Disentis
Walhalla voor Freeriders

De wintersportplaats Disentis ligt in het Zwitserse kanton Graubünden en is 'the place to be' voor freeriders. Waar in oorden als St. Anton of Chamonix de maagdelijke sneeuwhellingen binnen een paar uur 'verspoord' worden, kun je in Disentis de gehele dag verse sporen blijven trekken. • TEKST ARJEN DE GRAAF FOTO'S: MACHIEL DE GRAAF

Disentis ligt redelijk afgelegen en is te bereiken met de auto via Zürich – Chur of via Bern – Andermatt en vervolgens met de autotrein de schitterende Oberalppas over. Samen met buurman Sedrun biedt het twee leuke, kleine skigebieden met elk ongeveer 7 liften. De grote cabinebaan (die overigens in de zomer van 2007 vervangen wordt) brengt de skiërs naar het bergstation van Caischavedra op 1863 meter. Vanaf hier brengen twee stoeltjesliften en een sleper je naar 2833 meter, net onder de Péz Ault. Echt moeilijk wordt het nooit in het skigebied van Disentis. Goed geprepareerde blauwe en rode pistes lopen terug naar Caischavedra of richting Dadens en Puozas, waar je je in een prachtig amfitheater waant.

In het rustige dorp zelf valt alleen het schitterende klooster, de oudste Benedicten Abdij van Zwitserland, op. Ook op de pistes is het heerlijk relaxt: althans voorlopig. Er zijn plannen om midden in Gotthard basistunnel (met 57 kilometer één van de langste tunnels ter wereld) een station te bouwen, de Porta Alpina. Hiervandaan gaat een lift naar het 900 meter hoger geleden Disentis-Sedrun. De regio wordt daardoor binnen een uur bereikbaar vanaf

Zürich en Milaan. Een ambitieus plan, bedoelt om de Retroromaanse regio uit het economische slop te trekken.

Leren skiën in de poedersneeuw

Tijdens ons verblijf in Disentis maken we kennis met de ABS techniek van skigoeroe Ernst Garhammer. Hij ontwikkelde een techniek, die je onder andere in staat stelt om binnen één week door de poedersneeuw te skiën.
'Andrehen, Beugen en Strecken' zijn drie onderdelen van de techniek, die resulteren in één vloeiende beweging. Basisprincipe is dat jij controle hebt over de ski's en niet andersom. Om dit te bewerkstelligen wordt vanuit het bovenlichaam geskied. Met het indraaien van de arm wordt de bocht ingezet. Stokinzet heeft geen effect, kost echter wel energie en is dus overbodig. De andere arm draait richting de berg. Belangrijk punt is dat je vrij breed met de armen staat. Het onderlichaam en de ski's volgen vanzelf.

Ik beschouw mezelf als een redelijk gevorderde skiër, maar de eerste kennismaking met de ABS techniek loopt niet bepaald vlekkeloos. De andere gasten in mijn groep lachen. "Wacht maar, over een paar dagen heb je het onder de knie."

Off-piste routes

De volgende dag starten we op de Lai Alv (2506 m) en zetten we onze sporen op de maagdelijke helling. Swingend kom ik de berg af en voel de poedersneeuw in mijn gezicht spatten. Die ABS techniek is zo gek nog niet! De volgende dagen neemt Ernst ons mee op fantastische off-piste routes. Hoewel hij net terug is van een week helikopter skiën in de Kaukakus, bezweert hij dat hij in Disentis de beste afdalingen van het hele seizoen heeft gemaakt. Hoewel ik aan het begin van de week bijzonder kritisch was, ben ik ervan overtuigd dat de ABS je beter en gemakkelijker leert skiën in de poedersneeuw . En freeriden is toch het mooiste dat er is? ◉

Binnen een week leer je hier door de poedersneeuw te skiën.

Plus

+ Rustige verblijfplaats
+ Hotspot voor freeriders

Min

- Klein skigebied
- Weinig après-ski

INFORMATIE

Sedrun Disentis Tourismus
Via Alpsu 2
7180 Disentis/Mustér
Tel. 0041 81 920 30 20
Fax. 0041 81 920 30 29
E-mail: info@disentis-sedrun.ch
Internet: www.disentis-sedrun.ch

SKIËN

Hoogte: 1227-2833 m
Pistes: 60 kilometer skipistes, 1 cabinelift, 3 stoeltjesliften, 5 sleepliften
Skipas: Disentis: 6 dagen volw € 134, kind € 93

INFORMATIE ABS CURSUS

Garhammer Skitours Nederland
Tel. 0318-637125
Internet: www.garhammer-skitours.de
E-mail: oosterkamp@kalyontrading.nl