

# Rad, Zelt und Insellandschaft

Tropische Wälder und Sandwüste, Vulkanlandschaft und Meer:  
Die Kanaren bieten viel Abwechslung für alle, die dem neuen  
Bikepacking-Trend verfallen sind

Text/Alexander Wolff  
Fotos/Matteo Minelli

## Cycling the Canaries

From tropical forests to deserts, volcanic landscapes  
and the sea, the Canary Islands' diversity makes them  
a unique destination for the new bikepacking trend









**A**vocado und Sauerteigtoast, Elektrostrom und Auto, Netflix und Winterabende: Es gibt Dinge, die sind einfach wie für einander gemacht. Nur dauert es manchmal etwas länger, bis sie zusammenfinden. Auch Fahrradfahren und die Kanarischen Inseln sind so ein Traumduo, das erst vor Kurzem zueinander fand. Jedenfalls für normalsterbliche Radler wie uns.

Sportprofis wie der viermalige Tour-de-France-Gewinner Chris Froome oder der Deutsche Emanuel Buchmann kommen mit ihren Teams schon seit Jahren nach Gran Canaria, Teneriffa und Lanzarote. Bei ganzjährig mildem Klima hetzen sie schwitzend Vulkanhänge hinauf, sausen Serpentina hinab und bereiten sich so auf die Königsklasse der Radrennen vor: Tour de France, Giro d'Italia, Vuelta a España.

Die Inselgruppe im Atlantik bietet perfektes Trainingsterrain: Auf kurzer Strecke geht es vom Strand bis über die Wolken. Berge mit Steigungen von deutlich mehr als 20 Prozent bringen Zweiradathleten in Topform. Zudem tanken die Profis in hochgelegenen Hotels reichlich Sauerstoff. Der erhöhte Sauerstoffgehalt im Blut ermöglicht Höchstleistungen.

Aber man muss nicht zur Radsport-Elite gehören, um die Kanaren per Drahtesel zu erkunden. Internetforen und -blogs sind inzwischen randvoll mit Erfahrungsberichten begeisterter Amateure. Der Biker Matteo Minelli hat dafür eine verblüffend einfache Erklärung: „Das Fahrrad hat die perfekte Reisegeschwindigkeit. Es ist langsam genug, damit man die Inseln wirklich kennenlernt und ihre Schönheit entdeckt, und schnell genug, um auch das große Ganze zu sehen“, erklärt der gebürtige Italiener. Hinzu kommt, dass neue Materialien und Technologien Räder und Ausrüstung immer leichter machen.

Some pairings are perfect: avocado and sourdough, electricity and cars, Netflix and long winter evenings. Sometimes it just takes a while for them to find each other. Cycling and the Canary Islands is another recently formed dream duo – at least for us average riders.

Professional cyclists such as four-time Tour de France winner Chris Froome and Germany's Emanuel Buchmann have been visiting Gran Canaria, Tenerife and Lanzarote with their teams for years. The Canaries provide ideal training terrain, with short distances leading from the ocean and beach to above the clouds. Visiting athletes get on top form by riding up mountains that top 3,000m with gradients exceeding 20% – with all the benefits of high-altitude training.

But you don't have to belong to cycling's elite to explore on two wheels this cluster of Spanish islands in the

Atlantic. Internet forums and blogs brim with enthusiastic amateurs' experiences. The local government and tourist industry are increasingly attracting holiday cyclists. Aficionado Matteo Minelli has a surprisingly simple explanation as to why: "Bikes have the perfect cruising speed: slow enough to really get to know the islands and discover their beauty beyond the beaches

and fast enough to see the big picture," he says. What's more, new materials and technologies are making bikes and their equipment ever lighter. You can now hit the road with relatively light baggage even on trips that last for days.

Matteo arrived from Italy in 2007. The 45-year-old initially took a surf holiday on Lanzarote. But bikes had long been his passion and he made the island his home when he found it to be ideal cycling territory. The engineer and web developer has explored the islands' dusty lunar landscapes and forested off-road trails by mountain bike, gravel bike and his enduro motorbike.

"You can spend days alone on the road here without seeing a soul. It's pure adventure," says Matteo. He has amassed a wealth of local knowledge from his many trips.

**„Auf kurzer Strecke geht es vom Strand bis über die Wolken“**  
 “Short distances lead from the ocean to above the clouds”





**Oben:** Fahrt durch das  
Anaga Biosphären  
Reservat auf Teneriffa  
**Hier:** Der Garajonay  
Nationalpark auf La  
Gomera

Above: Riding through  
Anaga biosphere reserve  
on Tenerife  
This picture: La Gomera's  
Garajonay National Park

### **Auftanken in Lanzarote**

Tapas und fangfrischen Fisch dort essen, wo es sich die Einheimischen schmecken lassen? Im El Lago kein Problem! Das unscheinbare Restaurant in Arrieta, im Nordosten Lanzarotes, bietet das Beste der lokalen Küche und dazu einen wunderbaren Meerblick – ein absolutes Highlight nach einem langen Tag im Sattel.

–

### **Refuel in Lanzarote**

Tempted by freshly caught fish and tapas with the locals? El Lago is just the place. This unassuming restaurant in Arrieta, north-east Lanzarote, serves the best of local cuisine with a side helping of stunning sea-views. A real tonic after a long day in the saddle.

**CALLE DE LA CALETA DE CAMPO 27, 35542 ARRIETA**



## Ausblick genießen auf Gran Canaria

Der 67 Meter hohe Wolkenfels (Roque Nublo) krönt das UNESCO-Biosphärenreservat im Zentrum der Insel. Knapp 2.000 Meter geht es hinauf, bevor man die heiligen Berge der Guanchen, der Ureinwohner der Kanaren, entdecken kann, inklusive unzähliger Höhlen und uralter Tempelanlagen.

### Enjoy the views in Gran Canaria

At 67m tall, Roque Nublo (Cloud Rock) crowns the UNESCO biosphere reserve at the heart of Gran Canaria. An almost 2,000m climb reveals the sacred mountains of the Canaries' indigenous people the Guanches, including countless caves and ancient temples.



Selbst auf mehrtägigen Touren ist man inzwischen mit relativ leichtem Gepäck unterwegs.

Matteo kam 2007 auf die Kanaren, anfänglich nur für einen Surfurlaub. Aber auch wegen seiner lebenslangen Liebe zum Zweirad wurde Lanzarote zu seiner neuen Heimat. Mit dem Mountainbike, Gravelbike und seinem Enduro-Motorrad erkundet der Ingenieur und Webentwickler seither die staubigen Mondlandschaften und waldigen Offroad-Strecken der Inseln. „Tagelang kann man hier unterwegs sein, ohne jemandem zu begegnen. Das ist pures Abenteuer“, sagt Matteo (45) begeistert.

Auf unzähligen Touren hat er eine riesige Menge an Ortswissen angehäuft. Als dann die Corona-Pandemie und der Lockdown kamen, hatte er Zeit, eine Website zu bauen, um sein Wissen zu teilen. Das Ergebnis: *granguanche.com* – eine digitale Schatztruhe voller Routenpläne, Fahrzeiten und Logistik-Tipps. Seitdem hat Matteo viel zu tun. Immer mehr Rad-

The coronavirus pandemic and lockdown gave him the time he needed to build a website sharing his knowledge. The result is *GranGuanche.com* – a digital treasure trove of detailed route plans, accommodation tips, ferry times, sites and shops along cycling routes.

Matteo has been kept busy ever since. More and more bikepackers are downloading his routes and getting in the saddles of their packed bikes. Riders who dare to tackle the steep inclines are rewarded with the Canaries' uniquely varied sights: untouched nature, historic villages, deserts, bizarre stone scenery, tropical forests and mighty volcanoes.

Depending on the rider's preference and bike type, there's a Gravel Route (including road and off-road), a fully off-road Trail Route and a fully paved Road Route. Most cyclists get started in relatively flat Lanzarote and take a detour to the small island of La Graciosa. Then it's on to Fuerteventura, Gran Canaria, Tenerife and possibly El Hierro or La Palma. The volcanic eruption on the latter



wanderer laden sich seine Routen aus dem Internet herunter. Wer sich die Höhenmeter zutraut, wird mit der einmaligen Vielfalt der Kanaren belohnt: unberührte Natur, alte Dörfer, Sandwüsten, bizarre Steinlandschaften, tropische Wälder und Vulkane.

Je nach Vorliebe und Fahrradtyp gibt es eine Gravel-Route (sowohl Straße als auch Gelände), Trail-Route (ausschließlich offroad) und Road-Route (komplett asphaltiert). Die meisten Radwanderer starten auf dem vergleichsweise flachen Lanzarote und machen einen Abstecher zur kleinen Kanareninsel La Graciosa. Weiter geht es auf Fuerteventura, Gran Canaria, Teneriffa und wahlweise El Hierro oder La Palma. Wenn der Vulkan auf letzterer Insel gerade viel Asche spuckt, erschwert das allerdings das Radeln. Fähren verbinden alle sieben Inseln mehrmals täglich miteinander. Matteo schätzt, dass der Fahrradtourismus entlang seiner Strecken den Kanaren bislang rund 200.000 Euro eingebracht hat.

Für alle, die wahrlich ein Rad ab haben, organisiert er das Audax, ein Fahrradrennen mit dem Ziel, innerhalb weniger Tage eine 600 bis 800 Kilometer Strecke quer über die Inseln zurückzulegen. Die Abfahrtszeiten der Fähren geben den Takt vor. Um das Audax (zu Deutsch: kühn) zu gewinnen, müssen es die Teilnehmer so früh wie möglich auf die Boote schaffen. Bis auf ein GPS-Gerät und einen Tracker gibt es keine Unterstützung. In Shops und Tapas-bars können sich die Fahrer mit Wasser, Kaffee und *bocadillos* (Sandwiches) mit Serrano-Schinken versorgen. Mancher nächtigt im Schlafsack unter freiem Himmel – „eine ganz besondere Erfahrung“, berichtet Matteo, denn wenig Kunstlicht sorgt auf den Kanaren für einen klaren Blick in den Sternenhimmel. Am 19. März findet das Audax Gravel statt, anmelden kann man sich noch bis Mitte Januar.

Doch Matteo warnt: „Die Berge haben es in sich.

has made riding some of its route unpleasant though, the air heavy with ash particles. Ferries connect all seven islands several times a day. Matteo estimates that bike tourism on his routes has so far generated around €200,000 for the Canaries.

He also organises the Audax cycling race for hardcore cyclists who aim to ride 600km to 800km across all the islands within a few days. The ferries' departure times set the pace. To win the Audax (meaning brave) race, cyclists have to board the boats as early as possible. A GPS device and tracker are their only support. Riders can stop at local shops and tapas bars for water, coffee and the typical *bocadillos con jamón serrano* (serrano ham sandwiches). Some even spend the night outside in sleeping bags after a tough day of racing, which Matteo describes as “a very special experience” – the Canaries have very clear, starry

skies thanks to a relative lack of artificial light. The Audax Gravel takes place on 19 March with registration open until mid-January. But Matteo warns: “These mountains are in a league of their own. The Audax is an ultra-cycling race for well-

trained and technically experienced riders.”

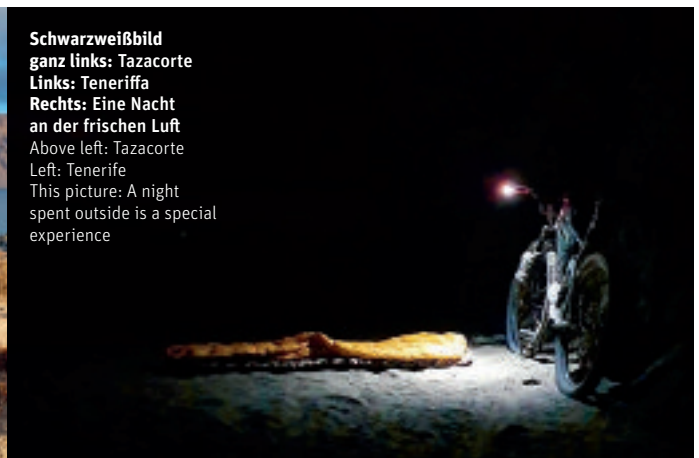
It may be better to follow Helena Vercaemst's example and take a more leisurely approach to exploring Europe's unique climbs and descents. A child psychologist from Belgium, she spent 15 days cycling the Trail Route by mountain bike. We chat towards the end of 2021, a few days after her trip finished, and her eyes are still aglow from the experience.

Sunsets over a volcano, clear starry nights, Lanzarote's lunar landscape and the crazy contrasts of El Hierro are still fresh in her memory. “One minute I have to dismount the bike because it's too steep and windy, and the next I find myself back in a flat desert having to take a break in the shade,” says the 28 year old. Some days she was up before dawn, to give herself time. She cycled to the beach when the mood took her. On some stretches she saw nobody for hours and felt like the only person in the world.

## „Radfahren hier ist pures Abenteuer“ “Cycling here is pure adventure”



Schwarzweißbild ganz links: Tazacorte  
Links: Teneriffa  
Rechts: Eine Nacht an der frischen Luft  
Above left: Tazacorte  
Left: Tenerife  
This picture: A night spent outside is a special experience





Belgierin Helena Vercaemst genoss ihre Tour auf Matteo's Routen  
 Rechts: Las Palmas' St Ana Kathedrale auf Gran Canaria  
 Belgian Helena Vercaemst enjoyed her tour along Matteo's trails  
 Below right: Las Palmas Cathedral on Gran Canaria

Das Audax ist ein Ultracycling-Rennen für trainierte und technisch erfahrene Radler.“

Dann lieber eine entspannte Radtour quer durch die schönen Inseln, dachte sich Helena Vercaemst. Die belgische Kinderpsychologin war mit ihrem Mountainbike 15 Tage auf der Trail-Route unterwegs. Als wir Ende 2021 miteinander sprechen, ist sie gerade erst heimgekehrt. Der Funke des Erlebten leuchtet noch hell in ihren Augen.

Sonnenaufgänge auf dem Vulkan und sternenklare Nächte, die Mondlandschaften Lanzarotes und die wilden Kontraste El Hierros sind noch tafrisch in ihrer Erinnerung. „In einem Moment muss ich vom Rad absteigen, weil die Strecke zu steil und windig ist, im nächsten Moment finde ich mich in einer flachen Sandwüste wieder und muss eine Pause im Schatten machen“, berichtet die 28-Jährige. Um Zeit zu haben, bricht sie manchmal vor Sonnenaufgang auf. Steht ihr der Sinn nach Strand, fährt sie einfach hin. Auf manchen Abschnitten sieht sie stundenlang niemanden, kommt sich vor, wie der einzige Mensch auf der Welt.

Allerdings hat ihr die Schönheit der Kanaren physisch und mental einiges abverlangt. „Das ist das Besondere am Bikepacking“, sagt Helena, „alles ist intensiver. Die Natur ist wunderschön, die Anstrengung enorm, die darauffolgende Freude umso größer.“ Und das Essen? „Jede Mahlzeit, jedes abendliche Bier schmeckt unglaublich gut.“

Nur einmal, da zerlegt es ihr nach einem Sturz das Schaltwerk. Weil sie allein unterwegs ist, braucht sie die Hilfe von Ortsansässigen. Die sind zum Glück sofort zur Stelle. In einem Fahrradladen in Playa Blanca auf Lanzarote lässt sie ihr Rad reparieren. Weiter geht's. Ob sie daran gedacht hat, aufzugeben? „Natürlich ist das ein wichtiger Aspekt beim Bikepacking“, sagt Helena. „Das Leben ist nie ohne Risiko. Wer bereit ist, aus seiner Komfortzone herauszutreten, wird mit einer Erfahrung fürs Leben belohnt.“

## Ausbessern in Fuerteventura

Der Fuerteventura Bike Shop in Gran Tarajal ist eine sichere Bank für alles rund ums Rad. Von Fahrradkleidung bis zum brandneuen Rennrad ist alles vorhanden und – ganz wichtig – Ersatzteile hat Besitzer Rubén Calvo meistens auf Lager. Auf der gut gemachten Internetseite kann man verschiedenste Räder ausleihen.

### Repair in Fuerteventura

The Fuerteventura Bike Shop in Gran Tarajal is a haven for all things bike-related. It sells everything from cycling kit to brand-new racing bikes. Importantly, owner Rubén Calvo usually has spare parts in stock. You can even hire a variety of bicycles online via the well-designed website.

**FUERTEVENTURABIKESHOP.COM**



FOTO (OBEN LINKS): HELENA VERCAEMST

Yet the Canaries' beauty demanded a lot from her, both physically and mentally. "That's the special thing about bikepacking," explains Helena. "Everything's more intense. The nature is beautiful, the exertion is huge – and it makes the joy afterwards even greater." And the food? "Every meal and every evening beer tastes very good."

When a slight fall left her bike with a damaged derailleur, the solo cyclist sought assistance from the locals. Luckily help was immediately at hand. Helena had her bike repaired at a bicycle shop in Lanzarote's Playa Blanca before setting off again. Did she ever consider giving up? "Of course, but that's an important aspect of bikepacking," she says. "Life is never risk-free. If you're willing to step outside your comfort zone, you're rewarded with a memory for life."

➔ **Gran Canaria, La Palma, Lanzarote**