



De Regenboog



RTC De Bidon, Roosendaal



WALNUT
INDUSTRIES EUROPE

TY-GARD2000®
CARGO RESTRAINT SYSTEM

 **Fietsen
Schenk**

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave.....	1
RTC De Bidon	2
Voorwoord	3
Verslag 15 juni 2019	4
Verslag 16 juni 2019	7
Verslag 17 juni 2019	12
Verslag 18 juni 2019	16
Verslag 19 juni 2019	19
Verslag 20 juni 2019	22
Verslag 21 juni 2019	29
Verslag 22 juni 2019	34

RTC De Bidon

Algemeen:

- Opgericht 29 juli 1971 en Ingeschreven bij de Kamer van Koophandel te Breda onder nummer 40280796
- Website: www.debidon.nl Email: info@debidon.nl
- Contributie € 70,00 per jaar, te voldoen vóór 1 maart lopend jaar.
- Rabobank Roosendaal rekeningnummer NL20RABO0184303478
- Clublokaal Café Huis Ten Halve, Kruisstraat 60 Roosendaal, tel.nr.: 0165-533343

Samenstelling bestuur:

- Voorzitter: Luc Aerts
- Penningmeester: René Schepers
- Vicevoorzitter / Secretaris: Leon van den Eijnden
- Bestuurslid: Wim Rommens
- Ondersteunend lid: Pieter Heijmans

Voorwoord

Beste mede Bidonners,

Deze editie staat volledig in het teken van de 8-daagse fietsvakantie in de Pyreneeën. De deelnemers waren deze keer: Jan, Sem, Tom, Wim, Werner, Nico en Fred. Weer een spannend jongensboek om zo al die verhalen te lezen. Veel leesplezier toegewenst. In de volgende editie zullen weer de reguliere ritverslagen opgenomen worden.

Het Bestuur



Verslag 15 juni 2019

Dag 1. Heenreis naar Cahor

De allereerste dag van onze trip naar Belvianes, Pyreneeën begon uiterst vroeg. Aangezien we last-minute nog afspraken iets eerder te vertrekken vanuit de Wouwse Tol (4.00 uur) om de ergste files rondom Parijs voor te zijn, ging mijn wekker al om 2.15 uur in Rotterdam.

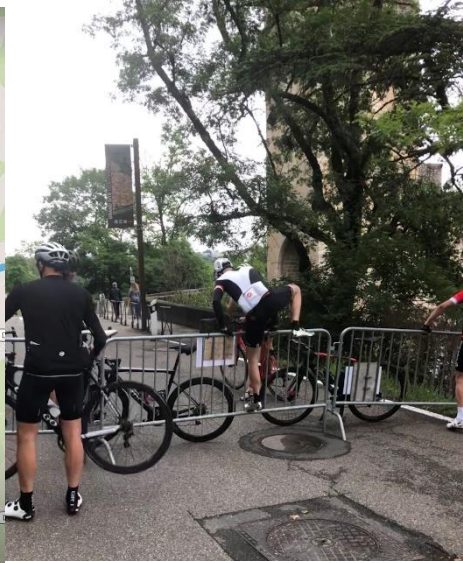
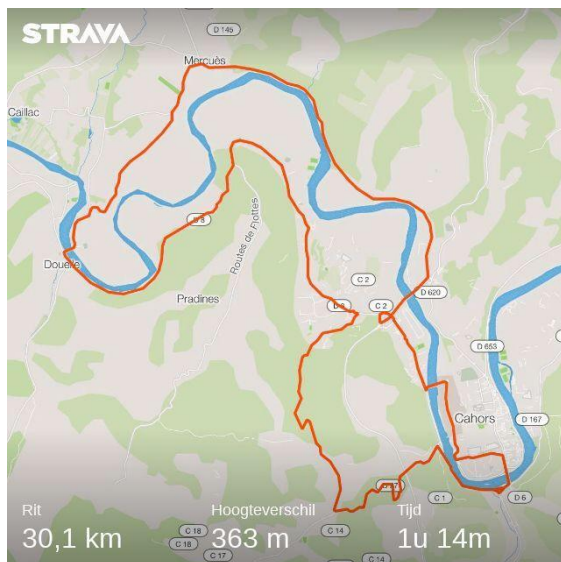
De eerste renners verzamelden zich bij Nico Matthijssen in Wouw. In Wouw werden de eerste fietsen en reistassen in het busje van Auto Borchwerf geïnstalleerd. De werkgever van Werner van de Nobelen had ons de bus een weekje ter beschikking gesteld. Samen met Fred van Ostaijen vervolgden we onze reis naar de Wouwse Tol, waar Wim Rommens zich al snel bij ons voegde.

Het was even wachten op Jan Verbocht en Tom Uijtdehaag, die het zevental van deze week compleet zouden maken. Jan Verbocht, met de Deutsche Pünktlichkeit die we van hem kennen, kwam om 3.59.50 uur aangereden.

Vol frisse moed ging onze reis naar Cahors, Hotel La Chartreuse van start. Onderweg spraken we onder andere over de hoeveelheid kilometers die de renners in de benen hadden. Dit baarde mij lichte zorgen aangezien mijn aantal trainingsuren op de racefiets beperkt is gebleven dit jaar. Besmet met het hardloop- en fitnessvirus heb ik me laten overhalen me nog één keer op te laden voor de fietsvakantie. Maar na de marathon van Rotterdam van 7 april en een paar kilo's zwaarder dan normaal, had ik amper 1000 trainingskilometers bij elkaar gesprokkeld.

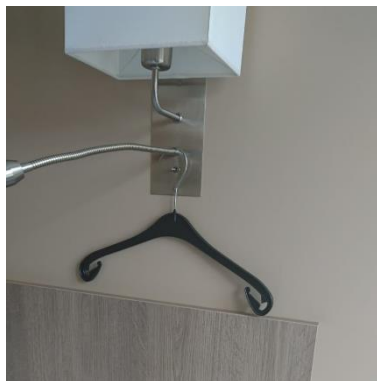
Het zou een gezellige heenreis worden, waarbij Fred het door Jacqueline zorgvuldig ingepakte lunchpakket met 3 puddingbroodjes, 2 worstenbroodjes en 6 appelflappen al om 5.15u achter de kiezen had.

De reis verliep soepel, waardoor we op exact volgens planning arriveerden bij het hotel, La Chartreuse in Cahors. Bij het uitladen van de bus kwam het cadeau voor de 60^e verjaardag van Wim Rommens, een spiksplinternieuwe Willier, voor het eerst tevoorschijn. Daarna zouden de zitbenen na een reis van ruim 10 uur worden losgetrapt.



Jan Verbocht had hiervoor een 'typisch' losrijd-rondje van 30 km uitgezet waarbij een stuk van 12% bedwongen én enkele verkeersobstakels overwonnen moesten worden.

Eenmaal terug aangekomen in het hotel bleek mijn roomie, Nico M. wel heel erg serieuze plannen te hebben om deze week met de bolletjes trui weer terug naar huis af te reizen. Over het waarom deze kleeerhanger boven zijn bed hing, werd de hele week uitvoerig gespeculeerd, maar duidelijkheid daarover is er nooit gekomen.



De eerste dag werd afgesloten met een uitgebreid Frans diner, inclusief kaasplank. Gedurende de avond kwam één van de vele dieetwensen van Fred ter sprake, waarbij hij vol overtuiging de Franse serveerster het volgende duidelijk maakte: 'Vur mèn gin kèès'. Gelukkig kwam de dame snel terug met een Pêche Melba om hem alsnog tevreden te stellen. *(PS: de route met dat klimmetje van 12% was een idee van Nico. Is een trouwe leerling, cq sadist. Dit zal later in de week nogmaals blijken. jv)*

Kortom: de voortekenen voor een geweldige en gezellige fietsweek waren goed.

Sem

Verslag 16 juni 2019

Dag 2. Reis naar Belvianes / kastelen route

Na een vlot en goed ontbijt werden de koffers ingeladen en werd er afgerekend bij het hotel in Cahors. De reis naar de voet van de Pyreneeën verliep vlot over grotendeels autobanen met diverse tolpoorten. Alleen de laatste 50 km gingen over een "Route National", maar ook dat ging vlot zo vroeg op de zondagmorgen. Al om 11.15 uur arriveerden we bij "Maison Templière", ons onderkomen voor deze week. De naam is afgeleid van de ridders, die in de Middeleeuwen op kruistocht gingen naar Jerusalem. Zij werden de Tempeliers genoemd. Het hotel is prachtig gelegen aan de boorden van de rivier de Aude. Het is kennelijk een residentie geweest van één of andere hoge heer uit de tijd, dat deze streek nog toebehoorde aan het koninkrijk Aragon in Spanje. Je zag veel Catalaanse invloeden en de taal van het personeel daar was een mengelmoes van Catalaans, Portugees, Italiaans en Frans. Zij zijn eenvoudig, vriendelijke en behulpzame mensen, die ons de kamers wezen.

Na ons geïnstalleerd te hebben werd er een lunch besteld. We moesten wel even wachten maar die was redelijk uitgebreid met producten uit eigen tuin. En het smaakte prima. Na de lunch gingen we op stap voor een route door de Corbières, het voorgebergte van de Pyreneeën. In de route zaten een 5 tal colletjes van 3^e en 4^e categorie. De eerst was de col de St Louis (687m), een looper langs deze kant. Ideaal voor Werner, die lekker ging doorstampen en de anderen héél veel zeer deed. Ik begon rustig met Sem aan de klim, maar al snel ging ook hij op eigen tempo er vandoor. Of het kwam door de lange reizen weet ik niet, maar zere poten en geen goed ritme waren mijn deel.

De afdaling was een stuk steiler met een slecht, hobbelig wegdek. Zelfs superdaler Nico kneep op een recht stuk in de remmen, omdat hij de beheersing over zijn machine kwijt dreigde te raken.

Beneden in het dorpje Caudies staken we de hoofdweg over en begin de tweede klim naar de col del Mas (550 m). Het werd steeds warmer en dorstiger, hier in de binnenlanden van Zuid Frankrijk. Maar wel een prachtige, ruige omgeving hier. Na de afdaling was het tijd voor een drinkstop, de bidons waren leeg. In het dorp St Paul vonden we na enig zoekwerk een terras, waar we de eerste cola's van de week leegden.

Daarna begon de korte klim naar de Gorges de Galamus (400 m), een diepe kloof met een nauwe weg uitgehakt in de rotswand. Een spectaculair deel van onze route. In de rotswand is ook in de Middeleeuwen een klooster uitgehakt, dat alleen via een smalle trap is te bereiken. In deze kloof stond er een stevige wind, het was op je tellen passen als je de bocht omkwam. Na de kloof passeerden we twee kleine dorpjes, waar heel weinig activiteit was op dit uur van de namiddag. Dan begon de klom naar de col du Redoulade (685 m). Ieder in eigen tempo, de snelle klimmers Nico en Tom voorop. Dit was de pittigste klim van de dag met steile stukken tot 10%. Hier voelde ik de benen beter worden. Boven werd er weer verzameld en werden enkele foto's geschoten. Hier hadden we een weids uitzicht op het dal waarnaar we gingen afdalen.

Een eind verder passeerden we het kasteel van Arques, hoog op een rotspunt gelegen. Beneden bij de rivier, bij Pont d'Orbieu , begon de laatste klim van de dag, de col du Paradis (622 m) , weer een loper met een goed wegdek over 6 km. Dus weer spek voor de bek van Werner, die de gas erop zette. Zo hoorde ik achteraf, want die mannen waren al snel uit het zicht. Wel bleef ik zicht houden op Wim, die ik voor me uit een langzame dood zag sterven. Voor hem geen `paradijs` hier. Kort voor het einde haalde ik hem dan ook bij. Boven werd weer verzameld.

Daarna volgde een lange -20 km - bijtrapafdeling naar Couiza. Iets voor Nico, die hier als een Toni Martin ging doorknallen tot beneden. Het laatste stuk naar het hotel liep langs de rivier de Aude stroomopwaarts. Dit was weer Werner zijn stuk, waar hij op enkele hellinkjes keihard doortrok en de anderen pijn deed. Pas na 19.00 uur arriveerden we bij het hotel. Na een vlotte douche konden we aan het diner. Daar bleek, dat iedereen toch

een jasje had uitgedaan tijdens deze rit. Totaal 121 km met 1700 hoogtemeters.

Bij het diner maakte Fred aan de serveerster duidelijk, dat hij geen kèès, geen wijn en geen alcohol wilde. En hij vroeg om alcoholvrij bier....en dat hadden ze nou net nie, jammer . Aan de serveerster, een Italiaanse, die soms ook moeite had met de Franse taal, maakte ik duidelijk, dat hij de "special one" was binnen onze groep. En die uitspraak had ze snel opgepikt voor de rest van de week. Het menu was eenvoudig van opzet, maar gewoon goed. : uiensoep, varkensvlees met rijst en een chocolade toetje. Iedereen ging voldaan het bed opzoeken.

Jan Verbocht



Bekerhuis Lambregts
Boulevard 143
4701ET Roosendaal

Telefoon
0165-534498



<http://bekerhuislambregts.nl/>



Fietsen schenk bvba
Nieuwstraat 59-61
B-2910 Essen
België
+32 36 67 57 74
informatie@fietsenschenk.be

SPECIALIZED

- ✓ KWALITEIT EN ADVIES
- ✓ UITGEBREID GAMMA
- ✓ VAKKENNIS EN SERVICE
- ✓ MEER DAN 30 TESTBIKES



<https://www.fietsenschenk.be/>

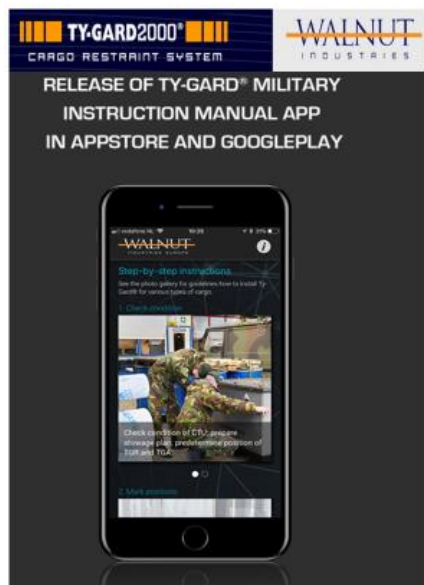




Rabobank



<https://www.rabobank.nl/particulieren/>



<http://www.ty-gard.eu/>

Verslag 17 juni 2019

Dag 3. Col de Quillane – Mont Louis

Na een goede nacht gaat om 7.00 uur de wekker in kamer nr.7. De afspraak is 8.00 uur aan het ontbijt en om 9.00 uur vertrek vanaf de parkeerplaats. Vandaag staat er een stevige rit op het programma: 129 Km met circa 2000hm. Op de parkeerplaats is het nog even wachten op Wim, deze besluit op het laatste moment toch beter een wind jasje mee te nemen en is dit op onze kamer halen.

We vertrekken vanuit Belvianes "vals plat" (2 a 3%) richting Rocqufort door de Gorges St. Georges, een prachtig mooie omgeving met flinke rots partij langs riviertje de "Aude". Vanaf Ste Colombe begint de eerste eigenlijke klim van de dag, de "Col de Garavel" naar de top op 1262 meter met pittige percentages richting de 10 a 11%. Eenmaal boven wordt er zoals altijd gewacht tot we weer compleet zijn en zetten we gezamenlijk de korte afdaling in richting Escoulaubre.

Onder aan de afdaling is het weer gelijk klimmen geblazen richting "Col de Moulis" (1099m), vanaf de top stukje afdalen en vervolgens via een 'mooie loper' 4 a 5% richting rustplaats Formigueres. Hier nemen we plaats op een terras van een café en worden de welverdiende drankjes genuttigd. De vrouwelijke bediening wordt wel steeds geïrriteerder omdat om de paar minuten een renner aansluit op het terras en een bestelling/drankje plaatst. Deze irritatie vertaalt zich later in de rekening die Jan krijgt.....€3,60 voor een flesje cola.... Omdat versnaperingen niet te verkrijgen zijn in het café lopen Jan en Nico naar de plaatselijke buurtsuper om iets te eten te scoren. Na korte tijd komen ze terug met pain de chocolat, bananen en nectarines. *(En 6 blikjes cola voor € 3.39 !!!, wat klopt hier niet , red).*

Jan geeft aan dat de benen vandaag echt niet lekker willen en besluit het komende lusje dat in het route boek staat naar Mont Louis te skippen. Als

alternatief rijd hij op eigen tempo naar de top van de Col de Quillane en dan rechtsaf terug via Les Angles. De rest van de groep vertrekt ook naar de "Col de Quillane", waar we het hoogste punt van de dag aantikken op 1714m. Vandaar gaan we licht dalend richting Mont Louis en weer terug, ook via les Angles. Hierna treffen we Jan in Foromiguères weer op dezelfde plaats als waar we waren vertrokken.

Gezamenlijk maken we de lange afdaling richting Belvianes. Halverwege deze afdaling heeft Jan nog een klein 'hupke' gepland voor ons via Querigut. Zelf besluit hij deze, gezien z'n slechte benen, dit over te slaan. En we treffen elkaar op het volgende kruispunt na de afdaling. Rest ons het laatste stuk van de afdaling op buitenblad. Juist voor het hotel, in Axat maken we nog een stop om wat vocht aan te vullen op deze warme dag.

Zo komen we aan bij ons hotel, hebben 129 Km afgelegd en 2083 Hm overbrugd met een gemiddelde snelheid van 25,2 Km/h.

De fietsen worden gestald en de douches opgezocht om weer opgefrist aan het diner (19.30uur) te kunnen verschijnen, waar we de dag evalueren en daarna allemaal moe maar voldaan naar onze kamers en slapen gaan want morgen wacht de koninginnenrit...

Werner



Topsystemen

Systeemplafonds, -wanden & -verlichting

Nucleonweg 26
4706 PZ Roosendaal

T. 0165 - 53 00 52
F. 0165 - 53 08 33
E. info@topsystemen.nl



DE PARTNER IN DE AFBOW

www.



<http://www.topsystemen.nl/>




Bike Totaal **WIL RULLENS** **WOUW** **HET NIEUWE FIETSEN!**

SHIMANO SERVICE CENTER

Rullens Bike Totaal
Molensingel 68
4724 CR WOUW

0165-308259
www.wilrullens.nl

www.



<https://www.wilrullens.nl/>





**TEGEL-
DISCOUNT**

GROOT ASSORTIMENT | GESPECIALISEERD | VOORDELIJ

Argon 29
4751 XC Oud Gastel
Borchwerf 2 (Roosendaal)
Tel: 0165 53 05 40



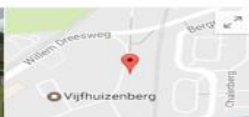
Vragen? Bel ons vandaag nog! ☎ 0165 53 05 40



[HOME](#) [ONZE KWALITEITEN](#) [COLLECTIE](#) [MONTAGE](#) [ACTIES](#) [SANTIER](#) [CONTACT](#)



<http://tegel-discount.nl/>



Klusbedrijf van Ostaijen ★

Aannemer in Roosendaal, Nederland

[Website](#)

[Routebeschrijving](#)

Adres: Vijfhuizenberg 97, 4708 AJ Roosendaal

Telefoon: 0165 566 654

Provincie: Noord-Brabant

Voor alle nieuwbouw en
onderhoud aan uw
woning zoals metsel-
werk, tegelwerk en
stukadoorswerk



Verslag 18 juni 2019

Dag 4. Rondrit Col de Pailhères – Col de Chioula

Vandaag een verandering van rit, door de mindere weersvoorspelling van vrijdag werd de "koninginnenrit" verzet naar de dinsdag. Een pittige tocht met de Col de Pailhères en Col du Pradel op het programma. Enige twijfel want de vermoeidheid zat toch al wel wat in de benen na twee pittige fietsdagen maar 's morgens goed gegeten en de benen voelde niet slecht. Jan had besloten om het eerste stuk in de volgwagen te rijden om ons te volgen op de eerste col. De aanloop was verraderlijk 19,5 km licht bergop via Axat, Gesse naar Usson Les Bains, dit alles met een stijging van 2/3 % tot een hoogte van 794 meter. Het tempo lag in het begin vrij hoog en Werner die er zin in had moesten we even temperen.

Aangekomen bij Usson Les Bains begon de klim van 15 km naar Col de Pailhères. Deze berg is al meerdere malen beklommen tijdens de Tour. Gelijk liep het klim percentage op met Nico en Tom voorop. Ikzelf was zo bezig met de klim dat ik een bordje miste met Werner erachter. Even twijfel maar we besloten om de volgende afslag te nemen richting Ax-les-Thermes een ommetje van 3 km! Aangekomen bij Mijanès begon de klim pas echt. Het was warm en Werner had het lastig hierdoor, 32 graden gaf de temperatuur aan. Ook Tom bleek hier last van te hebben, ook hij had onderweg even een inzinking. Bij mij ging het een beetje lopen en ik haalde vervolgens, Werner, Fred en Sem weer in. Het waren mooie haarspeldbochten naar de top met pieken van 9/ 10/11% klimmen. Ook werd het wat frisser, wat wel aangenaam was. Nico bereikte als eerste de top op 2000 meter, gevolgd door Tom.

Ik zelf zat erachter en kon nog net genieten van een marmot, die wegschoot tussen de rotsen. Na boven bij de auto wat gegeten en gedronken te hebben volgde een mooie en snelle afdaling met mooie brede wegen naar Lavail tot aan de splitsing bij de Col du Pradel.

Hieraan gekomen was er even overleg, de Col was open maar door werkzaamheden kon de volgauto niet mee. Besloten werd om richting Ax-les-Thermes te rijden om daar wat te eten en over de Col du Chioula te rijden. Maar voor de lunch hoefde we niet zo ver te rijden, want we zagen al snel een camping genaamd, Ascou la Forgeen, die tot onze verassing werd deze beheerd door Nederlanders, waar we vriendelijk werden ontvangen. We besloten een pizza te eten en voor Fred, die geen kaas lust een broodje ei. Voor de "Special One" werd er al geroepen. Fred was niet helemaal tevreden en riep de ober nog terug met de woorden "Edde Nog Zout"!

De camping eigenaar wist te vertellen, dat de col du Pradel echt was afgesloten, want enkele motorrijders waren ook teruggekeerd vanwege herstelwerkzaamheden aan de weg. Daarom besloten we terug te keren via de col de Chioula. Na de stop met in de volgauto Fred volgde vanuit Ascou al snel de klim van 6 km naar de top van de col de Chioula een pittige klim, maar om te doen. Het was warm onderaan de klim, dus veel drinken. Onderweg kreeg Nico last van zijn pizza en viel nagenoeg stil, Hij wist hier zelf wel een oplossing voor en dat luchtte meteen op. Met ieder op zijn eigen tempo de top van Col du Chioula op 1431 meter hoogte te hebben bereikt volgde de lichte afdaling van Col de Marmare, daarna licht omhoog naar Col des 7 Frères. Hier wisselden Fred en Nico als chauffeur. Vandaar gingen we door een binnen weggetje weer naar beneden naar het dal in de afdaling van de col du Pradel.

De kilometers gingen al wel in benen zitten, maar er kwam nog een verassing. Een route uitbreiding van Nico. Nog een korte, maar steile klim van 2 km met een gemiddelde van 8%, en met stukjes van 11 tot 19 %. Jan en Sem vermeden deze en gingen recht terug, maar Werner, Tom, Fred en Wim durfde dit wel aan. Gelukkig was deze muur maar kort en hevig, onder toeziende oog van Nico in de volgauto. Het zat er bijna op, hierna volgde nog een lange afdaling van 25 km via Gesse en Axat, naar het hotel. Het tempo lag hoog en ik moest nog wel alle zeilen bijzetten om bij te blijven. Het beste was er nu wel af, maar na 126 km, 2516 hoogtemeters en gemiddeld 21,8 mag dat wel.

Na weer wat opgefrist te zijn in het zwembad en de douche, zaten we aan het avondeten. Het was vrij rumoerig bij het hotel. Wat bleek, de waterpomp bij het riviertje werkte niet en er was een hevige discussie over. Al snel werden onze techneuten erbij geroepen. Fred, Werner en Nico gingen een kijken nemen. Ze kwamen er niet helemaal uit en het lukte maar gedeeltelijk om dit probleem op te lossen. De volgende dag zou Fred er zich mee bezig houden. Maar eerst een halve rustdag, want die was nodig.

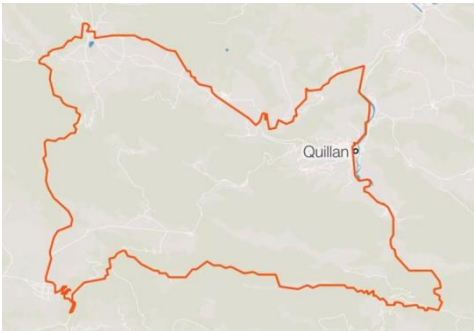
Wim



Verslag 19 juni 2019

Dag 5. semi "Rustdag", Puivert - Plateau de Sault

Vandaag staat de rustdag op het programma. Na het geweld van de afgelopen dagen, met name de Col de Pailhères en Col du Chioula van gisteren en het warme weer, komt de rustdag voor velen als geroepen.



Afstand
71,14 km

Hoogteverschil
748 m

Het beloofde weer een stralende dag te worden, dus iedereen had ondanks de zware week toch de behoefte om een rondje te fietsen. De ronde voor vandaag telde slechts 62km, met zo'n 750 hoogtemeters toch nog een pittige onderneming voor de rustdag.

Speciaal voor deze dag is Toon van den Broek aan komen sluiten om een rondje met ons mee te fietsen. Toon zit een stukje verderop in Zuid-Frankrijk in een vakantiehuis en had wel zin om een dagje mee te trappen. Door de kortere route konden we ook wat later vertrekken vandaag. Uiteindelijk vertrokken we rond 09.45 uur.

Ondanks de goede voorbereidingen, zijn we in Quillan een klein stukje verkeerd gereden. Door de vele kleine aansluitingen achter elkaar was dit ook wel te begrijpen (het is je vergeven Nico). Het tempo zit er goed in, dus van een echte rustdag konden we ook niet spreken.

Zeker na de koffie in Puivert werd na de toch nog pittige beklimming hard richting Belvianes gereden. Zelfs een spontane wijziging in de



route door Jan, wat de tocht nog 10km langer maakte, had geen invloed op de toch nog frisse benen van de hele groep. Na 71km weer teruggekomen in Belvianes kon alsnog worden genoten van deze semi rustdag.



Dat gold niet voor iedereen. Klusbedrijf van Ostaijen was weer volop in de weer om diverse klusjes aan te pakken, rust komt niet in het woordenboek van Fred voor. Hij was weer druk in de weer met de waterpomp en alles wat ermee te maken had.

Werner en Nico maakten van de geboden tijd gebruik om wat promotiefoto's voor de bus te maken en Jan ging wederom voor ons naar de supermarkt voor wat eten en drinken voor de komende ritten. Verder werd er vooral ook genoten aan het zwembad en had Wim, in tegenstelling tot Fred, wat minder moeite om de rust te pakken.

Tom



Contactgegevens:

Telefoonnummer: 0165-560 602

Faxnummer: 0165-560 462

Website: adsr.nl

Email: info@adsr.nl

Bezoekadres:

Vijhuizenberg 46, 4708 AL, Roosendaal

Postadres:

Postbus 1446, 4700 BK, Roosendaal

Waar zullen we beginnen?

Van vastgoedidee tot service



<http://www.adsr.nl/>

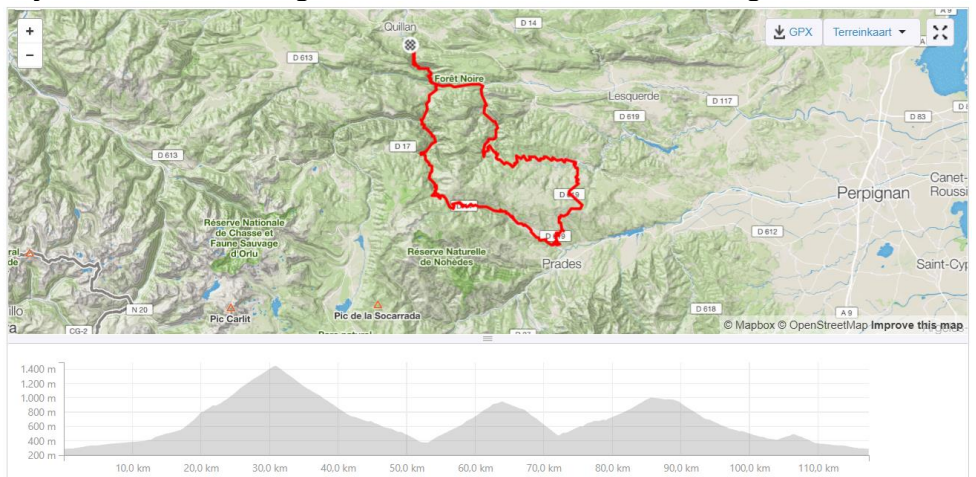


Verslag 20 juni 2019

Dag 6. Col de Jau –Rocque Jalère- Aussières

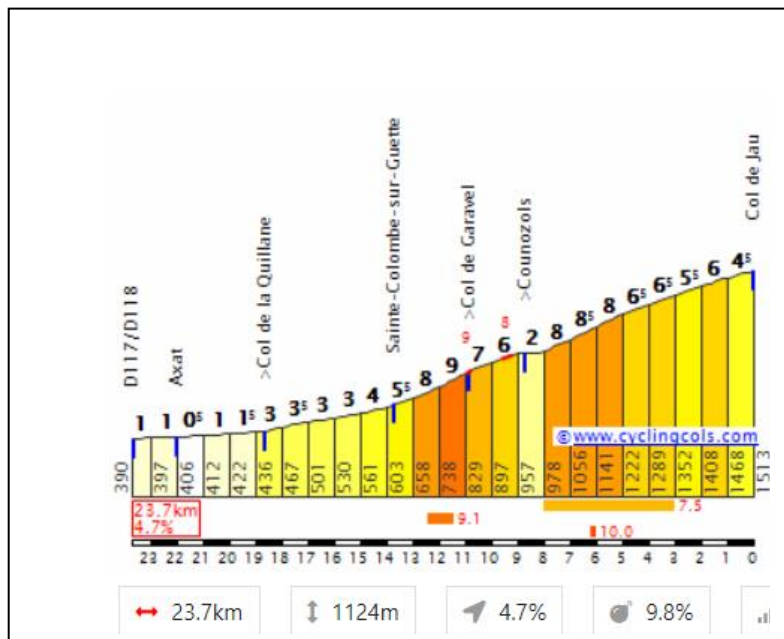
Voorlaatste dag van de week in de Pyreneeën. De voorspelling voor het weer was ietsje minder dan de voorgaande dagen, toen het gewoon mooi en warm weer was. Nu was er een kans op regen in de namiddag. Gelukkig is deze uitgebleven en hebben we onder goede omstandigheden kunnen fietsen. 's Morgens nog wat frisjes en mist, die rond de bergtoppen hing. Hierdoor was het op de top van de eerste klim, de Col du Jau, nog wat frisjes

Mijn totalen van de dag: 117km, 2374hm, 4h52m en 24,1 gemiddeld.



Gestart werd er weer richting Axat. De inmiddels bekende aanloop, die continu valsplat omhoog loopt. Na dik 12 km kom je bij de splitsing van de D188 en de D17 (EDF waterkracht centrale). Hier moesten we net als afgelopen maandag links aanhouden de D17 op. Gelijk begon het ook te klimmen. De eigenlijke beklimming van de Col de Jau start hier ook. De

eerste 5 km nog redelijk geleidelijk maar vanaf St Colombe sur Guette wordt het serieus klimmen.



Als je in het dorp de rivier overgestoken bent, loopt het gelijk stevig omhoog met percentages die in de dubbele cijfers komen. 3 km verder heb je dan links de afslag naar de Col de Jau. De percentages worden dan ook weer wat dragelijker. Vanuit hier is het nog een kleine 10 km tot aan de top. Inmiddels was alles uit elkaar gereden en was het ieder voor zich. Wim, die chauffeur was tot aan de eerste stop had zich tactisch opgesteld op het eind van het steile stuk en heeft daar mooie foto's gemaakt, waarbij de meeste gezichten al op standje afzien stond.

Na de afslag werd het echt een mooie klim, een super rustig weggetje, wat door de bossen slingerde. Zoals al vermeld, was het wat frisjes door de mist maar daardoor was het heerlijk klimmen. Boven voor de afdaling even wat warmes aantrekken en daarna volgde een lange, mooie afdaling. Bijna aan het einde van de afdaling in Molitg-les-Bains werd gestopt voor koffie en iets te eten.

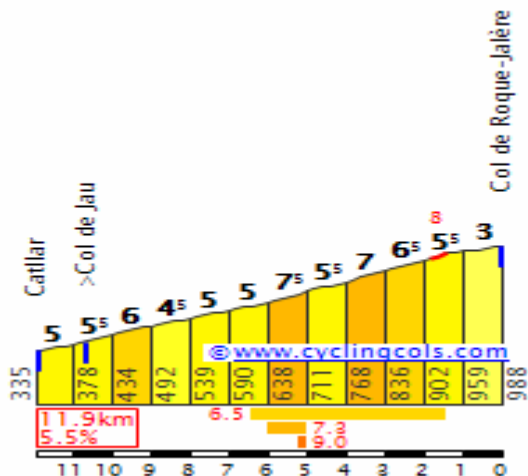
Tevens voor een chauffeurs wissel. Fred had tijdens de beklimming van de Jau wat last van een pees in zijn rechterbeen (naweeën van de valpartij in Essen eerder dit jaar). Hij naam daarom uit voorzorg het stuur over van Wim.

Inmiddels was er een zonnetje doorgebroken en was het heerlijk vertoeven op het terrasje. De koffie was goed en als lunch kozen we een baguette met kaas, ham/kaas of alleen ham. Je kon zelfs kiezen tussen boter of olijf olie. De kaas was een heerlijke geitenkaas. Aangezien Fred geen fan van kaas is en eigenlijk het liefst ei op zijn broodje heeft leidde dit tot de inmiddels legendarische uitspraak. *Have you aaaii* (heb je ei....) Dit moest wel vertaald worden, maar hij kreeg het wel weer geregeld dat hij een lekker broodje met 4 eieren als lunch had.

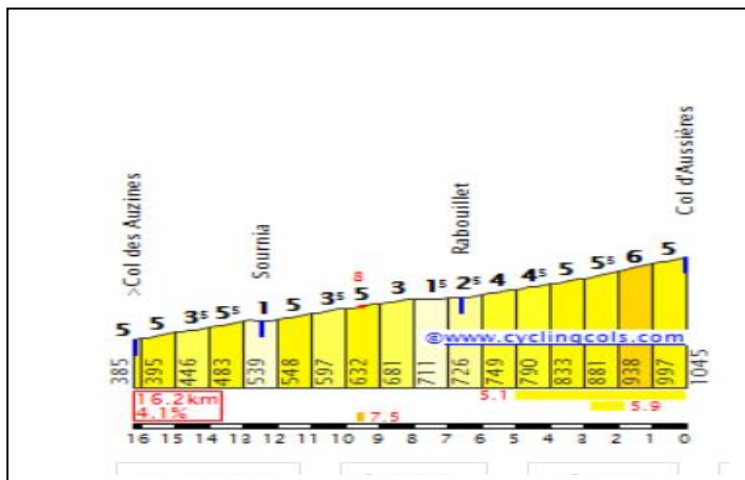
Vertrokken werd er met een heerlijk zonnetje. Nog paar kilometer bergaf en de volgende beklimming kwam er al weer aan. De Col de Roque Jalère.

Deze col had prachtig mooie vergezichten het dal in. Het zonnetje was goed van de partij en het voelde gelijk ook warm aan op de klim. Ook het wegdek was van een soort ruw asfalt wat zorgde voor flink wat weerstand. Ook dit dus weer geen makkelijke klim.

De volgende klim zou meer een loper zijn en weinig steile stukken bevatten. Iedereen ging dus weer vol goede moed de afdaling in. Afgedaald werd er tot in Sournia waar Werner het stuur overnam van Fred



Deze laatste col van de dag besloten we om deze samen met "roomie" Sem (Schwazzeneggert) Verbocht op te rijden. Sem, die inmiddels al enkele jaren veel meer aan allerlei vormen van kracht training doet. Plus meer aan hardlopen doet dan dat hij op zijn fiets zit zou er voor zorgen dat ik beetje op reserve kon rijden. De vermoeidheid van de rit en alle voorgaande begon ik al te voelen. Echter in begin van de klim moest ik flink aan de bak om met zijn tempo mee te gaan. Gelukkig was de klim lang genoeg om in mijn ritme te komen.



Deze laatste col was dus de Col d'Aussieres. Wederom een super mooi rustig weggetje. Halverwege ligt het dorpje Rabouillet hier kun je net voor dorpje links aanhouden en hoef je niet dwars door dorpje met hele smalle straatje. Fred en Werner met de auto probeerden dit wel. Voor Fred, die weer op de fiets zat geen probleem maar Werner is toch maar terug gereden omdat hij bang was klem te rijden in het smalle straatje. Zoals iedere rit deze week eindigde ook deze rit weer met een relatief lange afdaling. Het voordeel als je hotel op laagste punt ligt. Echter na de lange afdaling van de laatste col draaide we de weg op terug richting Axat en Quillan. De weg liep een beetje op en Sem dacht, ik geef er nog even een klap op, maar dit oplopende stuk bleek iets langer dan verwacht en hij blies redelijk de benen op. Bleek dit stukje gewoon een naam te hebben. Col de Camperie, een stuk van een dikke 2km met bijna 100 hoogte meters 😊

Tom en ikzelf namen over van Sem en stoomde gezamenlijk door over dit colletje. Bij de rotonde van Axat weer op de rest gewacht. Maar Sem had er nog niet genoeg van en demarreerde opnieuw. Aangezien ikzelf ook wel van wat dollen houd, ging ik achter hem aan en zijn we kop over kop naar hotel gedenderd. Nog even lekker de benen pijnigen. Aangekomen bij hotel had Sem nog steeds energie over en deed maar gelijk zijn dagelijkse 100 push ups, was hij daar ook vanaf...

's Avond bij het eten kregen we een lokale specialiteit: Cassoulet, een stoofschotel op basis van witte bonen, waar varkensvlees en eend in verwerkt was. Een stevige kost na een stevige rit op de fiets is nooit weg.



Nico

Uitlaatservice Snuf en Snuitje
Roosendaal, Bergen op Zoom en omstreken
Tel.: 06 111 08 497
E-mail: snufsnuittje@outlook.com

📍 snufensnuitje.weebly.com



Jachtrainingen Go Apport
Roosendaal, Bergen op Zoom en omstreken
Tel.: 06-111 08 497
E-mail: goapport@live.nl



<https://snufensnuitje.weebly.com/>



RIJWIELSPORHUIS AD VAN OVERVELD
VERTROUWDE Kwaliteit en Service

OPENINGSTIJDEN
maandag - vrijdag - donderdag
08:30 - 12:15 / 13:00 - 18:00
vrijdag
08:30 - 12:15 / 13:00 - 20:00
zaterdag
08:30 - 12:15 / 13:00 - 17:00
dinsdag en zondag gesloten

ADRES
Rijwielsporthuis Ad van Overveld
D. L. Vrouwenstraat 181
4715 AD Zegge
Tel. 0145-540913

RIJWIELSPORHUIS AD VAN OVERVELD
VERTROUWDE SERVICE!



<http://www.rijwielsporthuisadvanoverveld.nl/>



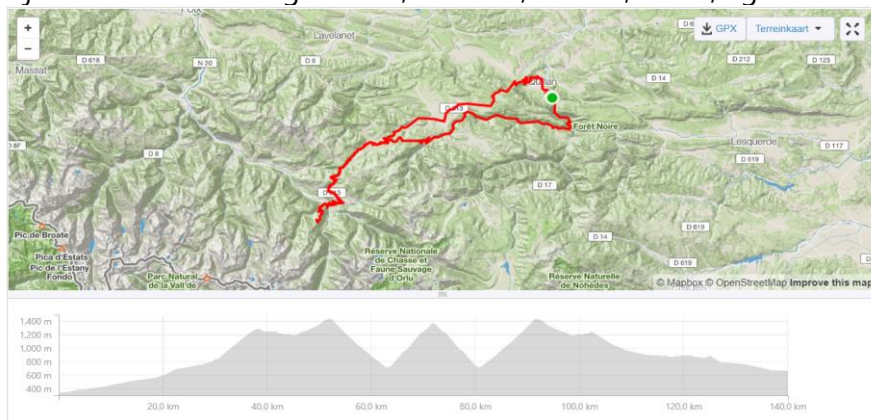
Verslag 21 juni 2019

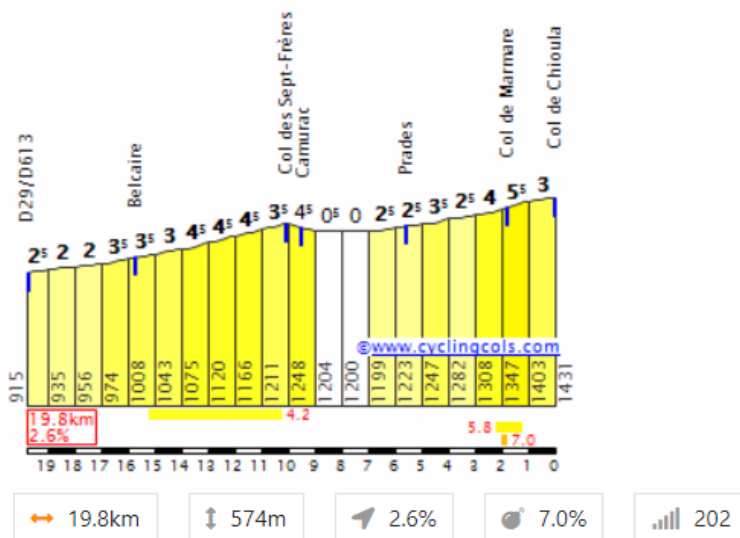
Dag 7. Ax les Thermes – Ax 3 Domaines – col de Chioula

Laatste dag van onze week in de Pyreneeën. Op het programma de langste rit (140km). Ja inderdaad zoals ieder jaar zorgt de ploegleider weer, dat we op de laatste dag helemaal tot aan het gaatje moeten. Vorig jaar was dat op Tre Cime de Lavaredo dit jaar Ax 3 Domaines (Plateau de Bonascre). Op deze klim is al 5x een touretappe gefinisht (2001-2003-2005-2010-2013)

De weervoorspelling was de slechtste van heel de week en na de middag zou er regen vallen. Dit klopte wel ongeveer. Tijdens de koffie/lunch in Ax-les-Thermes begon het te regenen. Dus de klim naar Ax 3 Domaines werd even uitgesteld tot na de koffie. Uiteindelijk hebben we deze en de volgende klim Col de Chioula droog kunnen op rijden. De laatste 40 km hebben we wel in natte omstandigheden gereden, gelukkig gingen deze hoofdzakelijk bergaf.

Mijn totalen van de dag: 140km, 2745hm, 5h56m, en 23,6 gemiddeld.





Vertrekken deden we deze laatste rit richting Axat. De eerste 30 km was het bordjes volgen richting Col du Pradel. Dit deel reden we tegengesteld van de geplande route. Dit omdat met de verwachte regen dit stuk lastiger is om af te dalen dan de weg richting Quillan. Tot aan Niort de Sault was weer het vals plat waar we bijna iedere dag mee starten als we deze richting op rijden. Een aantal kilometer voor Niort werd er op elkaar gewacht en toen Jan ook aangesloten was miste we Wim. Hij was blijkbaar verkeerd gereden. Na een belletje werd snel duidelijk waar hij was.

Sem, die chauffeur was op het eerste deel (tot aan Ax-les-Thermes) reed terug om Wim op te pikken. Al snel weer allemaal samen en konden we verder rijden. In Niort-de-Sault begon een soort van 3 traps klim naar de Col du Chioula. (zie profiel)

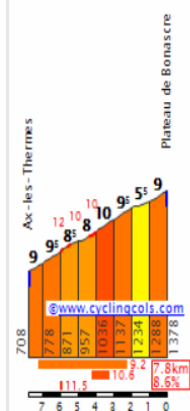
Eerste deel richting Camurac heeft niet echt een naam en of top bordje. Vandaar ging het eerst weer stukje bergaf waarna we weer een stukje mochten klimmen naar de Col des Sept Frères (1253m) dan weer stukje afdalen en vervolgens Col de Marmare (1361m). De bedoeling was om dan "rechtsom" over de Corniches naar Ax-les-Thermes te rijden. Maar deze

weg was afgesloten. Alternatief was dus vanaf Col de Marmare gelijk verder omhoog naar Col de Chioula (1431m).

Vanaf de top van de Chioula was het een dikke 10km dalen naar Ax-les-Thermes. Daar zouden we koffie drinken, lunchen en van chauffeur wisselen. Maar eerst klimmen naar Ax 3 Domaines/Plateau Bonascre. Echter omdat het bij aankomst in Ax les Thermes begon te regenen, eerst maar koffie en lunch.

Na de lunch zijn we met 5 (Tom, Wim, Werner, Nico en Sem) de klim naar Ax 3 Domaines opgereden.

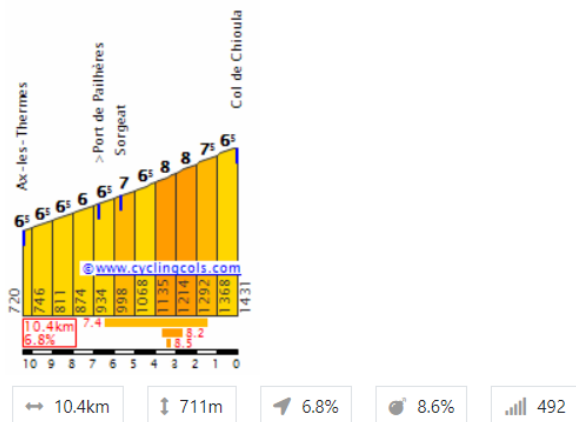
3 Plateau de Bonascre → from Ax-les-Thermes



↔ 7.8km ↓ 670m ↗ 8.6% 🍊 11.9% 📶 595



Zoals aan profiel te zien is dit een stevige klim, onderweg zag ik bijna continu percentages van boven de 10%. Vooraf twijfelde ik, of ik deze klim nog moest oprijden met hetgeen nog zou komen. We moesten immers de col de Chioula weer op en daar had ik na afgelopen dinsdag niet de beste herinneringen aan (iets met warmte, inspanning en een stuk pizza 😊). Maar me toch laten overhalen en achteraf geen spijt. Het is niet de mooiste klim, een brede weg die naar een ski dorp loopt waar alles gesloten is en helemaal niks te zien is. Maar waar natuurlijk wel Tour geschiedenis is geschreven.



Terug van Plateau Bonascre in Ax-les-Thermes eerst de bidons even vullen en van chauffeur wisselen. Tom was de laatste chauffeur dienst van de week en nam dus de auto over van Sem. Niet slecht gekozen want hij is de enige die alle kilometers droog gereden heeft.

Vanuit Ax gaat het gelijk weer omhoog. De Chioula van deze kant is 10 km, dat zijn er toch weer ruim 3 meer dan afgelopen dinsdag. Hij voelt ook stukken zwaarder dan dat het bord aangeeft wat onder aan de splitsing staat (5,60% moy) Als je naar staatje er naast kijkt is dat een stuk meer. Ik knok me naar boven, het hoofd en het lijf wil wel maar de benen geven niet thuis. Ik zoek ritme door met hoge cadans te rijden. Rij uiteindelijk bijna de gehele klim op 34x30. Op de klim schijnt zowaar een flauw zonnetje en voel het direct wat warmer. Boven toch maar snel een regenjack aan getrokken want op de top is het stuk koeler en is het mistig. Het is nog droog maar voor hoe lang.

Het zwaarste zit er nu op, nog 50 kilometer in hoofdzakelijk dalende lijn. Een paar "hupkes" nog zoals Col de Sept Frères en de Col de Coudons. De laatste 40 km begint het echt te regenen, niet heel hard maar nat wordt je er wel van. Er steekt ook een stevig windje op en al snel wordt er een Hollandse waaier getrokken in het Franse land.

Werner voelt zich helemaal thuis in deze omstandigheden en trekt lekker door, samen met Jan. Ik merk bij mezelf dat de energie aan het opraken is en heb het lastig in het wiel.

Al snel wordt er geroepen dat wat rustiger moet. NIE ZO JAKKEN we hebben vakantie.... 😊 Zelf ben ik blij dat we uiteindelijk de afdaling induiken van de Col de Coudons. Nog even goed opletten en we hebben er een hele mooie week opzitten zonder valpartijen en lekke banden. Dat goed opletten geldt ook voor op tijd afslaan. We moesten naar Quillan en enkele rijden toch de afslag voorbij en moeten zo nog wat extra hoogtemeters maken. De douche na de rit was heerlijk. Want met de lagere temperatuur en de nattigheid in combi met de afdaling krijg je het toch langzaam koud.

Het was een mooie, zware week in een heel mooi gebied om te fietsen.

Jan had alles weer perfect georganiseerd !

Als afsluiter van de week werd er door iemand van het personeel nog een paar liedjes gezongen na het avond eten. Dat deed ze lang niet slecht.

Nico

Verslag 22 juni 2019

Dag 8. Thuisreis

De avond tevoren had ik al afgerekend bij het hotel, zodat we vroeg konden vertrekken. En om exact 6.00 uur gingen we op weg huiswaarts voor ruim 1200 km. Op dit vroege tijdstip op de zaterdag ging het lekker vlot, ook op het eerste deel van de Route National naar Carcassonne. Behalve de chauffeurs Werner en Jan kon eenieder verder slapen. Pas na 9 uur deden we een wegrestaurant aan voor een hapje en een koffietje. En werd er tevens getankt.

Alles verliep soepel en vlot tot Parijs. Daar gaf mijn routeplanner een beduidend snellere route aan over de westelijke Peripherique. De bus ging wel over de oostzijde. Even kwamen we in Boulogne –Bilancourt voor enkele stoplichten en ook de Peripherique liep wat stroperig. Maar ook de bus had even oponthoud, maar was even sneller langs Parijs. Bij de tankbeurt wisselde ik met Tom als chauffeur. Daarna ging het vlot naar Lille, waar de route naar Gent werd aangegeven via Moescroen. Hier misten we een afslag en moesten we terug. Daarna was een nog een file vóór Antwerpen bij Kruibeke. Dit wegens uitgebreide wegwerkzaamheden. Om half 8 arriveerden we bij Nico in Wouw, waar Sem al zijn spullen had uitgeladen. Hij zou samen met Tom direct doorreizen naar Rotterdam.

Conclusie: een heerlijke fietsweek met alles erop en eraan zit erop: een prachtig landschap op het ene moment, een verdomd steile klim in de hitte op het andere moment. En je komt allemaal in zo'n week een moeilijk moment tegen. Zeker als het 30 graden is en je een col als de Pailhères – hors categorie- op moet. En er zijn momenten, dat het lekker gaat en je een euforisch gevoel krijgt. En de stemming was de hele week prima, veel gelachen, zeker met Fred als klusjesman en als commentator bij de maaltijden!

Nico was in heel goeie vorm, was al te zien bij de tijdrit en won de "Premie Henri Desgrange" door als eerste op de Pailhères boven te komen. De pizza daarna viel echter slecht en is op de volgende col achter gebleven.

Sem ging ondanks zijn heel weinige kilometers en zijn toegenomen spiermassa toch vlot naar boven. En verbaasde eenieder, door na de zware ritten nog even 100 push-up's te doen voor het douchen.

Werner was de man van het valse plat en de klimmen beneden 5 %, waar hij de anderen héél veel pijn kon doen. A la Thomas de Gendt iedereen langzaam maar zeker dooddoen, zoals de Belgen dat noemen. Klimgeit

Wim liet zich vooral gelden op de steile stukken, altijd een tandje groter dan de anderen. Tom was de beste klimmer met zijn verzet 32 x 32, jong, getalenteerde en goed getraind. Maar kwam zich op de Pailhères toch ook even tegen.

Fred klom als lichtgewicht (61 kg) meestal ook vlot omhoog, maar had soms nog last van zijn been, gevolg van de valpartij dit voorjaar. En senior Jan had twee eerste moeilijke dagen in het begin. "Des jours sans" noemen ze dat in de Tour. Maar dat kent hij al uit het verleden, gedurende de week gaat het elke dag beter.

Jan

CAFÉ EN ZALEN HUIS TEN HALVE



Huis ten Halve
Kruisstraat 60
4707 RC Roosendaal
0165 - 5333343

Zalen van 50 tot 100 personen

Specialiteit
Brabantse koffietafel

Eigenaar Fam. Buijk



Audi Centrum Roosendaal



Audi Centrum Roosendaal

Showrooms Werkplaatsreceptie

Vandaag open tot 18.00

Adres
Argon 41
4751 KC Oud Gastel
[Meer informatie](#)

Openingstijden

Maandag	09.00 - 18.00
Dinsdag	09.00 - 18.00
Woensdag	09.00 - 18.00
Donderdag	09.00 - 18.00
Vrijdag	09.00 - 20.00
Zaterdag	09.00 - 17.00

Afspraak plannen

☎ 01651 522950

✉ info@audiroosendaal.nl

📍 [Route plannen](#)



<https://www.audicentrumroosendaal.nl/>



bloemenboetiek de Goudsbloem



bloemenboetiek
de Goudsbloem

WAAROM DE GOUDSBLOEM

Wij houden van bloemen
Uw boeket wordt gemaakt door
talentvolle vakbekwame bloembinders
Service en kwaliteit is vanzelfsprekend
Vóór 12:00 uur besteld, vandaag afgeleverd.
7 dagen vaasgarantie.
Veilig online betalen.
Bezorging in heel Nederland door onze Fleurop
collega's.

President Kennedylaan 158
4707BG Roosendaal
0165-557332

Sint Janstraat 81
4741 AN Hoeven
0165-503312

Pastoor van Breugelstraat 138
4744 AG Bosschenhoofd
0165-317068



<https://bloemenboetiekdegoudsbloem.nl/>



BOUWBEDRIJF VAN EST

- renovatie
- onderhoud
- niewbouw
- metselwerk
- tegelwerk
- stucwerk
- werkvoorbereiding

06-38910604

info@bouwbedrijfvanest.nl

Email: info@bouwbedrijfvanest.nl