grote koningen van Polen en leefde in de veertiende eeuw. Ter bescherming van zijn welvarende land tegen de doldrieste Sileziërs (in Bohemen, het huidige Tsjechië) liet Casimir enorme kastelen bouwen op de rotslijn tussen Krakau en Czestochowa. Vandaag kan je per fiets of mountainbike langs die 'adelaarsnesten' rijden.

**O**f hier dan werkelijk níemand leeft? We beginnen het ons serieus af te vragen. Al zo'n drie uur bollen we met onze mountainbike over kaarsrechte, nieuwbakken fietspaden naar Zarki. Het is één van de vele, vaak onogelijk kleine dorpjes die kriskras verspreid liggen langs de Adelaarsnestenroute. Dat is een route die van Krakau (in het zuiden van Polen) naar het centraal-Poolse pelgrimsoord Czestochowa loopt. Het is een netwerk van goed gemarkeerde fiets- en mountainbikeroutes en wandelwegen over een kalkstenen hoogplateau: volgens veel Polen meteen een van de mooiste stukjes Polen. Ze vergelijken de regio met de Franse Jura en zijn die daarom ook 'Jura' gaan noemen.

Maar wij laten ons door die benaming niet verwarren. We zijn vertrokken in Podzamcza, ergens halverwege tussen beide grote steden. We schudden er de harde bouwvakkershand van Wojcek Latacz, leraar Engels en een van de weinige Engelstalige fietsgidsen die de regio rijk is. We laden onze bagage in twee fietstassen en een rugzakje, en trotseren de opvallend hete zon als we van ons wat fake ogende indianenkamp Kielkowic naar het eerste van de kastelen langs de fietsroute trappen. Langzaam pedaleren we bergop. Wie kastelen wil zien, moet tegen de warmte kunnen.

## Een gezin en een garnizoentje

Waarom vind je zo veel kastelen op dit hoogplateau? Wojcek geeft de historische uitleg: 'Koning Casimir III de Grote leefde van 1310 tot 1370. Hij maakte van Polen een sociaal, cultureel en economisch rijk land, met dank aan de zoutmijnen in de buurt van Krakau. Het is onder zijn bewind dat er op de kalkstenen heuvelrug tussen

Krakau en Czestochowa kastelen werden gebouwd. Niet om er de plaatselijke adel luxelevens te laten leiden, wél om Polen tegen mogelijke invallen vanuit Silezië in Bohemen te beschermen.' Die Sileziërs, dat waren nog eens ruwe grofgebekte atheïsten. Niks hadden ze in Polen te zoeken. Versterkte burchten moesten hen dat diets maken. Meestal gaat het om kleine kastelen, groot genoeg voor één gezin en een klein garnizoentje soldaten.

Alles samen zouden er zo tussen de twintig en de dertig kastelen gebouwd zijn. De tand des tijds heeft van de op kalkstenen rotsen opgetrokken bouwwerken niet altijd veel heel gelaten. Maar het kasteel van Ogradzieniecki is wél groot én behoorlijk doortastend gerenoveerd, met dank aan een serieuze financiële injectie van de Europese Unie. Het is meteen een van de toeristische topattracties in zuidelijk Polen. We parkeren onze mountainbikes aan de ingangspoort en wandelen de versterkte burcht binnen én rond. De grillige structuur van de natuur heeft de constructie van de kastelen duidelijk bepaald. Het lijkt alsof de rotsen op een natuurlijke manier in de dikke stenen muren overlopen. Hun bouw en hoge ligging zorgden voor hun benaming: 'adelaarsnesten'. Het zicht van boven op de glooiende natuur rondom is heerlijk. We lopen even de folterkamer binnen, al was het maar om van de deugddoende koelte te proeven. We luisteren er naar het verhaal van de geest van het kasteel. Een vroegere eigenaar was zo wreedaardig dat hij linea recta naar de hel verdoemd werd in de gedaante van een hond. Vandaag nog altijd bewaakt de geest van die hond de resterende waardevolle stukken van het kasteel van Ogradzieniecki.

>>>



Bijna aangekomen bij het kasteel van Ogródzieniecki.



Pruttelende prazonki moet ons calorieniveau terug op peil brengen.

#### Kleine kapelletjes en verdwaalde Duitsers

We kruipen weer de mountainbike op. Langs duidelijke bordjes – rood-wit gemarkeerd – fietsen we verder noordwaarts. Het hele traject telt ongeveer 160 kilometer. Maar vergis je niet: het gaat haast continu lichtjes bergop en bergaf, en vaak lopen de paden door bossen en over zanderige wegen. Wie het traject makkelijker wil maken, kiest beter voor de 'gewone' fietsvariant. Zelf zwijgen we en trappen we in een laag verzet langs graanvelden. Geregeld komen we kleine kapelletjes tegen, zinderend in de zomerse hitte. Polen is nog altijd een van de meest katholieke landen ter wereld, en dat zal je ook al fietsend

geweten hebben. Wojcek – verrassend genoeg zelf een protestant – verklaart: 'Die kapelletjes deden vroeger dienst als herkenningspunt op de pelgrimsweg naar Czestochowa.' Vandaag zijn ze het kruid dat de regio zijn eigen visuele smaak geeft. Het valt ons op hoe weinig

mensen we langs de fiets- en mountainbikepaden tegenkomen. 'En toch', weet Wojcek, 'wint fietsen aan populariteit. Noem het onze inhaalbeweging tegenover het Westen. We hebben een zittend leven, en kunnen ons vandaag een fiets permitteren. Een gezondere en fittere levensstijl maakt zijn opgang'. Als we al fietsers tegenkomen, zijn het meestal Polen, en af en toe wat verdwaalde Duitsers. Het is een verlatenheid die ons vermoeide hoofd bijzonder veel deugd doet. We rijden over grindwegen die door de warmte droog en stofferig zijn. Dan duiken we een dicht woud in. Heerlijke fietspaadjes die klimmen en dan weer voor zalige afdalingen zorgen.

Het valt ons op hoe weinig mensen we langs de fiets- en mountainbikepaden tegenkomen.

#### Stoofpot in de vlammen

Lunchen doen we bij Tomas, de baas van Zajazd Biala Skala, een nieuw restaurantje in Karlin. Ook hier lijkt het weer alsof we alleen op de wereld zijn. Wanneer hebben de Polen dan vakantie, willen we weten. 'Nu', antwoordt de waard laconiek. Hij maalt er niet om dat er weinig volk is, zijn rodebietensoep is er niet minder lekker om. Tomas' ronde buik is de schodderend-gelukkig levende publiciteit voor de keuken van Silezië. Roulade van rundvlees met aardappelnoedels. Maar ook prazonki! Pardon-ki? Prazonki is de culinaire trots van Silezië, en zeker en vast van Wojcek himself. 'Ik kook vanavond voor jullie mijn lievelingsgerecht', belooft hij, als we aankomen in de zeer mooie B&B Podlesice 38 in Podlesice. Het huis wordt gerund door de ook in het Nederlands succesrijk vertaalde auteur Wojciech Kuczok en zijn vrouw, de journaliste en cineaste Alina Markiewicz. Achteraan in hun tuin komt Wojcek met een zwarte gietijzeren pot aanzeulen. Onderaan komt een dikke laag spek, daarboven aardappelen, uien en worsten. Voor de subtielere of lichtere gerechten ben je hier aan het verkeerde adres, denken we, maar als de pot wordt dichtgeschroefd – een oude variant van onze snelkookpan – en de pot in de vlammen van het kampvuur wordt geknikkerd, komen heerlijke dampen en geuren vrij. Veertig minuten pruttelen en de prazonki is etensklaar. Boerenkost op oude Poolse wijze, begeleid door een glas – of waren het er twee – Tyskie, de ster onder de Poolse bieren.

>>>

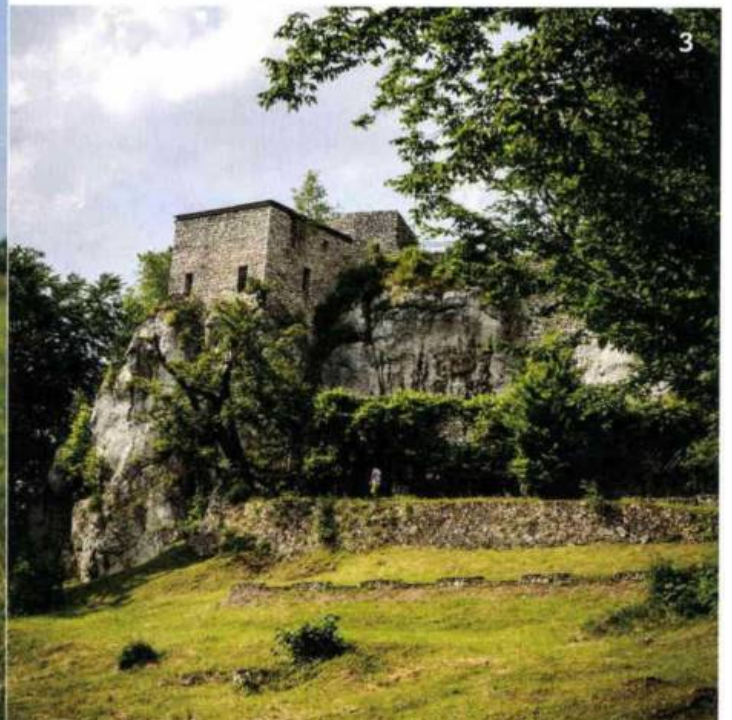
1. Vanop het kalkstenen hoogplateau is het genieten van fantastische vergezichten.
2. Kaarsrechte fietspaden loodsen ons langs ontielig kleine dorpjes.
3. Sommige van de kastelen langs de Adelaars-nestenroute liggen er wat verloren bij.



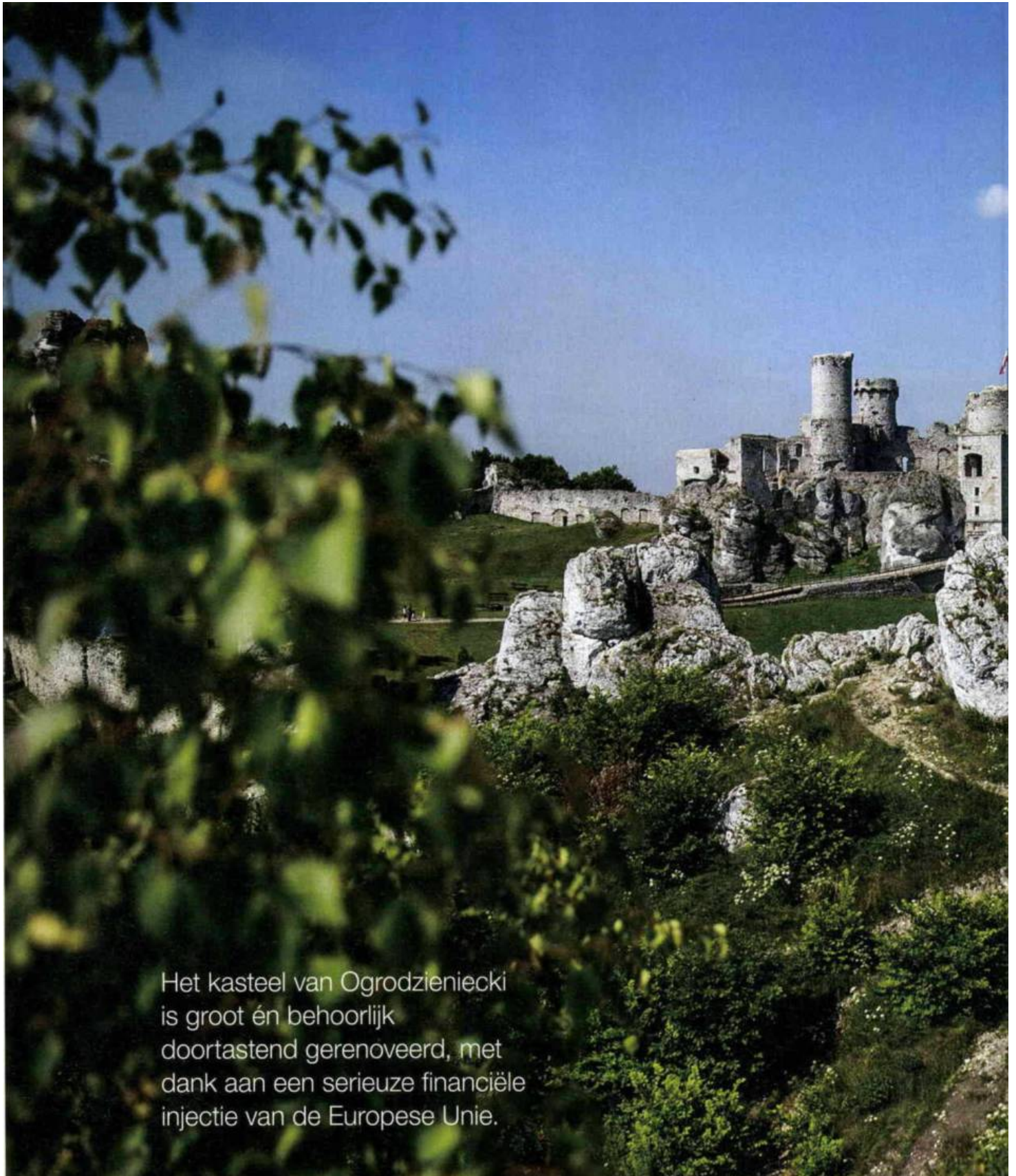


## Een minder bekend –ië: Silezië

Zegt Silezië je niet meteen iets? Niet verwonderlijk, het is een bij ons onbekende regio in het zuiden van Polen, schurkend aan de grens met Tsjechië. Silezië wisselde in de loop der tijden enkele keren van staatkundig gezag, maar is vandaag dus bijna volledig Pools (met nog enkele brokjes in Tsjechië en Duitsland). De meest gekende stad is Wrocław. Het noordelijke deel is een laagvlakte, maar zuidelijk is Silezië bergachtig. In het zuidelijke deel liggen Katowice en Częstochowa. De Sileziërs zijn met ongeveer 5,6 miljoen en spreken vooral Pools.







Het kasteel van Ogrodzieniecki  
is groot én behoorlijk  
doortastend gerenoveerd, met  
dank aan een serieuze financiële  
injectie van de Europese Unie.





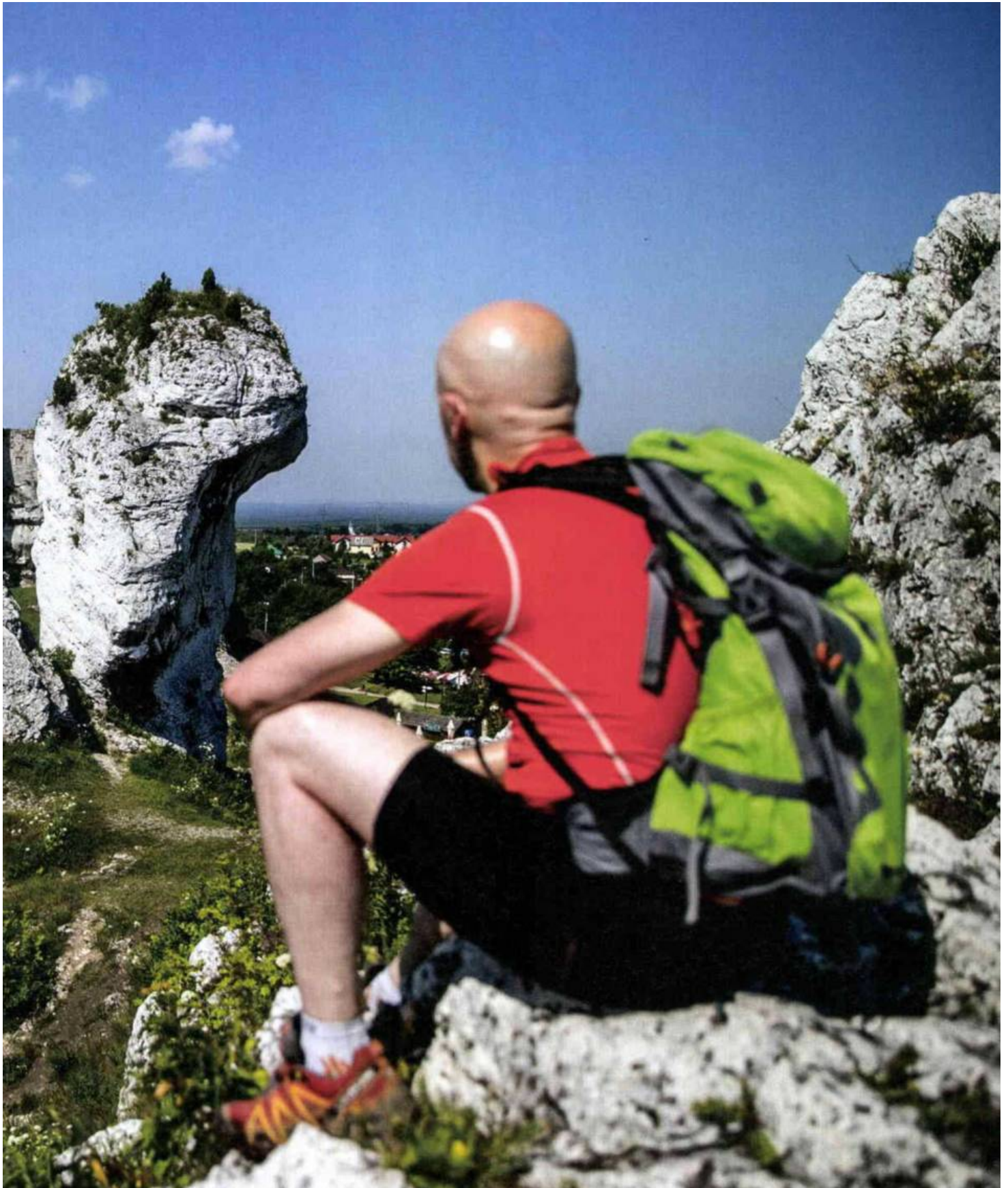
OFFICE POLONAIS TOURISME

POLOGNE TOURISME

7975

Pasar

01.09.2015



©AuxiPress s.a./n.v.





Luxeus logeren bij een auteur en cineaste in Podlesice.



Soms loopt de route langs smallere, kronkelende paadjes.

#### Het Disneykasteel van dienst

Veel tijd voor een Poolse ochtendkater krijgen we niet. We fietsen naar een volgend adelaarsnest. Door kleine dorpjes, voorbij boeren op veel te oude tractoren, langs oude vrouwtjes-met-hoofddoek in de schaduw van hun grote huizen, voorbij slaperige katten, maar evenzeer door dichte naaldwouden, over zanderige holle fietswegen en dwars door tarwefeldes gaat het naar Zdów, een dorpje van – alweer – niks. Hier ligt het sprookjesachtig aandoende kasteel van Bobolice. Na de omwenteling van 1989

werd het door een oude boer geclaimd. Hij kreeg het en verkocht het meteen door aan Jaroslaw Lasecki, ondernemer en senator 'met een ego dat een kasteel nodig heeft'. Die gooide er een deel van zijn in de retailsector verdiende fortuin tegenaan en katte het om tot een stek met ware Disney-allures. Een beetje té

gerenoveerd naar onze smaak, maar in het felle blauw van de lucht en tegen de achtergrond van gulzig-groene bossen is het hier heerlijk verpozen.

#### Elke dag mis

We fietsen nu door het epicentrum van de Adelaarsnestenroute. Niet ver van Bobolice vinden we twee kastelen vlak bij elkaar. Volgens de legende behoorden de ruïnes toe aan twee broers. Tot die ruzie kregen over een liefje, en één van de twee de andere vermoordde en het meisje levend in de muren metselde. Vandaag blijven van die treurige miserie

niet veel meer dan wat vervallen stenen over, en dus houden we geen halt maar trappen we verder over de kalkstenen Jurabergruggen. In Zrebice pauzeren we aan een kleine houten kerk. Bij ons zou zo'n kerkje al lang opgegeven zijn, maar pastoor Włodzimiers Bialek leest er nog elke dag de mis. Om vijf uur 's namiddags. Het is vier uur, dus we kiezen voor een korte variant, knielen voor een houten bankje en prevelen een schietgebed tot de maagd Maria. Of ze alstublieft wil zorgen voor droog weer. Want buiten wordt het onweerachtig-zwoel. 'Op zondag hebben we zelfs twee misvieringen', roept Bialek ons enthousiast na, als we aan ons laatste stuk van het traject naar Olsztyn beginnen. Ook dit kasteel ziet er eerder vervallen uit. Het valt op dat een groot aantal van de kastelen langs de Adelaarsnestenroute in eerder slechte staat zijn: ze zijn oud én bovendien is kalksteen niet echt zeer weerbestendig. Maar de sfeer van de vele vaak tot ruïne verworpen adelaarsnesten blijft puur en oud. Zwaluwen scheren rakelings langs de groezelige, dikke witte muren. We stoppen op het marktpleintje van Olsztyn. Ons dagtraject van ongeveer zestig kilometer zit erop. Morgen fietsen we naar Czestochowa. Eén van de grootste bedevaartsoorden ter wereld, lezen we ter voorbereiding. Met dank aan de Zwarte Madonna. De Maagd Maria heeft ons gebed vandaag alvast verhoord: het enige nat van deze middag zijn de zweetdruppels op onze moegefietsde ruggen. Een halve liter Tyskie moet het lage vochtgehalte weer op peil brengen.

<<

We fietsen naar een volgend adelaarsnest, door kleine dorpjes, voorbij boeren op veel te oude tractoren, langs oude vrouwtjes-met-hoofddoek.



# MOUNTAINBIKEN IN Polen



Silezië is een regio in Centraal-Europa, die vandaag voor het grootste deel in Polen ligt, met kleine deeltjes in Tsjechië en Duitsland. De streek strekt zich uit aan weerszijden van de rivier de Oder.

## ERHEEN

Uitgangspunt voor wie langs de adelaarsnesten wil fietsen, is Krakau in Zuid-Polen.

- **auto:** de afstand Brussel-Krakau bedraagt 1.300 kilometer, toch zo'n 12 uur rijden.
- **vliegtuig:** vanuit Brussel vliegt Brussels Airlines drie keer per week rechtstreeks naar Krakau, met Ryanair gaat het vijfmaal per week vanuit Charleroi naar Krakau. [www.brusselsairlines.be](http://www.brusselsairlines.be), [www.ryanair.com](http://www.ryanair.com)

## FIETSEN

- Overschat je eigen kunnen niet. Beperk de dagtrajecten per mountainbike tot zo'n vijftig kilometer. Het gaat bergop en bergaf, en je fietst met bagage.
- Tijdens de zomer kunnen continentale winden voor veel hitte zorgen. Neem genoeg water mee!
- Muggen houden ook van Silezië, vergeet dus de muggenmelk niet.
- Je kan een gids huren, maar de goed bewegwijzerde fietspaden, samen met een goede stafkaart (die je bij de toeristische diensten kan kopen) en een basiservaring in oriëntatie maken het uitstekend haalbaar om op eigen houtje te fietsen.

## ETEN & DRINKEN

- 1 Zajazd Biala Skala:** neem je tijd voor een relaxte lunch in dit nieuwe restaurantje in het muisstille Karlin. Ongetwijfeld een van de betere eetgelegenheden in Silezië. Ul. Karlińska 42. 42-400 Zawiercie, Karlin. [www.bialaskala.pl](http://www.bialaskala.pl)
- 2 Restauracja Pod Bazantami:** als je even de tijd hebt in Krakau, boek dan een tafeltje in dit restaurant aan de rand van het groene Ocjow-natuurpark. Al meer dan veertig jaar een van de toppers, geroemd door beroemdheden uit de hele wereld. Ideaal voor een traditionele lunch in een rustige omgeving. Ul. Wesota 108. 32-089 Prądnik Korzkiewski. [www.podbazantami.com.pl](http://www.podbazantami.com.pl)

## DOEN!

- 3 Kasteel van Ogródzieniecki:** zowat dé toeristische trekpleister van zuidelijk Polen. Slenter er rond, drink een koffie, plof neer op een bankje en zie toeristen voorbjslenteren. Zamkowa, 42-440 Ogródzieniec.
- 4 Kasteel van Bobolice:** welkom in Disneyland! Het nabijgelegen restaurant biedt een fantastisch uitzicht op het kasteel én serveert lekkere hapjes. Jura Krakowsko-Częstochowska, 42-320 Niegowa.
- 5 Verlaat Polen niet zonder een extra dag (of twee) in Krakau.** Een heel gezellige stad, met een mooi oud centrum, gezellige restaurantjes en fijne, betaalbare hotels.

## SLAPEN

- 6 B&B Podlesice 38:** wij waren bijzonder gecharmeerd door de mooie, frisse kamers en het heerlijke ontbijt op het terras van dit met veel smaak gerenoveerde landhuis. Sla een praatje met één van de bekendste schrijvers uit Polen, Wojciech Kuczok. Kamers vanaf circa € 200 per nacht. Je kan er alleen cash betalen. 42-425 Podlesice 38 [Gmina Kroczyce]. [www.podlesice38.pl](http://www.podlesice38.pl)  
Langs het fietstraject vind je tal van B&B's. Reserveren is overbodig, bel gewoon overdag om je kamer vast te leggen.



**Reporter Aart ging voor Pasar naar Polen:**  
'Als je deze route fietst, ga dan zeker naar Auschwitz, vlak bij Krakau. Niet meteen opbeurend, maar het zou zonde zijn om het Auschwitz-Birkenau Memorial en Museum links te laten liggen.'



## LEZEN

Het boek *Beerput* van de ook naar het Nederlands succesrijk vertaalde auteur Wojciech Kuczok.

## MEER INFO

- [www.orlegniazda.pl](http://www.orlegniazda.pl): alle nuttige info over de regio tussen Krakau en Częstochowa vind je op deze website. Daar kan je ook je fietsroute samenstellen.
- [www.polen.travel](http://www.polen.travel): plan je reis met de site van de Poolse Dienst voor Toerisme.
- Toeristische Dienst Silezië: [www.slaskie.travel/en-US](http://www.slaskie.travel/en-US). Ook: [www.silesia.travel](http://www.silesia.travel)

**GA NIET NAAR HUIS ZONDER...**

...ergens een prazonki te eten: een stoofpot met (veel) aardappelen, gerookt spek, worst, ui en koel.

