

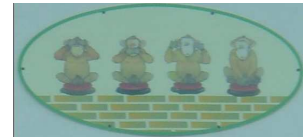
MM Travel Italië 366,9 km – 110621 t/m 110627



Ingeschreven bij MM Travel voor de Dolomitenmarathon samen met Harm. Doordat hij met het opzetten van zijn zaak niet gemist kon worden was er een optie om de reis door te zetten naar 2012, maar dan de Ötztallermarathon. Op de site zag ik ook de mogelijkheid om de Marco Pantani te fietsen, nu geheten de Gran Fondo Internazionale Giordana.

Anja vond het een prettig idee, want onze vakantie kon daardoor i.p.v. in augustus ook verplaatst worden naar juli. Dus iedereen blij.

Het vertrek was op 21 juni vanuit de Meern (18:00 uur). Het bleek een kleine groep te zijn, maar met de enthousiaste begeleiders en gemotiveerde fietsers ontstaat er snel een band en is de reis met tussentijds slapen voorspoedig verlopen. Reisgenoten waren Cor en Linda (MM Travel), Cor (zwager), groep uit Den Oever met Jan, Henk, Rimmert, Peter en Martin, Cora en Tim uit Nunspeet, Koos uit 's Gravesande en Jan (fietsbegeleider/monteur) ook uit Dalfsen. We arriveerden op 2206 om 10:40 uur te Aprica, hotel Roma. De boog van de start van de GF Giordana lag pal voor ons hotel, dus super geregeld.



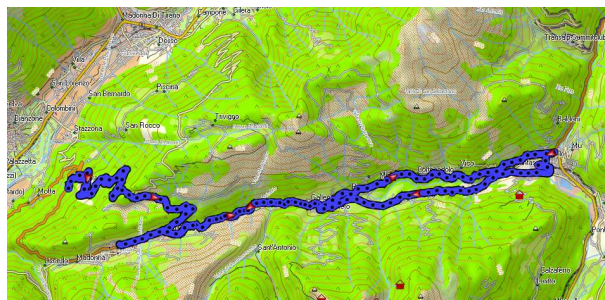
22-6: St. Christina-Edolo

Na aankomst zijn we eerst gaan ontbijten en na geïnstalleerd te zijn wilden we om 13:00 uur de fiets op om los te trappen na de lange reis en om de eerste ervaringen in het gebied op te doen. Doordat juist op dat moment de regen met bakken de hemel uit kwam hebben we een uurtje gewacht, waarna het de gehele middag verder droog is gebleven.

De eerste tocht was gepland over de laatste berg die ook in de GF opgenomen is, de klim naar St. Christina. Een groep o.l.v Jan zonder de mensen uit Den Oever, waar nog 3 leden in Aprica zich hadden aangesloten (met eigen vervoer gekomen). Zo vers was deze klim al een hele kluit en meteen een mentale oefening voor wat komen gaat. Daarna afgedaald naar Edolo, een mooi klein stadje iets verder naar het oosten. Hier koffie gedronken, waarna via een andere weg met een wat ander profiel terug en omhoog naar Aprica.

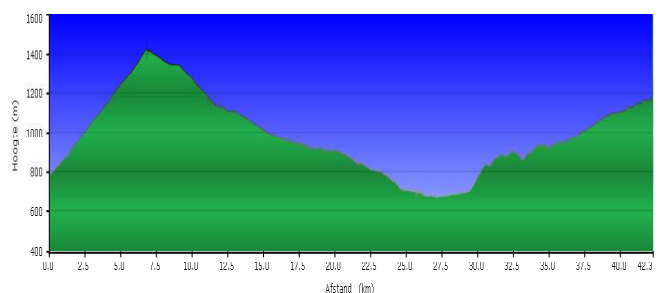
Als bijzonderheid in deze tocht valt nog te vermelden dat we in de afdaling van de St. Christina de voorbereidingen voor de tocht bijna hebben verstoord. De weg werd geteerd en na enig wachten mochten we over de zijkant door. Echter deze hield iets verderop op, waardoor we sporen in het teer trokken. Dit werd niet gewaardeerd en was ook voor de banden niet goed (plakken van steentjes aan het opgedane teer).

Na een biertje en douchen was de eerste dag met een diner en nazitten naar voldoening verlopen.



Aprica

Edolo



top St. Christina

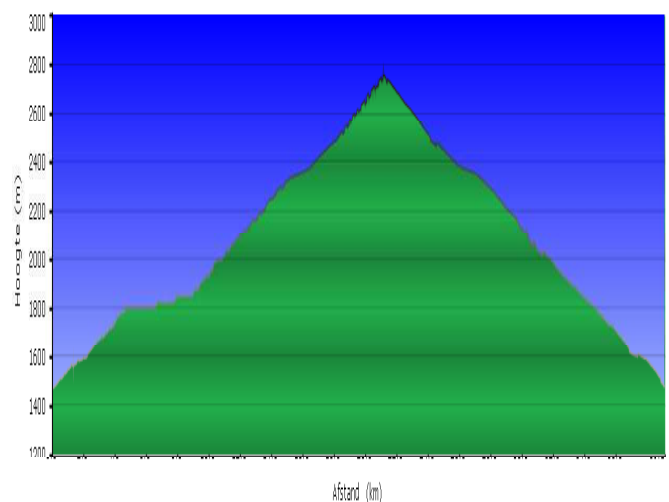
23-6: Bormio, Stevio

Plannen zijn er om aangepast te worden en daarom werd besloten met de bus naar Bormio te gaan en daar de Stelvio te gaan fietsen. De ene groep (Den Oever) zou de minder lastige klim tot 4 km onder de top doen, afdalen via Zwitserland tot aan Prato en dan de moeilijker klim naar de top van de Stelvio pakken en dan weer terug naar de bus. De andere groep zou van deze kant de Stelvio-top beklimmen en dan via de Gavia (tegengesteld aan de GF-route) terugrijden naar Aprica.

Zoals gezegd, plannen en doorgaan ervan vallen nogal eens in het water. Dit keer letterlijk (striemende regen en hagel bij het naderen van de het splitspunt op de Stelvio). Doordat we al niet als groep gestart waren en ook de verschillen in fietsen duidelijk was, werd het een puzzel om te achterhalen waar iedereen was.

Zo waren Henk en Niels als snelsten eerst doorgereden naar de top, omdat Henk verwachtte niet meer op de top te komen. Boven angekommen direct terugwaarts, geen weer om door te gaan. In de afdaling kwam ik ze tegen, maar wilde ook nog langs deze kant naar de top (de klim vanuit Prato had ik al eerder gedaan). Zo volgden later ook Jan, Cora en Tim. Intussen was de rest nog droog afgedaald naar Prato.

De afdaling was erbarmelijk koud en gevaarlijk door het over de weg stromende water, ik vond een verkleumde Henk en Niels aan in de bus, die super opgevangen waren door de 3 begeleiders. Ook mij viel die eer te beurt, want mijn handen kon ik niet meer bewegen. Na het ontdoien werd het wachten op wat komen ging. Na enige tijd kwam Jan al rillend en geheel onderkoeld aan. Cora en Tim had hij achtergelaten en die werden door Cor2 dan ook per auto opgehaald. Ondanks het vervoer in een warme wagen kwamen ze nog steeds blauw van de kou binnen. Op de anderen werd het langdurig wachten, mede doordat er geen verbinding met elkaar gemaakt kon worden. Ook zij zouden moeten afzien, want Koos en Rimmert hebben op de gehele klim de regen getrotseerd en werden op de top door Cor2 weer opgehaald (ijskoud). Daarna nog langer wachten op Jan, Peter en Raymond, waarna Martin nog door Cor2 werd opgehaald. Zij hadden eerst in een café geacht en hun kleding laten drogen, waardoor het ergste achter de rug was, maar evenzo niet verhinderde dat ook zij behoorlijk bij moesten komen in de warme bus. Kortom een heroïsche, helse tocht, die gelukkig goed is afgelopen.



24-6: Mortirolo (light)-Edolo

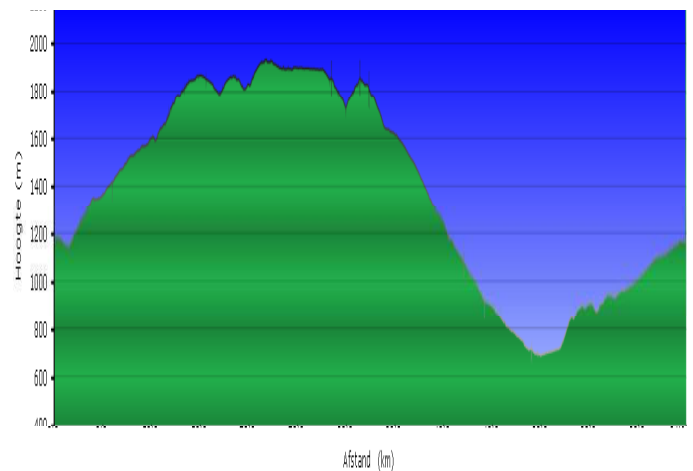
Weer geheel opgeschoonde natuur na de fikse buien van de vorige dag en mooi weer bij het opstaan. Vandaag met gehele groep, ook Arie, gestart voor de gematigde klim naar de Mortirolo. Eerst van deze kant uit verkennen en zien waar we uiteindelijk in de GF boven zullen komen. Evenzo zaten er stukjes bij van 14 en 20 %, maar kort. Na op elkaar gewacht te hebben nog een stukje afgedaald om het laatste deel van “dé Mortirolo” te ervaren. Dit minder zware deel was gemiddeld 8 % en dus maar een fractie wat ons te wachten zou staan. Heftig.

Na een korte afdaling hebben we heerlijk in zon een kop koffie genomen, alvorens full tempo ons naar beneden te storten. Best wel opletten met die scherpe bochten steil naar beneden. Daarna via een brede weg nog verder op volle snelheid door naar Edolo en weer dezelfde weg als de vorige keer terug naar het hotel. Ieder ging op eigen tempo na het aanzetten op de stevige klim.

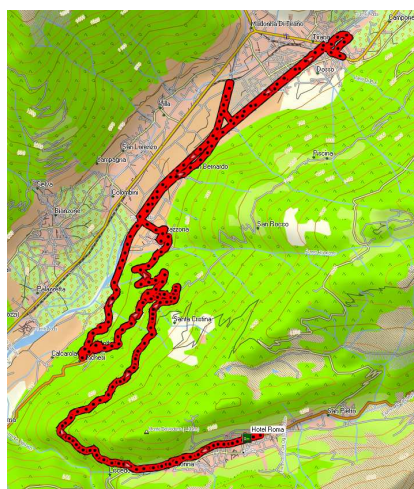
Daarna aan de cola en douchen. In de middag verder wat van de rust genoten en onze startgegevens ontvangen (shirt, nummers e.d.).



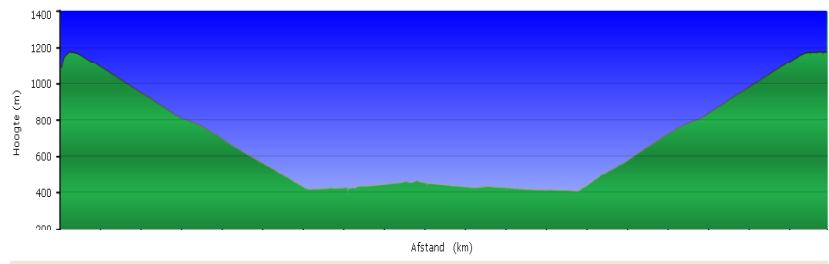
Aprica *Top Mortirolo* Edolo



25-6: Tirano-Passo Aprica



Om niet geheel de dag te blijven hangen rond het hotel besloten we om gedrieën (Niels en Rimmert) een afdaling naar Tirano te pakken, daar in het centrum koffie te drinken en dan relaxed terug te klimmen en zo een aantal uurtjes de beentjes los gereden te hebben. Zo deed ieder wat voor zichzelf de beste voorbereiding zou zijn op de grote tocht.



's Middags rondgelopen op de straat vol met commerciële activiteiten. Voor Thomas en Anja wat surprises gehaald en ook nog even naar de sporthal gelopen en de startlijsten bekeken. Een bijpassende broek bij het shirtje heb ik laten hangen, als pak doe ik het toch niet aan en een zwarte fietsbroek was mooi genoeg. Vroeg naar bed, want de volgende ochtend zouden we om 6:00 uur ontbijten en de vermoeidheid van de week deed zich al een beetje gelden.

26-6: Gran Fondo Internazionale Giordana (voorheen de Gf Marco Pantini)

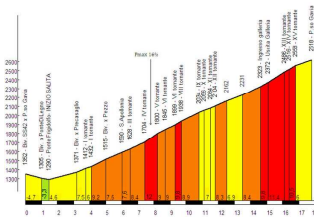
De dag suprême, al vroeg stonden de rijen mensen tussen de dranghekken. Vanuit het hotel al een prachtig gezicht. Ieder heeft een startnummer en was daarmee toegewezen aan één van de vakken. Vertrek zou om 7:30 uur zijn, maar doordat wij toch wat naar achteren stonden zou dat later worden.



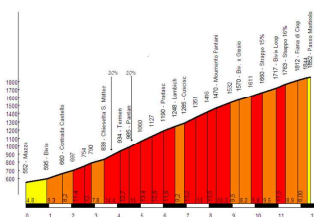
Percorso GRANFONDO - Km. 175 –
Dislivello 4.500 mt.



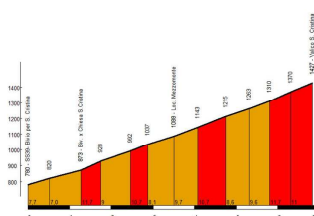
Profilo Passo Gavia
Ponte di Legno - 17.2 miles Gavia
Difference in elevation 1,400 meters.
Average gradient of 8% and 15% max



Profilo Passo Mortirolo
DECK - STEP Mortirolo Km 12
1,300 m altitude difference.
Average gradient of 10.5% and 18% max



Profilo PAsso S. Cristina
CROSSROADS SS39 - STEP 7 Km S.
CRISTINA
600 m altitude difference.
Average gradient of 8.5% and up to 16%



De eerste kilometers tot Edolo zou een wagen voorrijden zodat we niet harder konden gaan dan 30 km/uur. Vaak haalden we dat niet eens door de enorme massa die toch door smalle doorgangen van de weg moesten (wegopbrekingen en een valpartij). In Edolo sloegen we linksaf door een tunnelboog en daarna werd het langzaam stijgen, waardoor ook de meute uiteen ging vallen. Rustig de kilometers tot aan Legno afgelegd, waarna de klim van de Gavia serieus begon te worden. Met een jongdame (nr 300) de eerste tijd gelijk opgegaan, maar ik moest haar bij een steiler stuk laten gaan. Het uitzicht onderweg was prachtig, een spectaculair het lint van deelnemers en spookachtig het hellend vlak door de tunnel met de lichten van de motoren die de schaduwen van de renners op de wanden projecteerden als langwerpige geesten.

Het uitzicht van de top was uniek, fantastisch en een weerstationnetje (plank met touwtje) deed me direct aan Thomas denken die dit ook voor mij op de basisschool had gemaakt.

De afdaling ging als een speer, net zo snel als de motoren en ik stond versteld dat er zelfs nog wielrenners keihard voorbij kwamen. Liever geen ongelukken hield ik me maar voor. Op de grotendeels flauwe afdaling langs brede wegen naar de Mortirolo aansluiting gevonden bij een groep en zo de krachten wat gespaard.



De **Mortirolo** bleek zijn naam niet voor niets te dragen, een beest van een klim waar ik 1,75 uur vol kracht op de pedalen moest hebben om boven te komen. Dit op het heetst van de dag met temperaturen van > 30 gr. C. Drijfnat en met een stop voor drank en één voor een foto van het monument voor Marco Pantani kwam ik voldaan boven. *Beide voeten gloeiden als nooit tevoren, vooral aan de zijkanten.*

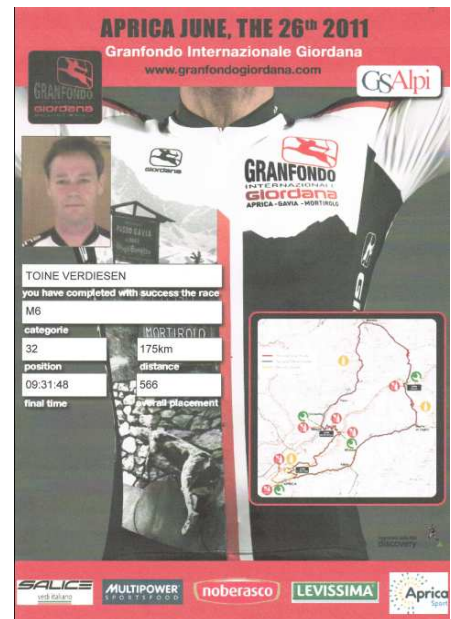
Na me wat opgefrist te hebben en een sms naar het thuisfront te hebben gestuurd weer de fiets op, maar even later geveld door kramp in linker bovenbeen en voet (vreemd om je been spastisch naar binnen te zien trekken). Na een minuut of 5 weer ontspannen genoeg om de fiets op te stappen. Gaandeweg weer een normaler gevoel en toen vol gas naar Aprica voor de laatste ronde over de St. Christina.

Average: 10.5 %
Length: 12.4 km
Height start: 552 m
Height top: 1852 m
Gradient: 1300 m

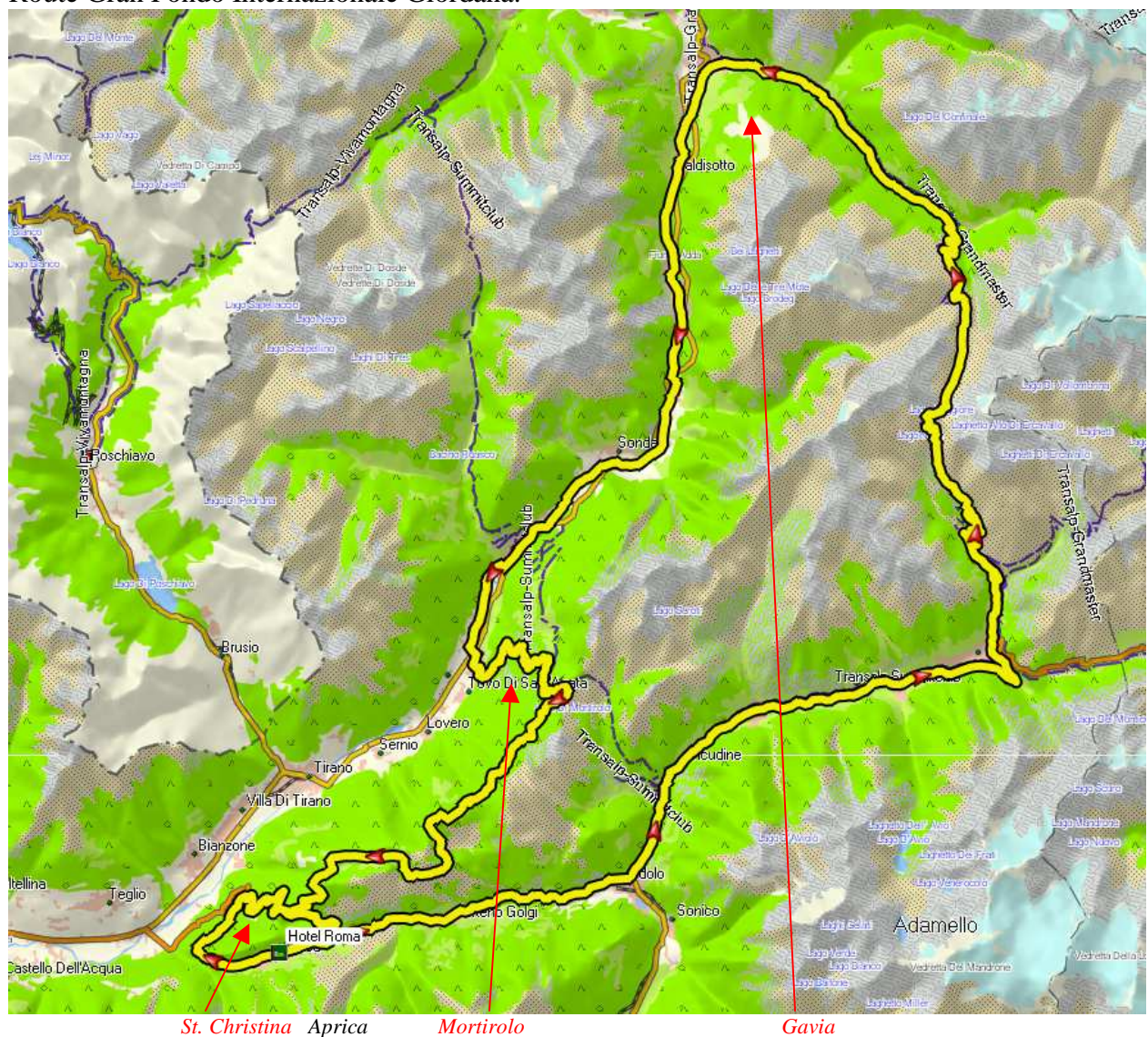
Om 15:50 begon ik aan de laatste lus en uiteindelijk nog in sprint naar de finish om precies om 17:00 uur binnen te zijn. Daar trof ik een de anderen die ruimschoots voor mij waren geëindigd, maar een enkeling was nog niet binnen. Cor2 ging meteen een biertje voor me halen voor deze prestatie, waarna de zwaarte direct vergeten was en het genieten met – letterlijk – volle teugen kon plaatsvinden. Geweldig weer, maar toch weer anders/niet vergelijkbaar met zowel de Marmotte als de Fausto Coppi.

Toen iedereen binnen was, zijn verhaal had gedaan en de fietsen gestald hadden konden we douchen en aan het diner. De week zat er op en de volgende dag zouden we om 6:00 uur opstaan, eten en ca 7:00 uur vertrekken. Ik zou als enige diezelfde dag nog thuis zijn, net voor 24:00 uur.

Thuis kon ik het diploma uitdraaien:



Route Gran Fondo Internazionale Giordana:



Resultaten MM Travel 2011:



De tochten op een rij:

GRAN FONDO INTERNAZIONALE GIORDANA 2011

POS	PETT	COGNOME	NOME	TEAM	TEMPO	DISTACCO	MEDIA
234	1714	FOEKEMA	HENK	MM TRAVEL	07:33:49	01:41:35	23.13
342	1715	BOS	RIMMERT	MM TRAVEL	08:02:51	02:10:37	21.74
350	1721	HAAN	KOOS DE	MM TRAVEL	08:03:46	02:11:32	21.70
354	1719	POLAND	REMON	MM TRAVEL	08:04:17	02:12:03	21.68
566	1724	VERDIESEN	TOINE	MM TRAVEL	09:36:20	03:44:06	18.21
272	1718	ERIKS	NIELS	MM TRAVEL	06:30:54	01:22:44	23.79
1152	1716	BURG	MARTIEN VAN DER	MM TRAVEL	09:43:26	04:35:16	15.94
1157	1723	KARSTEN	TIJMEN	MM TRAVEL	09:48:26	04:40:16	15.80
44	1722	LEEUWEN	CORNELIA VAN	MM TRAVEL	09:48:26	04:40:16	15.80
352	1717	ERIKS	ARIE	MM TRAVEL	04:58:09	02:05:49	17.10
2235		aantal mannen					
109		aantal vrouwen					
2344		aantal deelnemers					

Italië - fietsvakantie 21 t/m 27 juni 2011.									
	D	x	T	A	T	T hgtm	M		
22-jun-11	49,60	49,6	2	24	15	20,6	1479	1479	59,4
23-jun-11	35,87	85,5	2	19	2	15,5	1941	3420	52,6
24-jun-11	65,97	151,4	3	6	11	21,3	2096	5516	65,2
25-jun-11	38,50	189,9	1	50	42	20,9	950	6466	63,9
26-jun-11	177,00	366,9	9	5	0	19,5	4330	10795	70,5
Overall:	366,94		18	45	10	19,6		10795	

Foto's: zie www.4-u2.nl

