



La Route des Grandes Alpes



18 september > 22 september 2014

Van de Middellandse Zee tot de Alpen, klimmen is lijden. O nee, wacht, klimmen is leuk!

De vierdaagse GMB fietsreis vertrekt vanuit Nice, de metropool aan de Franse Riviera.

Via de Promenade des Anglais in Nice en het Hotel de Paris in Monte Carlo fietsen we langs de kust tot in Menton. Daarna verlaten we de Middellandse Zee via de hals van Castillon en laten we de Piemonte invloeden langzaam achter ons en richten we onze pijlen op de majestueuze Alpen....om te eindigen in Briançon, meerdere keren aankomstplaats van een Tour etappe.



Een organisatie van Johan en Guido



La Route des Grandes Alpes



In het begin van de vorige eeuw, in 1909, toen de Alpen nog nauwelijks ontsloten waren, geeft Touring Club la France het startsein voor de aanleg van de Route des Grandes Alpes. Een verbinding van **Thonon-les-Bains** aan het meer van Genève naar **Menton** aan de Middellandse Zee. Een 700 kilometer lange route over de mooiste en de hoogste bergpassen van de Franse Alpen. Met de aanleg van snelwegen is het belang van de route als verbinding sterk verminderd. Sindsdien is “**La Route des Grandes Alpes**” door haar majestueus parcours, voor de wielersliefhebber een doel op zich geworden. Wij nemen er, in **vier** verteerbare **etappes**, ongeveer **300 km** voor onze rekening. Met als letterlijk hoogtepunt de beklimming van **Col de la Bonnette**, de hoogst berijdbare bergpas in Europa.

www.grande-traversee-alpes.com

- Donderdag 18 september: Afspraak om 5u in Rijsel
Nice (0 m)– Sospel (350m)
Col de Castillon (707m)
-
- Vrijdag 19 september : Sospel (350 m) – Rimplas (1.005m)
Col de Turini (1.607 m)
Col Saint Martin (1.500 m)
-
- Zaterdag 20 september : Rimplas (1.005m) – Jausiers (1.220 m)
Cime de la Bonette (2.802m)
-
- Zondag 21 september : Jausiers (1.220m) – Briançon (1.335m)
Col de Vars (2.109 m)
Col d'Izoard (2.361m)
-
- Maandag 22 september Terugreis met aankomst in de vooravond



FRANCE

ITALIE

Côte d'Azur

BRIANÇON

GAP

Jausiers

CUNEO

NICE

MARSEILLE

St-Tropez

Parc National des Ecrins

Parc Naturel Regional du Queyras

Lac de Serre-Ponçon

Parc du Mercantour

PARC DU VERDON

Col d'Izoard 2361

Vars
Col de Vars 2108

Col de la Bonette 2715

Rimplas
Col Saint Martin 1500

Col de Turini 1687

Sospel
Col de Castellon 707

Menton
Monte-Carlo



Via GRA

La Grande Traversée is enkel weggelegd voor de allergrootsten. Hannibal en Napoleon deden het ons voor omdat het onmogelijk was. “Klimmen is afzien, nee klimmen is leuk” schreef onze grote leider en de inschrijvingen van zijn volgelingen stroomden binnen. De camionette is volzet met stalen en carbonnen rossen, die de onvermoeibare Werner stipt zal afleveren in Nice.

“ Schouder aan schouder zullen we de ongelijke strijd met deze drakentanden winnen

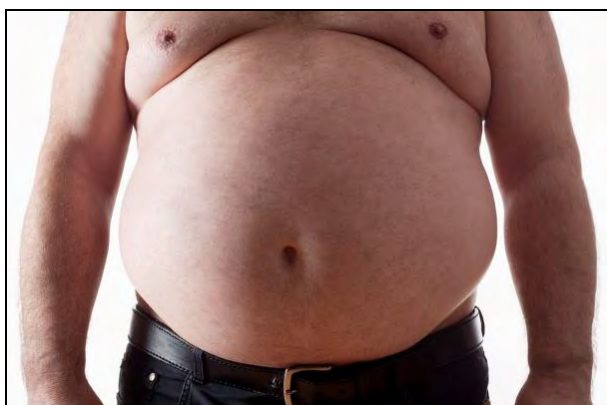
La Grande Route des Alpes werd in 1909 aangelegd door de Touring Club ‘La France’. In 1913 kon je met de auto in 5 dagen van Nice naar Genève rijden. Met haar 365 haarspeldbochten, haar soms plots dichtgesneeuwde passen, was elke overtocht *via GRA* een avontuur. Vandaag flits je met een creditcard, enkel gehinderd door péages, in één dag naar de Côte d’Azur. Nu automobilisten de D 902 links laten liggen, is deze route een icoon geworden van motards en wielrenners.

“De hoogste bergpas van Europa mocht niet ontbreken op deze historische heldentocht.

Het uitstippelen van het parcours is dit jaar bijzonder efficiënt verlopen. De route van Nice naar Briançon is dan ook “hard geprogrammeerd”. Uitdagend, rechttoe - rechtaan, in your face, zonder toegevingen: start aan de voet, aankomst op de col. GPS als overbodige luxe. Afwijken van Col de la Bonnette en Col d’Izoard werd niet weerhouden. De hoogste bergpas van Europa en de mooiste wirwar van haarspeldbochten mochten niet ontbreken op deze historische heldentocht.

Het programma mag dan wat uitdagend zijn, nooit heeft onze grote leider zich zo gesmeten voor zijn programma. Als staaltje van zijn ijzeren wilskracht, deze kleine anekdote. Hij vroeg mij de darm van mijn voetpomp diep in zijn keel te proppen. Met ware doodsverachting moest ik onze grote leider vervolgens oppompen tot 8 bar. Dan nam hij een

selfie van zijn buik voor het programmaboekje. Is het uit nostalgie, is het omwille van de prachtige vergezichten, uit passie, wil hij toch nog iets in zijn leven bewijzen? Eén ding is zeker, onze grote leider weet waaraan hij begint. Vroeger heeft hij het parcours zelf volledig afgereden, met de moto maar dat is een detail.



De talrijke inschrijvingen die prompt binnenstroomden, bewijzen het onverzettelijk karakter van de GMB-er. Als een hechte groep hobbits gaan we de Alpenreuzen te lijf. Schouder aan schouder zullen we de ongelijke strijd met deze drakentanden winnen.



Hoed je voor de harteklop en de hongerklop. We mogen ons niet laten verschalken door de man met de hamer! Zichzelf inschatten wordt de belangrijkste uitdaging. Laat je vooral niet opjagen, zelfs niet door een garagist met een slepende fiets. Een ding is zeker, als het programma tomatensoep met bolletjes is, zijn er voldoende bolletjes voor iedereen. Col de la Bonnette en de Col d'Izoard, wie hier als eerste zijn fiets aan het kruis kan ophangen is de ware

bergkampioen van de GMB. Het weze hem gegund, ici les champions entrent seuls !

“ Ici les champions entrent seuls !

“Klimmen is afzien, nee klimmen is leuk”, deze woorden van de grote leider vatten alles samen. Elke buitenlandse reis heeft een eigen karakter en voert ons zo naar een andere wereld. Elke dag krijgen we onze portie verse cols voorgeschoteld die we moeten verorberen. Vooral het weer zal bepalen als het programma haalbaar is. Toch zijn deze beklimmingen slechts het slaghoedje om te genieten van de wisselingen van een machtig landschap. Klimmen om overweldigd te worden door vergezichten versierd met een grillig lint van haarspeldbochten. Klimmen om vertederd te worden door een marmot die nootjes verzamelt tegen de volgende snerpande winter. Elke spannende dag wordt steevast in ambiance beloond met de geneugten van een lekkere Franse keuken.

“ Hij vroeg mij de darm van mijn voetspomp diep in zijn keel te proppen. Dan nam hij een selfie van zijn buik

“Uiteraard is een fiets met het juiste bergverzet een handig hulpmiddel”. Weer schreef onze grote leider profetische woorden. Het parcours van 2014 zal ons letterlijk in de hoogste sferen brengen. De camionette wordt uitgerust met een dubbele rij handvaten en er wordt voorzien in bananen voldoende voor een kleine colonne gorilla's. Dit jaar bestellen we best nog een dosis “stoffoache” bij Danny: een lading platte blauwe pilletjes om de hoogste toppen te kunnen scheren. Zo zijn we gerust en kunnen we als rechtgeaarde fietser genieten van een onmetelijk orgasme.



Johan D'Hoedt

1 Nice Sospel
donderdag 18 sept.



Hotel des Etrangers
7 bd de Verdun, 06380 SOSPEL
T 04 93 04 00 09



Donderdag 18 september 2014

We vertrekken vanuit Nice, de metropool aan de Franse Rivi ra. Via de Promenade des Anglais in Nice en het Hotel de Paris in Monte Carlo fietsen we langs de kust tot in Menton. Daarna verlaten we de Middellandse zee via de hals van Castillon en laten we de Piemonteze invloeden langzaam achter ons en richten we onze pijlen op de majestueuze Alpen.

Afspraak om 5u00 in het station 'Lille Europe' (Nieuw station)

We organiseren een carpooling naar Rijsel. Willen de kandidaten zich melden. De kosten worden onder elkaar verdeeld.

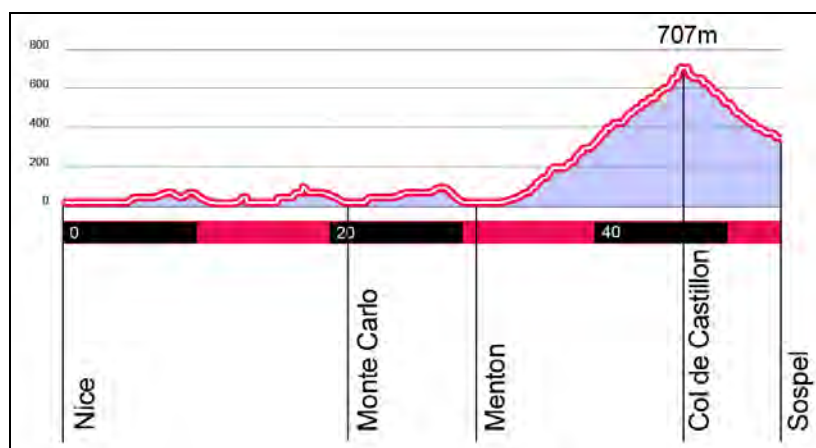
	Station	Trein	Nummer	
05u37 - 10u31	Lille Europe Aix en Provence	TGV	5102	2de klasse
10u47 13u26	Aix en Provence Nice	TGV	6161	2de klasse

Picknic:

Om bij aankomst in Nice onmiddellijk te kunnen vertrekken nemen we rustig de tijd om onze zelf klaargemaakte picknick op te eten op de TGV. Op de TGV is voor wie dit wenst ook een restauratie wagen aanwezig

14u30: Nice (0 m)– Sospel (350m)

L : 53km – S : + 855m – D : -526m



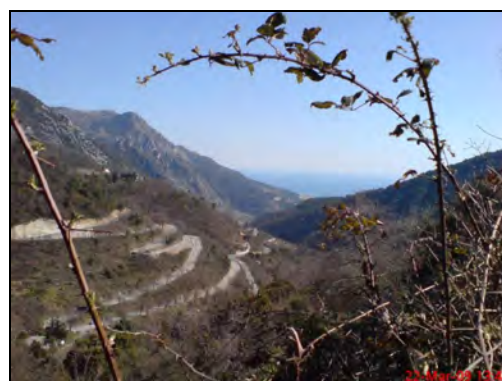
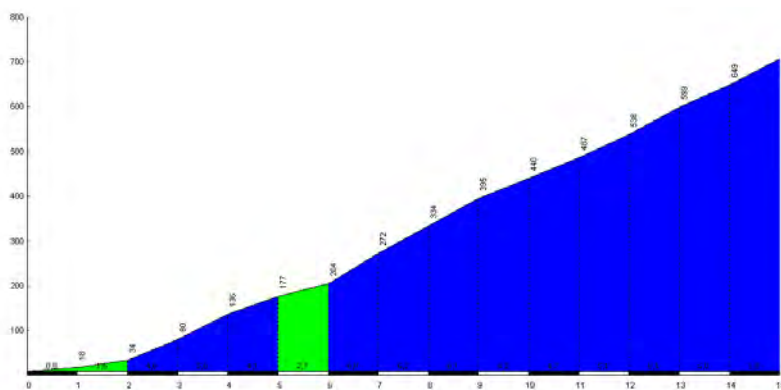
Het zijn de Engelsen die het toeristisch belang ontdekt hebben van **Nice**. Dat was reeds op het einde van de 18de eeuw toen toerisme eigenlijk nog niet uitgevonden was. Ook in de 19de en begin 20ste eeuw was dit voorbehouden voor de rijken. De Engelsen waren tenslotte de aanleiding tot de explosieve groei van de stad. De **Promenade des Anglais** was en is nog steeds de kern van het toeristische Nice. Er staan prachtige, monumentale gebouwen. Er zijn musea, winkels, restaurants, kortom alles wat een toerist verwachten mag van een mondaine badplaats.







Na enkel kilometers maken we een passage door **Monte Carlo**. Monte Carlo is een gedeelte van de stadstaat **Monaco**, en staat bekend om zijn casino's, stranden en de beroemde mensen die hier wonen. De wijk werd midden 19e eeuw gebouwd door prins Karel III om zijn schatkist te spekken. In **Monte Carlo** ligt het **Hotel de Paris**, een van de meest exclusieve hotels ter wereld. Hier zal het **GMB pakje** ten volle tot zijn recht komen.



De eerste col van de week start vanuit **Menton**. De **Col de Castillon** (707m) 15 km lang. Over deze afstand overbruggen we 697 hoogtemeters. Het gemiddelde stijgingspercentage van de klim is bijgevolg 4.6 %.

Aangekomen in **Sospel**, kunnen we ons laten betoveren door de middeleeuwse sfeer van de oude binnenstad. Gevels vaak versierd met prachtige trompe-l'oeil, in tinten van oker en bruin.

We overnachten in het centrum van Sospel:

Hotel des Etrangers

7 bd de Verdun, 06380 **Sospel**

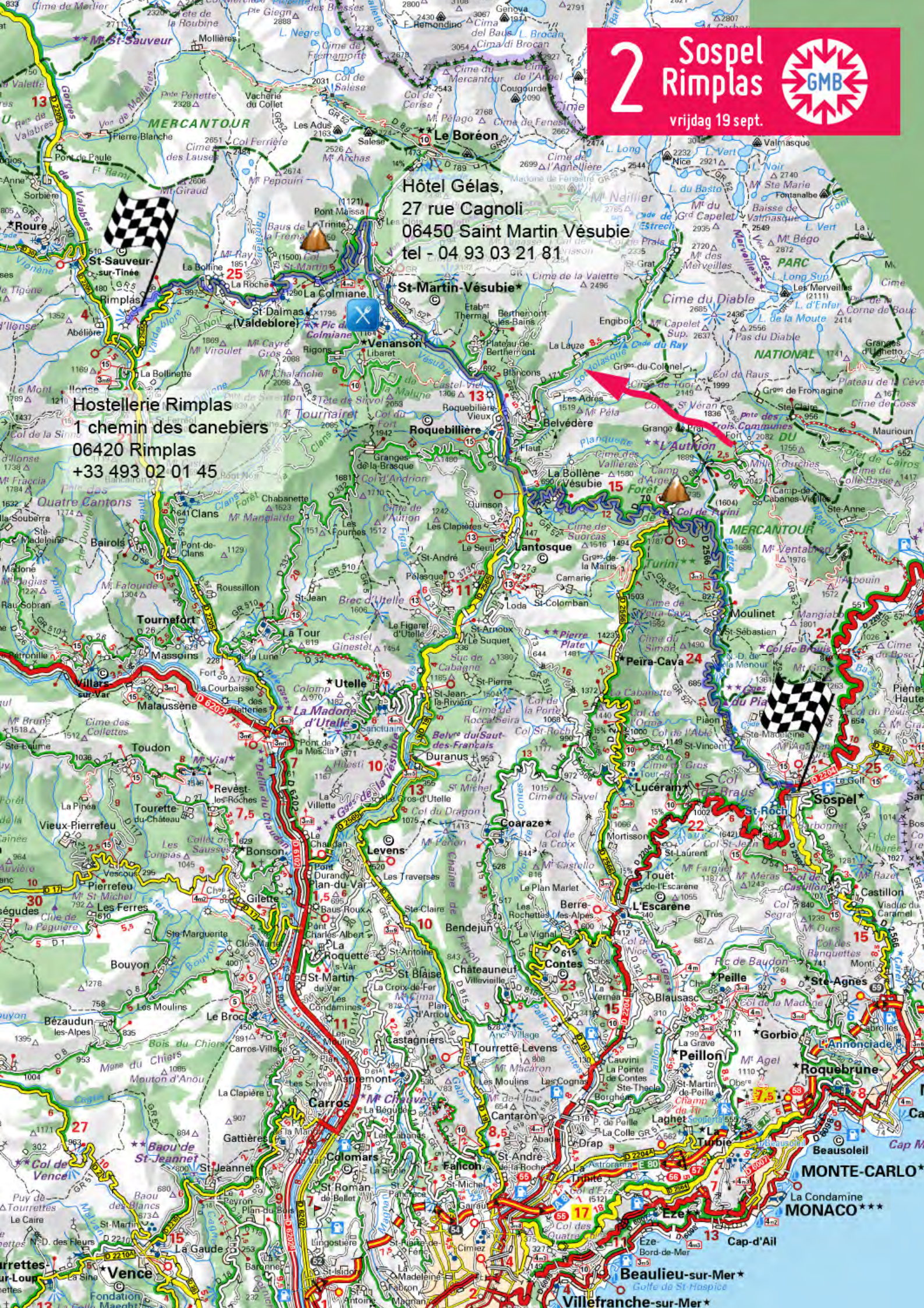
T 04 93 04 00 09, sospel@sospel.net, www.sospel.net





Hôtel Gélas,
27 rue Cagnoli
06450 Saint Martin Vésubie
tel - 04 93 03 21 81

Hostellerie Rimplas
1 chemin des canebiers
06420 Rimplas
+33 493 02 01 45



Vrijdag 19 september

Een intense rit tussen bergpassen, vestingwerken, traditionele dorpen, skidomeinen en het Nationaal park Mercantour een beschermd gebied van een kleine 700 km², waar de wolf nog altijd thuis is...

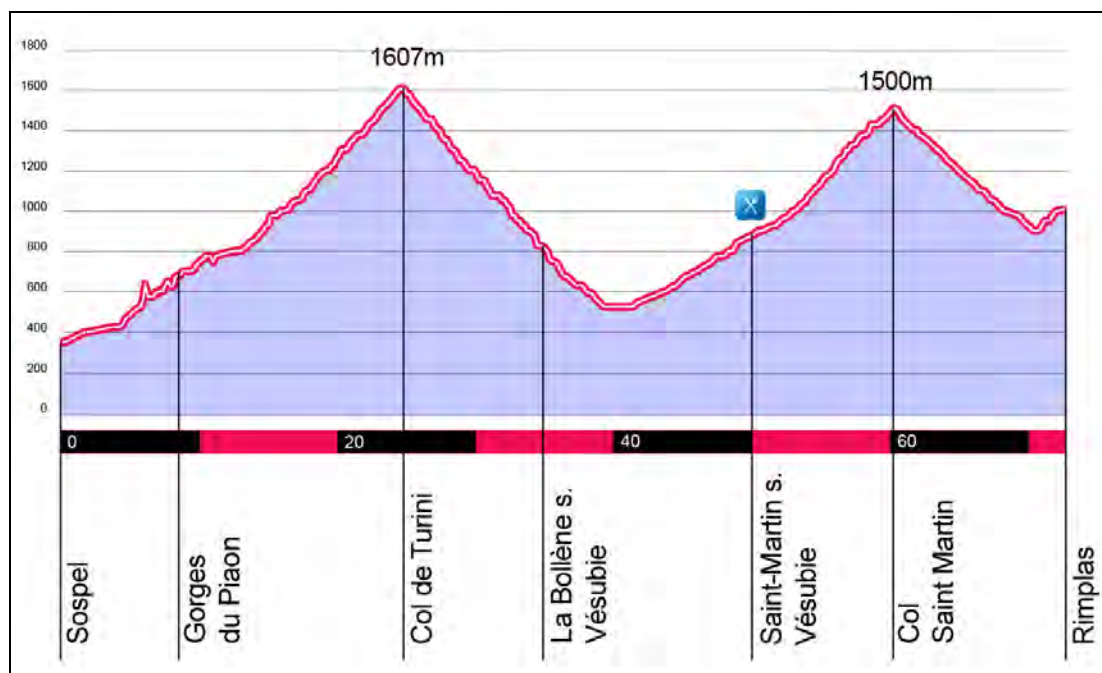
Op deze rit, 75 km lang, steken we twee cols tussen de kiezen: Col de Turini en Col St. Martin. Wij spelen haasje-over van de vallei van La Roya-Bévéra naar de vallei van de Vésubie.

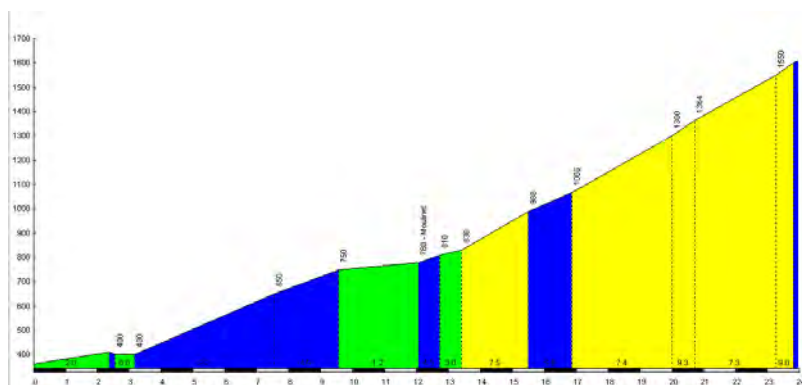
8u30 : Sospel (350 m) – Rimplas (1.005m)

L: 75km – S: +2.643 m – D: - 1.981m

Op dit deel van de route zien we veel bunkers en geschutsstellingen. Deze maakten deel uit van de Franse **Maginotlinie**. Deze gordel van bunkers, antitankgrachten en andere versterkingen werd gebouwd tussen de twee wereldoorlogen om Frankrijk te verdedigen tegen Duitsland en Italië. Vooral **Ouvrage Rimplas** is een bezoek waard. Dit complex bestaat uit een versterkte toegang, twee infanteriebunkers en drie geschutsbunkers op 986 meter hoogte. Het werd bevoorrad door middel van een kabelbaan.

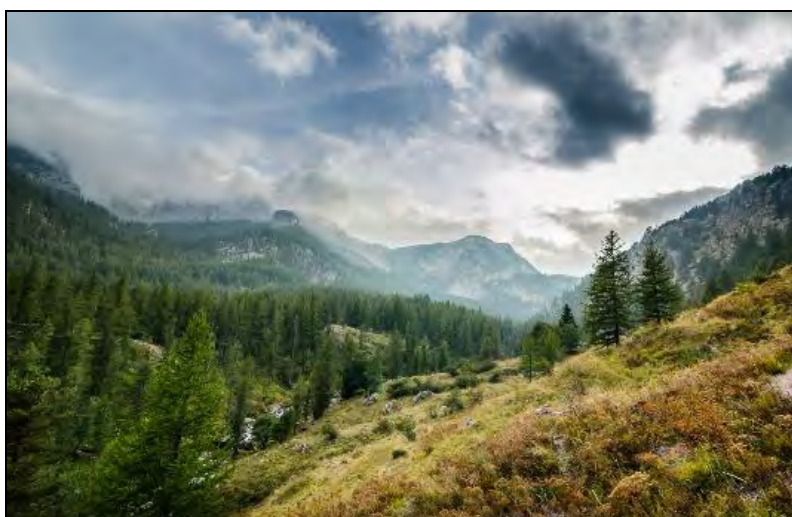
Gelegen op een rotsheuvel ten zuidwesten van **Rimplas**, was dit complex zwaar versterkt. Metersdikke muren werden zelfs nog verder gewapend met staalplaten van 20cm dik. In de heuvel zelf werden nog drie niveaus aan ondergrondse gangen aangelegd.





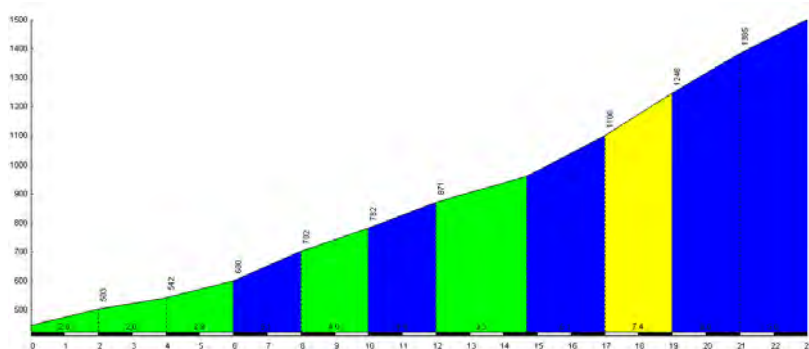
's Morgens krijgen we al direct de **Col de Turini** (1.607 m) op onze boterham. Over de afstand van 24 km overbruggen we 1.244 hoogtemeters. Het gemiddelde stijgingspercentage van de klim is bijgevolg 5.2 %. Tijdens de beklimming fietsen we door de ****Gorges du Piaon**. De kloof die gevormd is door een wilde bergrivier is bezaait met reusachtige gladde rotsblokken.

Het *****Parc National du Mercantour**, opgericht in 1979, is een prachtig berglandschap van kalksteentoppen tot boven de 3.000 meter, door gletsjers uitgesleten dalen, grillige kalkwanden en puinhellingen. Een gebied met een unieke en zeer rijke flora en fauna, een combinatie van alpien en mediterraan; blauwe gentiaan en geurige maquis, gemzen, steenbokken en mouflons.



's Middags, halfweg de **Col de Saint-Martin**, nemen we een ruime pauze in het restaurant van **Hôtel Gélas**, 27 rue Cagnoli, 06450 **Saint Martin Vésubie**, T +33 (0)493 032 181 contact@hotel-gelas.com , www.hotelgelas.com/





De **Col de Saint-Martin** ligt nabij **St-Martin de Vésubie**, tussen de **Baus de la Fréma** (2.246 m) en de **Pic de Colmiane** (1.800 m).

Op de col ligt het **skistation van Colmiane**.

Vanaf Lantosque is de **Col Saint Martin** (1.500 m) 23 km lang . Over deze afstand overbruggen we 1.053 hoogtemeters. Het gemiddelde stijgingspercentage van de klim is bijgevolg 4.6 %. (Wij starten de klim op ongeveer 2 km van het begin)

We overnachten in **Hostellerie de Rimplas**. Een eenvoudig hotelletje met een onbetaalbaar uitzicht.

1 Chemin des Canebiers, 06420 **Rimplas**

T +33 493 02 01 45, contact@hostellerie-rimplas.fr

www.hostellerie-rimplas.fr



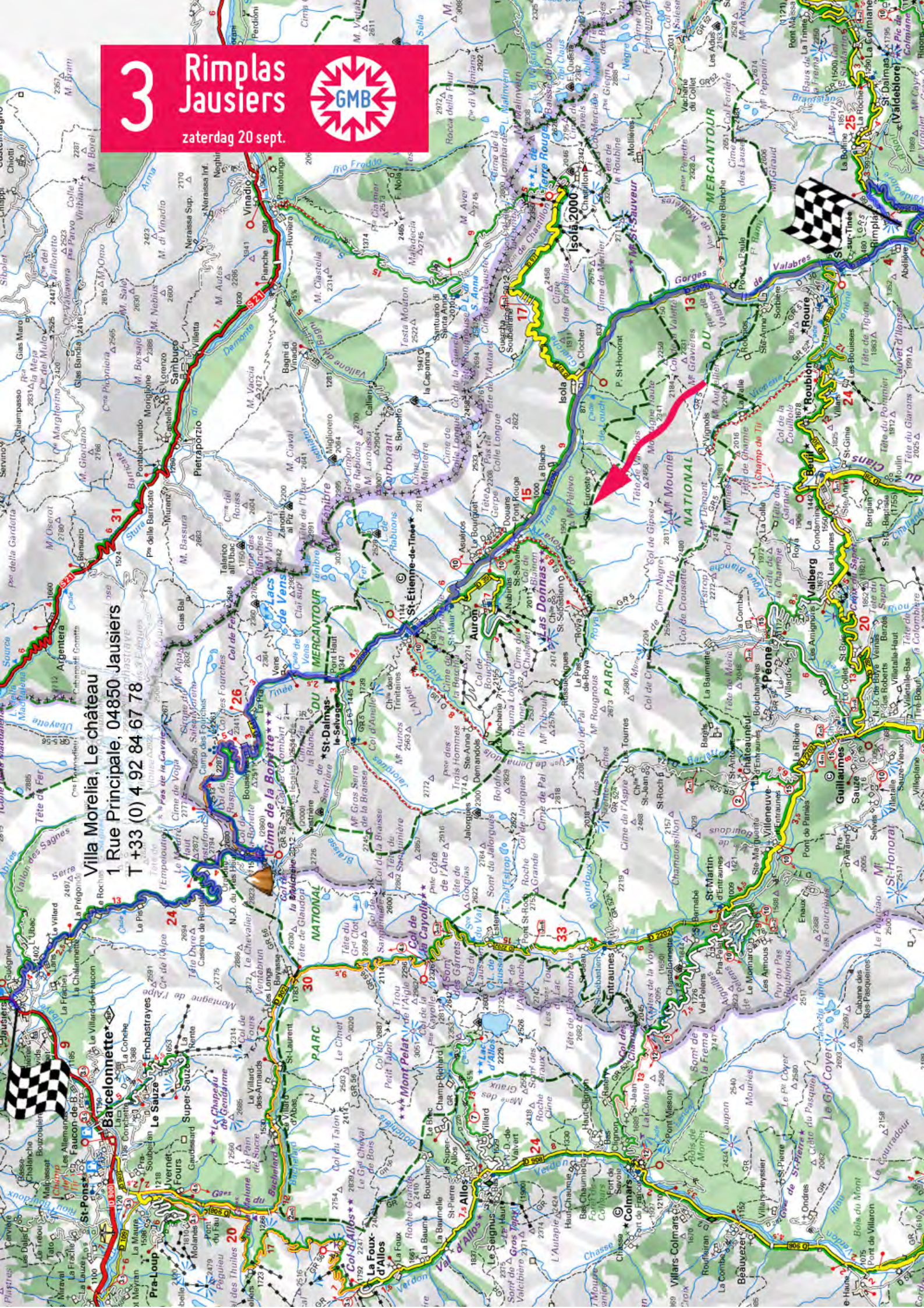
3

Rimplas Jausiers

zaterdag 20 sept.



Villa Morelia, Le château
1. Rue Principale, 04850 Jausiers
T +33 (0) 4 92 84 67 78



Zaterdag 20 september

De Koninginnenrit doorkruist het Nationaal Park du Mercantour en gaat over de Col de la Bonnette en Restefond, de hoogst berijdbare bergpas in Europa. Wij fietsen door een charmant Alpine landschap met goed bewaarde typische dorpjes en passeren net onder de Cime de la Bonnette (2.860m).

Na een lange afdaling komen we aan in Jausier, in het hart van de l'Ubaye.

8u30 : Rimplas (1005m) – Jausiers (1220 m)

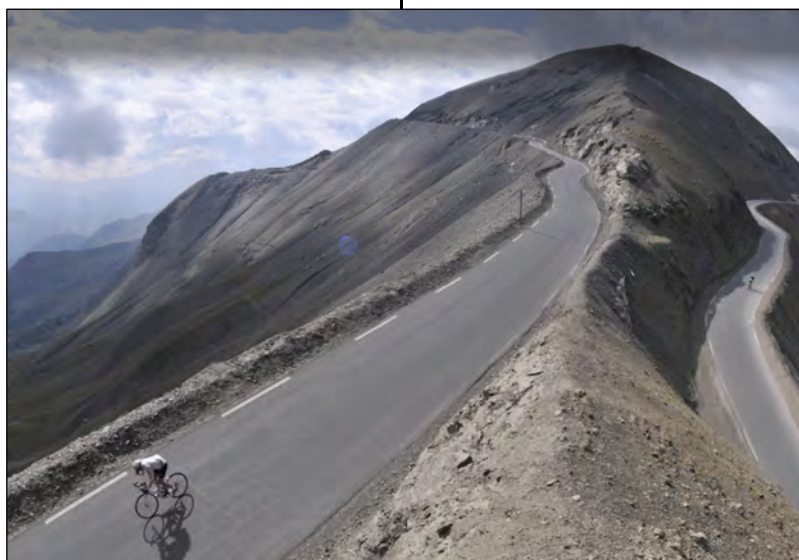
L : 87km – S : + 2.315m – D : 2.110m

Col de la Bonnette

De **Col de la Bonnette (2.707m)** resp. de **Cime de la Bonnette (2.802m)** is een pas uit de categorie der superlatieven: met 1650 hm vormt hij het hoogste ononderbroken hoogteverschil in de Alpen en verrijst met 2802 m tot een hoogte die als rondrit nergens anders in de Alpen wordt bereikt.

Daarom gaan we met groot respect op weg vanuit het dorp **Saint-Étienne-de-Tinée**, om deze gigant op te rijden. Schrik niet van de eerste pittige kilometers, die vanuit het dorp met 10% omhooglopen. Hierna klim je verder door het smalle dal van de **La Tinée** langs de woeste rivier bij een stijgingspercentage van 5-7%, wat goed te doen is. Ondanks het wat onrustige tracé kun je hier prima wennen aan de belasting. Na ongeveer 6 km maakt het hoofdal een bocht naar rechts en volg je de D 64.

Het dal wordt smaller, de hellingen lopen steil omhoog en zijn begroeid met hoge larksen - je bevindt je in het **Parc National du Mercantour**. Eenmaal steek je de woeste rivier **Tinée** over via een spectaculaire brug, die slechts uit traliewerk bestaat, en kijk je wellicht met gemengde gevoelens naar de ziedende afgrond van de gletsjerrivier. Drie km verderop, vlak voor de vaak door overstromingen en vallende rotsblokken belaagde verzameling huizen van **La Pra**, krijg je enkele honderden meters lang de enige mogelijkheid tijdens de hele



beklimming om op een wat vlakker gedeelte even wat druk van de pedalen te nemen, want hierna rijd je bij wat fellere 8-9% geduldig verder omhoog. Ook het landschap verandert: na een dun bos worden de hellingen nu bedekt met schrale bergweiden. Het gehucht **Bousieyas** - de naam betekent 'er blaast een storm' - komt na 3 km in zicht, waar honderd jaar geleden het bijzetten in een knekelhuis nog gebruikelijk was. Hier kun je bij de bron nog een keer je waterfles vullen of je voorafgaand aan de eenzaamheid van het komende hooggebergte een laatste verfrissing in de hut

gunnen. De netjes geasfalteerde brede weg slingerd nu over glooiende steile hellingen steeds hoger in de richting van het rotsgebied, dat deze majestueuze rondrit door het dal omringt. Het bijna zwarte silhouet van de te beklimmen bergketen met de piramidevormige

top (2860m) van de **Cime de la Bonnette**, die je van hieruit goed kunt herkennen, zorgt voor- afhankelijk van je lichamelijke toestand in de steeds dunner wordende lucht- motivatie of juist het tegendeel. Vier kilometer verderop passeer je op 2250m een deels vervallen verzameling huizen, die zich als militaire barakken van Franse bergjagers, als **Camp des Fourches**, ontpoppen. Hier werden vanaf 1896 bivakken verbouwd tot

gunnen. De netjes geasfalteerde brede weg slingerd nu over glooiende steile hellingen steeds hoger in de richting van het rotsgebied, dat deze majestueuze rondrit door het dal omringt. Het bijna zwarte silhouet van de te beklimmen bergketen met de piramidevormige

top (2860m) van de **Cime de la Bonnette**, die je van hieruit goed kunt herkennen, zorgt voor- afhankelijk van je lichamelijke toestand in de steeds dunner wordende lucht- motivatie of juist het tegendeel.

Vier kilometer verderop passeer je op 2250m een deels vervallen verzameling huizen, die zich als militaire barakken van Franse bergjagers, als **Camp des Fourches**, ontpoppen. Hier werden vanaf 1896 bivakken verbouwd tot



26 rijtjeshuizen waar plaats was voor tot 800 man. Deze bergsoldaten, ook wel 'blauwe duivels', Les Diabls Bleus genoemd, moesten het hele jaar door autarkisch leven op deze enorme hoogte.

Vanaf hier begint het laatste en derde deel van de beklimming, met bovendien het steilste stuk van de berg: na een gemiddelde kilometer loopt het tracé langs kale rotsen over een venijnige helling van 1000m met tot wel 13% omhoog, waar je alleen al vanwege de hoogte

en bij bijna maximale inspanning problemen kunt krijgen. Daarna kun je iets terugschakelen - het ergste is achter de rug. Het stijgingspercentage vermindert tot gemiddelde cijfers, en zo traverseer je 5 km lang meer dan dat je stijgt en kom je, na het eerdere gezwoeg, vlot vooruit. Maar op meer dan 2.500 m hoogte wordt het zuurstofgehalte van de lucht al zo gering dat er sprake is van duidelijk prestatieverlies. Maar dan, buiten adem de kleine kapel **Notre-Dame du Très-**

Haut voorbij fietsend, ben je eindelijk boven - bijna, want op de **Col de la Bonette** op 2.707 m wacht nog de uitdaging van de **Cime**. Het tracé rondom de top werd enkel en alleen aangelegd

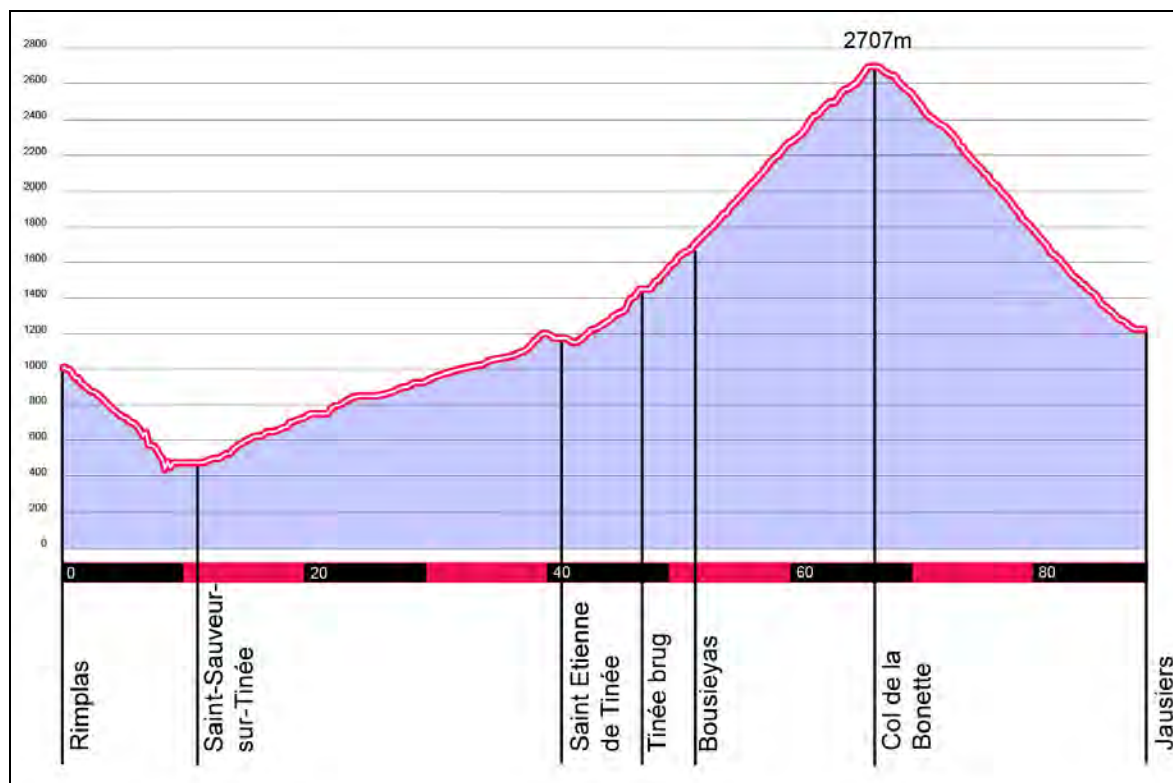
om te kunnen pronken met de hoogstgelegen ge-asfalteerde weg in de Alpen. Uiteraard wil je desondanks de top bereiken. 300m met stijgingspercentages tot wel 20% brengen je na een 26 km lange, ononderbroken helling, helemaal naar de top, naar de **Cime de la Bonette**

op 2.802 m. Wat heeft het voor zin om het aantal en de namen van de toppen te beschrijven, die voor je opdoemen in een zee van bergtoppen, terwijl je zelf bijna op het hoogste punt van de hele alpenrondrit troont - een absoluut verheffend gevoel.

Deze unieke uitzichten op het **Parc National du Mercantour** blijven in je gedachten, terwijl je aan de afdaling begint.

Winnaars beklimming Col de la Bonette

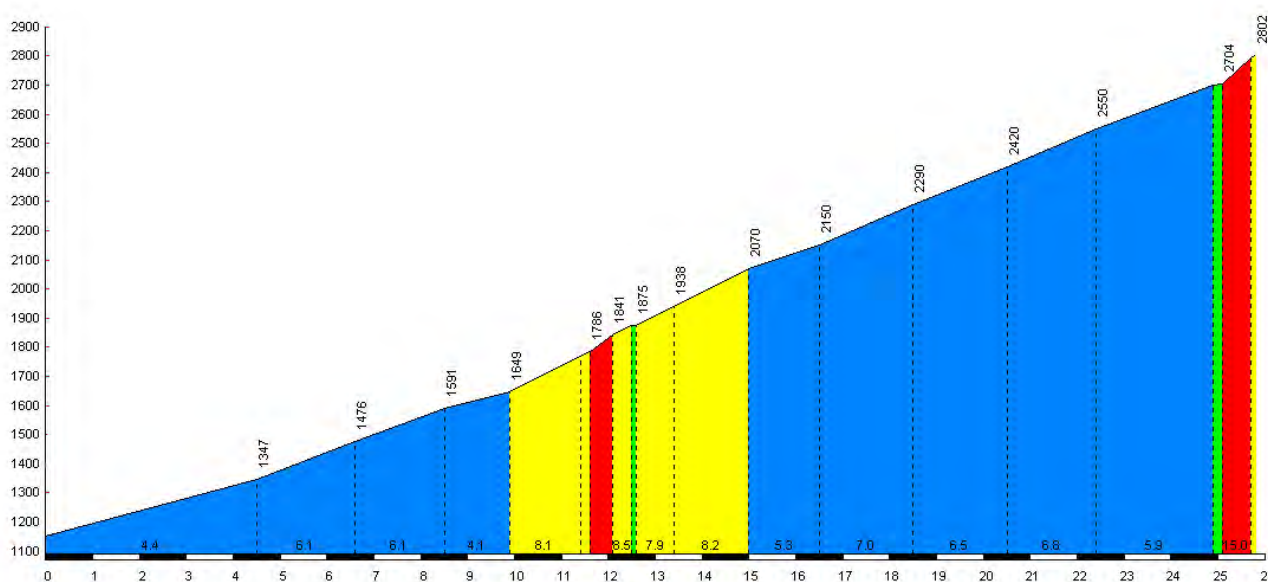
Jaar	Renner	Nationaliteit
1962	Federico Bahamontes	ESP
1964	Federico Bahamontes	ESP
1993	Robert Millar	GBR
2008	John-Lee Augustyn	RSA
2014	???	GMB





Duizenden droomden ervan en werden simpelweg omvergeblazen door deze unieke ervaring... Het bordje aan de voet van de col kondigt de ultieme uitdaging aan:

Route de la Bonette
La plus haute d'Europe
Alt. 2.802m



Vanaf **Saint Etienne de Tinée** is de **Cime de la Bonette** (2.802m) 25.8 km lang. Over deze afstand overbruggen we 1652 hoogtemeters. Het gemiddelde stijgingspercentage van de klim is bijgevolg 6.4 %. Maar eigenlijk beginnen we al te klimmen vanaf **Saint-Sauveur-sur-Tinée** (425m) en is de totale klim dus 55km! Het peloton samen houden tot aan de voet van de Bonette zal een uitdaging zijn. Voor deze dag voorzien we een picknick.

We overnachten in een charmant kasteeltje waar we onze vermoeide spieren kunnen relaxen in het bijhorend zwembad :
Villa Morelia, Le château
1 Rue Principale, 04850 Jausiers
T +33 (0) 4 92 84 67 78,
inforesa@villa-morelia.com
www.villa-morelia.com



4

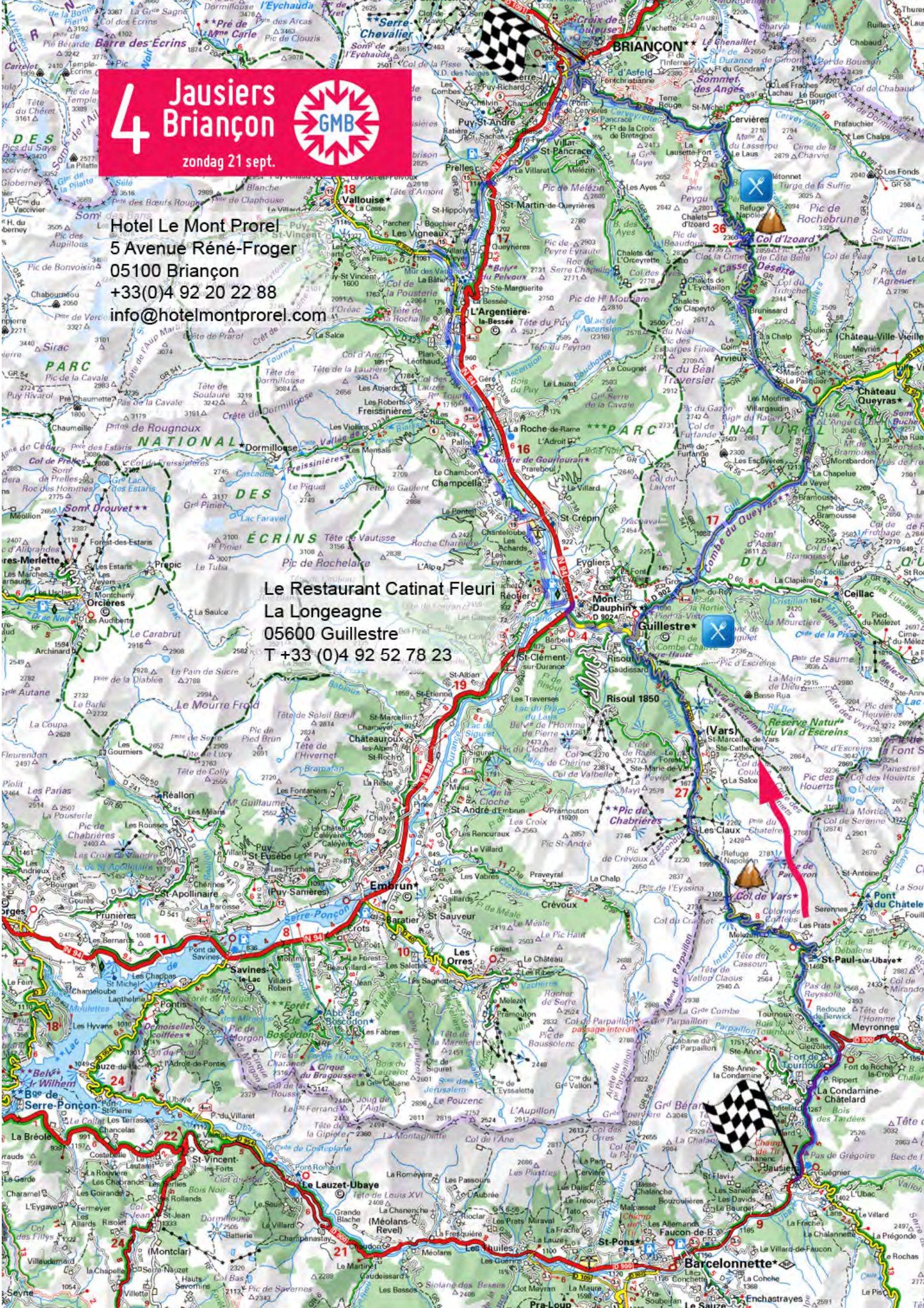
Jausiers
Briançon

zondag 21 sept.



Hotel Le Mont Prorel
5 Avenue René-Froger
05100 Briançon
+33(0)4 92 20 22 88
info@hotelmontprorel.com

Le Restaurant Catinat Fleuri
La Longeagne
05600 Guillestre
T +33 (0)4 92 52 78 23



Zondag 21 september

Tussen de Ubaye en de Queyras

's Morgens beklimmen we de Col de Vars met een prachtig uitzicht op de vallei van de Durance. De aanwezigheid van de vele vestigingen markeren de woelige geschiedenis aan de alpijnse grenzen.

s'Middags sluiten we Route des Grandes Alpes af met de beklimming van de Col d'Izoard waar in 1949 bleek dat de grote Gino Bartali niet meer mee kon op deze berg en waar in '75 Merckx er het onderspit moest delven tegen Bernard Thévenet (nadat hij daags voordien z'n welbekende inzinking op de beklimming naar skistation Pra Loup had gekregen). In '96 demonstreerde Miguel Indurain hier nog in de Dauphiné maar een maand later stond hij te voet in de Tour. Hij zou nooit meer terugkeren.

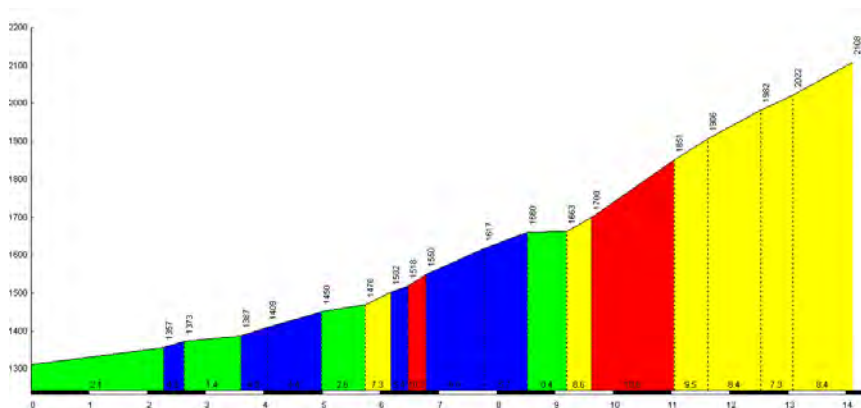
8u30 : Jausiers (1.220m) – Briançon (1.335m)

L: 91km – S: + 2.470m – D: 2.353m



Tijdens de beklimming van de **Col de Vars** (2.109m) passeren we het **Fort de Tournoux**. Het ruime fort, gelegen achter La Candamine Chéitelard, klampt zich als een adelaarsnest vast aan de flank van de berg. Pas rond halverwege de 19de eeuw gebouwd, moest het de territoriale drang van de Italianen, die hier bij **de Col de Larche** zo dichtbij waren, een halt toeroepen. Meer dan 700 meter lang lopen de dikke, met torens versterkte muren tegen de steile hellingen op; het fort wordt daarom ook wel de **'Chinese Muur van Tournoux'** genoemd. Onderaardse gangen maakten het de soldaten mogelijk om zonder contact met de vijand tussen de afzonderlijke delen van de vesting heen en weer te bewegen.





De **Col de Vars** is een 2.109 meter hoge bergpas in de Franse Alpen die de verbinding vormt tussen Saint-Paul-sur-Ubaye en Vars. De pashoogte vormt de grens tussen de departementen Hautes-Alpes en Alpes-de-Haute-Provence.

De naam Vars komt van het latijn "Varcium " wat betekend col of passage.

Vanaf Les Gleizolles is de **Col de Vars** (2.109 m) 14.1 km lang. Over deze afstand overbruggen we 801 hoogtemeters. Het gemiddelde stijgingspercentage van de klim is bijgevolg 5.7 %.

In de afdaling fietsen we door het skistation **Vars**. En verborgen ski-parel in de zuidelijke Alpen. Op de **kilometer lancé piste** van **Vars** heeft **Eric Baron** als eerste met de fiets gestart vanaf het begin van de piste. Hij haalde een snelheid van 217km/u.

De piste de Charbières start op een hoogte van 2.720m en heeft een lengte van 1.400m. De maximale hellingshoek is 98% en heeft een gemiddelde van 52,5%.



's Middags nemen we een pauze in Guillestre. Voor de **die-hards** is er in de namiddag de beruchte, maar ook een van de mooiste cols van de Alpen, de **Col d'Izoard** (2.361 m). Voor wie het vanaf nu wat rustiger aan wil doen, kan via de vallei van de Durance naar Briançon fietsen.

Le Restaurant Catinat Fleuri

La Longeagne, 05600 Guillestre

T +33 (0)4 92 52 78 23, absrcatinat@orange.fr





Vanaf Guillestre is de **Col de l'Izoard (2.361 m)** 15.9 km lang. Over deze afstand overbruggen we 1095 hoogtemeters. Het gemiddelde stijgingspercentage van de klim is bijgevolg 6.9 %. Net iets onder de col vind je Refuge Napoleon waar ze prima eten, en lekkere taart verkopen. Een aanrader om de broodnodig calorieën weer aan te vullen.

“ Wild begin, tabelachtig midden. overweldigende finale

Een uitspraak uit het boek De Renner van Tim Krabbé

COL D'IZOARD

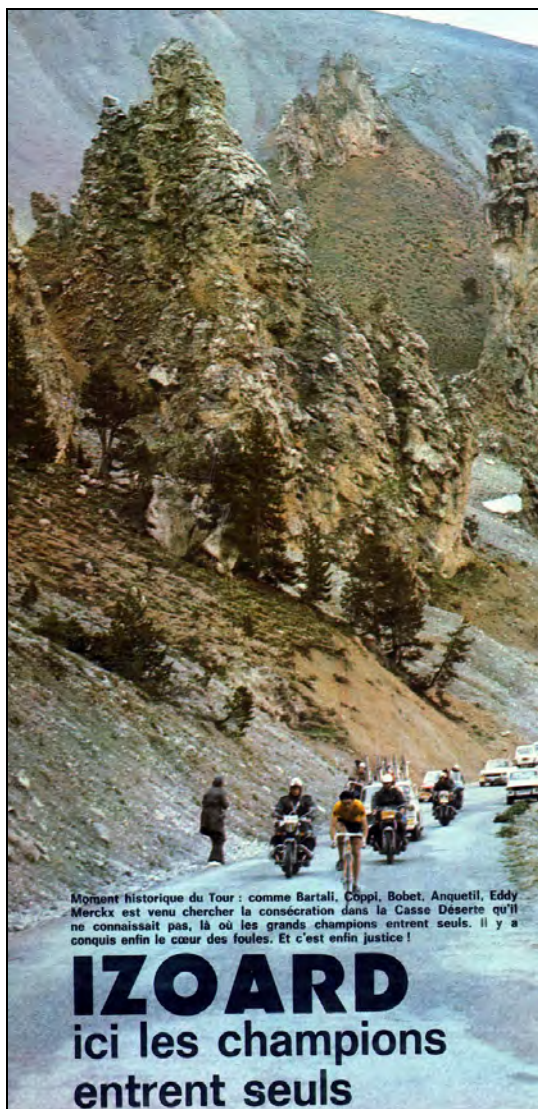
De **Izoard** is een indrukwekkende overgang van de noordelijke naar de zuidelijke Alpen. Daarom kunnen de beklimmingen ervan nauwelijks meer verschillend zijn. De zuidelijke beklimming is in elk geval meer de moeite waard. Een rit die zo onschuldig en zacht begint en vervolgens in een krachtmeting verandert in een onherbergzame omgeving. Deze berg is een prachtig totaal kunstwerk en het is echt jammer dat hij de laatste jaren zo zelden op het programma stond. Spijtig genoeg is hij minder belangrijk geworden aangezien de Tour nog maar zelden door Nice komt. Vroeger vormde de Izoard regelmatig de verbinding tussen de zee en de Alpen. Eigenlijk behoort de berg tot de spannende klassiekers van de Tour de France en vorige Touredities hebben al aangetoond dat hij goed in een Alpenetappe kan worden geïntegreerd.

Zware. zwaardere Embrunman

Als je vraagt wat de zwaarste triatlon ter wereld is, zullen de meeste mensen Hawaï antwoorden. Insiders weten echter dat Hawaï slechts een wandeling is in vergelijking met de Franse Embrunman. De triatlon uit de langeafstandsklasse heeft namelijk een niet te onderschatten fietsparcours: het is 188 km lang en de Izoard is erin opgenomen. Daarmee vergt het van de renners een knappe 3.800 meter hoogte. Dat cijfer maakt al duidelijk dat niet alleen de Izoard de hoogte ingaat. De routeplanners hebben echt moeite gedaan en hebben er zelfs een gedeelte van 20% in verwerkt. Wie dan nog recht kan zitten op zijn fiets, moet niet te vroeg victorie kraaien. Het zwemmen en fietsen is dan misschien wel achter de rug, maar het loopparcours is even gemeen als de rest. De marathonafstand afleggen lijkt immers geen kunst, dus werden er ook hier percentages tot 10% in verwerkt. Zo verlangt menig deelnemer nu terug naar de hellingen van de Izoard, want daar kon je tenminste een kleine versnelling kiezen. 'Het zwemparcours? Ja, dat is vlak, maar als ze er een berg tussen konden zetten, zouden ze dat zeker doen', luidde de samenvatting van twaalfvoudig Ironmanwinnaar Ulrich Fluhme.

Een medetrainer zei over de wedstrijd het volgende: 'Een wedstrijd als de Ironman Lanzarote

kun je ieder jaar doen. Het is zwaar, maar na 365 dagen ben je de pijn wel vergeten. De Embrun is anders. Die zit in je geheugen gegrift. Daar is een periode van maximaal twee jaar mogelijk. Die pijn vergeet je niet zo snel.'



In het zuidelijke gedeelte van de Alpen

In vergelijking met die kwelling lijkt ons programma van vandaag een namiddaguitstapje. Bergop en voorbij een supermarkt verlaten we Guillestre, pas bij de volgende rotonde wordt de **Col d'Izoard** aangegeven. Na 2 km razen we lange tijd bergaf. De weg is hier erg hobbelig en verloopt spectaculair langs overhangende rotsen. Soms moet je je hoofd bijna intrekken, zo laag hangen ze. In kronkelende wegen fietsen we nog steeds bergaf en er volgen verschillende tunnels

die gedeeltelijk onverlicht en jammer genoeg ook vochtig zijn.

Nu worden we omringd door een extreem gekloofd landschap, dat een geweldig decor creëert. Het is ook duidelijk dat we in het zuidelijke gedeelte van de Alpen zijn. Sjirpende krekels, zomerse pijnbomen en een zinderende hitte op bruinachtig rotsgesteente zijn onze begeleiders. Je kunt je bijna niet voorstellen dat de Galibier in de buurt ligt.

Het gaat er vlak aan toe

Naast de weg stroomt een diepe beek en recht door wacht ons een erg smal sluipgaatje tussen de rotsen door. We worden vergezeld door het ruisen van het water en gelukkig zijn er weinig auto's onderweg. We rijden op een lang recht stuk langs de beek en sinds de start in **Guillestre** hebben we weliswaar al 7 km achter ons liggen, maar nog nauwelijks hoogtemeters. Tot nu toe is het dus eerder een onschuldige familietochtje dan een gevreesde Tour-etappe.

Na een onverlichte tunnel gaat het lichtjes bergaf en dan gaat het er op een lang recht stuk vlak aan toe. Het ongeduld neemt toe, want er is nog steeds geen helling te zien.

Verder naar Arvieux

Na 15 km verlaat de weg de beek en onze wens wordt vervuld: eindelijk begint het klimplezier! In kleine haarspeldbochten rijden we langs een oorlogsmonument en rechtdoor is het Château Querays aan de horizon zichtbaar. We trekken niet naar de Italiaanse verte waar de weg ons rechtdoor naartoe voert, maar storten ons links op de volgende helling. Nu gaat het bergop, dat voelen we in de benen, en voor ons openbaart zich een geweldig berg decor.

Tussendoor zijn er voortdurend korte vlakke stukken op de weg naar het kleine dorpje Arvieux. Meteen aan het begin van de bebouwde kom staat de gotische stenen kerk Saint-Laurent uit de 16de eeuw. In een zeer smalle straat razen we langs restaurants en winkels door het dorpje.

Het steilste gedeelte

Bewegwijzerde smalle klimpaden verraden dat bergliefhebbers ook hier waar voor hun geld krijgen. We bevinden ons momenteel in een breed dal met meerdere kleine dorpjes die zich al aan het landschap aanpassen. De hellingsgraad neemt na 25 km al stevig toe en na een bocht beklimmen we het steilste gedeelte van het traject. Het erg smalle parcours hijst zich met percentages tot 11% langs de met pijnbomen begroeide helling omhoog.

De ene haarspeldbocht volgt na de andere en in de bochten krijgen we steeds opnieuw een prachtig uitzicht in de verte. Hoog uitstekende bergtoppen tekenen zich af aan de horizon en op een mooie zomerdag zie je in de lucht veel deltavliegers.

De trip is niet volledig als we met onze laatste inspanning de belvédère van Brinaçon beklimmen. Afspraak aan de “**Porte de Pinerolo**”

De vestingstad **Briançon** heeft al meerdere keren de Tour de France en de Giro D'Italia over de vloer gehad. Logisch, want drie enorme en beroemde cols liggen vlakbij letterlijk naast deze stad. **Col de Lautaret**, **Col d'Izoard** en de **Col de Vars**

We overnachten voor een laatste keer in een gezellig hotelletje in het centrum van Brinçon.

Hotel Le Mont Prorel

Julien Candy

5 Avenue René-Froger, 05100 Briançon

T +33(0)492 202 288

info@hotelmontprorel.com

www.hotelmontprorel.com

Uniek landschap

Na enkele bochten bereiken we onverwacht de 'Casse Déserte'. Na de beboste hellingen met rustige zuidelijke flair is het contrast met deze wilde alpiene rots- en stenenwoestijn enorm. In heel Frankrijk vind je niets gelijksoortigs en het uitzicht op de door erosie aangetaste rotszuilen is fascinerend. Vallende stenen zijn hier niet ongewoon en daarom kun je beter niet op de verkeerde plaats een fotostop houden.

Aan het einde van de 300 m lange tussenafdeling zien we links op een rots een gedenkteken voor Fausto Coppi en Louison Bobet. Iets later is de top van de col al te zien. De laatste haarspeldbochten volgen nog en de hellingsgraad neemt nog een laatste keer merkbaar toe.

Tim Krabbé





Maandag 22 september

Terugreis en recuperatiedag

8u00 Transfer per autocar naar Grenoble Gare via Col de Lautaret (2.057m) (1u30 à 2u00)

10u23 Vertrek TGV naar Lille

	Station	Trein	Nummer	
10h23	Grenoble Station	TGV	6908	2 ^{de} Klasse
13h19	Paris Gare de Lyon			
14h46	Paris Nord	TGV	7049	2 ^{de} Klasse
15h48	Lille Flandres (oud station)			

Praktisch

Deelnemers

13 courageuse coureurs en Werner

De **camionnette**, bemand door Werner en Roger Dupont leveren de fietsen op tijd in Nice.

Met de **TGV** heen en terug:

Wim Ameloot	Dany Van De Maele
Steven Caes	Piet Van Haverbeke
Marc Dessein	Guido Vansteenkiste
Johan D'hoedt	Xavier Verfaillie
Francis Pype	Yves Vynckier
Carl Soete	Eddy Wyffels

Checklist

Is de fiets in orde? Nieuwe banden en remblokken..**Zijn de remkabels nagezien?**
Helm, fietsschoenen en reserve-onderdelen?
Persoonlijke EHBO?
€ 300 Cash?
Identiteitskaart?

Praktische regeling

Dinsdag 16 september vanaf 19u30
Fietsen en bagage afleveren bij Werner.
Kleine Heerweg 170, 8791 Beveren-Leie.
Voorzie een deken om uw fiets te beschermen.

Wie zijn fiets dan niet kan afleveren, gelieve een afspraak te maken met Werner (0495/23 42 26)

Ritten

De ritten zijn niet te lang +/- 85km maar het hoogteverschil dat we dagelijks moeten overbruggen kan tellen. Dosereren is de boodschap.



Het weer in de Alpen is héél onvoorspelbaar, in de vallei kan het mooi weer zijn terwijl het sneeuwt op de col. Hou steeds een wind/regen jekkertje bij de hand.



De ritten gaan enkel door als het weer het enigszins toelaat. De organisatoren hebben alternatieven achter de hand.

Hou er rekening mee dat de ritten geen wielervedstrijden zijn, maar een uitstap onder vrienden.

Uitrusting

Probeer zo veel mogelijk in het magnifieke GMB pakje te fietsen. Dit geeft een fantastische uitstraling en staat beeldig op de foto. Voor de groepsfoto, verlangen we uiteraard dat iedereen in GMB outfit is.

De fietsen zijn in optimale toestand: goede buitenbanden, geen gestopte binnenbanden, nieuwe remblokjes.... Breng voldoende wisselmateriaal mee om kleine reparaties zelf te kunnen uitvoeren. Vb : binnenbanden, buitenband De materiaalkoffer van GMB is ter beschikking en bevat speciale sleutels voor eventuele grotere herstellingen. Er is een EHBO kit voor de groep voorzien maar zorg zelf voor je intieme zelf en medicatie.

Volgwagen

De volgcamionette heeft water en bananen mee en 's middags stoppen we om rustig te eten, maar zorg toch zelf voor voldoende sportdrink, -gels of -bars.



Financieel

Niet te veel van aantrekken. Alles wordt met de pot betaald. Zorg dus dat je cash (+/- € 300) mee hebt.

Fietsenwinkels:

Nice

La Roue libre
11 rue Auguste Gal
06300 NICE
04.93.89.65.51

Jausier

Le Technicien du Sport
7 Grand Rue
04850 Jausiers
04 92 81 13 93

Taxi

Taxis Garcia

6 Allée des lilas - Les Allaris
04400 Barcelonnette
T + 33 (0)4 92 81 16 61
G + 33 (0)6 82 25 48 38
garcia0712@orange.fr

Alt' Taxi

Georges & Bernadette Waltzer
5600 Guillestre
T + 33 (0)4 92 45 00 14
G + 33(0)6 80 01 33 25
alt-taxi@wanadoo.fr

The Alpine Transfer Company

Serre Chevalier
+33 613 114 326 (Emma)
+33 685 687 131 (office)
info@alpine-transfer-company.com
www.alpine-transfer-company.com/

De organisatoren van GMB zijn niet verantwoordelijk voor gebeurlijke ongevallen. De ritten zijn geen wielervedstrijden, respecteer de wegcode.