

# La Chouffe Classic 160521

met: (Anja)



Wij rijden België door bij opkomende zon. Wat een rust in de kleuren, wat een schouwspel van rood, blauw en mystiek geel aan de horisonten. Een verademing op weg naar één van de mooiste tochten in het jaar, La Chouffe Classic vanuit Houffalize.

3 uur te gaan, dat blijft een uithoudingstest, zeker na een nacht met weinig slaap. Anja kan nog wat bijduttten na een lange week werken, al blijft het bij wat hazenslaapjes.

Gaandeweg werd het grijzer en al gauw was er een zwaar hangend wolkendek, wat weinig goeds voorspelde voor de rest van de dag. De voorspellingen waren dat het droog zou blijven, dus daar hielden we maar aan vast. De temperatuur was fris, maar niet te koud om met korte broek te gaan fietsen. Wel mouwstukken en overjasje aan, wat voor een groot deel van de dag ook behoorlijk nodig bleef.

Het opstarten was minder gestroomlijnd dan anders. Er was meer drukte, het inschrijven was gedigitaliseerd (grappig en dure constructie), onze VWB-pas kon niet worden gescand (het blijft een raadsel waarom *scan-and-go* niet overal ingevoerd wordt). Toilet afgesloten, weer op zoek naar de weinige noodtoiletten die buiten geplaatst waren 900k weer elders dan in voorgaande edities). Maar een kop Koffie op ons gemakje maakte weer veel goed.

Nog water inslaan en op weg. Anja moest nog terug naar de wagen om haar bidons op te halen en zou “alleen” haar 109 km tocht gaan beginnen.



Vanaf het begin genieten met volle teugen, meteen al de col de Mormon op, hartslog in de gaten houden, maar het uitzicht boven als altijd overweldigend en een boost voor de verdere tocht. Even later door de bossen bij Odeigne, fantastisch ondanks het gebrek van de zon. Een mentale rust tijdens dit afdalen, geen haast, laat het maar over me komen.



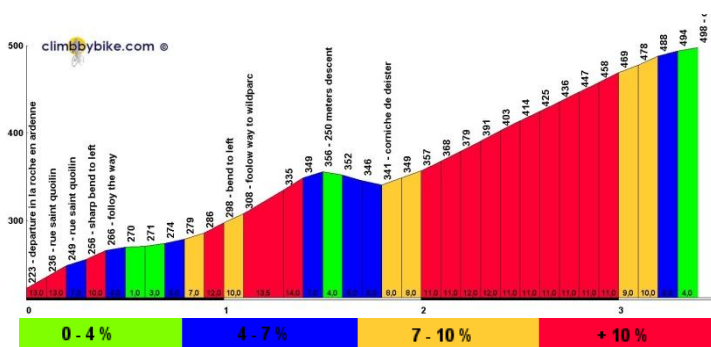
Uitzicht over de dalen



Haussire (3 foto's)



Impressie



Op naar het eerste ravitailleringpunt en daarna de Haussire op, een letterlijk hoogtepunt, een krachtmeting en uithoudingsklim.

Niet te hard van start, denk aan het nog te volgen traject met de CT-scan, niet opblazen, maar toch wel doorfietsen zonder het gevoel van overbelasting.

Afijn allemaal memorabele momenten, teveel om deze allen te gaan beschrijven. Alleen een story op de Ourberg is een triomfje, waard om te beschrijven.

De Ourberg (10) is het aller verste punt op de route, bijna tegen Duitsland aan. Dat merk je aan alles, plaatsnaambordjes in het Duits, de taal "Duits". Het landschap, wat troostelozer en de streek sowieso armer ogend. Maar wel een berg !!

Niet dat het een steile klim is, of zelfs maar een kuitenbijter op lange duur, maar toch wel interessant om je te testen. In het begin werd ik al snel ingehaald door twee wat jongere concullega's. Ik haakte aan, me nog bewust van de hartslag. na een tijdje zakke het tempo iets en ging ik weer over hen heen. Zij weer in mijn wiel natuurlijk, totdat ook zij weer meer op krachten waren. Met een grotere versnelling wilden ze me op afstand rijden. Dat liet ook zo, eigen tempo houden. Zij reden niet echt veel bij me weg, dus iets meer kracht en het achterwiel weer pakken. Op een iets steiler stukje hen toch wat laten gaan om niet in het "rode" te komen. De weg omhoog was wat langer dan zij dachten, dus herpakt weer in de achtervolging en erop en erover. *Ja, de wielertermen rijgen zich aaneen.* Boven op de top, achterom kijkend, geen tegenstand meer te zien, volledig uit het wiel gereden. Prestatie!!

Bij de 3<sup>e</sup> stop even verderop mijn versnellingen laten stellen, want dat werkte voor geen meter meer. Voor pas in twee keer klikken op en af, achter rammelde het over de tanden heen, wat me niet lekker leek voor tandjes en ketting. De fietsmaker deed keurig werk, maar was ontstemd over het crosslinks geplaatst zijn van de kabels. Zij hebben het verkeerd gemonteerd en dit moet hersteld orden voor de juiste spanning en het minder slijten van de kabels.

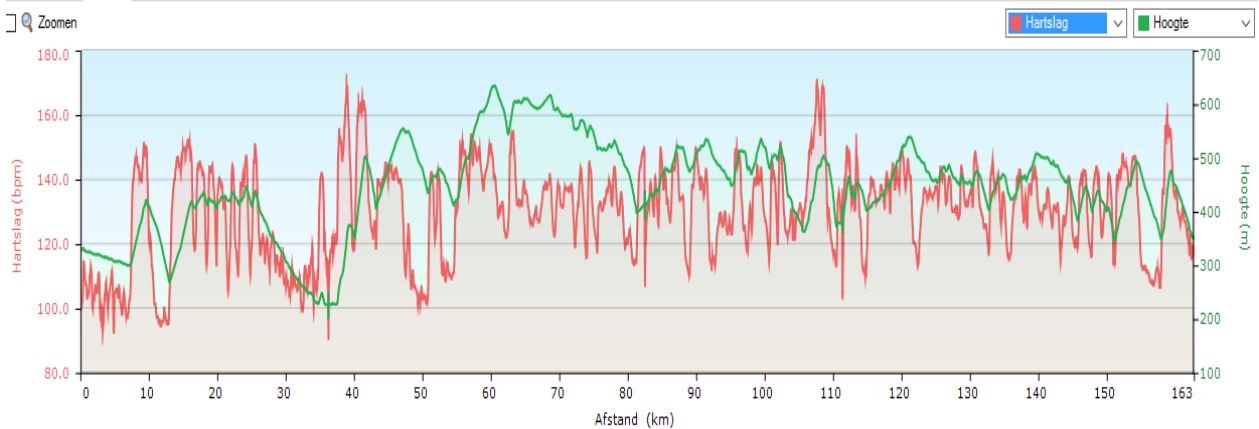
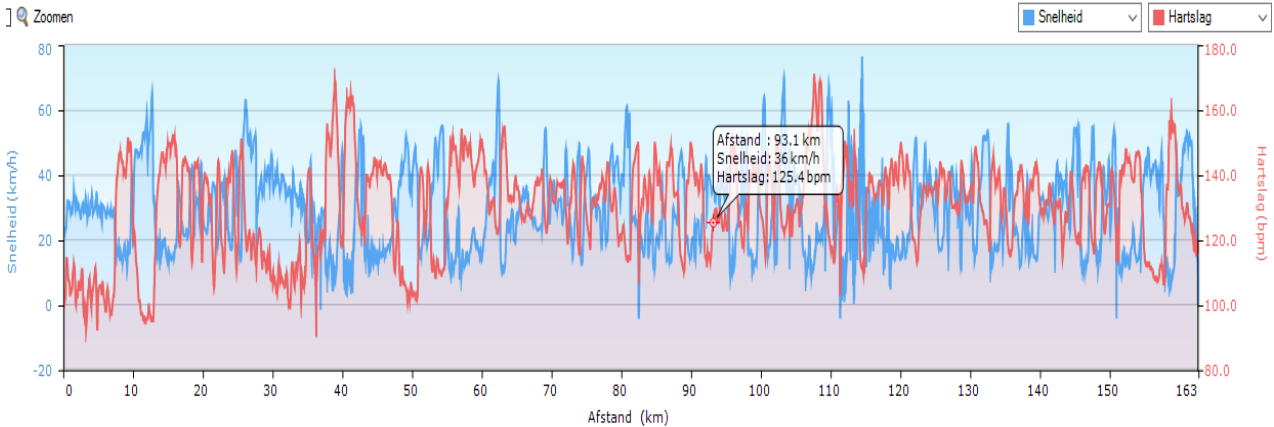
Daarna alleen maar op en neer, blijft het steeds weer het aanzetten en in de afdalingen bijkomen tot de Côte de Montleban, waarna het parkoers met de 109 km weer samenkwam. De drukte viel meteen op, meer oppassen op de anderen met mindere ervaringen/kilometers in de benen. Wel steeds naar mezelf luisterend (und mit Vorsicht) blijven rijden. De Côte de Wibrin en dan de Dégustation Acharouffe. Helaas veel te druk, dus dan maar niet het blonde La Chouffe-je en hier van genieten bij de finish!!

Het weer was aanmerkelijk verbeterd, zon. Nog 2 lastigere trajectjes te gaan, waar de Côte de St-Roch als laatste steile klim aan het eind van de rit nog wat te kraken is met de benen. Na bijna 7:30 uur aangekomen en daar zat Anja als anders klaar om me op de foto te zetten en samen een afsluitertje te pakken. Daar zagen we ook direct Adri en dus gedrieën een mooi plekje in de zon gezocht en bij gekletst.

Daarna op weg naar huis, waar Thomas een heerlijke zalmpasta voor ons had klaargemaakt. Super man!!

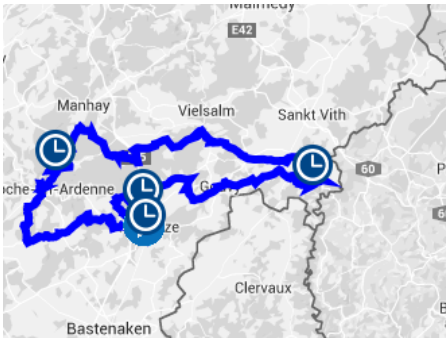
Weer een pracht fietsdag gehad.

OVERZICHTEN:



PRESTATIES:

Toine



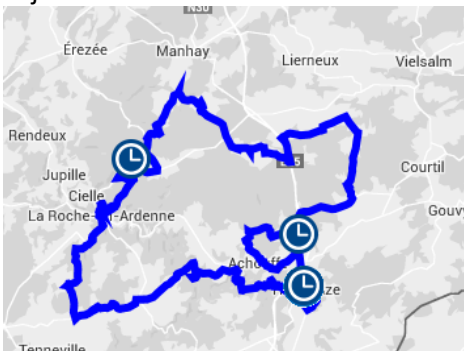
Locatie	Positie	Tijd	Uur	Foto&Video
Côte de la Haussire - 6,12% 4100m na 46km	1452 TOT:2304	00:08:06	9:41:34	
Ouberg - 4,98% 1900m na 120km	960 TOT:1831	00:09:02	12:53:18	
Longue Virée - 4,6% 3200m na 156km	1451 TOT:2205	00:12:56	15:09:53	
Côte de St-Roch - 7,85% 1300m na 161km	1046 TOT:1528	00:06:47	15:25:11	

<http://www.sport.be/cyclingtour/lachouffeclassic/2016/nl/mypage/?bibnumber=3922>

Afstand	Hartslag	Hoogte
164,08 km	slagen per minuut	Zones m
Afstand	% van max.	Hoogtewinst
Calorieën	133 slagen per minuut	2.677 m
4.622 C	Gem. HS	Hoogteverlies
Calorieën	171 slagen per minuut	225 m
	Max. HS	Min.hoogte
		636 m
		Max.hoogte
	Timing	
	Tempo	Snelheid
	7:25:18	Tijd
	6:56:28	Tijd bewogen
	7:25:20	Verstrekten tijd
	22,1 km/u	Gem. snelheid
	23,6 km/u	Gem. snelheid bewogen
	72,2 km/u	Max. snelheid



Anja



Locatie	Positie	Tijd	Uur	Foto&Video
Côte de la Haussire - 6,12% 4100m na 46km	1710 TOT:2189	00:09:41	10:10:13	
Longue Virée - 4,6% 3200m na 97km	1060 TOT:2098	00:12:47	13:51:17	
Côte de St-Roch - 7,85% 1300m na 102km	1017 TOT:1408	00:07:29	14:08:32	

<http://www.sport.be/cyclingtour/lachouffeclassic/2016/nl/mypage/?bibnumber=3921>

Om te onthouden: beklimmingen in Luxemburg

België. [http://www.climbbybike.com/nl/fietsregio.asp?Region=Luxemburg%20\(BE\)&RegionID=60](http://www.climbbybike.com/nl/fietsregio.asp?Region=Luxemburg%20(BE)&RegionID=60)



