# PERSBERICHT

**Gouda, oktober 2015**

**Barbados on a budget: top tips voor non-celebs**

**Barbados: eiland van ultraluxe resorts, smashing golfbanen en vakantievierende celebs zoals powercouple Posh en Becks. Klopt, maar deze Caribische bestemming heeft ook een heel andere, betaalbare kant. Daarom: tips voor Barbados on a budget.**

**Overnacht in een guesthouse of B&B**Heb je geen €5500,- voor een nachtje penthouse in Sandy Lane, Barbados meest exclusieve hotel? Geen probleem. Barbados heeft ook prima, sterrenloze guesthouses en appartementen die heel betaalbaar zijn. Verwacht eenvoudig ingerichte, schone accommodaties op uitstekende locaties meestal gerund door locals. Een guesthouse is er al vanaf zo’n €30,- per dag. Tips zijn onder meer: Guesthouse Dolphin Inn en Villa Marie, bij de laatste slaap je met z’n tweeën voor €70 per nacht. Surfers kiezen voor Gemini House B&B, gelegen tussen Silver Sands Beach en Long Beach, ultieme surfspots. De laatste boek je vanaf €55 per nacht.

**Leef je uit bij een BBQ**De Caribbean cuisine van Barbados is wereldvermaard. Er zijn veel high-end (en dure) restaurants zoals The Cliff of Cin Cin by the Sea, maar met een kleiner budget eet je ook meer dan goed down-to-earth Bajan food. Ga om te beginnen BBQ’en met de beste grillmasters. Friday Oistins Fish Fry is vaste prik voor locals en toeristen om te genieten van Mac Pie (macaroni-kaasschotel) en gegrilde vis. Gewoon op je slippers een grote visschotel met een biertje verorberen doe je al voor €15,-. Of kies voor een intiem eettentje zoals Cariba, Caribisch eten met een twist, vanaf €25,-euro voor een hoofdgerecht.

**Subliem Bajan streetfood**Barbados staat bekend om z’n sublieme streetfood. Op straat eten, uit het vuistje, is de manier om de lokale eetcultuur te leren kennen en locals te ontmoeten. Streetfood staat op het eiland overigens voor meer dan een ‘snelle bite’. Denk eerder aan een driegangenmenu met erwten en rijst, salade, vlees of vis dat vers wordt geserveerd vanuit een rollende keuken. De allerlekkerste gegrilde vis vind je bij de Pentecostal Church in Paynes Bay, met gebakken aardappelen en salade voor ongeveer €10,-.

**Slurp uit een kokosnoot langs de weg**Met zoveel palmbomen ontkom je niet aan het slurpen uit een kokosnoot. Vers kokoswater koop je overal voor een prikkie op Barbados, gewoon langs de weg. Verse sappen vind je onder meer bij de Raw Juice Bar in Christchurch waar je ook heerlijk, gezond eet of bij Hastings Farmer market waar je lokale fruitsoorten, groenten en vers gebakken brood koopt. Alles handmade, inclusief kantenklare Bajan-gerechten om mee te nemen naar het strand.

**Drink rum in kleurrijke local rum shops**Van kokoswater naar rum is op Barbados maar een kleine stap. Barbados is rum-eiland pur sang. Overal vind je intieme, kleurrijke rumshops die Mount Gay Rum verkopen, het eilandmerk. In een rumshop komen locals bijpraten over cricketwedstrijden bij een glas jonge of stevige old fashion rum. Tips: Rum Shakers in een achterafstraatje in Browne’s Gap, een knusse rumshop met restaurant en tuin, Gag’s Hill Rum Shop Bathsheba en Lil Boy Shop in Chimborazo aan de oostkust. Voor €7,- koop je al een fles rum.

**Get stoked! Ga golfsurfen**Als je dan toch op Barbados bent, dan moet je een golfsurfmiddag inplannen. Barbados is ‘surf heaven’! Ga naar Barry’s Surf bij Dover beach, huur een plank en neem een les. Voor €65,- ben je een hele dag onder de pannen en leer je de fijne kneepjes van het surfen en ‘riding the waves’. Een surfplank huur je vanaf €110,- per week.

**Zie een zonsondergang**Voor niets gaat de zon op. Ook op Barbados waar de zonsondergangen legendarisch zijn. Zoals bij The Barbados Boardwalk in het zuiden van het eiland. Gegarandeerd een van de beste Caribische zonsondergangen in een rustige omgeving, weg van de buzz en drukte die je op veel andere stranden vindt.

**Zonnen op wereldstranden**Op Barbados zijn alle stranden openbaar en gratis, voor ligbedden parasols moet je wel betalen. Dit hoeft niet altijd veel te kosten: zo huur je bij Boatyard op Carlisle Bay een loungebed met parasol voor €8,50. Drink en eet je er iets, dan trekken ze dat bedrag er weer van af. Crane Beach is al vaak uitgeroepen tot een van de mooiste stranden ter wereld. Andere mooie stranden zijn Gibbes aan de westkust, Accra Beach en Enterprise beach nabij het vissersdorp Oistins.

**Zwem met zeeschildpadden en zie paarden zwemmen**Aan het einde van de middag komen bij Paynes Bay aan de westkust de catamarans terug van een dag zeilen. Een echte samenschoolplek voor zeeschildpadden waar je tussen kunt gaan zwemmen. Bij Carlisle Bay kun je vrijwel dagelijks een spectaculair schouwspel zien met paarden die de zee ingaan om te zwemmen en af te koelen.

**Snorkelen en strandpicknick**Regel een snorkel en voor nop ontdek je de onderwaterwereld van Barbados. Zoals bij Folkestone Marine Park nabij Holetown met een kunstmatig rif ontstaan vanwege het gezonken schip Stavronikita. Regel een picknick met producten uit de lokale supermarkt of van Hasting Farmer market en je hebt de hele dag fun voor weinig.

**Tour over het eiland met de bus, een ZED-R of Mini Moke**De goedkoopste vorm van transport op Barbados is de bus, in gele en blauwe kleuren. De bussen zijn goedkoop, veilig en betrouwbaar. Je betaalt $1.50 per rit, ongeveer €0,75 en ze rijden van ’s ochtends vroeg tot ’s avonds laat, behalve op zondagen. Of ga voor een crazy bus ride met een ZED-R, een ritje met deze grote, privé taxibussen kost 1,-ongeacht de afstand. Je krijgt er Bajan-muziek en een gezellige Barbados-chauffeur bij. Nog een laatste tip: huur een geinige Mini Moke, een cabrio beach buggy en ontdek de ruige oostkust, vanaf zo’n $88,-, ongeveer €40,-, per dag, onder meer te huur bij Stoutes Car Rental.

Algemene toeristische informatie over Barbados is te vinden op [www.visitbarbados.nl](http://www.visitbarbados.nl/) of [www.visitbarbados.be](http://www.visitbarbados.be/). Vind ons ook op Facebook [www.facebook.com/BarbadosNL](http://www.facebook.com/BarbadosNL) en Twitter [www.twitter.com/BarbadosNL](http://www.twitter.com/BarbadosNL)

*Over Barbados:  
Het eiland Barbados biedt de meest authentieke Caribische ervaring dankzij de levendige cultuur en rijke geschiedenis, geworteld in een idyllisch landschap en omringd door spectaculaire stranden. Dat Barbados meer biedt dan zon, zee en strand bewijzen talloze internationale evenementen zoals de Mount Gay zeil regatta, Barbados Food & Wine and Rum festival, Top Gear Festival Barbados en verschillende sportevenementen. Op het bruisende Barbados is voor iedereen passende accommodatie te vinden: van pittoreske plantagehuizen tot luxe villa’s, van bed & breakfast tot award winnende vijfsterren hotels.*

*Voor de volledige evenementenkalender en overige algemene informatie, zoals een overzicht van to-do’s, de mooiste stranden, restaurants en praktische informatie, zie* [*www.visitbarbados.nl*](http://www.visitbarbados.nl) *(of .be).   
Er zijn diverse snelle verbindingen vanuit Amsterdam via Londen Gatwick of Manchester naar de hoofdstad Bridgetown met British Airways en Virgin Atlantic. Condor vliegt via of vanaf Frankfurt naar Barbados.*

**Noot voor de redactie, niet voor publicatie:**

Beeldmateriaal is te downloaden op <http://www.travelproof.nl/perskamer.html>  
Meer informatie en/of beeldmateriaal via Joke Maassen, tel. 0182 - 55 05 31 of [prteam@travelproof.nl](mailto:prteam@travelproof.nl)

De Barbados perskit '15 met algemene informatie is te bekijken of te downloaden via <http://travelproof.nl/perskits.html>

