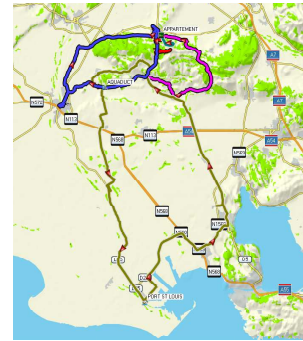




## St. Rémy Frankrijk – 110417 t/m 110425

**Met: Anja, Hugo en Ria**



Na het rijden van de Peter van Pedegem zijn we na een biertje en patat (ja, Anja stelde dit zelfs van harte voor) op weg gegaan voor onze vakantie in Zuid Frankrijk.

Na een aantal uurtjes doorgereden te hebben en de duisternis zijn intrede deed, zijn we op zoek gegaan naar een hotel. De eerste de beste was inderdaad zo goed, dat er geen plaats meer was (of waren wij niet sjiek genoeg gekleed?). Doorgereden tot aan Chaumont, waar we een prima kamer voor de nacht vonden. In het dorpje heerlijk pizza gaan eten en daarna het bed in. 's Morgens 8:00 uur op en voor het vertrek nog even verse broodjes gehaald.

Na een relaxte rit, zonder files, kwamen we wat vroeg bij ons appartement aan en doordat deze pas om 16:00 uur door ons in ontvangst kon worden genomen, zijn we eerst bij Hugo en Ria op de koffie gegaan. Een hartelijk ontvangst natuurlijk.



13:53 uur

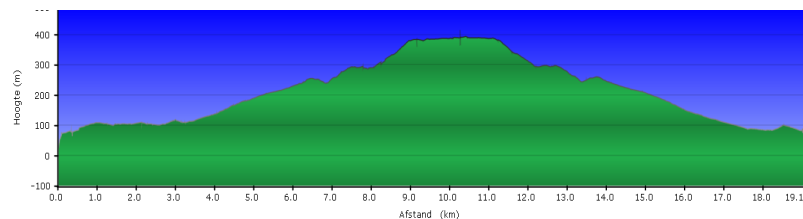
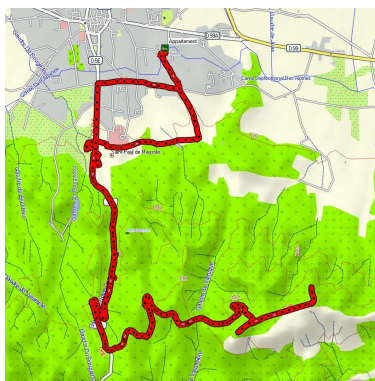


14:41 uur

Daarna opschonen in het appartement en de kamer inruimen voor een week gebruiksgemak. 's Avonds waren we weer uitgenodigd bij Hugo en Ria voor een diner. Naderhand onze klaverjas activiteiten weer gaan meten, waarbij de mannen natuurlijk weer eens de beste kaarten kregen en uiteraard uitbuiten (2x dames).

### 110418 MTB-tochtje met Anja

De eerste dag rustig aan opgestaan. We hadden de ochtend om bij te komen van de afgelopen dagen en na wat boodschappen gedaan te hebben zijn we voor een verkenningstochtje op de MTB op pad gegaan. Langs het Van Gogh-pad naar de hoogste top in de omtrek, van waaruit St. Rémy goed te overzien was, maar ook ons doel voor verderop in de week ook te zien was (Mont Ventoux).



Kilometers	19,10	km
Tijd	2:30:16	uur
Gemid	7,6	km/h
Max	62,0	km/h
Hoogte	564	hgtm





12:48 uur: waarschuwing 25%



in de klim

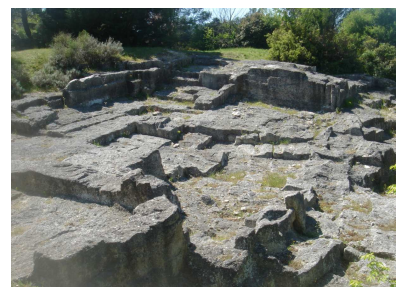
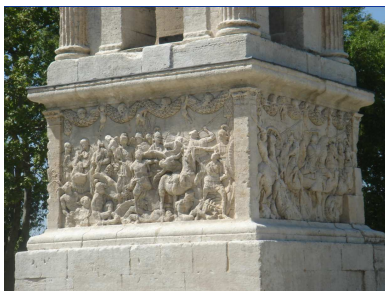


bijna boven

**7** Promenade dans l'univers de Vincent van Gogh  
Les blés jaunes avec cyprès  
(National Gallery, London, Grande Bretagne)



Peint en juillet 1889 à Saint Rémy de Provence.



Na deze mooie rit met toch wat inspanning en rust op de top zijn we afgedaald, gedoucht en met Hugo en Ria op naar de wijnhandelaar. Deze was nog bekend bij hen uit de 25 jaar vakanties in de Provence en wordt door hen twee keer per jaar bezocht om wijn in te slaan.

Bij terugkomst hadden zij weer op ons gerekend met heerlijke garnalen. Een geslaagde dag.

## 110419 MTB-tochtje met z'n drieën

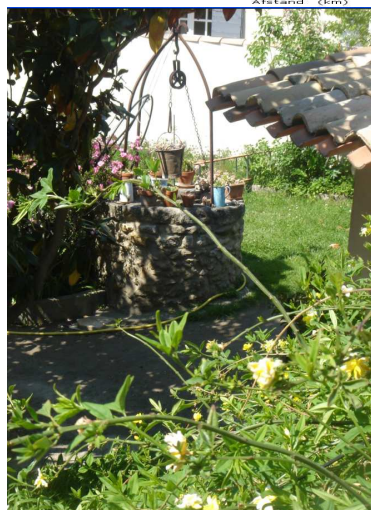
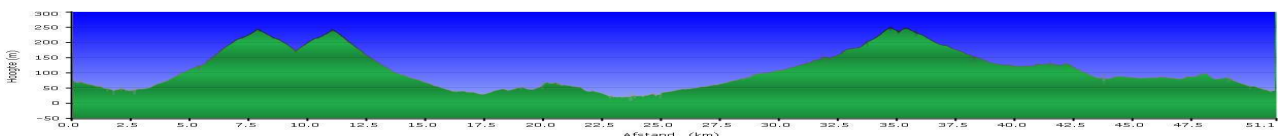
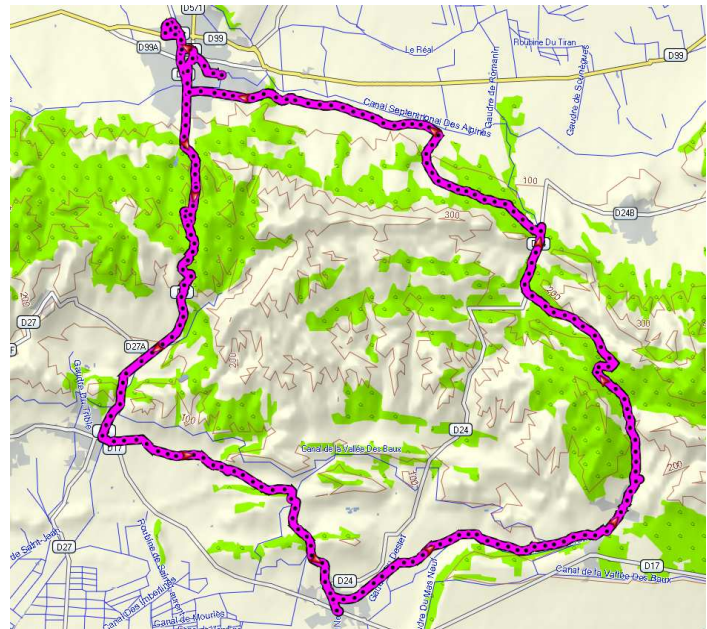


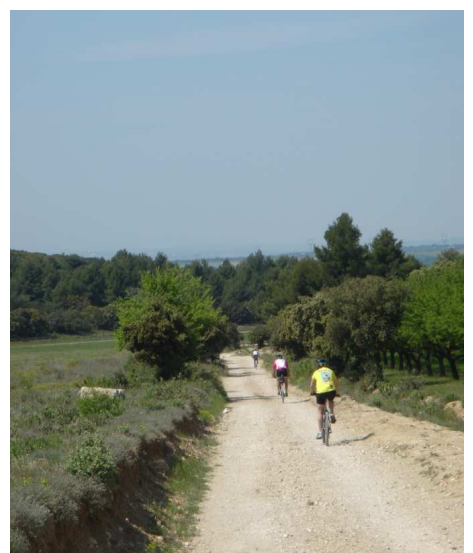
Een stralende dag weer en Ria kende een mooie route in de omgeving, dus de fiets op.

Hier zie je haar dan ook fier op kop, zoals we haar van allerlei sporten ook kennen.

De route was inderdaad adembenemend, met twee klimmen, leuk dorpje en gezellig met elkaar door de rustige streek.

Kilometers	51,12	km
Tijd	2:40:03	uur
Gemid	19,2	km/h
Max	53,0	km/h
Hoogte	712	hgtm





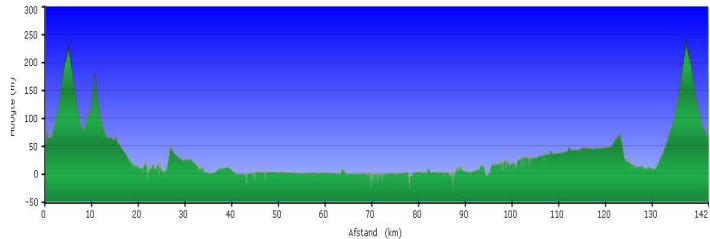
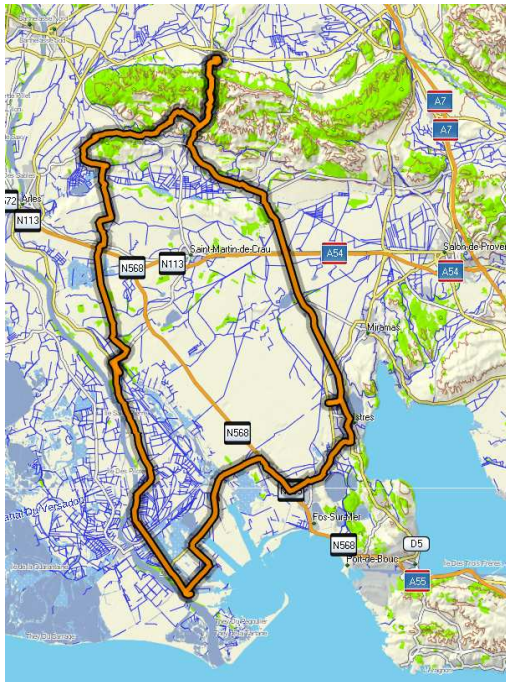
## 110420 Markt, wandelen en fietsen

Een dag van gescheiden plannen. De dames wilden naar de markt, Hugo wilde zich op de camping vermaken en – onbegrijpelijk? - Toine moest weer eens gaan uitsloven op de fiets.

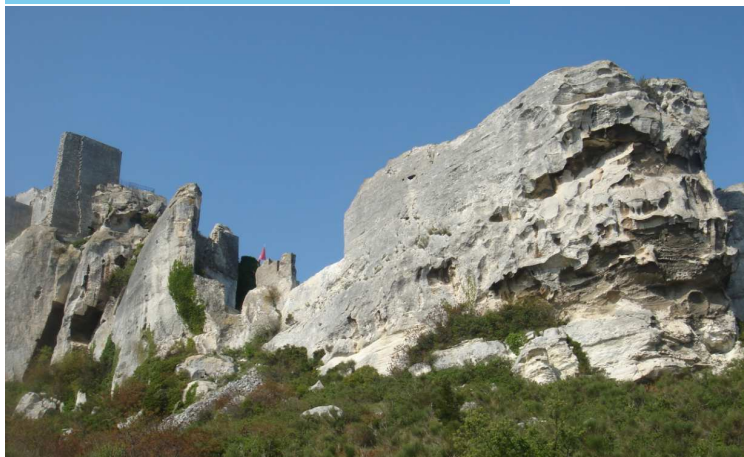
Na de markt is Anja teruggegaan naar het appartement en heeft de stoute schoenen aantrokken en is al wandelend de omgeving gaan verkennen. Hier heeft ze ervaren dat ze al vrij snel midden in de natuur was en dat het terrein zeer geaccentueerd was.

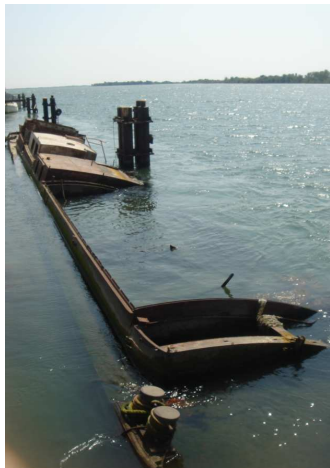
Om toch in het zuidelijkste puntje terecht te komen was een fietsroute al gauw tegen de 140 km had Toine ingeschat, een prima trainingsronde. Het was tot aan Port St. Louis mooi fietsen, met een wind tegen op het stuk langs ‘Le grand Rhône’. Het te verwachten landschap met rijstvelden en kaler naarmate de kust naderde. Daarna een heel stuk “Maasvlakte-achtig terrein” en rijdend langs de snelweg tot Istres, waarna het weer mooier werd en er een geweldig fietspad naar het noorden ging. Tempo hoog.

Een mooie dag al met al voor allemaal, afgesloten met verse asperges.

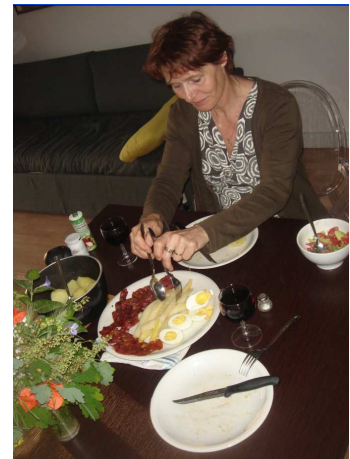


Kilometers	143,67	km
Tijd	5:10:36	uur
Gemid	27,8	km/h
Max	65,6	km/h
Hoogte	1082,5	hgtm





My home is my Castle



## 110421      Mont Ventoux

Een voornemen van Anja was om de klim op de Mont Ventoux in één keer te voltooien. Nu met een nieuwe racefiets (Specialized) en de juiste verhoudingen van een triple-verzet was ze niet meer te stoppen. Dus de auto in en 80 km noordwaarts.

Gelukkig was de verslaggever ter plaatse voorbereid:



### **Ventoux opent zijn flanken**

Door de gunstige weersomstandigheden is de top van de Mont Ventoux dit jaar extra vroeg geopend. Je kan de Reus van de Provence nu al temmen vanuit Bédoin en Sault.

Uit de archieven : Mont Ventoux (Bédoin)

Mythische col in Frankrijk, ook wel de Reus van de Provence genoemd. De zuidelijke beklimming vanuit Bédoin is de klassieker en de zwaarste van de drie. Na de eerste 5 licht stijgende kilometers, gaat het in het bos gedurende 10 km tegen 10%. Vanaf Chalet Reynard wordt het iets minder steil, maar kan de wind je parten spelen. Op het einde krijg je nog even af te rekenen met een stuk van 11%.

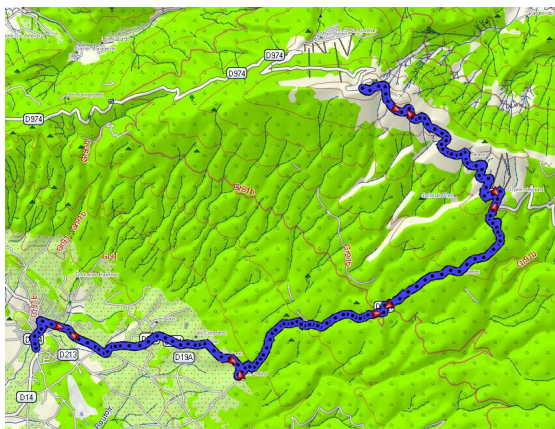
Gemeente	Bédoin	Lengte	22700m
Hoogte verschil	1622m	Hoogte start	290m
		Hoogte finish	1912m
Gemiddeld stijgingspercentage	7.1%	Maximum stijgingspercentage	11%

Kaart



Aldus gewapend met de benodigde kennis en de wetenschap dat de temperaturen redelijk was gezien de tijd van het jaar, er toch wat wind stond op de flanken maar niet al te veel en het rustig genoeg was om in eigen tempo te kunnen blijven rijden, togen we op weg. Anja wilde eerder vertrekken om elkaar onderweg nog een hart onder de riem te kunnen steken en dus was zij een 20 minuten vooruit gestart vanaf de parkeerplaats voor Bédoin.

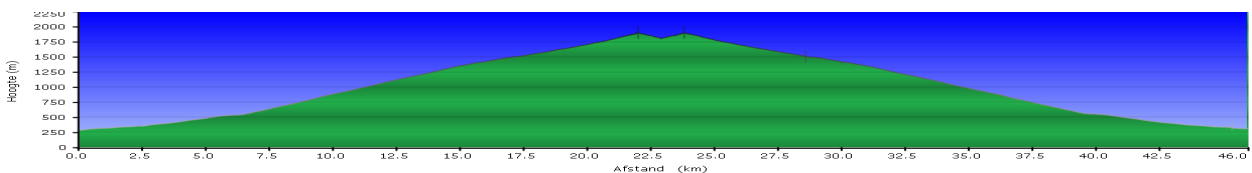
Zo'n 2,75 uur later reed zij trots over de streep, al was het eerste wat in haar opkwam snel warmere kledij aan te doen omdat het op deze hoogte wel flink waaide en het erg koud was.



Kilometers	46.69	km
Tijd	2:48:43	uur
Gemid	16,6	km/h
Max	63,3	km/h
Hoogte	1758,5	hgm

De klim op zich:

T:	Kilometers	22,42	km
	Tijd	2:02:42	uur
	Gemid	11,0	km/h
A:	Kilometers	22,42	km
	Tijd	2:38:51	uur
	Gemid	8,5	km/h



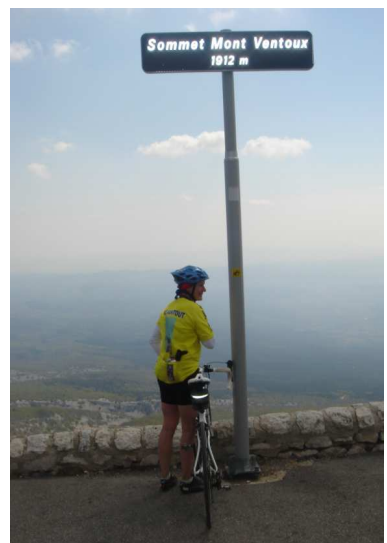
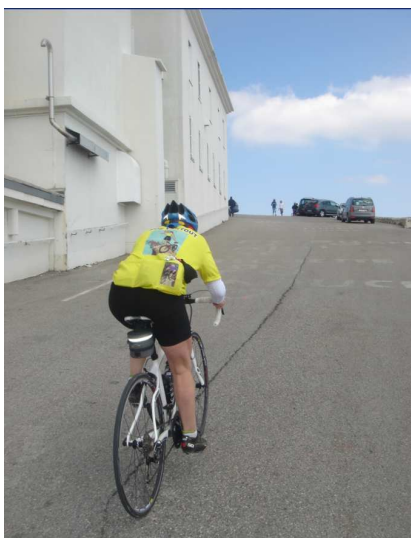
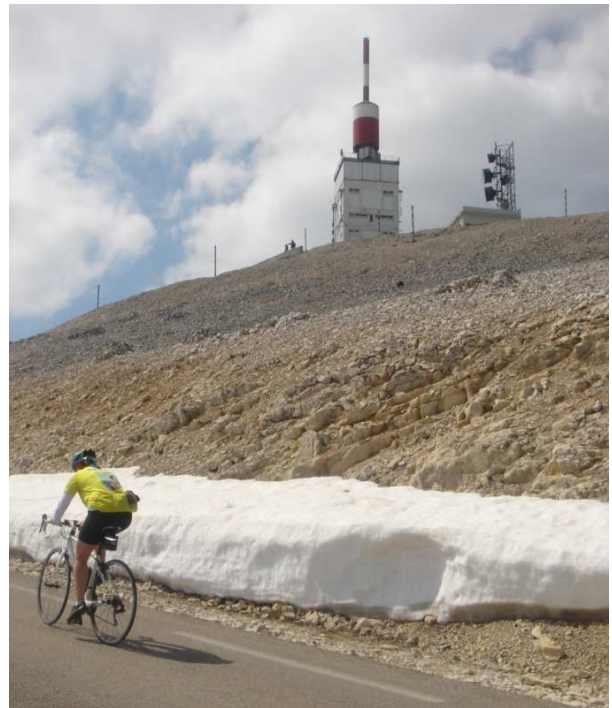




*start*



*einddoel*



Na de lange afdaling in 4 stukken - en tussendoor genieten van de omgeving – hebben we een lekker biertje met brood van de bakker bij een restaurant in Bédoin genuttigd. Toppie.

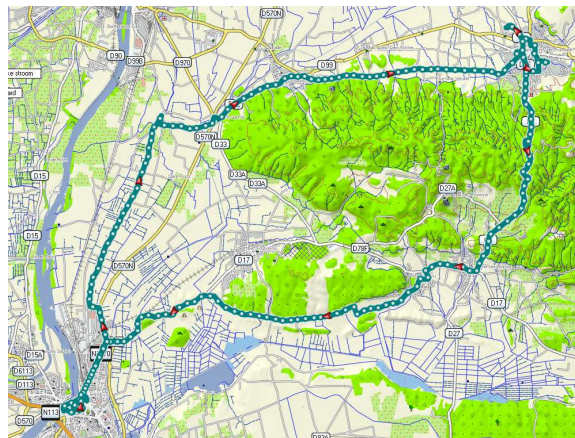
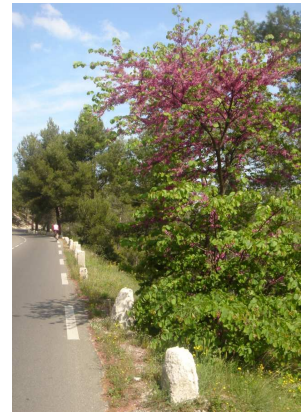


Deze dag weer met Hugo en Ria afgesproken om naar Arlès te gaan, een stadje ten zuidwesten, waar zich een rijke culturele historie bevindt, en als dagtocht een mooie uitstap zou blijken te zijn.



Op de MTB dus weer op pad en in een rustige cadans zijn we naast bloesem, bloemenpracht ook langs de diverse culturele hoogtepunten van de omgeving gereden, alleen het kasteel van Les Baux lieten we rechts liggen, maar die had Toine al op de foto's staan en de klim was toch ook niet spectaculair.

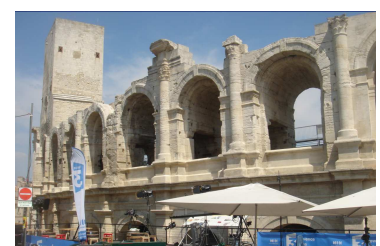
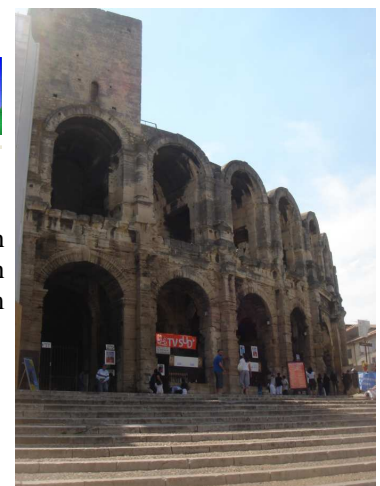
Als eerste kwamen we langs het "Aquaduct Romaine" en even verderop langs de Abbaye de Saint Pierre de Montmajour en daarna reden we zo Arlès binnen, langs de grote oprijlaan naar het centrum.



Daar aangekomen was het spectaculair om bijna rechtstreeks vanuit een klein straatje de arena al te zien liggen en de vele bezoekers (zelfs buiten de vakantietijd om) te zien flaneren.



Kilometers	63,14	km
Tijd	3:36:08	uur
Gemid	17,5	km/h
Max	64,0	km/h
Hoogte	550,0	hgtm



Het toeval wilt, dat we eenmaal rond de Arena te zijn gereden (we hoorden wel het een en ander, maar niets spectaculairs) dat we een tractor zagen bij de uitgang waarmee de stieren worden afgevoerd. Het vermoeden rees toen heel snel dat dit wel eens op korte termijn zou kunnen gaan gebeuren. En werkelijk, nog geen minuut later kwamen twee grote, zware paarden uit de catacomben trappellen, al met zich meeslepend een dode stier(tje). Even de hektiek van het publiek op afstand, toreador in het zonnetje en afvoeren van de stier.

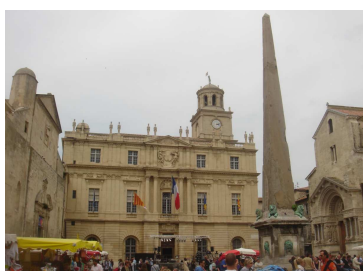


Daarna een gezellig eettentje proberen te vinden, waarbij we een pizzeria i.p.v. een paellazaak vonden, maar ook hier met een glaasje wijn wel aan onze trekken kwamen.



*pizzeria met uitzicht naar het centrum*

Na de lunch zijn we nog wat door het dorp gereden en waren een aantal Franse tafereeltjes en sfeerpleintjes herkenbaar.



*bekend plein in Arles*



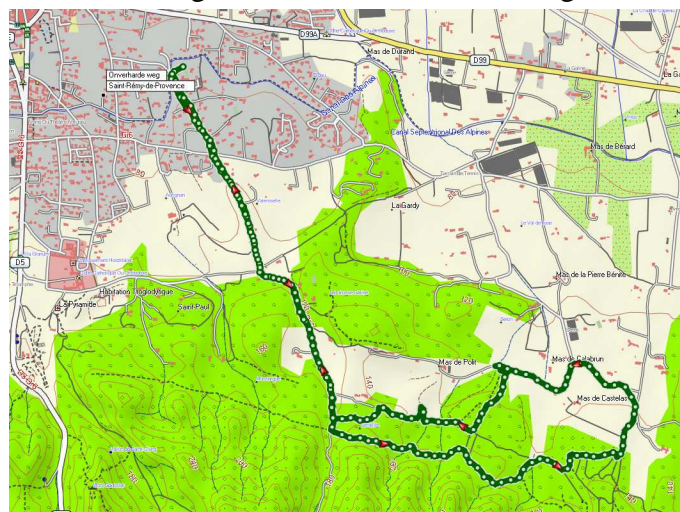
*opgravingen ook hier.*

De terugweg was somberder, de lucht betrok en er kwam meer (en natuurlijk tegen-)wind. 's Avonds lekker met een wijntje aan een diner à la Anja en Ria zich ook niet onbetuigd liet met een eigen aarbeientaart, kortom we hebben weer volop genoten van deze dag.



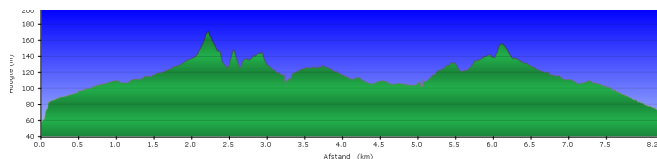
## 110423 Laatste dag

Het weer was gisterenavond dus al minder geworden, 's avonds al enkele buitjes, maar ook vanmorgen was het nog nattig en bewolkt. Ria en Hugo besloten niet te blijven en vandaag al naar het noorden van Frankrijk te vertrekken. Daar was wel goed weer voorspelt en zij wilden er nog een week aanplakken.

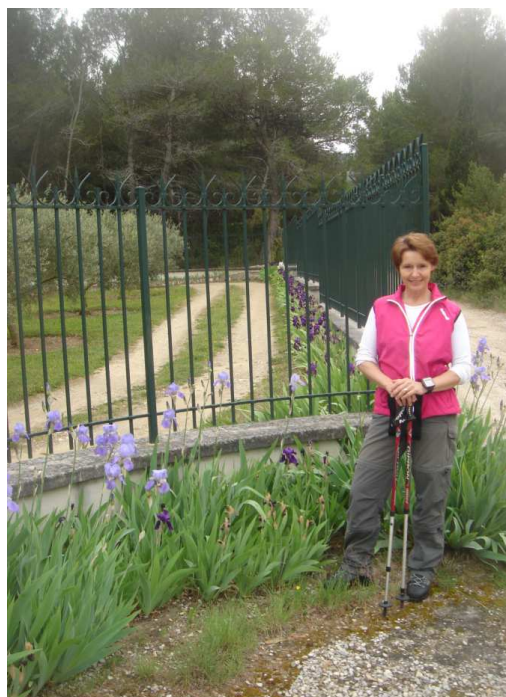


Wij zijn even afscheid gaan nemen na relaxed aan de dag te zijn begonnen, daarna wat boodschappen en langzamerhand klaarde het weer wat op.

's Middags was het licht bewolkt en droog en dus de stoute schoenen aangetrokken voor een wandeling. Anja wilde mij ook dichtbij huis de natuur laten zien. Zo gezegd, zo gedaan. Gaande weg kwam er ook een flauw zonnetje tevoorschijn, maar waren we toch al warm door de klimmen die we in het parcours tegenkwamen.



Een mooie tocht en daarmee een waardige afsluiter van de week. Pakken en voor zevenen (haastwerk) het appartement op orde, want de beheerder wilde komen controleren. Niets van dat alles, dus.....



*Irissen in overvloed*



De volgende ochtend om 7:15 uur vertrokken en 's avonds waren rond 18:00 uur thuis na een constante rit.

Tot zover, met dank aan Hugo en Ria,  
met genoeg kijken Anja en ik erop terug,

Groeten, namens het .....



**TOEGIFT:**

