

Les Trois Ballons – Luxeuil les Bains, Vosges Frankrijk 130608



Met Anja



08/06/2013 LUXEUIL LES BAINS /
RADDON EN MELBOURNE (70)

Na de ervaring van vorig jaar wilde ik dit jaar zeker de hernieuwde versie fietsen, al was de uitdaging van 'La Planche des belles Filles' niet meer opgenomen. Daarover later meer.

Op mijn verjaardag op weg, met een paar prachtige cadeaus van Anja en een goede nachtrust achter ons kon het al niet meer fout lopen. Het weer werd als goed aangekondigd (warmer dan de afgelopen weken en droog). Kortom alle ingrediënten waren aanwezig om een mooi weekend fietsen te beleven.

Van de organisatie: vanuit een vertaalprogramma

3 ballonnen tracé biedt beklimmingen voor intens fietsplezier – 213 km, 4300 hm.

Vanuit het kuuroord van Luxeuil-les-Bains, in het natuurlijke park van de Ballons des Vosges. Met de klim van de Servance, de weelderige beklimming van de Ballon de Chevreres (914 m) met het overschrijden van de 15% ook wel bijgenaamd de "Petit Galibier". Ook de Ballon d'Alsace (1200 m), de Hunsdruck (745 m), en de absolute beklimming van de Grand Ballon (1325 m) door de 'Royal Road' col AMIC, de passen van Oderen (884 m), Tot slot een ongewone en charmante kraag van het Kruis (678 m) in het land van 1000 Meren (kleine Finland).

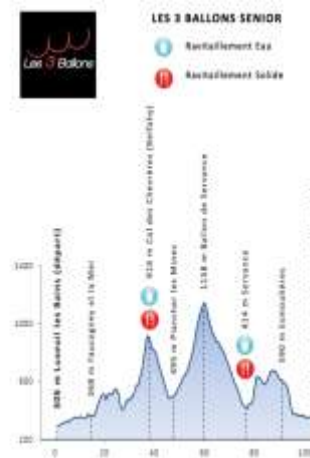
Het vooruitzicht:

3 BALLONS MASTER – 213 KM



3 BALLONS SENIOR - 105 KM

Beschrijving: de Chevreres pass en Ballon de Servance (1200 m) voor een terugkeer over de 1000 meren.



De aankomst :

Na een lange rit zijn we eerst naar Luxeuil-les-Bains gegaan om onze inschrijving vast te stellen. Net voordat we dit konden doen belde Thomas om me te feliciteren vanuit Malta. Fantastisch, wat een start en goed om hem te horen.



Uitzicht over het voetbalveld, waar we 's anderendaags omheen zouden staan voor het vertrek.

Nadat we ons nummerplaatje, routebeschrijving en chronometerkaartje hadden opgehaald hebben we ons nog even geamuseerd met het bekijken van fietsgerelateerde koopjes en niets gekocht.

Daarna zijn we zo'n 35 km verderop naar ons hotel gegaan. We werden ingedeeld in een naast het hotel gelegen huis (nr 34, complex hotel met meerder woonhuizen als één geheel, bijzonder). Een kleine kamer en een klein bed, wat ook nog eens doorgelegen bleek te zijn. Dicht op elkaar dus.



Het hotel was prima en we hebben er goed ontbeten en geluncht, ze waren zo gastvrij om om 5:00 uur een fietserontbijt te maken en ook de laatste avond nog om 21:15 uur ons te willen bedienen.

“s Avonds na het diner buiten zijn we nog een avondwandelingetje gaan maken in het pittoreske dorpje Villersexel. Zoals al deze dorpjes in de Vogezen is het typisch Frans en plateau gebouwd. In dit dorpje stond ook een prachtig kasteel, waar we net te laat aankwamen. De poort ging net dicht, al mochten we nog even wat foto's maken van wat verderaf. Volgende keer beter.



Ook nog heerlijke



een kop koffie



in



kroegje, waar we



gedronken een



met een kleine familie met 'vechthond'.

Nagenoten van de



avondluchten en invallende duisternis. Op tijd naar bed, want de volgende morgen wilden we vroeg aan het ontbijt zitten.



De dag van de waarheid:

Om 4:40 uur de wekker gezet om stipt om 5:00 uur aan het ontbijt te kunnen zitten. We zaten in een hotel zo'n 35 km van de start en wilden niet al te laat aan de tocht beginnen.

Met een nieuwe 'Europese' Garmin-navigatie dachten we snel ter plekke te kunnen zijn, maar i.p.v. de doorgaande weg werden we via de mooiste landweggetjes het heuvelachtige, met mistflarden en ochtenddauw bedekte land doorgestuurd. Prachtig met die opkomende zon.

De bewegwijzering bij Luxeuil was goed, zodat we een parkeerplek vonden niet ver van de start. Op het grote voetbalterrein was het verzamelen en werden we in verschillende groepen langs het veld geïnstalleerd, waarbij de nummerplaatsjes aangaven waar je moest gaan staan. Mooi plekje in de zon, maar al wel wat verder naar achteren. Het wachten is altijd weer vervelend en dit keer duurde het ook erg lang voor we weg mochten. Voor Anja nog veel later dan ik, want zij had een blauw nummerplaatje van de 105 km-tocht, dus achteraan sluiten.



Uit voorgaande wordt meteen de toon ook gezet voor de dag. Een fantastisch mooie, maar ook zware tocht door de Vogezes. Vele bekende plekken kwamen weer aan bod, maar juist het laatste stuk was een geweldige ervaring in meerdere opzichten. De klim van "La Planche des belles Filles" was vervangen door een gemeen stuk klim, waarbij voor het eerst geen bordjes stonden met het aantal km's te gaan, noch met het % van de klim. Het begin ervan bleek al een behoorlijke greep in de mentale buitelen in te houden en het hield niet op. Pas bovenin het "kleine Finse Merengebied" kon je naar adem snakken, niet alleen van de gedane inspanning, maar tevens van het prachtige natuurgebied dat hier werd voorgeschoteld.

We bleven er ook nog wat op- en neer gaan, wat met die zware benen en het rondkijken niet mee viel, maar uiteindelijk konden we ons letterlijk en figuurlijk naar beneden laten donderen en het laatste vlakke stuk "vol gas" naar Luxeuil-les-Bains terugkeren.



EIND GOED, AL GOED !

De binnenkomst na een dag op de fiets te hebben gezeten, vastgelegd door de "vaste correspondent".



Finish



uitrijden en

melden bij Anja!



afstand: 218,6 km
gemid: 21,5 km/h
max: 75,1 km/h

Vertrek: 07:37:48 uur
Aankomst: 18:58:48 uur
totale tijd: 11:21:00 uur
rijtijd: 10:08:46 uur
pauze: 01:12:24 uur, drukte bij drinkposten (een voorbeeld te nemen aan



de Belgen), eenmaal een broodnodige "los"pauze en de laatste post genieten van het uitzicht en energie opdoen voor de laatste 20 km .

De volgende dag uitgeslapen, ontbeten en terug naar huis, waar we 's avonds om 18:00 uur aankwamen na een uur stil te hebben gestaan tussen Antwerpen en Breda. Biertje verdiend !!

<http://ridewithgps.com/routes/2143801>

Het vernieuwde parcours werd positief onthaald door de deelnemers, al was het een stukje zwaarder dan de voorbije editie. La Planche des Belles Filles werd waardig vervangen door Le Plateau des 1000 Lacs.

Deze beklimming doet denken aan **La Redoute**, maar dan viermaal zo lang.



Profiel Les Trois Ballons 2013



Parcours Les Trois Ballons 2013

Faucognéy



Gemiddeld: 5 %

Lengte: 2,6 kilometer

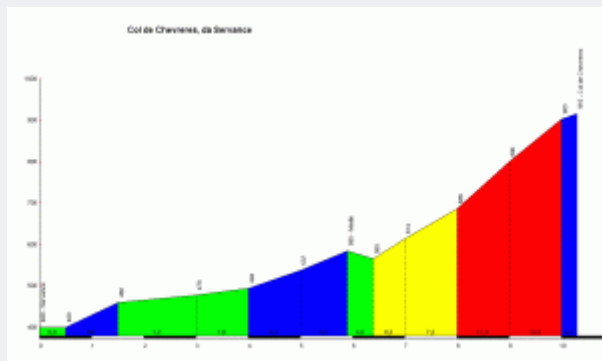
Hoogtemeters: 130 meter

Starthoogte: 367 meter

Finish hoogte: 497 meter

Na 14 kilometer ga je de eerste klim van de dag op. Deze is niet al te lang en te steil. De klim zal er wel voor zorgen dat de grote startgroep zal breken en er kleine groepen ontstaan.

Col des Chevrères



Gemiddeld: 5,3 %

Lengte: 9,7 kilometer

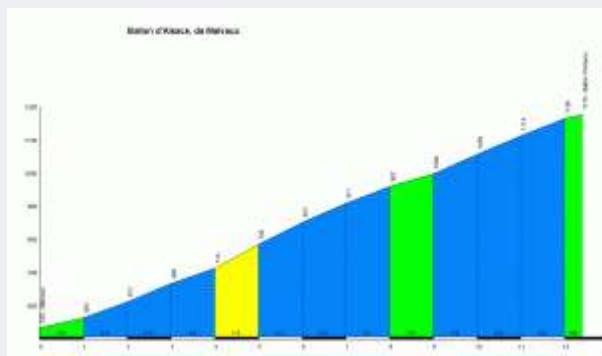
Hoogtemeters: 523 meter

Starthoogte: 393 meter

Finish hoogte: 916 meter

De eerste 6 kilometer zijn niet al te lastig. Drie kilometer valsplat om vervolgens drie kilometer tegen ongeveer 5% te klimmen. Daarna gaat het 4 kilometer stevig omhoog met stijgingspercentages die niet meer onder de 7% komen. In de laatste 2 kilometer zit het zwaartepunt van deze klim. Schakel hier naar de kleinste versnelling want je dient 2km tegen 11% te overwinnen en de dag is nog zo lang!

Ballon d'Alsace



Gemiddeld: 5,2%

Lengte: 12,4 kilometer

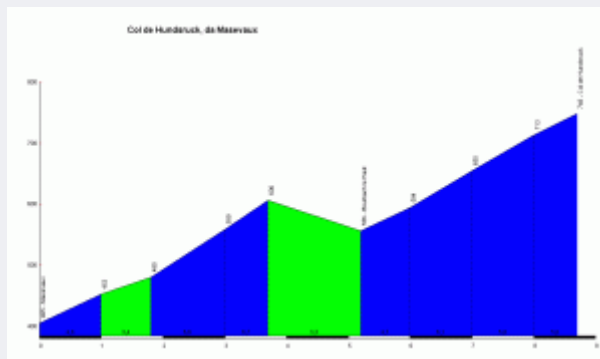
Hoogtemeters: 643 meter

Starthoogte: 535 meter

Finish hoogte: 1.178 meter

Dit is de minst steile kant van de Ballon d'Alsace beklimming. De weg klimt eigenlijk de hele klim geleidelijk omhoog tegen stijgingspercentages tussen de 5% en 6%. In de afdaling richting Sewen zitten een aantal vervelende bochten. Voor de renners die al een keer mee hebben gedaan zal dit bekend voorkomen aangezien de afdaling de beklimming van de vorige editie van Les Trois Ballons was.

Col du Hundsrück



Gemiddeld: 3,9%

Lengte: 8,7 kilometer

Hoogtemeters: 343 meter

Starthoogte: 405 meter

Finish hoogte: 748 meter

Deze kant van de Hundsrück begint vanaf Masevaux met 2 kilometer valsplat tegen 3 a 4%. Vervolgens 2 kilometer tegen 5 a 6%. Halverwege de klim zit een afdaling van ongeveer 1,5 kilometer. Daarna is het nog 4 kilometer klimmen tegen 5,5% naar de top.

Grand Ballon



Gemiddeld: 6,1%

Lengte: 16 kilometer

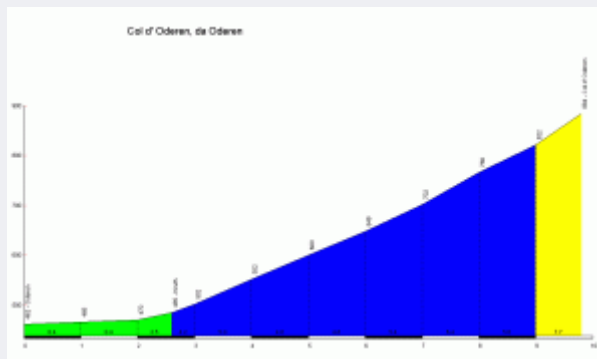
Hoogtemeters: 974 meter

Starthoogte: 368 meter

Finish hoogte: 1342 meter

De langste en zwaarste klim van de dag. De eerste 2 kilometer vanuit Willer Sur Thur lopen valsplat. Vervolgens kom je midden in het bos terecht, hier wordt 7 kilometer geklommen tegen percentages van gemiddeld 5,5%. Naarmate je hoger komt wordt de begroeiing minder en het uitzicht des te beter. Geniet hiervan zolang je kan, want hier ligt het zwaartepunt van de klim. De stijgingspercentages komen niet meer onder de 7% en de laatste 4 kilometer naar de top zijn tegen +8%.

Col d'Oderen



Gemiddeld: 4,3%

Lengte: 9,8 kilometer

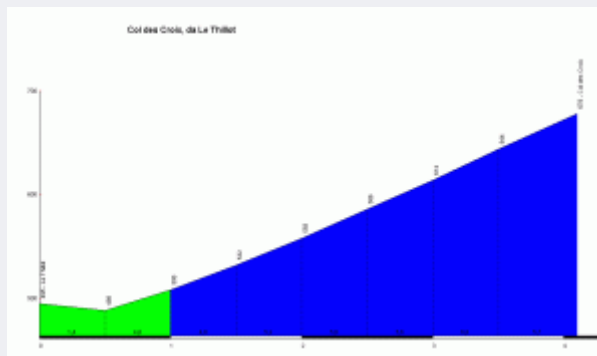
Hoogtemeters: 422 meter

Starthoogte: 462 meter

Finish hoogte: 884 meter

Zonder het stuk valsplat van 2,5 kilometer tussen Oderen en Kruth is het gemiddelde stijgingspercentages van deze klim 5,5% over 7,3 kilometer. Vanuit Kruth is het geleidelijk klimmen tegen 5 a 6%. Alleen de laatste kilometer is het stijgingspercentage een stuk pittiger, namelijk 7,7%. Dit is ten opzichte van de voorgaande edities van Les Trois Ballon de zwaardere kant van Col d'Oderen.

Col des Croix



Gemiddeld: 4,5%

Lengte: 4,1 kilometer

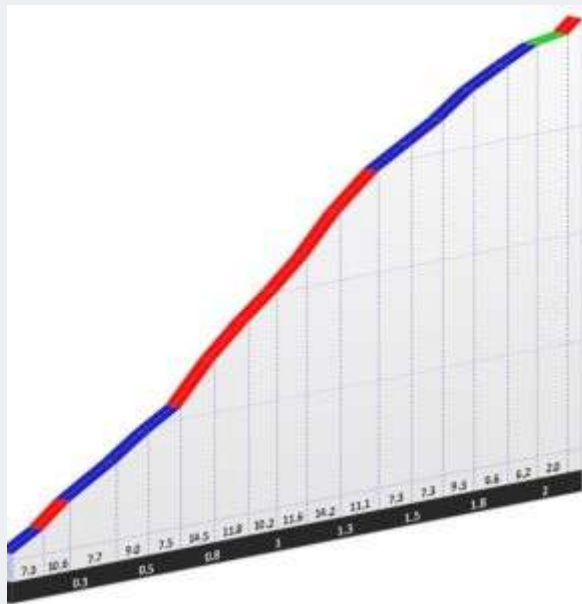
Hoogtemeters: 183 meter

Starthoogte: 495 meter

Finish hoogte: 678 meter

Voor vele die al eens Les Trois Ballons hebben gereden zal deze klim bekend voorkomen. Dit was namelijk in voorgaande edities het einde van de afdaling van de Ballon Servance. Vanuit Le Thillot leidt deze klim je in 4 regelmatig klimmende kilometers je naar de top van de Col des Croix.

Champ Jaillet



Gemiddeld: 9,2%

Lengte: 2,1 kilometer

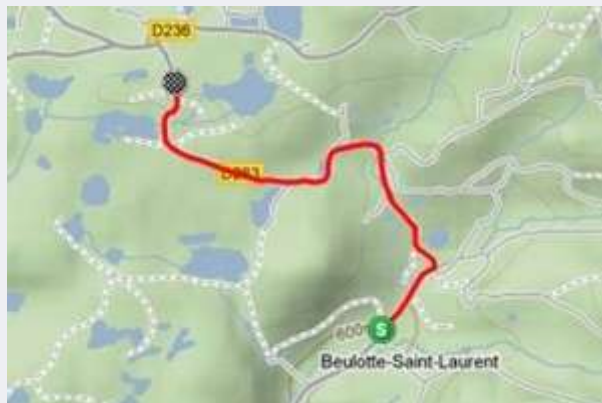
Hoogtemeters: 197 meter

Starthoogte: 453 meter

Finish hoogte: 650 meter

Een smal en onregelmatig weggetje dat vanaf het gehucht Les Evaudois erg steil is. Het is een korte klim, maar pas op er zit een stuk van 700 meter in tegen gemiddeld 10,5% met een maximum van 14,5%. Een grote kans dat hier de ontknoping gaat plaatsvinden.

Klim naar Le Bachetey



Gemiddeld: 4,6%

Lengte: 1,9 kilometer

Hoogtemeters: 86 meter

Starthoogte: 586 meter

Finish hoogte: 672 meter

De laatste klim van de dag volgt na 190 kilometer. Een kort klimmetje van 2 kilometer tegen 4,6% die niet officieel als col wordt aangeduid in de boeken.