



**Pyreneeën** 150918-150926 met

*MM Travel*

**Pyreneeën** 150918-150926 met

*MM Travel*

Voor de tweede keer ingeschreven op de MM Travel tocht dwars door de Pyreneeën.

## Pyreneeën van West naar Oost fietsen



*Route van de eerste tocht 6-14 september 2013.*

Op **18-9 om 19:30 uur** werd ik door Anja uitgezwaaid vanuit De Meern. Al direct een aantal bekenden aan boord en een groter gezelschap dan de eerste keer, het belooft dus nu al een geweldige week te worden.

Op **19-9 10:45 uur** kwamen we in Biarritz met wat spetters op de ruit aan na een redelijk goed verlopen reis. Alleen rond Parijs was Cor wat 'eigenwijs' en nam daar de binnenring, wat Linda niet geheel beviel, maar verder zonder veel oponthoud en in volle rust de reis doorstaan.



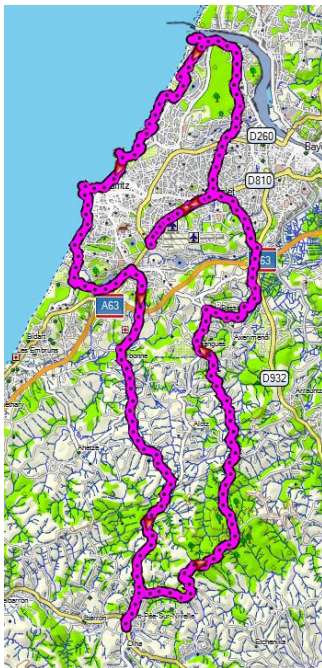
Na de lunch de benen los rijden naar het strand van Biarritz, eerst de stad in en via de noordkant het strand tegemoet, Er was een klein misverstand, namelijk bij de uiterste punt konden we niet langs het strand, maar was wel een mooi uitzichtpunt. Twee, waaronder ikzelf, gingen foto's maken. Daar had de rest niet



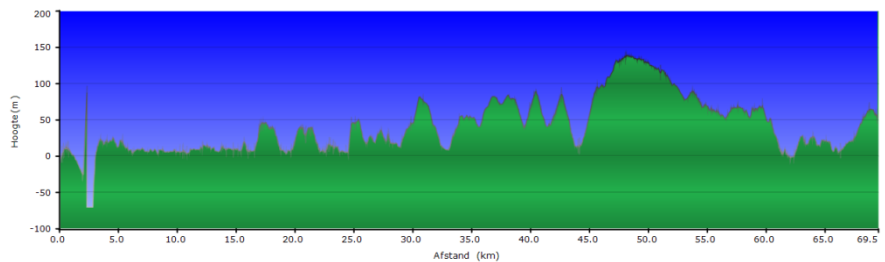
op gerekend en weg waren ze. Ik kon de aansluiting nog wel maken, maar Egbert niet. Dus wachtte ik op hem, maar helaas, hij zocht zijn eigen weg en reageerde niet op mijn signalen.



Uiteindelijk weer bij de vuurtoren tezamen gekomen, waar ook Cor en Linda met de bus naar toe kwamen. Prachtig (fiets-)weer.



Hier draaien we weer van het strand af om de 'lastige' lus in de omgeving te gaan maken voor de eerste hoogtemeters in de benen. Een sterke groep, waar natuurlijk het van elkaar meten direct ingezet werd. Tempo, waarbij de krachtsverschillen al enorm waren. Mijn krachten sparen was er weer eens niet bij, dus met kracht blijven aanhaken.



19-sep-15	68,82	68,8	3	1	0	22,8	981	66	65,1	1,4%
-----------	-------	------	---	---	---	------	-----	----	------	------

Daarna heerlijk ontspannen de nacht tegemoet.

## 20-9-2015: 1<sup>e</sup> etappe

Opstaan met een mooie heldere ochtend voor de boeg geeft al meteen een boost om te gaan fietsen. Om 9:15 uur zaten we dan ook al in het zadel. eerst 7 km dwars door Biarritz voordat we de bergen in zouden gaan. Rustig aan in verband met het verkeer, maar daarna werd het tempo direct opgeschroefd. Al meteen in de hoge hartslag en een onvermijdelijke bloedneus, wat erg onhandig was.

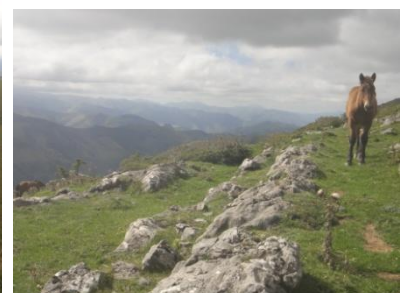
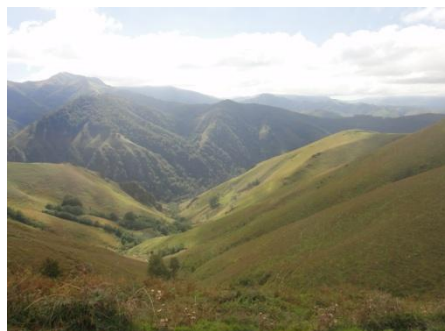


We fietsen van Biarritz, via Hasparren en de Col de Burdin Olatze. Een mooi golvend terrein, waar we even niet op de weg letten en dus te ver doorreden. Terug op de route, waar mijn groepje nog redelijk van voren zat. Nog onvoldoende hersteld weer verder, waarbij we gelijk steil omhoog gingen (>10%), een killer voor mij zo'n 1,5 km lang. Daarna liep de steilte wat terug (10%) om aan het eind weer de 15-20% aan te raken. Duidelijk niet mijn dag, al hervond ik mijn balans op een gegeven moment weer terug.

Een geweldige afdaling over een smal weggetje en de laatste 10 km uitfietsen een ultiem gevoel met al die mooie uitzichten. In het hotel in Montory konden we op het terras lekker uit rusten onder het genot van een verdiend drankje.



Eenzaam paard.



**route dag 2:**



20-sep-15	117,60	186,4	5	40	9	20,7	2493	62	68,9	2,1%
-----------	--------	-------	---	----	---	------	------	----	------	------

**21-9-2015: 2<sup>e</sup> etappe**



Deze dag staan op het programma de Col de Marie Blaque, Col d' Aubisque en de Col du Soulor op het programma waarna we in Argeles-Gazost aankomen bij ons volgende hotel.

Al in het begin, zonder warmdraaien, een 10% klim voor ca. 500 meter. Niet lang, maar toch.



Daarna nog een wijziging in het parcours, jawel een colletje extra gevonden: Col de Giroune, alvorens we naar het hoofdmenu van de dag konden. Wel een leuker weggetje om aan te rijden dan de hoofdweg.

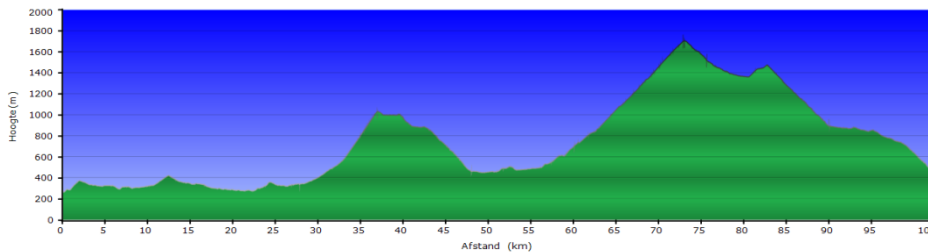
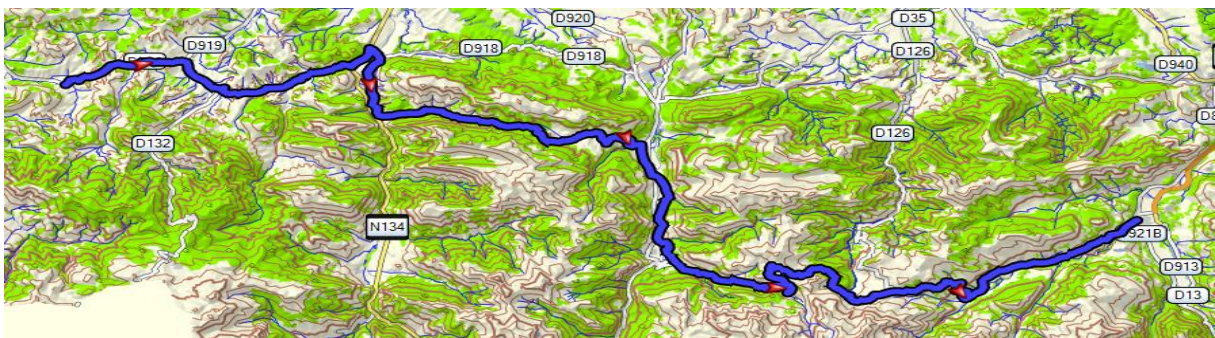


De Col de Marie Blaque is een aanrader, langzaam stijgend en naar boven toe steeds steiler, dan een mooie, zeer snelle afdaling. Heerlijk, voor we de Aubisque bereiken. Heavy feeling als ik 2,5 km voor de top een lichte hongerklop ervaar. In de afdaling van De Aubisque natuurlijk even de val van Wim van Est inbeelden (zijn Pontiac-momentje !)





Als toetje van het dagmenu nog even de Col de Solor. Niet zo'n lange en matige klim, maar hij komt wel aan. Als sluitstuk, de kers op de taart zogezegd, een prachtig lopende afdaling met veel bochten (goed voor de techniek) en met een lange licht dalende weg in vol tempo naar het hotel. Kamer opzoeken, bericht van heelhuids binnen en op naar de Leffe.



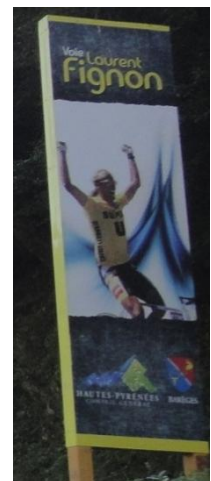
21-sep-15	102,83	289,3	5	30	20	18,7	2617	59	73,4	2,5%
-----------	--------	-------	---	----	----	------	------	----	------	------

## 22-9-2015: 3<sup>e</sup> etappe

De **“Koninginnerit”** want vandaag bedwingen we de Col du Tourmalet! Dit is niet de



hoogste berg van de Pyreneeën, maar met een lengte van ± 18 kilometer en een gemiddeld stijgings-percentages van ± 7,8 % wel de zwaarste. Via de Col d'Aspin en de Col de Peyresourde arriveren we in het mooie Kuuroord Bagnères de Luchon waar ons volgende hotel op ons wacht.



Een geweldige tocht in het vooruitzicht. Al vroeg aan het ontbijt en om 8:30 uur op de fiets. Dit jaar in de volle zon en in de achtervolging, want een deel was bij de stop al doorgereden. Op de top een geweldig beeld van al die fietsers in de bus, beter dan 2 jaar terug toen iedereen verkleumd aangekomen was.



Het was voorzien dat de afdaling in mindere omstandigheden zou plaatsvinden. Waar we ons eerst in de wolken voelden, zaten we er nu midden in: koud !! Beneden lang staan wachten, want Ina had al 3 lekke banden gehad in de afdaling (lag uiteindelijk aan het velglijnt). Ik had in die tijd een openbaar toilet bezocht, gelukkig, want met een lekke darm fietst het uiteindelijk ook niet. Echter toen ik weer geheel aangekleed buiten kwam was iedereen vertrokken. Mijn fiets viel kennelijk niet op, al stond hij goed in beeld.

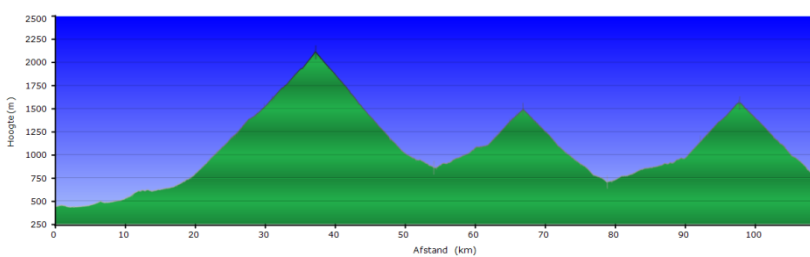
In de achtervolging en op de Aspin toch nog enkelen bijgehaald. Het was koud daarboven en ook totaal geen uitzicht, dus al eerste met Aart om 14:00 uur naar beneden. Op ons gemakje om geen ongelukken te maken. Beneden uit de wind achter een huisje gaan staan totdat iedereen weer bij was (weer een klapband onderweg, van de jongste van het stel, 19 jaar). Daarna de laatste beproeving van de dag.





Vandaag ook niet meer kunnen eten, waardoor ik niet meer aan kon blijven haken. Met eigen cadans volgen, Jan bleef in mijn wiel hangen, hij was bezorgd.

Op 5 km van de top van de Col de Peyresourde toch weer 2 man bijgehaald, die ik op 3 km van de top achter me liet. Dan, de geweldige afdaling naar Luchon, 14 km op volle snelheid. Bijna een ezel omver gereden, maar daarna als een streep naar beneden. Op naar het biertje!!



22-sep-15	111,62	400,9	6	30	33	17,1	3315	59	69,8	3,0%
-----------	--------	-------	---	----	----	------	------	----	------	------

### 23-9-2015: 4<sup>e</sup> etappe

We draaien warm met een pittige klim de Col de Menté op. Na de afdaling staat  $\pm$  4 km onder de top van de Portret d'Aspet een monument van Fabio Casartelli waarbij we even stil staan. Als afsluiting voor we in Oust aankomen nemen we nog even de Col de la Core mee.

Het warmdraaien was nodig met de regen en mist, die ombeurten vochten om het ons lastig te maken. Op de Col de Menté leek de zon even door te komen, maar dat was slechts een knipoogje.



Deze heavy klim was tot het eind toe zwaar, geen rust, continue druk op de benen en een hartslag die me iedere keer bij wijze van spreken uit het zadel tilde. Ik moet iedereen vooruit laten gaan en pas de laatste 3 kilometer lijk ik nog voldoende over te hebben om anderen in te halen.



Snel de afdaling in om direct weer de klim van de Col de Portet d'Aspet in te gaan. Weer zo'n venijnig gevalletje, waarbij geen einde in zicht lijkt te komen. Te warm voor een bodywarmer en te koud voor zonder. De keuze om mezelf niet op te blazen won het en dus wat rillend verder in een shirt met lange mouwen. De beenwarmers aan was wel een goede keuze ditmaal en handschoenen.



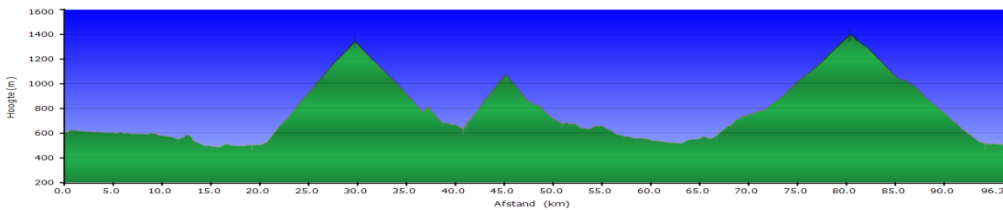
In de afdaling natuurlijk wel vol tenue, want dat was zeker nodig. Deze afdalingen waren ook weer super, wel opletten op het natte wegdek.





Na de middag werd het weer droog, zo ook de wegen. De afdaling deden we gevieren en beneden stond de bus met een heerlijke lunch al klaar. In de bus lekker bijgekomen en weer klaar voor de helse, zij het niet al te steile Col De Core (14 km tegen 7%). Bekend verschijnsel inmiddels, mijn diesel moest weer op gang komen. Maar met een laatste sprintje kon ik tenslotte ook Pieter (73 jaar) nog voor de meet verschalken (ondanks zijn spiegeltje!!). Dit gaf mentaal weer een kleine boost!

De laatste afdaling van 14 km deden we rustig aan en met een lekker ritme reden we naar het hotel toe. Hier aangekomen heb ik mezelf meteen getraakteerd op en warm bad, dat later door anderen graag opgevolgd werd. Daarna, juist ja!!



23-sep-15	95,98	496,9	5	17	42	18,1	2410	58	66,0	2,5%
-----------	-------	-------	---	----	----	------	------	----	------	------

## 24-9-2015: 5<sup>e</sup> etappe

We fietsen eerst naar Aulus les Bains aan de voet van de Col d'Agnes. Na deze Col en de rust aan het mooie Etang de Lers gaan we de Col de Marmare op, een niet zo lastige col (??). Dan via de Col de 7 Frères en de Col de Coudun of de Gorges langs de Rebenty, naar Quillan om te overnachten.



Met een temperatuur van 2 graden Celcius een koude en door de afstand ook vroege start. Om 7:00 uur aan het ontbijt en om 8:00 uur stipt het zadel op. Met het vooruitzicht de langste etappe en de emeste hoogtemeters voor de kiezen te krijgen gingen we welgezingd op pad. Wie de Col de Marmare niet zo lastig heeft genoemd weet ik niet, maar hij blijft voor mij verschrikkelijk. Ook een afsnijding voor de Col de Coudon gaf een verhoging van het stijgingspercentage mee, waardoor deze rit als behoorlijk pittig te boek kwam te staan. Afgezien én genoten !!





De dalingen waren super, snel en technisch. Daardoor ook mee in de voorste linie en op tempo in de snelste groep afsluiten.



's Avonds nog wat gaan wandelen alleen: plaquette en maan door een monumentale steen.

## 25-9-2015: 6<sup>e</sup> etappe

Vandaag de laatste etappe naar de Oostkust. Na de Col St. Louis en de Col des Auzines laten we in de loop van de dag de bergen een achter ons en zetten koers naar St. Cyprien-plage waar we na het opruimen van de fietsen, het nuttigen van een koud drankje en andere formaliteiten de laatste restjes "lui zweet" van ons afspoelen in de Middellandse zee.



Het merendeel vandaag is afdalen, wat logisch is vanuit bergen naar het strand. Het gaat natuurlijk op-en-neer en als jonge veulens werden de klimmetjes dan ook voor de laatste malen aangevallen. Zere longen en benen waren het gevolg. Er was een strak blauwe hemel boven ons en ook de wind vergezelde ons stevig, dus tegen.

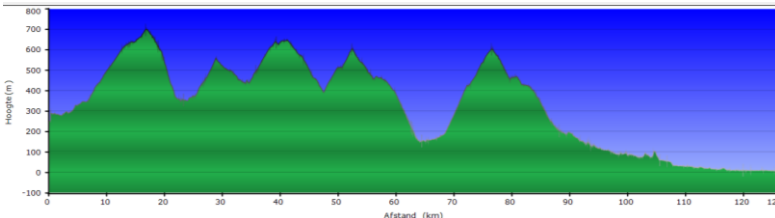




Met de snelste groep de laatste strakke vlakke wegen aangevallen, ik kon amper het wiel houden in deze groep van 6 (>40 km/uur). Uiteindelijk nog een kleine "Keutenberg" te overwinnen en dan als totale groep gezamenlijk naar het eindpunt van de dag.



Het strand en daarna de laatste 10 km langs de kust naar het hotel. Maar voordat we daar aankwamen nog even langs de bus op het strand aldaar: Champagne en een duik.



25-sep-15 | 126,42 | 770,5 | 5 | 37 | 58 | 22,4 | 1904 | 65 | 64,9 | 1,5%

MM Travel Pyreneeën Biarritz-Canet en Roussillon (Perpignan)											
19-sep-15	68,82	68,8	3	1	0	22,8	981	66	65,1	1,4%	
20-sep-15	117,60	186,4	5	40	9	20,7	2493	62	68,9	2,1%	
21-sep-15	102,83	289,3	5	30	20	18,7	2617	59	73,4	2,5%	
22-sep-15	111,62	400,9	6	30	33	17,1	3315	59	69,8	3,0%	
23-sep-15	95,98	496,9	5	17	42	18,1	2410	58	66,0	2,5%	
24-sep-15	147,20	644,1	7	7	53	20,6	2783	60	69,4	1,9%	
25-sep-15	126,42	770,5	5	37	58	22,4	1904	65	64,9	1,5%	
<b>Overall:</b>	<b>770,47</b>		<b>38</b>	<b>45</b>	<b>35</b>	<b>19,9</b>	<b>16.503</b>			<b>2,1%</b>	

## Zaterdagmorgen 26 september 2015

Om 8:15 uur vertrekken we naar Holland, aankomst 27-09-2015 2:00 uur in De Meern, na eerst via Nijmegen te zijn gereden om de eersten af te zetten. Daar overgestapt op een kleiner vervoermiddel met Linda en kids, zodat de grote bus doorkon naar Dalfsen.



Weer een superleuke en stevige fietsweek gehad met een enthousiaste groep en natuurlijk Cor en Linda, als chauffeurs, verzorgers, gangmakers en drijvende krachten van MM Travel.



MM TRAVEL

“Thuis in Europa.”

[www.mmtravel.nl](http://www.mmtravel.nl)