



Rabobank

Tel. (078) 6 531 531

www.rabobank.nl



ELECTRO SUPPLY B.V.
electrotechnische groothandel

Leverancier van:



- Installatiekabel
- Datakabel
- Stuurstroomkabel
- Schakelmateriaal
- Installatiemateriaal
- Technisch installatiemateriaal
- Verdeelkasten
- Verlichting



WIJ ZORGEN VOOR DE JUISTE VERBINDING!

Malachiet 100
Tel.: 078-6305656
E-mail: cb@electrosupply.nl

3316 LD Dordrecht
Fax: 078-621 1766
www.electrosupply.nl

Het rondje Sella....



gemaakt. Helaas lag daar op het smalste punt iemand op de grond. Wat er precies gebeurd was, was niet duidelijk te zien. Het leek er op of de rijdsters terplekke onwel was geworden. Er was een hoop geschreeuw en gescheld omdat mensen door wilden fietsen en anderen juist even wilden stoppen om wat te eten of een jackje aan te trekken voor de afdaling. Er was echter niet genoeg ruimte zeker niet omdat er iemand op de weg lag.

We hebben dus maar snel een jasje aangetrokken en een stuk koek genomen en daarna direct doorgereden. Aan het begin van deze afdaling lagen nog meer verpakkingen van eten als de vorige. Dus opletten tijdens het eerste deel van de afdaling. Een stuk verder naar beneden lagen er helaas nog steeds her en der stenen. Sommige schenen die stenen niet te zien of het kon hun niet schelen. Ze gingen met een noodgang naar beneden. Andere zagen de stenen duidelijk wel en mindere vaart in de afdaling. Alles leek echter nog steeds goed te gaan. We hoorden wel in de verte sirenes van ambulances en ook was er nog steeds het lawaai van de helikopters.

En dan de **Gardena**, tijdens het "trainingsrondje" vonden Jan en ik dit allebei de leukste en de mooiste klim. Dit was ook de laatste klim van het eerste rondje als deze ook nog goed zou gaan dan waren we goed op weg. Halverwege zou een verzorgingspost zijn. We hadden afgesproken daar even te stoppen. Het eerste stuk van de klim was wat pittiger dan gedacht maar daarna kwam gelukkig de stop. Hier was van alles en nog wat aan eten en drinken van de organisatie te krijgen. Water, sport drank, taart, broodjes etc etc. Er stonden echter ook lokale mensen van hotels en restaurants op deze plek om stukken kaas en vlees uit te delen. Jan had een broodje voor ons gehaald en de bidons bijgevuld terwijl ik even een sanitaire stop had gehouden. Het was erg druk bij deze verzorgingspost dus na het broodje opgegeten te hebben zijn we door gereden.

Hierna volgde weer het stuk vlak langs de rotspartijen. Even genieten en even het tot je door laten dringen dat we nu toch werkelijk de tocht aan het rijden zijn. Door alle drukte en door al het spektakel zou je dat zomaar vergeten. Vreemd ook dat dit het ergens precies was zoals ik het me voorgesteld had en tegelijkertijd zo totaal anders. Maar genoeg nagedacht er moest weer geklommen worden. Helaas was er deze keer niemand achter ons die zei dat hij kapot was en ons tempo niet kon volgen, maar deze klim is zo mooi dat je hem lachend kunt rijden. De top van de Gardena! Dat was het dan de laatste klim van het eerste rondje en direct door om af te dalen naar Corvara voor de tweede ronde.

In de afdaling werden we nog ingehaald door een ambulance. Zouden ze de fietsster van de Sella dan eindelijk afgevoerd hebben of zou dit alweer een ander slachtoffer zijn?

In Corvara mochten we achterlangs de finish weer richting de Campolongo. Bij de finish was het erg druk en gezellig. Vele mensen reden alleen de 55km en die waren nu dus ook klaar en aan het feesten. Daar hadden wij geen tijd voor we moesten 'snel' door.

De tweede ronde

De **Campolongo** ging nu toch een stuk makkelijker, maar ja inmiddels hadden we deze klim ook al een paar keer opgereden (gedeeltelijk opgelopen en bekeken vanuit onze hotel kamer). Er waren nu ook veel minder deelnemers die tegelijk met ons naar boven reden. Wel kreeg ik de indruk dat er nu veel meer mensen langs de kant van de weg stonden om aan te moedigen. Tenminste het eerste deel van de klim zodra de bebouwde kom verlaten werd waren er alleen nog maar bloemen en vlinders om ons heen. Ik ga ervan uit dat niemand zit te wachten op nog een beschrijving van deze klim dus we gaan gelijk door naar de top.

Daar was een verzorgingspost, waar we onze bidons ververs hebben en nog wat te eten hebben genomen. Even gekeken naar de laatste sms berichten. Zijn we nog op schema? En hoe gaat het met de anderen en dan verder met de afdaling naar Arabba voor het deel van de tocht dat we nog niet gezien hadden.

Ik had begrepen dat het tot de passo Giau veelal vlak was met enkele stukjes dalen en vals plat maar dat het door de harde wind toch best een lastig stuk was. De weg liep langs de berg en er was inderdaad veel wind maar voor mijn gevoel ging het toch overal flink naar beneden.



Naast ons lag een diep dal met leuke dorpjes, met schitterende kerktorens (je moet er maar oog voor hebben). De weg ging uiteindelijk zoveel dalen dat ik toch maar even gestopt ben om mijn helm weer op te zetten (ja ik weet ook niet hoe dat kon hoor die was ineens zomaar af). We hadden inmiddels wel zoveel gedaald dat de Giau wel zwaar moest zijn want alles moest natuurlijk ook weer omhoog getrapt worden.

Ik wist eigenlijk niet precies hoe lang dit gedeelte was maar ik had op de kerkklokken onderweg wel gezien dat we niet meer zoveel tijd hadden om tot het punt van de splitsing te komen. Als je daar niet op tijd was moest je de 110 km gaan rijden. Dus nog maar even flink doortrappen

De weg ging weer wat omhoog en het werd nu ook behoorlijk warm. Niet te veel bij nadenken maar! Vooral je blijven concentreren op het fietsen. Waar blijft die splitsing nu toch? Nog een bocht en nog een bocht en weer een stukje om laag en omhoog. Daar in de bocht verder op langs de berg daar is een klein weggetje naar rechts en daar staan wat auto's en motoren zou daar dan de splitsing zijn??? Ja hoor daar was de splitsing en we waren op tijd. Je kon toch wel merken dat de mensen die het laatste stukje om ons heen gereden hadden, toch ook wel zenuwachtig waren geweest om het te halen. Maar het was nog gelukt. Jan stelde de vraag nog: " Wat gaan we doen?" Wat gaan we doen!! Niet nadenken en doortrappen natuurlijk! 😊
"Jan, we gaan het gewoon proberen en we zien wel waar we stranden."

Wat volgde was een stuk door de donkere bossen wat wel aangenaam was omdat het daar lekker koel was. Er zouden tussen Arabba en Passo Giau twee kleinere klimmetjes zitten hadden gehoord van de mensen die de route met de auto verkend hadden. Dit was ook te zien op de route beschrijving. De eerste klim hadden we gemist, wel gereden maar niet echt doorgehad blijkbaar.

Wat volgde was **Santa Lucia**. Aan het begin van deze klim was het niet duidelijk of dit nu al de Giau was of niet. Eigenlijk liep de klim wel lekker dus het kon bijna niet de Giau zijn. Wel zagen we nu vele fietsers die van de fiets af moesten of zwalkend over de weg gingen. Iemand riep dat dit niet Giau was maar Santa Lucia en even later zagen we ook inderdaad dat dit Santa Lucia was.



Best zwaar maar wel 1 van de mooiste stukken van de route en op zo een mooie route als dat de Dolomieten marathon is zegt dat wel iets.

Bovenaan was weer een verzorgingspost. Even een glaasje ijsthee en een zakje energiedrank. Daarna snel weer verder, langs een schitterend panorama en vervolgens weer een heel eind naar beneden, dus toch maar weer dat ding op mijn hoofd gezet.

De dood of de gladiolen

Nou ja de dood of de gladiolen...eigenlijk was het meer stoempen of stilstaan en de gladiolen waren waarschijnlijk al uren geleden uitgedeeld aan de winnaar.

Daar was hij dan toch de **Passo Giau**, afslaan naar links en voor het geval je nog even mocht twijfelen al snel was het duidelijk dat niets anders dan het lichtste verzet mogelijk was om boven te komen. De pas lag tussen de bomen in een zeer smal dal. De zwaarste en helaas ook de minst mooie pas. Duidelijk was te zien dat velen om ons heen al behoorlijk hadden afgezien en dan nog de Giau er achteraan. Af zien, af zien en nog eens af zien. De klim was echt loodzwaar. En dan te bedenken dat dit onze hobby is. (Nu hoor, terwijl ik dit schrijf niet, dat bedacht ik me niet tijdens de klim.) Nergens was de klim ook maar iets minder steil, totdat we ergens met een bruggetje over een beekje gingen. Er waren daar al wat meer rijders gestopt en ook Jan stond hier. Even op adem komen, even iets drinken op je gemak. En toen.... kwam ineens de Servizio di Scopa langs, de bezemwagen. Lichte paniek om ons heen. Vele fietsers dachten dat ze over de tijdslimiet zaten. Even snel inlichtingen gevraagd en het bleek dat we nog gewoon door konden fietsen maar dat de weg wel al was open gegooid voor het verkeer. Dit betekende helaas wel dat er in 1 keer enorm veel motoren langskwamen en vele auto's. Dit maakte het klimmen nog lastiger met alle uitlaatgassen en de drukte ineens van auto's en motoren tussen slingerende fietsers.

De klim bleef zwaar en saai en ook nog opvallend druk met fietsers. Dit laatste was opvallend want de stukken ervoor waren veel rustiger geweest. Vanaf nu zagen we ook steeds dezelfde fietsers terugkomen. Het geeft toch een bijzonder gevoel om zo samen met elkaar die laatste zware cols te rijden. Dat gevoel dat je samen hebt is eigenlijk moeilijk te omschrijven.

Na nog wat zware haarspeldbochten volgde een tunnel/ galerij en daarna begon de klim steeds kaler te worden. Blijven stoempen, fietsen kon je het eigenlijk nog nauwelijks noemen ook al ging ik nog niet slingerend over de weg zoals sommige mensen om ons heen. Het weer werd ook steeds grauwer en de kilometers begonnen nu toch ook wel te tellen. Nog iets verder op werd de top zichtbaar. Het leek echter wel of de top geen meter dichterbij kwamen. De paaltjes langs de weg die aangaven op welke kilometer je van de klim je zat leken een oneindige afstand van elkaar verwijderd te staan terwijl het in werkelijkheid maar 100 meter was. Nog 1,5 km tot de top en nu begon je ook de wind flink te voelen. Hier zo boven op 2000+.... Meter was het zelfs behoorlijk fris. Nog een bocht hoeveel waren het ook alweer in totaal?? Nog twee bochten te gaan maar die bleken dan weer een behoorlijk stuk uit elkaar te liggen. Werkelijk deze klim leek eindeloos te zijn. Gelukkig was dit niet het geval en bovenaan stond Jan op me te wachten. Hij nam zijn hoed euh helm voor mij af (echt waar voor degene die het niet geloven check de online films!) Ik neem mijn hoed af voor iedereen die deze klim opgekomen is na de lange tocht die eraan vooraf ging.

Bovenaan was het grijs en behoorlijk fris bovendien waren ze de boel al aan het afbreken dus niet echt aantrekkelijk om te blijven staan. Alleen even wat enervit (best goed spul) gedronken en een jasje aangetrokken klaar voor de volgende afdaling. Alleen probleempje waar is Jan nu? Zoeken zoeken naar een renner in zwart met rood shirt. Hij zou toch niet doorgereden zijn... nee dat kan ik me totaal niet voorstellen. Hee daar is hij weer wel met een geel jackje aan, kijk zo raak je elkaar kwijt hé. Gelukkig elkaar op tijd gevonden, tijd om nu eindelijk eens te gaan dalen. Deze afdaling lag me eigenlijk heel goed, dwars door de bossen en de weg was op enkele fietsers na leeg. We daalden zo al snel naar het laagste punt. Helaas zagen we onderweg dat het dalen niet voor iedereen even goed verlopen was. Er lag iemand op een brancard langs de kant van de weg met een nekkraag om. Het ambulance personeel stond op hun gemak voor de ambulance terwijl de patiënt op de brancard erachter lag. Later hoorden we dat de man er blijkbaar al een tijdje lag omdat de eerste van het molgroepje hem ook al hadden zien liggen. Waarom ze nu de ambulance er was niet weg gingen was een raadsel.



Na de afdaling volgde een stuk vlak tussen de bossen waarna de weg weer begon te klimmen dit was de start van de **Falzarego**, de weg kronkelde nog steeds tussen de bomen. De zon kwam er ook weer door en die scheen nu pal op de weg waar we reden. De klim was een brede lange rechte weg geworden met aan weerszijde bomen. De warmte bleef nogal tussen de bomen hangen en er was daar ook geen zuchtje wind. Gelukkig werd het na verloop van tijd een stuk minder steil en leek de weg her en der zelfs iets te dalen. Toen de klim weer iets steiler werd, zijn we even gestopt om wat te drinken en te kijken hoeveel tijd we nog over hadden. Door het opengooien van de weg hadden we toch de indruk gekregen dat we op de rand van de tijdslimiet reden. Dit bleek echter niet het geval te zijn dus we konden met een gerust hart doorfietsen.

Er volgden nog wat lastige haarspeldbochten maar daarna waren we bij de volgende verzorgingspost. We gaan het halen! Met dat idee wordt het fietsen ineens nog leuker. De verzorgingspost lag net om de hoek van de top en daarna was er geen afdaling maar gelijk de volgende pas. Ik was gewaarschuwd dat deze **Valparola** nog erg gemeen was ook al was hij dan niet zo lang. Deze klim was echter wel 1 van de mooiste stukken van de hele tocht. Hier rijd je echt tussen de steile rotsenwanden waar de Dolomieten zo om bekend zijn. Rechts van ons lag nog een beetje sneeuw (echt waar heren er lag sneeuw!).

Nog 1 afdaling, niet zo'n hele mooie maar het einde was in zicht. Niet het einddoel want het



doel was een mooie dag hebben en een schitterende fietstocht hebben. En helaas hoe dichterbij de finish in zicht kwam hoe sneller er een einde zou komen aan die mooie dag. De afdaling was wel aardig maar zeker niet de mooiste van de dag. Jan dacht nu gaan we zo snel mogelijk naar beneden om zo snel mogelijk bij de finish te zijn. Daar schrok ik nogal van en dan is dalen niet meer zo fijn. Beneden werd de weg wat glooiend in de richting van La Villa. Niet echt mooi meer dus maar even doorknallen zodat we weer snel op de doorgaande weg van La Villa naar Corvara zouden zijn. Het stuk daarnaar toe was ook helemaal niet interessant en dat stuk was voor mijn gevoel ook nog behoorlijk lang. Eindelijk reden we dan la Villa binnen, nog een stukje door het dorp en dan linksaf. Licht klimmend naar Corvara. Hoewel dat licht klimmend nu toch behoorlijk zwaar aanvoelde. De zon was weer volop gaan schijnen dus het was erg warm, het was druk op de weg met autoverkeer en fietsers die al terug reden van de finish naar hun hotel, kortom tijd dat deze tocht over was.

Onder de vlag/ het vod van de laatste kilometer door nog even verwarring over waar we nu precies heen moesten rijden in Corvara en toen reden we het laatste rechte stuk naar de finish op. Het was gedaan! Het zat er op, de zender werd van onze sturen geknipt en iedereen kreeg zijn finisher-pin aangereikt.





Alweer een afspraak gemist met uw fietsvrienden

Als accountants en belastingadviseurs kunnen wij u veel werk uit handen nemen. Wij bieden u een brede zakelijke dienstverlening en staan u op alle mogelijke gebieden bij. Van het controleren en samenstellen van jaarrekeningen tot fiscaal-juridische dienstverlening, advisering op bedrijfseconomisch gebied en administratieve ondersteuning.

Daarnaast begeleiden wij u bij zaken als estate planning, bedrijfsopvolging en overnames. Belangrijke aspecten van onze dienstverlening zijn korte lijnen en direct contact tussen u als cliënt en onze terzakekundige. Meer informatie vindt u op www.verstegenaccountants.nl.



VERSTEGEN
accountants en belastingadviseurs

Dordrecht : Noordendijk 189, Postbus 574, 3300 AN Dordrecht, Tel. 078 648 15 55, e-mail info@verstegenaccountants.nl

Na de tocht

Ongelofelijk en onwaarschijnlijk het was voorbij. Deze gedachte is nog vele dagen / weken door mijn hoofd blijven spoken. Ik weet nog de eerste keer dat we samenkwamen in ons clubhuis. Het leek zo ver weg en zo ongelofelijk zware rit. Eigenlijk leek de rit zo onhaalbaar op dat moment... en dan heb je het gedaan en goed volbracht. De rit zit erop en op dat moment denk je totaal niet aan hoe zwaar het was (tenminste ik niet). De enige gedachte was wat een mooie dag is het geweest en heb ik het nu werkelijk gedaan?? Ik had de tocht gereden precies zo als ik het wilde, niet kapot gaan en optimaal genieten. Even kwam de gedachte op dat het misschien best sneller had gekund maar dat hebben we maar snel weer vergeten, dit was namelijk totaal niet de opzet geweest van mijn Dolomieten marathon. We reden terug naar het hotel want bij de finish was eigenlijk geen rustige plek om even te zitten. Eigenlijk had ik wel verwacht dat de anderen daar al schoongewassen een aangekleed op ons zouden zitten te wachten. Er was echter niemand. Dan maar samen even nagenieten wat op zich ook wel fijn was we hadden het tenslotte ook samen volbracht!

Terwijl wij een drankje dronken op het terras en nagenoten van een heerlijke dag kwam de rest van de groep aanlopen/ fietsen. Zij waren nog bij de finish geweest om mee te "feesten". Voor zover ze daar natuurlijk nog de puf voor hadden ;-). Na nog een bakkie koffie en wat na kletsen was het tijd voor een wel verdiende douche en schone kleding. Vervolgens het laatste avondmaal samen, terwijl er een wedstrijd was: "wie vertelt het mooiste verhaal". Alle tijden werden nauwkeurig besproken en natuurlijk waren we allemaal trots op Jasper, stiekem was hij nu even ook een beetje van ons. (ik ga er even van uit dat elders in het boekje wel de prestatie van Jasper wordt beschreven). Na het eten nog 1 keer de Campolongo opwandelen..? De heren zagen het echter niet meer zitten dus zijn we maar direct het terras op opgegaan voor het laatste drankje samen. Daarna weer naar het hotel terug om het laatste deel van de WK finale te zien, hoewel dat voor vele van de achterkant van hun oogleden gebeurde. Spanje won, tijd om naar bed te gaan morgen zou een lange zware dag worden.

Dank

Dit was dan het verslag van onze vakantie in de Dolomieten er is vast nog veel meer gebeurd wat ik nog niet vertelt heb maar zo hebben jullie toch een indruk. Ja, en hoe sluit je nu zo'n stukje af. Aangezien ik nooit een Oscar of enig andere prijs zal winnen is dit misschien wel de gelegenheid om ook eens een dankwoord op te schrijven. Allereerst dank aan Jaap voor het organiseren van de reis. Alles is goed verlopen dus volgend jaar regel je weer een leuk uitstapje niet waar? Dan alle molleden die niet mee gegaan zijn maar wel met ons meegeleefd hebben en die molleden die de tocht al gereden hadden voor alle hints en tips. Mauro en Franco omdat ik met hen mee kon rijden. Mauro nogmaals voor al zijn hoopgevende en bemoedigende verhalen over de passo Giau. Theo voor het lenen van zijn voorwiel. Jan Dukel voor het waarschuwen voor de Valparola. Mijn collega's/ vrienden voor de bemoedigende sms'jes. Huub voor de sms'jes met tussen tijden en bemoedigende woorden onderweg. Guus Meeuwis voor het liedje "Ik heb genoten", een bijzonder aangenaam nummer om in je hoofd te hebben terwijl je de Giau oprijdt. De organisatie van de tocht al zullen ze dit waarschijnlijk nooit lezen en als ze het lezen zal hun kennis van het Nederlands waarschijnlijk niet toereikend zijn. De Italiaanse kok die ons de hele week van heerlijk eten voorzag in het hotel en niet te vergeten het meisje van de bediening. Wat kon ze mooi lachen hé mannen ☺. De hele groep natuurlijk voor de goede sfeer, de goede tips, de mooie (soms enigszins sterke) verhalen. De weergoden wat waren ze ons enorm goed gezind! En natuurlijk Jan van 't Leven voor een enorme bijzondere dag samen, het zijn tig kantjes geworden maar eigenlijk was onze dag samen onbeschrijfelijk. En zwijgen kan echt GOUD zijn niet waar. Ja en dan toch ook niet in de laatste plaats mezelf ☺.

Mocht ik nog iemand vergeten zijn laat het dan even weten dan komt het goed in een volgend verslag.

Anne Marie



Info

Voor degene die na dit lange verhaal nog niet genoeg kunnen krijgen van onze tocht zijn hier nog wat internet links:
<http://picasaweb.google.com/ampverjaal/DolomietenMarathon>
<http://www.freewebs.com/molmaratona/index.htm>
<http://www.maratona.it/en/>
<http://www.fotostudio5.net/>
<http://runners.tv/events/md08.asp?r=591>
<http://www.youtube.com/group/MdD08>

**MARATONA
DLES
DOLOMITES**

Nog wat extra cijfers van de website van de organisatie:

29 June 2008 de dag van de 22ste editie de "Maratona dles Dolomites"

17.370 voorinschrijvers

1504 voorinschrijvers dames

40% van de voor inschrijvers is tussen 40 en 49 jaar

495 voor inschrijvers heten Marco; 415 hebben de naam Roberto

22 dagen was voor inschrijving mogelijk, **790** voorinschrijvers per dag

8500 maximaal aantal deelnemers

50% internationale deelnemers

36 deelnemende landen

Finishers: Mannen 138km totaal 4269, Vrouwen totaal 207

(voor de andere afstanden is dat Mannen 110 km 2610 en vrouwen 288.

Mannen 55km 1297 en vrouwen 305)

In totaal hebben dus volgens de organisatie 8976 mensen een versie van de Maratona uitgereden (hoe kan dit nou met maar 8500 deelnemers?)

NB voor degene die de DVD besteld hebben, een quizvraag welke 2 molleden zijn te zien op het algemene filmpje dat met elke DVD wordt meegestuurd?

5 July 2009 de dag van de 23ste editie de "Maratona dles Dolomites" !



De dolomietenweek

In het vorige clubblad heb ik mijn aanloop naar de dolomietenmarathon besproken, voor mij hét evenement van dit jaar. Dan nu het vervolg.

Vorig jaar heb ik, nadat Jaap me nog even had aangespoord, ook uiteindelijk de knoop doorgehakt en me aangemeld voor de maratona. Uiteindelijk zou de groep uit 20 deelnemers bestaan (het gebruikelijke (minimum-)aantal leden bij buitenritten overigens) terwijl Jaap "slechts" op 6 leden had gehoopt. Het arrangement hield in dat we op woensdagmiddag zouden aankomen en maandag weer zouden vertrekken. Ik had vorig jaar ervaren tijdens mijn vakantie bij Alpe d'Huez dat nadat ik langer in de Alpen was het fietsen in de bergen mij steeds beter af ging.

Daarom wilde ik graag eerder vertrekken en b.v. een paar dagen in Oostenrijk van de berglucht gaan genieten. Ik heb dit toen ook in de groep gegooid en uiteindelijk nog 5 man zo gek kunnen krijgen mee te doen, daarover later meer.

Gedurende het voorseizoen echter kwam mijn werkgever IHC in Kinderdijk op het lumineuze idee om ook aan een cyclo mee te gaan doen. Het werd uiteindelijk de vallée d'Aulps te Morzine. Deze tocht was op zondag 22 juni, precies op de dag dat we met 2 auto's zouden vertrekken naar Oostenrijk. Als ik daaraan alleen zou meedoen zou dat logistieke problemen geven omdat Cees Bakker weliswaar een grote auto heeft, maar niet groot genoeg om met 5 man, fietsen en bagage zo'n end te gaan rijden. Nadat ik de organisatoren bij IHC de situatie had uitgelegd en gevraagd had of ik een introducé mee kon nemen heb ik Harry Rijkse bereid gevonden deze plaats in te nemen. Aangezien Harry werkt voor een toeleverancier van IHC vond hij dit ook wel een leuk idee. Voorafgaand aan deze tocht werden er ook een aantal trainingsritten georganiseerd door de Alblasserwaard richting Vianen en eentje via de Kiltunnel en Heinenoordtunnel waarbij Harry en ik deze groep ook wat beter leerden kennen.

Frankrijk

Zo kwam het dus dat ik op vrijdagochtend 20 juni bij Harry voor de deur stond. Nadat zijn fiets, tassen en extra proviand ingeladen waren en nog een bakkie gedronken werd konden wij aan onze Dolomietenweek beginnen.

De heenreis naar Morzine is vlot verlopen, op een file bij Annecy na die voor wat oponthoud in de avondspits zorgde. Er was een hotel geregeld bij het lac de Montriond, heel erg rustig gelegen buiten het dorp. Er waren al een aantal deelnemers van IHC aanwezig. De rest van de groep zou halverwege in Dyon overnachten en pas op zaterdag aankomen of zat op een camping in de buurt.

Op zaterdag werd er rustig aan gedaan. Ietwat karig ontbijtje waarna de voorbereiding voor een trainingsronde begonnen. Het hotel lag langs de 1^e klim die we op zondag ook moesten rijden, de Col de Joux Verte, een klimmetje van 12km waarbij een hoogteverschil van zo'n 750m overbrugd moest worden met stijgingen tot max 14%. Met een groepje van 8 man hebben we deze klim gereden tot in Avoriaz, een ski-resort, waar we even pauze wilden houden maar helaas waren daar alle cafés dicht. Toen zijn we afgedaald naar Morzine. Als voorbereiding op de Dolomieten was dit ook al een leuke oefening. Een behoorlijk steile afdaling met veel haarspeldbochten, veelal krappere en gevaarlijker dan die ik later in de Dolomieten heb ervaren. In Morzine hebben we toen uiteraard nog even een terrasje gepakt. Daarna moesten we nog zo'n 6km terug naar het hotel waarvan -uiteraard- het meeste bergop. 's Middags na de lunch konden de startbewijzen worden afgehaald. Voor het avondeten zijn we weer naar Morzine gereden om aansluitend met de hele groep in een cafe de voetbalwedstrijd NL-RUS te bekijken. Ik zal het kort houden, NL verloor weer eens.





Zondag dan; de vallée d'Aulps een tocht over 143km met 5 cols en voor de liefhebbers een kortere route van 85km. Harry en ik hadden al dan niet vrijwillig voor de 143km gekozen. Het ontbijt op zondag was net als zaterdag wat karig. Gelukkig had Harry een eigen voorraadje mee en had ik zaterdag ik in een supermarkt wat extra ingeslagen zodat we toch voldoende voor ontbijt konden binnenkrijgen.

We moesten vroeg op weg, de start lag in St Jean d'Ault even voor Montriond, vanuit het hotel zo'n 8km afdalen. We vertrokken even voor half 8. Net als bij de maratona was er een gezamenlijke start met tijdmeting. Met enige vertraging gingen we uiteindelijk om 8u07 van start. We moesten meteen weer de klim langs het hotel omhoog. De eerste 5 km was het nog vals plat, daarna ging het echt beginnen. De 1^e col: weer de col de Joux Verte, deze ging nu wat beter dan de dag ervoor, mijn hartslag tikte zo nu en dan de 185 aan maar ging daar in ieder geval niet meer overheen. Bovenop de col was de eerste verzorgingspost. Ik heb hier slechts een paar minuten gestaan maar het viel mij toen al op dat van de IHC groep er veel mensen dicht bij elkaar reden, in dit terrein eigenlijk al opmerkelijk. Daarna volgde een lange afdaling van 34km via Morzine, door St Jean d'Ault en verder het dal uit tot de volgende col, de col de Vernaz. Dit verbindingsstuk heb ik achteraf toch wat te snel gereden denk ik. Ik lag wel lekker op schema maar had ook aardig wat krachten verbruikt. De Col de Vernaz was nog best lastig, redelijk steil, rond 8%, 250hoogtemeters maar met 3km niet al te lang. Wel begon het al aardig warm te worden. Bovenop deze col was de 2^e verzorgingspost. Ook hier heb ik even pauze gehouden en weer kwam ik veel deelnemers van onze groep tegen. Ook Harry kwam niet lang na mij hier aan. Hij nam een wat kortere pauze en reed daardoor nu voor mij uit.

In de volgende wat korte afdaling kwam ik even in mijn ritme, dacht ik. De volgende col diende zich echter weer snel aan: de col des Arces; 10km met een hoogteverschil van 500m. Het begon nu snel warmer te worden, temperaturen van ruim boven 30°C waren gemeld. Hier had ik het wel wat moeilijk, de benen waren zwaar en het liep niet lekker bergop, ook niet op de minder steile tussenstukken. De col werd ook steeds steiler, de laatste 3km zo'n 10%. Bovenop de col kwam ik weer wat collega's tegen waardoor mijn animo gelukkig weer wat steeg.



**Uw bedrijf onder de aandacht bij een groot
lezerspubliek in de regio Drechtsteden ?**

Adverteer hier tegen aantrekkelijke tarieven !

Neem contact op met:
Mauro Danese
Lyra 88
3328 NJ Dordrecht
Tel: 078 - 651 22 33
penningsmeester@fietsclubdemol.nl

€ 40,- per 1/6 pagina per jaar
Frequentie minimaal 7 à 8x per jaar



AANNEMINGSBEDRIJF
STAM
Alblasserdam

*...bouwt en
onderhoudt!*



Kleine Beer 1 ♦ 2952 AS Alblasserdam
T. (078) 691 29 24 ♦ F. (078) 691 96 06 ♦ E. info@wstam.nl



lid van **Bouwend Nederland**

van gent
auto-
verhuur

www.vangent-autoverhuur.nl

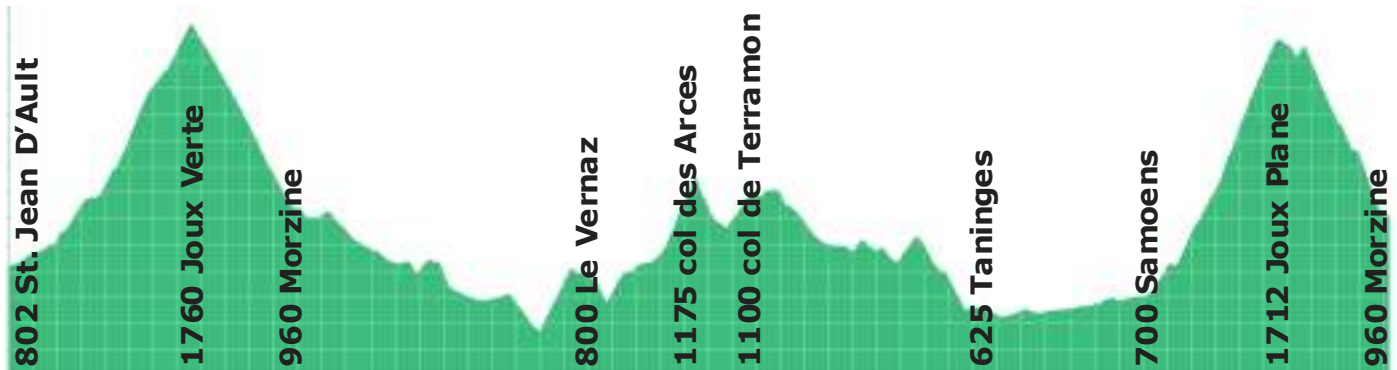
078-619 17 24

H.A. Lorentzstraat 6
3331 EE Zwijndrecht

PERSONENAUTO'S en -BUSSEN, BEDRIJFSWAGENS

Het volgende colletje, de col de Terramon van 2km en een hoogteverschil van 150m was mede daardoor wat "minder zwaar dan verwacht", een uitdrukking die de rest van de week is blijven hangen overigens. Na deze col dacht ik geen klimmetjes meer te krijgen. Helaas waren er een 2-tal wegomleidingen die toch elk weer even een klein klimmetje opleverden. In de tussentijd raakte mijn tank (2x 3/4L bidons) ook aardig leeg. Ik wist wel dat het niet al te ver meer moest zijn naar de 3^e verzorgingspost in Taninges dus durfde ik het, ondanks de hitte, toch wel aan zo'n 15km (grotendeels afdalend) zonder drinken te rijden. Op dit laatste stuk ben ik ook even gaan rekenen. Volgens mijn berekeningen zou ik "goud" nog moeten kunnen halen, als ik me verder niet te lang zou ophouden. Het was inmiddels 13u20, ik moest rond 15u35 in Morzine zijn, ik had nog 39km te gaan. Ook dit gaf weer een behoorlijke stimulans om vooral door te blijven rijden.

Nadat ik dus beide bidons weer had gevuld ben ik snel weer doorgereden voor de laatste col, de col de Joux Plane. Vanaf de 3^e controlepost bleek deze toch wat verder dan verwacht te liggen, nog zo'n 14km vals plat. Onderaan deze klim stond een waterbak met stromend water waar ik toch even wat verkoeling heb gezocht.



De Col de Joux Plane is met een lengte van 14km en een hoogteverschil van zo'n 1000m enigszins vergelijkbaar met de Alpe d'Huez maar door de inmiddels bloedjeverziende hitte kwam deze bij mij veel zwaarder over. Er was nauwelijks schaduw te vinden, de lucht was gortdroog en had een asfaltgeurtje. Niet de beste vooruitzichten voor een toptijd dus. Op deze klim heb ik dan ook te veel tijd verspeeld om nog voor goud te kunnen rijden. Door de diverse tussenstops bij waterbakken of zomaar ergens op de klim (ik heb er 7 geteld) heb ik hier 1u50 over gedaan terwijl ik vooraf 1u15 had ingecalculerd.

Hoe rij je zo'n klim dan op?: Percentage 8-10% met een enkele uitschieter naar 12%, snelheid 7-11km/u, hartslag 170+, temperatuur rond 35°C, zwabberend over de weg van de ene kleine schaduwplek naar de volgende, versnelling: trippeltje met 30 voor en 27 achter, is er nog kleiner s.v.p.?

De laatste afdaling naar Morzine was daarentegen weer genieten, ondanks dat ik inmiddels wel wist dat "goud" er niet meer inzat. Ik wist er zelfs nog een eindsprintje uit te persen. Harry kwam ik bij de finish meteen weer tegen, hij was naar eigen zeggen: "kapot" en "dat doe ik nóóit meer" en meer krachttermen maar hij had wél de goudtijd gereden van mijn leeftijdscategorie, ongeveer 7u30 dus. Ik kwam zo'n 45min te laat binnen voor goud maar toch een mooie dag gehad. Nadat we nog even bij de finish op het dorpsplein hebben rondgehangen totdat de laatste, voor de volgwagen, binnenkwam is Harry alvast vooruit gegaan terug naar het hotel. Hier zat ook nog een klim van 2,5km lengte met een max. van 6% in. Ik ben zo'n 10min later gevolgd. Toen ik bij het hotel aankwam was Harry net begonnen met het inladen van de auto omdat we nog dezelfde dag naar Oostenrijk zouden doorrijden. Ik zei tegen hem: "ga maar alvast douchen, ik laad de auto wel in" dit liet hij zich geen 2^e keer zeggen, hij bedankte en ging snel naar binnen.

Daar sta je dan: in je eentje, moe, bezweet, stijve spieren, extreem warm weer, een auto met alle deuren open en allerlei tassen en koffers, 2 fietsen, 4 reservewielen, gereedschapskistje, laptop, proviand etc. rondom de auto uitgestald..... shit.... Nu moet ik 'm in m'n eentje inladen. Ik denk dat ik er zeker een kwartier over heb gedaan om alles n plekje te geven.



Daarna ben ik zelf ook gaan douchen. Toen ik terug kwam zat Harry in de auto met z'n vrouw te bellen. "als ze me nog eens vragen voor zo'n tocht, praat het me dan uit mijn hoofd" waren zijn -niet letterlijke- woorden. Geloof me, ik heb respect voor de prestaties die Harry steeds neerzet, toch was hij hier echt kapot gegaan. Even later zijn we vertrokken, het eerste hoofdstuk van de Dolomietenweek zat erop.

Oostenrijk

Zoals al eerder aangegeven had ik nog 5 man zo "gek" gekregen om voorafgaande aan het arrangement van de Dolomietenmarathon nog een paar dagen in Oostenrijk te verblijven om aan de hoogte te wennen. Ik ken een hotelletje in Ochsengarten waar ik vaker op wintersport ben geweest, gelegen op de 1^e klim van de Ötztaler radmarathon, halverwege tussen Ötz en Kühtai. Ardwil Goedegebuur, Arjan Kamberg, Jan Dukel en Cees Bakker zijn ook 's zondags naar Oostenrijk gereden. Onze reis van Morzine naar Ochsengarten is verder vlot verlopen ook al was het nog zo'n 540km. We vertrokken rond half 6 's avonds en kwamen tegen half 1 's nachts aan. Omdat Harry en ik zo laat aankwamen waren zij al naar bed. Ik heb Ardwil toen uit bed gebeld zodat hij ons even kon binnenlaten.

Bij aankomst bleek dat in tegenstelling wat vooraf was overeengekomen ieder een eigen ruime 2-persoons kamer kreeg, tegen hetzelfde tarief. Ik had zelfs een groot bad. Waar maak je dat nog mee. (tips zijn welkom overigens)

Maandagochtend na het gezamenlijke ontbijt werd een eerste tochtje verreden. Harry en ik hadden even een rustdag en zijn met de auto achter de anderen aangereden en hebben wat foto's gemaakt. Eerst de afdaling naar Ötz en dan terug helemaal naar Kühtai, en weer terug naar het hotel, ruim 30 km waarvan de helft dus bergop. Het is zeker geen makkelijke klim met 1200 hoogtemeters en o.a. een stuk van 1km met 14%. De weg was lekker rustig, wel moest er (vooral in de afdaling) worden opgelet voor loslopend vee, koeien en paarden die zelfs óp de weg lagen te rusten. Na elke rit werd een pastamaaltijd geregeld voor de innerlijke mens.



Op de dinsdag zijn we allemaal gaan fietsen. Ik ben eerst met de auto het dal ingereden, van daaruit zijn we gezamenlijk naar Sölden gefietst. Alleen direct na Ötz is er een wat steilere klim, max. zo'n 7% daarna is het tot Sölden vals plat en loopt het eigenlijk best vlot. Nadat in Sölden de drankvoorraad wat is aangevuld zijn Harry en Ardwil terug naar het hotel gefietst en is de rest aan de klim van de Timmelsjoch begonnen, ieder in z'n eigen tempo. Het weer zat mee, droog, niet te warm, beetje wind. Het eerste stuk na Sölden is naar mijn mening nog het lastigst met stijgingspercentages rond 10%. Na Untergurgel wordt de splitsing genomen naar de Timmelsjoch, hier begint het dan "echt". Erg hard gaat het dan al niet meer en de drankvoorraad raakt dan ook snel op. In Hochgurgel heb ik bij een hotel m'n bidonnen weer gevuld.





Na Hochgurgel komt de "Mautstelle", wandelaars en fietsers worden hier beloond, zij kunnen er langs en hoeven niet te betalen. Na de Mautstelle volgt eerst een afdaling van 1 km. Daarna gaat het aanvankelijk vrijwel kaarsrecht zo'n 2-3km omhoog voor de eerstvolgende haarspeldbocht komt. Ik had het gevoel dat ik hier, in de afdaling, m'n snelheidsrecord zou kunnen verbeteren. Erg hard gaat het bergop in echter ieder geval niet, rond 10km/uur op 30-24. Arjan en Jan kwam ik uiteindelijk even voor de top tegen, zij waren al aan de afdaling begonnen. Uiteindelijk na zo'n 55km kwam ik dan ook bovenop de Timmelsjoch aan, ik had hem eigenlijk toch wel wat zwaarder verwacht.

Bovenop uiteraard de gebruikelijke fotomomentjes. Cees kwam niet lang daarna aan en even later zijn wij ook aan de afdaling begonnen. Zoals al vermeld is op de

Timmelsjoch een redelijk lang, redelijk recht stuk goed asfalt. Na de laatste haarspeldbocht hiervoor heb ik dan ook m'n remmen "losgegooid" en me laten vallen, met zo'n 80km/uur door een flauwe bocht heen en verder. Toen het tellertje zo'n 92km/uur aangaf ben ik nog wat dieper gaan zitten waardoor ik uiteindelijk uitkwam op 97,2 km/uur, een verplettering van het oude record van 83,5km/uur dat al zo'n 18 jaar stond. Aan het eind van de afdaling gaat het kaarsrecht omhoog dus hoef je daar niet te remmen. Ik ben nog geen betere weg tegengekomen waar je zo hard kunt, met beperkte risico's, en op het "moment suprême" ook de weersomstandigheden meewerken. (droog, wind in de rug)

Hier moet ik nog eens terug om de "100" voorbij te komen, daarna vind ik het wel welletjes. Terug in Sölden kwam ik Arjan en Jan weer tegen en even later kwam ook Cees aan. Na op een terrasje onder genot van een drankje de ervaringen te hebben gedeeld zijn we weer teruggefietst naar Ötz. Voornamelijk af, dus dat liep wel lekker. Vanuit Ötz is alleen krasse knar Cees nog de klim naar Ochsengarten opgereden. Arjan, Jan en ik hebben onderaan de fietsen in de auto geladen. De dag werd uiteraard weer afgesloten met een pastamaaltijd.

Op de woensdag stond de "Haimingerberg" op mijn programma, de anderen haakten hier helaas om uiteenlopende redenen af, zij zijn een stukje -uiteraard bergop- gaan lopen. De Haimingerberg dan; eerst afdalen naar Ötz, deze had ik nog nooit met de fiets gedaan maar ik ken het verloop goed vanwege de vele jaren wintersport daar. Na een zestal haarspeldbochten komt ook hier een redelijk lang recht stuk echter zonder uitloop bergop maar ook hier liep de snelheid op tot zo'n 88km/uur. Geen nieuw record dus. Vanuit Ötz fiets je door het dal om de berg heen om dan vanuit het Inntal vanuit Haiming over de bergrug naar Ochsengarten terug te rijden. Dit is ook wel een kuitenbijter eerste klas. Het gaat bijna 10 km continu 10 tot 12% omhoog om pas op het eind af te vlakken. Totaal hoogteverschil is zo'n 950m. Na de middag met de "verplichte" pastamaaltijd werden de auto's ingeladen en zijn we vertrokken naar Corvara voor het laatste en meest belangrijke deel van onze reis:

Maratona dles Dolomites: here we come!

Italië

Gedurende de woensdagmiddag kwam iedereen in Corvara aan. Auto's werden uitgeladen, fietsen in elkaar gezet, koffie, fris of een biertje gepakt en de eerste sterke verhalen over Morzine, Oostenrijk of ook de Jan-Janssen classic deden weer de ronde. Hier was het voor het eerst dat ik wat meer kon relaxen, alle transfers waren nu achter de rug en m.n. de afgelopen zondag was erg vermoeiend.





De uitvalsbasis.....

Donderdag gingen we het Sella rondje doen. De eerste klim, de Campolongo was vanuit het hotel goed te zien. Deze leek niet echt zwaar maar vooral het eerste stuk vanuit het dorp had toch wat steilere stukken met haarspeldbochten die kort na elkaar lagen. Verder was deze klim niet al te zwaar. Bovenop de Campolongo het gebruikelijke fotomomentje. Daarna voor mij de eerste afdaling in de dolomieten ooit. Meteen vanaf het begin vond ik het al grandioos. Veel kort technisch draaiwerk. Snelheid voor de bocht er tijdig uithalen, ruim nemen, insturen, binnenbocht pakken en als het vrij is remmen helemaal los en weer snelheid maken en weer de breedte van de weg gebruiken. Soms nam ik de bochten zo hard dat je de banden voelde wringen. Dalen is wel mijn ding.

Daarna de Pordoi, die was wel wat zwaarder dan de Campolongo. Wat me vooral tegenviel was dat de bochten weliswaar genummerd waren maar dat deze nummering, in tegenstelling tot de 21 bochten van Alpe d'Huez, oploopt in plaats van aftellen. Ik wist dus niet hoeveel bochten er nog genomen moesten worden voordat ik boven was. Uiteindelijk een stuk of 50!. Dat geldt overigens voor alle beklimmingen in de dolomieten, idioot veel bochten. Prachtig om te dalen, dat wel. Omdat het langzaam ook weer aardig warm werd, was dit weer één van de zwaardere klimmetjes. Bovenop de Pordoi hebben we op initiatief van Anne Marie een uitgebreide pauze gehouden. Na de pauze weer een heerlijke afdaling naar de Sella. Ik had het gevoel dat deze wat lastiger was dan de Pordoi maar ook weer een stuk korter. Bovenop een korte adempauze gehouden. Ook kwamen we daar Bram Klinkenberg en Adrie de Viet tegen die ook zelf de reis naar de dolomieten hadden geregeld. Op de Sella viel mij een fietsster met bordeaux rood haar op die breed lachend met een behoorlijke snelheid op een rood race-achtig fietsje met recht stuur voorbij kwam zetten. Ik dacht die heeft er zin in. Even later vertrokken wij weer voor de laatste klim, de Gardena. Deze is niet zo zwaar als de vorige 2. Minder steil en niet zo lang. In de beklimming kwam ik ook weer die roodharige tegen. Toen ik boven op de Gardena kwam heb ik ook een fotootje van haar gemaakt en even het adres uitgewisseld. In de correspondentie die ik daarna nog met Karin, 'n italiaanse, heb gehad bleek wel dat klimmen haar ding is, vandaar die brede glimlach dus.

Ook de afdaling terug naar Corvara was weer genieten met de vele haarspeldbochten. Auto's en zelfs motoren voor de bocht "eruit remmen" en achter je laten, bocht zo kort aansnijden dat ik zelfs een keer een berm paaltje met m'n schouder heb aangetikt, grandioos, dalen is wel mijn ding.



Leverancier van
roestvaststalen
buizen,
flenzen en
fittingen,
gevestigd in
Dordrecht.



Meer informatie
www.arcus.nl

Arcus  *Dynamic in stainless*

BELMAR

KEUKENS en BADKAMERS

www.belmar.nu
Stevensweg 109 Dordrecht • (078) 6164808

COMPLEET OP AUTOGEBIED



Ames
STAAT ER ACHTER

Ames is méér dan een autobedrijf. Goede aankoopadviezen, uitstekende service, goed opgeleide medewerkers en een cultuur van betrokkenheid en klantgerichtheid hebben bijgedragen aan de omvang en prestaties van het bedrijf.

Ook het aanpassen aan ontwikkelingen en een groot scala aan specialismen, zijn kenmerkend voor Ames.

Kortom, Ames is compleet op autogebied. Ook in de zakelijke markt en op het gebied van Service. Denk aan onze 24-uurs dienst, mogelijkheid tot onderhoud op zaterdag en verlengde openingstijden.

Dordrecht, Ridderkerk, Oud-Beijerland, 's-Gravendeel, Sliedrecht en Zwijndrecht

www.ames.nl

De vrijdag hebben we eigenlijk weinig gefietst. Alleen even weer de Campolongo op, terug naar Pedraces om de startpapieren etc. op te halen, te lunchen en weer terug naar Corvara. Op zaterdag was er weer een rustdag. Laatste controles van de fiets en nog eens, nu met de auto, naar Pedraces om nog wat van het randgebeuren op te snuiven. 's Middags hebben Peter, Marc en ik met de auto de 2^e lus van de Dolomietenmarathon gereden om het parcours en dus met name de passo Giau en Valporolo/Falzarego te verkennen.

Dé Dolomietenmarathon dan toch eindelijk. De zaterdagavond na het eten alles klaargelegd. Ook heb ik nog even een briefje gemaakt met doorkomsttijden op de passen voor een streeftijd van 8uur. Om half 5 's ochtends gaat de wekker, snel aankleden, ontbijten, fiets klaarzetten en verzamelen voor gezamenlijk vertrek. De start is gelukkig bergaf, we zijn d'r zo. Vlak voordat ik in het startvak kom zie ik de roodharige Karin toevallig toch weer even, ik wens haar succes en ze zegt nog "wir sehen uns im Ziel !" daarna zijn we elkaar uit het oog verloren. We moeten nog even wachten voordat we van start kunnen, de spanning begint te stijgen. Om 6u45 klink dan eindelijk het startschot en gaat het hele peloton van zo'n 9.000 fietsers van start, de dolomietenmarathon is begonnen!

Het is een onvoorstelbare ervaring als je in zo'n grote groep een tocht gaat fietsen. Filevorming heb ik niet meegemaakt alleen op de Campolongo heb je nog wat last van andere deelnemers maar met een beetje uitkijken gaat het eigenlijk best. De Pordoi gaat al beter en daarna valt het met de drukte eigenlijk best mee. Ook zie ik dat ik steeds verder voor loop op mijn uitgewerkte schema. Op de Pordoi heb ik al een kwartier voorsprong. In de afdaling van de Sella heeft een fietser de bocht niet gehaald, als ik langskom is er al een ambulance bij. Daarna heb ik geen ongevallen meer gezien, wel zo nu en dan sirenes gehoord.

Bij de eerste verzorgingspost pak ik wat te drinken maar ga dan snel weer verder. Bovenop de Gardena blij ik daardoor al zo'n 45 min voor op schema te liggen. Ik voel me lekker en kom in mijn element. Zodra ik de afdaling naar Corvara inzet krijg ik een vreemd gevoel. Ik zie al die renners voor en achter me, waanzinnig !!!! waar ben ik in vredesnaam mee bezig !!!! grandioos !!!! en ik stort me in de afdaling met een héle brede glimlach!!, dalen is wel mijn ding. Fluitend de berg af, italiaantjes achter me latend.



Bij de eerste doorkomst in Corvara haken al een aantal van de 9.000 deelnemers af, zij hebben het 55km Sella rondje volbracht. Voor mij volgt nu de 2^e beklimming van de Campolongo. Nu gaat het wat beter dan 's ochtends vroeg, toen zat ik nog niet echt in mijn ritme en was het een stuk drukker. Omdat ik me bovenop de Campolongo nog lekker voel besluit ik om me ook hier niet te lang op te houden ondanks dat ik al een uur voorsprong heb op mijn schema. Ik pak een banaantje en wat te drinken en rij snel weer door. Er volgt nu toch voornamelijk een lange afdaling naar de pauzeplaats na 84km: belvedere di colle Santa Lucca. Hier wil ik wel even rusten voordat ik aan de zwaarste van de dag, de passo Giau begin.

Ook de afdaling van de Campolongo naar de Giau verloopt spoedig. Hier zijn wat minder haarspeldbochten en kan de snelheid verder omhoog. Ik trek me op aan een paar groepjes of zij aan mij. Het laatste stuk naar de pauze is nog even bergop. Bij deze pauze kom ik toch weer een paar bekenden tegen: Kees, Jaap, Ricardo, Mark en Harry rijdt ook stiekem langs. Ik vertrek niet lang daarna.

Vanaf de rust naar de Giau is het weer 4km bergaf, even in het ritme komen en dan kom'tie dan echt, de zwaarste klim van de dag. Het is al redelijk warm geworden maar gelukkig niet zo erg als in Morzine.



Qua percentage is deze wel te vergelijken met de Haimingerberg of de Col de Joux Plane, steeds rond 10%.

Toch had ik deze nog zwaarder verwacht. Wellicht viel het mee door de training aan het begin van de week dus. Aan het begin van de klim zag ik Harry op een paar honderd meter voor me uitrijden en heb ik hem nog zelfs ingehaald maar even later liet ik hem toch weer gaan. Uiteindelijk duurde het 1uur en 10min voordat ik boven was. Ik heb nu nog zo'n 45 minuten voorsprong op mijn schema maar wil eerst weer wat op adem komen. Na een pauze van n kwartier of zo begin ik aan het laatste deel van de tocht. Nog maar 1 klim en 2 !! afdalingen.

Ook de afdaling van de Giau is weer genieten. Prachtige ruige omgeving en mooie slingerende wegen tussen de bossen in de lagere gedeeltes. Wel opletten want de afstand tussen de bochten is zeer onregelmatig. De Falzarego daarna is niet extreem zwaar rond 6% maar ook met een vals plat stuk. Hier kan best een redelijke snelheid gehaald worden. De laatste km naar de Valparola is dan eigenlijk nog het zwaarste stuk. Bovenop de Valparola hoor ik Ricardo achter me "hey Theo" dat was voor mij hét signaal om voluit te gaan. Ik was net aan de afdaling begonnen toen ik Arwil zag, ik dacht nog "is hij hier al?" later bleek dat hij te laat bij de splitsing 106-138km was en niet meer naar de Giau mocht maar de afkorting over de Falzarego (west) heeft moeten rijden.

Ook de afdaling van de Valparola was weer top. Onderaan in La Villa voelde ik me nog steeds redelijk goed, nu de laatste 5km naar Corvara nog. Ik had niet gedacht dat dit nog zo makkelijk zou gaan. Erg steil is het niet maar na zo'n vermoeiende tocht had ik wel verwacht dat het wat zwaarder zou gaan. Gelukkig kon ik me ook weer optrekken aan wat groepjes zodat de laatste 5km sneller dan verwacht werden afgelegd. Een laatste sprintje kon er zelfs ook nog wel vanaf. Het mooiste moment was natuurlijk toen ik over de streep kwam in een vooraf voor mij onmogelijk geachte tijd van 7u23.

Harry was net een minuutje of 5 binnen, Chris en Kees stonden er ook en Ricardo kwam niet lang na mij ook binnen evenals Arwil. Helaas ben ik mijn "muze" Karin niet meer tegengekomen. Zij bleek achteraf de 55km te hebben gereden, dan had ze wel érg lang op me moeten wachten.

Nadat Harry en ik gedoucht en omgekleed waren zijn we weer terug naar de finish gelopen om nog wat van het evenement mee te maken. We hadden bonnen voor de pastamaaltijd die we beide hebben "omgeruild" voor een patatje, niet alwéér pasta s.v.p.!!

Sneller dan verwacht is de dag van vertrek dan aangebroken. Ontbijten en op tijd vertrekken want het is nog een hele reis terug. Een volgende keer zou ik er toch nog een extra dagje aanplakken om te "ontstressen".

Ik wil hierbij alle deelnemers bedanken voor de prettige week samen, met name Harry die het bijna 1½ week met mij heeft moeten uithouden en waarmee ik ook in de voorbereiding op de dolomietenmarathon diverse (buiten)tochten heb verreden. In het bijzonder tot slot uiteraard Jaap, die met het initiatief kwam en de organisatie op zich heeft genomen voor deelname aan dit grootse evenement.

Ik ben benieuwd naar het vervolg hiervan.

Theo.



Je kunt ook een leuke tijd hebben in de Dolomieten zonder aan de Maratona mee te doen, getuige het volgende verhaal van Maurice

Dolomietenweek

Beste Mol-leden zoals belooft een kort verslag van mijn fietshoogtepunt voor 2008. Een week lang met 8 fietsgekken (Rob de Dreu, Peter Kuiper, Ruud Kuiper, Luuk Verell, Peter Jong, Gillis Hoek van Dijk, John Machiels en ik) en 3 begeleiders (Huug en Erna de Dreu, Marijke Kuiper) heerlijk fietsen in de Dolomieten met als standplaats Canazei (1465m).

Zaterdag 30/8

Aankomst in Canazei na lange rit van 13 uur met veel files en wegonderbrekingen, biertje/wijntje, fietsen prepareren en onder het eten de dag van morgen 'democratisch' bepalen. We hebben keuze uit zes routes die ik uit het blad FIETS, Bergspecial 2006 heb overgenomen. Canazei is een van de top-5 van beste standplaatsen in de bergen volgens Richard van Ameijden!! We kiezen om rustig te beginnen..... de Zuid-route met maar ... drie colletjes!

Zondag 31/8

Zuid route: 125km/2850hm. We treffen het met het weer, droog en het zonnetje schijnt heerlijk. Eerst tot aan Predazzo (1018m) afdalen door het mooie Val di Fasso, wel heel veel toeristisch verkeer. Dan links af richting de passo di Rolle (1972m). Als eerste col van de week is deze goed te doen. Laatste paar km's 6-7%, en op de top weer 6km teruggedalen voor de passo di Valles (2031m). Boven op de top missen we de 3 koplopers. Ze hebben niet goed de instructies en route beschrijving opgevolgd en hebben bij de splitsing met de passo di Valles deze weg genomen. Is wel 16 km minder fietsen die watjes! De pso col Valles (2031m) is aan het begin prima te doen, de laatste 4km gemiddeld 8-9,5%. In de afdaling zien we plots bij een splitsing de passo Pellegrino (1918m) aangegeven. We kijken gelijk tegen een steile eerste paar honderd meter klimmen visueel begeleid door een verkeersbord dat 15% aangeeft. In totaal 6km klimmen, halverwege zelfs een bordje met 18% hoorde ik achteraf. Een schitterende beklimming hoewel alleen maar zwoegen. Was wel een van mijn betere beklimmingen. Daarna weer via Val di Fasso in mooi tempo en gegroepeerd terug naar Canazei voor een welverdiend biertje op een van de terrasjes.

Maandag 1/9

Oost route: 120km/3950hm. De idee is een soort mini-maratona te fietsen. Via passo Fedaiia (2056m) met de laatste km's vals plat langs het stuwmeer en uitzicht op Marmolada-gletsjer, cappuccino op de top weer afdalen richting passo di Giau (2233m). De Fedaiia is goed te doen. De afdaling gaat tot 15-20% met een gemeten topsnelheid van 92km! De hoogste van die week. Bij Caprile linksaf en via colle Santa Lucia naar passo di Giau. Iets van 28-29 bochten en vanaf het begin steil..... Chris Ockeloen had me er al voor gewaarschuwd. Het is ca. 8-9km klimmen waarvan de laatste 6km tussen 8,5-9,5% gemiddeld! Boven op de top worden we overvallen door noodweer slagregens en bliksem en we besluiten te stoppen. Geen doen nu en te gevaarlijk. Twee van ons gaan in de volgauto thuis een tweede auto ophalen. We dalen toch alvast terug en rijden de auto's tegemoet. Op de Fedaiia zien we hoe stijl het van noordoost kant is. Al met al iets van 75km gefietst.

Dinsdag 2/9

West route: 117km/ca. ?hm. Via de passo di Sella (2213m) afdalen naar Ortisei waar we linksaf gaan richting Kastelroth met een paar km echt stijl klimmen tegen de 15%. Daarna een schitterende afdaling tot aan Siusi waar we besluiten niet Alpi di Siusi (9km/1844m) te doen. Te laat vertrokken 's ochtends en het tempo wat we fietsen zouden we pas tegen achten/negenen 's avond terug zijn. Te laat vinden we! We fietsen rechtdoor richting Prato all'Isarco tot aan de voet van de ca. 26km lange klim naar de passo Nigra (1688m). Het begin van de klim heeft een schitterend uitzicht over het dal waar de E45 richting Bolzano loopt.



Mooie wijnvelden zo tegen de alpenweiden. Begin is behoorlijk stijl, na het dorpje Tires zijn er zelfs stukjes van 16-24%! De laatste drie km's zijn een verademing met tussen 6-7%. Op de top weer een cappuccino! Daarna lang stuk vals plat van 6-8km tot aan de kruising richting passo Costalunga (1745m) waar we alleen het laatste stukje van ca. 700m hoeven te klimmen. Via het Val de Fasso weer retour.

Woensdag 3/9

Rustdag. Twee van ons rijden Luuk naar het vliegveld van Verona en blijven er wat rondhangen. Vijf anderen besluiten een wandeltocht van ca. drie uur te doen op ca. 3000m en pakken de kabelbaan bij de passo Pordi (2289m). Ik blijf met de volgautobegeleiders achter omdat ik geen goede bergschoenen bij me. Na een lekkere cappuccino in Canazei en wat inkopen besluit ik ze tegemoet te fietsen richting passo Pordoi en retour (ca. 35km). Heb ik toch iets gedaan. Ging lekker.

Donderdag 4/9

Voor mij en John de laatste dag. We besluiten nl. al vrijdags naar huis te gaan omdat John zaterdag een reünie heeft. We doen een rondje van 100km. Eerst passo Pordoi, afdalen naar Arrabba waar we een heerlijke cappuccino en gebakje nemen. Mooi dorp en steile skihellingen. Daarna afdalen en ca. 10km klimmen richting passo di Falzarego (2105m). Op de pas linksaf en na ca. 1,5km bereiken we de passo Valparola (2192m) waar we heerlijk lunchen en van de pasta's genieten. Via La Villa/Stern naar Corvara voor de passo Gardena (2121m). Stevige klim, zeker aan het eind waar we ook nog eens veel tegenwind hadden! Is blauwbekken boven. Na de afdaling nog 6km klim naar de passo di Sella (2244m), de laatste klim!

Vrijdag 5/9

Met John retour richting Nederland. Het weer is slecht dus op zich een prima afsluiting. De blijvers kiezen de passo di Stelvio te doen (vanaf Prato in 26km 2758m), ik geloof na de Bonnette de tweede hoogste doorgaande pas in West-Europa! Als ik later bel is het weer goed (droog) aan die kant en heeft nr. 3 er 2.04min opzitten.

Allereerst de credits voor Richard van Ameijden (blad FIETS, Bergspecial 2006^(*)) die voor ons het al het voorwerk deed. We hoefden alleen maar een plattegrond mee te nemen. Tijd vliegt te snel in Canazei waar prima vertoeven is. Wat ons opvalt is de mooie staat van de huizen en hotels en overal bloemen die de Dolomieten een pittoresk uiterlijk geven. Karakteristiek blijven ook de schitterende rotspartijen.

Hier kom ik terug!

Maurice Wolters



(*) Bergspecial FIETS: beschik je niet (meer) over dit nummer stuur dan even 'n mailtje naar de redactie!

Auto- en motorrij school A. van Waardenburg

Van Doesburgerf 93
3315 RC Dordrecht

Tel : 078 - 6215033

Al 50 jaar een begrip

Alle schilderwerken
Bij nieuwbouw en verbouw
Glashandel
Wand-, plafond-, en vloerafwerking
Winkelverkoop

Den Breejen & Zn. Schilderwerken bv

Rivierdijk 210-212, 3361 AT Sliedrecht,
Telefoon 01844- 12703



**Van
Eynsbergen**
race- rijwiel- en ATB-specialist

info@firma-van-eijnsbergen.nl

Voorstraat 226 3311ET Dordrecht
Tel 078-6133835, Fax 0847194228

www.firma-van-eijnsbergen.nl

Gazelle - Trek - Batavus - Bulls - Sparta - Giant - Simplex

Alle merken autobanden

Gabriël schokdempers

Lichtmetalen wielen

Conac accu's



LEEN POST BANDEN B.V. LP

Lelystraat 73-75 Sliedrecht
Tel. 0184-413516
Fax. 0184-421354
www.leenpostbanden.nl

SOTON

Service voor en onderhoud van beton

- Adviezen
- Betonreparaties en afwerking
- Groutingsystemen
- Beton fire-proofing
- Waterdichtingswerken
- Voegovergangen en dilataties
- Slijtlagen
- Injectiewerken
- Epoxywerken
- Egalisaties

Mechelaarstraat 6
4903 RE Oosterhout
Tel: (0162) 470808
Fax: (0162) 470809
E-mail: info@soton.nl
www.soton.nl

Een volgende keer.....

Zoals al eerder aangekondigd: het Maratonadagboek wordt gesloten. Een leuk experiment –ik heb er veel plezier aan beleefd- en na ontvangst van alle reacties heb ik samen met de redactie van het clubblad besloten om regelmatig een artikeltje aan te leveren voor het clubblad.

Terugkijkend kan ik maar één conclusie trekken: afgelopen seizoen heb ik genoten. En natuurlijk is niet alles gelopen zoals ik wilde. De belangrijkste les was wel dat ik nog beter (lees: sneller) moet worden om de verloren tijd in geval van materiaalpech, tijdens dergelijke tochten te compenseren. Want was mijn ketting er niet een aantal keren afgelopen, had ik wel een leuke band gehad.....

Maar toch, terugkijkend beseft ik dat het uiteindelijk niet ging om de Maratona *op zich*. In wisselende formaties hebben we met elkaar flink wat tochten gereden en ik heb er mooie herinneringen aan over gehouden. 's Ochtends vroeg met Jaap in de auto: de opkomende zon die vuurrood boven de weilanden hangt, bakje cappuccino in de hand, ontspannen kletsend op weg naar een mooie fietsdag. Theo die me een halve kilometer voor de finish van de Stefan Rooks Classic staat op te wachten en samen met me finisht. Franco die naast me komt rijden en me de laatste helling naar het Limburgse Klimmen op praat, stuk voor stuk herinneringen die me wellicht meer waard zijn dan de Maratona op zich. Maar bovenal is er een herinnering die eigenlijk niets met het fietsen heeft te maken, maar typerend is voor de relaxte sfeer waarin alles verlopen is: de schaakpartij met Jaap.

Omdat fietsers nu eenmaal ook moeten rusten, was er naast een stapel boeken door Jaap een schaakspel meegenomen. En dus zaten we op een avond op het terras: schaakbord tussen ons in, biertje in de hand. Na de eerste openingszetten verzamelde zich wat mollers om ons heen, waarbij vooral Jasper en Arjan de rol van secondant/adviseur op zich namen. Helaas voor hen waren Jaap en ik eigenwijs genoeg om een eigen schaakkoers te varen, die –na steeds lang twijfelen- eindigde in de ene stomme zet na de andere. Zelden heb ik 2 mensen zo zien meeleven met stomiteiten van anderen. Als ze een hartslagmeter hadden omgehad, hadden ze aan het eind van de avond hun maximaal voor de Maratona kunnen aflezen! Niet dat Jaap of ik ons daar ook maar iets van aantrokken, onverstoorbaar volgden –zowel voor de omstanders als voor ons zelf- de ene onnavolgbare zet de andere op, waarbij na elke zet er een luidkeels *ongelofelijk!* of een *neeee!* volgde. Maar goed, we hadden publiek, de sfeer zat erin en iedereen had lol.

Uiteindelijk eindigde de schaakpartij in een remise. En alle niveauverschillen die er waren bij het fietsen, waren er ook bij het schaken. Het leek die avond wel een één op één relatie: dat ik niet graag tegen Jasper een wedstrijdje fiets was me al ver voor de Maratona duidelijk, maar als ik terug denk aan de manier waarop alle mogelijke varianten op de schaakzetten van commentaar werden voorzien, vrees ik dat ik ook met schaken weinig kans tegen hem maak. Het enige wat ik kan doen is komende tijd nog beter worden met het fietsen. Dan kan ik een volgende keer revanche nemen.

Revanche op de Giau met de fiets, revanche op Jaap.....van achter het schaakbord.

Ardwil



COLOFON

Bestuur DTC de Mol:

Voorzitter:

Rob van Rutten
Alm 52
5172 CW Kaatsheuvel
Tel: 0416 - 27 31 68
voorzitte r@fietsclubdemol.nl

Secretaris:

Anne Marie Verjaal
Stenenkamer 32
3332 KP Zwijndrecht
Tel: 078 - 612 32 17
se cre ta ris@fietsclubdemol.nl

Penningmeester:

Mauro Danese
Lyra 88
3328 NJ Dordrecht
Tel: 078 - 651 22 33
penningmeester@fietsclubdemol.nl

Bestuurslid:

Cees Bakker
Stooplaan 17
3311 DL Dordrecht
Tel: 078 - 631 11 79

Bestuurslid:

Jan Korteland
Brasem 314
2986 HC Ridderkerk
Tel: 0180 - 42 24 15

Bankgegevens:

Rabobank Dordrecht
Rek. nr. 37.75.88.121
Giro nr. 314405
t.n.v DTC De Mol

Clubgebouw:

Recreatie gebied "Holl. Biesbosch"
Vogelaarsweg 6
3313 LL Dordrecht
Tel: 078 - 616 43 03
B.g.g. Co Naaktgeboren
Tel: 078 - 631 15 29

Volgwagen:

André Hoogenboom
Tel: 078 - 612 04 20

Gino Hoogenboom
Tel: 078 - 619 20 64

Autotelefoon volgwagen:
Tel: 06 - 10 16 67 32

Internet:

www.fietsclubdemol.nl
Gerrit v/d Bogerd
Tel. 078 - 616 53 50
postmaster@fietsclubdemol.nl

Aan- / afmelden als lid

En adreswijzigingen (ook E-mail)
Altijd schriftelijk doorgeven bij de secretaris,
E-mail correspondentie heeft hierbij de voorkeur

Redactie:

Arjan Kamberg
Theo Rutten
Ardwil Goedegebuur

Kopij : redactie@fietsclubdemol.nl

Advertenties:

via de Penningmeester: Mauro Danese
€ 40,- per 1/6 pagina per jaar
Frequentie 7 à 8x per jaar

Clubblad niet ontvangen ?:

Neem contact met de redactie.

