

Heren!

Het is eind december. De racefiets is al maanden niet meer van zijn plafondhaakjes afgehaald. Stoffig en verwijtend kijkt hij mij dagelijks aan.

Onze zondagochtend ploeg is uitgedund tot een absoluut minimum. Nog een afvaller en er is geen sprake meer van een wielerploeg, maar slechts van een dorny met volger. Het gemiddeld aantal kilometers per week van onze voltallige wielerploeg is gedaald tot een te verwaarlozen getal. Slechts een drietal dapp'ere renners houdt vol en trotseert wekelijks de elementen, no matter what. De rest levert geen trainingsverslagen meer in, en dat doet ons vrezen voor het ergste. Zwارة wolken pakken zich samen boven ons fietscluppie. Hoeveel minder kan het nog worden?

Natuurlijk is er ook een zonnige zijde aan dit alles.

Wij, de mannen die nooit verzaken, zullen de glorie en victorie meer dan ooit proeven in juni 2014, wanneer de rest net buiten de bebouwde kom van de roemruchte startplaats Bedoin al sjoepend zal smeken om een koffie-pauze met gebak.

Wanneer wij kleppers al keuvelend op het grote blad naar boven peddelen, om bij het cruciale punt chalet Reynard vriendelijk doch resoluut de aangeboden bidons te weigeren omdat we dan net warm draaien, een handkus werpend naar het standbeeld van Tommie Simpson om vervolgens met piepende remmen een heus remspoor te trekken op de meet bij het Observatoir, zal blijken dat alleen noeste trainingsarbeid een renner naar boven kan brengen op de berg der bergen. Dan wordt duidelijk dat Paul en ondergetekende niet alleen maar op hun kinderfietsjes achter de heer Koelman aan hebben gereden omdat zij knettergek zijn. Natuurlijk speelt dat laatste wel een rol maar dan zal ook duidelijk worden dat trainen met weerstand, onder moeilijke, nee zeg maar erbarmelijke omstandigheden een zomer-rendement oplevert om jaloers op te zijn.

Kortom, uw in ere herstelde organisator heeft er zin in, en dus is het de hoogste tijd om vooruit te kijken naar juni 2014, en dan heb ik het niet over die paar voetbalwedstrijden.

Het voorschot is betaald, en onze bedjes staan dus opgemaakt voor ons klaar van 1 tot 6 juni in ons fantastische huis met zwembad "Mas des Amerans" in Malouscene, gelegen aan de voet van de verschrikkelijke Mont Ventoux.

Hoe verschrikkelijk, dat hebben slechts 4 van de ploegmaten voor 2014 reeds eerder ondervonden, te weten Paul, Kees Jan, Rein en ondergetekende. Op het moment dat deze bestemming duidelijk werd heeft een flink deel van onze voormalige elite ploeg meteen het hazenpad gekozen en kiest er voor om met schoonmoeder te gaan steengrillen in een Landall Green Park bungalow. De echte mannen blijven over, waarvan dus wel een groot deel thans nog geniet van een gelukzalige onwetendheid over wat gaat komen in juni.



Vandaar dat ik deze debutanten voor het wittebrood, toch maar even wat teksten doorgeef uit reisverslagen uit “de kale berg” , een must voor alle Ventoux reizigers.

“ ...Na een haarscherpe bocht in het dorp St. Estève, km 5,5, begint de echte klim. Meteen buiten het dorp verdwijnt de weg in het bos met een stijgingspercentage dat varieert tussen de 9% en 11%. Tussen de bomen heeft de wind geen kans en het is hier in de zomer zeer heet en erg benauwd. Een bidon is binnen een kilometer leeg. Het is 'een kleine groene hel met een zwarte streep asfalt....,”

“ ..."Ga niet bij de ergste hitte en als d'r geen wind is, dan moet je 't niet doen. Dan kan je dus 'n opdonder krijgen. Ik heb 't meegemaakt van mensen genoeg die daar 'n opdonder hebben gekregen, die ook iets aan hun hart hebben gekregen. 't Is 'n véél te grote inspanning." aldus wielerkenner/-journalist Martin Ros. ...”

“ ...Die passage las ik gisteren -terug in Nederland- in het boek "De Kale Berg" nadat ik op 31 juli de Mont Ventoux had beklommen. Er stond die bewuste dag geen zuchtje wind en hoe warm het precies tijdens de beklimming was weet ik niet. Maar op mijn weg naar de top van de Mont Ventoux werd ik onder hoge druk gaar gekookt als ware de reus van de Provence een snelkookpan. Op mijn terugtocht vanuit Bédoin naar Mollans s/ Ouvèze gaf mijn fietscomputer tijdens de beklimming van de Col de la Madeleine richting Malaucène 38.5 graden aan...”

“ ...En wat een rotbos, saai en zonder mooie vergezichten. In een bos verwacht je schaduw maar de zon brandde kilometers lang op mijn witte Giro d'Italia shirt. Ik voelde mij echter allesbehalve de leider in het jongerenklassement. Misschien moet je als 51-jarige de "maglia bianca" ook gewoon niet dragen. Geen haarspeldbochten zoals op L'Alpe d'Huez waar je je hartslag even kan laten zakken."Dit ga ik niet redden", dacht ik toen ik al kilometers ver het bos in was en mijn tempo soms naar 7 km/uur zakte....”

“ ...De klim door het bos is tien kilometer lang. Eenzaam ben je hier meestal niet, want vaak houden vliegen je gezelschap. Hier, in dit eindeloze bos, kan een mens ontzettend verlangen naar Chalet Reynard...”

“ ...Na km 14 wordt het bos wat dunner en de klim wat lichter. Chalet Reynard verschijnt (eindelijk, eindelijk) op km 15. De laatste 200 meter naar het Chalet gaat moeiteloos. Op het plein ervoor kan de vermoeide fietser even een rondje draaien en wat eten of de bidon bijvullen voordat hij 'het maanlandschap in gaat'. Boven het Chalet blinkert de kale top. Dat geeft nieuwe moed. De krachten keren terug in de vermoeide benen. Een paar tandjes hoger en hop naar de top, denkt de optimist. Even verderop zal echter blijken dat de krachten niet zijn teruggekeerd, maar dat het gewoon heel even wat minder steil was....”

“ .. want na dat vlakkere stukje wachten nog 4,5 km zware klim met een stijgingspercentage van gem. 8,5%. Als er wind staat is dit gedeelte zwaarder dan de kilometers in het bos. Hier klapte Tom Simpson in elkaar...”



Trainen dus!

Het moge duidelijk zijn: met de huidige trainingsmoraal gaan een flink aantal van ons Chalet Reynard niet halen, laat staan het Observatoire op de top.

Hoogste tijd dus voor het weer oppakken van de centrale trainingen. U bent allen van harte welkom op zondagochtend om 8.00 uur. Vertrekplaats wisselt nog wel eens.

Hoe dan ook, vanaf 1 juni gaan we het weer meemaken.

Ploegenpresentatie.

Natuurlijk houden wij ook dit jaar weer traditiegetrouw een ploegenpresentatie.

Hopelijk kunnen we weer terecht bij ons aller walhalla Dasia. Wel een beetje sneu voor Dion natuurlijk, die helaas dit jaar niet mee kan naar Malouscene. Om dat leed te compenseren is het de bedoeling dat we die avond VEEL bij 'm kopen, dan gaat het vast goed komen. Daarover later meer. Wel kun je alvast een datum in de agenda reserveren, en wel op donderdagavond **3 april 2014**.

Deelnemers

Al eerder bericht natuurlijk, maar bij deze dan toch nog maar even een opsomming van de deelnemers 2014

1. Frank Apswoude
2. Marcus Koelman
3. Tom de Klerk
4. Michiel vd Bos
5. Michael van Son
6. Duncan Oudshoorn
7. Aad Murk
8. Rein vd Horst
9. Olav van Eck
10. Marco Kaptijn
11. Paul Weijers
12. Kees Jan Bordes
13. Jan Maarschalk

Geen marsmannetjes !

Dan nog even het minder goede nieuws : wij zitten vooralsnog zonder marsman(nen). De heren Petri en Straatman zijn bij het zien van de deelnemerslijst subiet afgehaakt wegens onvoldoende deelname van leden van de IJscub Haarlem. Tom, Hugo en Hans gaan dit jaar dit mee en helaas leidt dit tot het zelf moeten meenemen van alle benodigdheden voor onderweg. Tenzij we alsnog een vrijwilliger kunnen vinden natuurlijk die de rol en taak wil overnemen van Robert, Frits, Frits en (deels) Willem. Jazeker, we verslijten er aardig wat in 5 jaar tijd.

Tot zover dan maar even de update. Ik maak alleen nog even graag van de gelegenheid gebruik om te wijzen op een paar bijzondere prestaties en zelfs titels welke er op de Ventoux te halen zijn, los van het rijden van de vele mooie, zonovergoten routes.

Club des Cingles

Sinds 1988 bestaat Le Club des Cinglés du Mont-Ventoux. Om tot dit vermaarde genootschap toegelaten te worden, moet je de drie zijden van de berg op één dag beklimmen. Is je dat gelukt en kun je dat bewijzen met een gestempelde kaart, dan krijg je de fel begeerde titel Cinglé du Mont-Ventoux.

Frank, deze titel kun jij niet lagen liggen. Zeker niet gezien jou affiniteit met clubs.

Galérien du Mont-Ventoux

wie de Mont Ventoux viermaal op één dag beklimt mag zich Galérien du Mont-Ventoux noemen. Om Galérien te worden dien je behalve de drie routes voor De Cinglé als vierde beklimming de route Bedoin – Route des Cèdres – Tournant de l'Anglais (iets boven Mont Serein) – top – Bedoin te volbrengen. De totale afstand van deze vier beklimmingen bedraagt ca. 180 km en het hoogteverschil is 5.990 m.

Michael, jij kan het zeker.

Michael van Son, Galérien du Mont-Ventoux. Klinkt goed toch?

Forestier

De Forestier ("Boswachter") houdt in: tweemaal op één dag over een ruiterspad naar de top van de Ventoux fietsen, éénmaal vanuit Malaucène en éénmaal vanuit Bedoin, een dubbele forestière dus. In beide gevallen – de volgorde doet er overigens niet toe - gaat de terugweg over de vertrouwde D 974.

Twee mtb-beklimmingen op één dag - lengte: 97.3 km - hoogteverschil: 3.184 m

Marcus : dit hebben ze speciaal voor jou bedacht en uitgewerkt. Om te voorkomen dat jij je toch nog verveeld hebben we ook op MTB gebied de overtreffende trap tot onze beschikking :

Grandonneur

Drie mtb-beklimmingen op één dag - lengte: 143.1 km - hoogteverschil: 4.786 m

In deze fantasienaam zitten de begrippen 'grand' (groot), 'randonneur' (toerfietser), 'grande randonnée' (lange-afstandsroute) en 'honneur' (eer) opgesloten; Grandonneur is dus een ware eretitel voor een MTB'er.

De Grandonneur vergt wel iets extra's van de terreinfietser: driemaal op één dag off-road naar de top. Aan de basis van deze prestatie ligt de Forestier. Daar komt vervolgens nog een derde beklimming van 24.3 km bij, de Route Jean des Baumes (voor de naam zie De kale berg – op en over de Mont Ventoux 3e/4e druk, p. 214 e.v.)

Voor het overige heb ik de bijlage nog maar even bijgevoegd!

Bijlage :

Uit www.dekaleberg.nl

(GPX files aldaar te downloaden)

Via deze fietsroutes kun je de prachtige omgeving van de Mont Ventoux verkennen. Deze routes liggen in de Baronnies, het gebied ten noorden en oosten van de kale berg. De Mont Ventoux is bekend, maar er zijn veel andere kleine cols die de moeite waard zijn om te beklimmen. De ligging van Buis-les-Baronnies in het hart van de Baronnies, de nabijheid van de Mont Ventoux, de Gorges de la Nesque en de vallei van de Ouvèze maken Buis een ideale uitvalsbasis voor het verkennen van de regio. De meeste routes starten vanaf Buis-les-Baronnies. De routes zijn beschreven door de webmaster van de Franse website lemontventoux.net.

Fietsroute 1 - 133 km - 8 cols

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:39

Gepubliceerd op maandag 18 juli 2011 15:31

Geschreven door webmaster

Fietsroute 1 - 133 km - 8 cols - duur +/-5 uur - gem. snelheid +/-24 km/u

Een heel mooi parcours met enkele mooie hellingen, gereden in juni 2003. Ik stel voor dat je een goede warming-up doet voor vertrek, want de beklimming van de col d'Ey is moeilijk. Je kan deze col vermijden door de vallei van de Ouvèze door te rijden en te beginnen bij de col du Perty. Drie moeilijke beklimmingen: col du Perty, col de l'Homme Mort en de col de St.Jean. Je kan pauzeren in Laborel, Sederon of Aurel. Geniet van het uitzicht op de top van de col St.Jean en de col du Perty.

Start Office de Tourisme Buis-les-Baronnies (370m)

8,3 km le Col d'Ey (718m)

14,7 km Sainte Jalle (403m)

27,3 km le Col de Peyruergue (845m)

51,8 le Col de Perty (1302m)

60,2 km Laborel 65,6 km le Col St Jean (1158m)

71,2 km Eygalayes 80,5 km Sédéron (795m)

86,2 km le Col de Macuègne (1068m)

90,7 km le Col de l'Homme Mort (1213m)

96 km Ferrassière 101,7 km Aurel (795m)

116,5 km le Col des Aires (634m)

120 km le Col de Fontaube (655m)

133 km Buis-les-Baronnies

Fietsroute 2 - 113 km - 5 cols

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:40

Gepubliceerd op maandag 18 juli 2011 15:55

Geschreven door webmaster

Fietsroute 2 - 113 km - 5 cols - duur 5uur - gem. snelheid 24 km/u

Ik heb deze route gereden op 07/05/2002, ik vond hem nogal moeilijk. De beklimming van de Col d'Ey, de 9 km van de col Soubeyrand, de lange weg tussen Verclause en de col du Reychasset, de col de Pierre-Vesce en de 9 km van de col du Perty. Aan het eind 34 km afdalen door de vallei van de Ouvèze.

Start Buis-les-Baronnies (370m)

8,3 km le col d'Ey (718m) 1

4,7 km dorp St Jalle. door de vallei van de l'Ennuye.

20 km begin van de col de Soubeyrand.

29 km col de Soubeyrand (994m)

37 km richting Verclause.

44,3 km richting Orpierre.

59,4 km Laux-Montaux. 62,6 km col de Reychasset (1052m)

66,3 km Villebois-les-Pins.

68,7 km col de Pierre-Vesce (1056m)

79,3 km col de Perty (1302m)

98 km Ruissas. afdalen door de vallei van de l'Ouvèze.

113,4 km terug in Buis-les-Baronnies.

Fietsroute 3 - 144 km - 7 cols

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:40

Gepubliceerd op maandag 18 juli 2011 17:31

Geschreven door webmaster

Fietsroute 3 - 144 km - 7 cols - Ontdek de grote cols van de regio duur +/- 5.30 u - gem. snelheid 26 km/u

Een erg moeilijke route, gereden in augustus 2004, heel lang met veel lange klimmen tot meer dan 1000m. Ik beveel deze route van harte aan vanwege de uitzichten vanaf de cols, een prachtig uitzicht op de Mont Ventoux, vervolgens het uitzicht op de Alpes de Haute Provence en in het noorden de uitlopers van de Alpen. De twee zwaarste beklimmingen zijn aan het eind; rij alle cols rustig op. De col St. Jean is lastig en daarna moet je nog kracht over houden voor de 9 km van de Perty. Op de top van de Perty duik je het dal van de Ouvèze in en is het 34 km afdalen naar Buis-les-Baronnies.

Start bij Office de Tourisme Buis-les-Baronnies (370m) beklimming door de vallei van de Ouvèze

11,7 km St Euphémie (560m)

16,8 km St Auban (645m)

20 km Rochette-du-Buis

24,4 km col d'Aulan

26,4 km kasteel Aulan

33,5 km Montbrun (600m)

43 km Col de Macuègne

47,5 km Col de l'Homme Mort

52,5 km Ferrassières (940m) richting Revest-du-Bion

61,2 km dorp Revest-du-Bion (935m)

Gezien de lengte en de moeilijkheid van de route raad ik je aan in het centrum van het dorp te eten in het restaurant "Les Marronniers"

72,5 km Col du Négron

76 km Col de la Pigière

79 km rechts naar Séderon

80,5 km dorp Séderon (800m)

87,6 km links naar Eygalyes

89,8 km dorp Eygalyes.

95,4 km Col St Jean

100,8 km dorp Laborel (824m)

109,3 km Col de Perty

118 km dorp Ruissas (844m) afdalen door de vallei van de Ouvèze

144 km terug in Buis-les-Baronnies

Fietsroute 4 - 134 km - 3 cols

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:41

Gepubliceerd op zaterdag 27 augustus 2011 21:09

Geschreven door webmaster

Fietsroute 4 - 134 km - 3 cols + de gorges de la Nesque - 5 uur - gem. snelheid 27 km/u

Gereden op 02/09/2004. Het is geen moeilijke route, ondanks de lengte en de beklimming van een paar cols. Het begin van de route is makkelijk totaan de voet van de Col de Fontaube. Na 5 km klimmen ga je door het kleine dorpje Brantes en dan volg je de Toulourenc een paar km. Naar Aurel is het 5 km stijgen en vervolgens 5 km plat naar Sault. 4 km voorbij Sault moet je 8 km klimmen naar de top van de col des Abeilles en daarna 10 km afdaling naar Villes-sur-Auzon. Dan komen de gorges de la Nesque tot Monieux en dan naar Montbrun in tegengestelde richting. Steek de gorges van de Toulourenc over en tot slot de vallei van de Ouvèze.

Vertrek OT Buis-les-Baronnies (370m)

3 km links brug over l'Ouvèze

9 km begin van de col de Fontaube

3,2 km col de Fontaube

16,6 km dorp Brantes links richting Montbrun de vallei van de Toulourenc

37 km Sault 41 km begin van de col des Abeilles

48,6 km col des Abeilles

59,7 km Villes-sur-Auzon de Gorges de la Nesque

79 km het belvédère

82 km Monieux

89 km Sault

94 km Aurel

101 km links naar Aulan

107,5 km het kasteel van Aulan

109,7 km de col d'Aulan

117,3 km St Auban de vallei van de Ouvèze

134 km retour Buis-les-Baronnies

Fietsroute 5 - 78 km - 4 cols

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:41

Gepubliceerd op zaterdag 27 augustus 2011 21:39

Geschreven door webmaster

Fietsroute 5 - 4 cols - 77,5 km - duur +/- 3 uur - gem. snelheid 27 km/u

Dit is een prachtige route, gereden op 07/2006. De cols stijgen niet boven de 1000 meter, ze zijn goed te doen. Geniet van het prachtige uitzicht op de Mont Ventoux tijdens de beklimming van de col de Fontaube. Dan passeer je Brantes, waar je kan lunchen bij de Auberge de Brantes. Na Brantes de vallei de Toulourenc tot het kasteel van Aulan. Dan door St. Auban, een klein stadje, waar je de vallei van de Ouvèze binnen rijdt. Deze vallei verlaat je snel via de col de Peyruergue en weldra kom je in de vallei de l'Ennuye. Na St. Jalle zijn de 6 km van de Col d'Ey behoorlijk zwaar. Dan ben je weer in het dal van de Ouvèze, je passeert de gorges van Ubrieux en je bent terug in Buis-les-Baronnies.

Vertrek bij OT Buis-les-Baronnies (360m)

3 km linksaf over de Ouvèze

8,6 km begin van de col de Fontaube

13,1 km de col de Fontaube

15,7 rechts naar Brantes

17 km door het dorp Brantes

17,5 km links in de vallei van de Toulourenc

26,3 km links naar Montbrun (600m)

27,5 km links naar Aulan

34 km langs het kasteel van Aulan

36 km de col d'Aulan

38 km links naar St Auban

43,7 km door het dorp St Auban (645m)

46 km rechts naar de col de Peyruergue

50,5 km de col de Peyruergue

63 km dorp St Jalle (403m)

69 km top van de col d'Ey

74,7 km rechts naar Buis

77,5 km retour Buis-les-Baronnies

Fietsroute 6 - 114 km - Ventoux

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:41

Gepubliceerd op maandag 12 september 2011 13:29

Geschreven door webmaster

Fietsroute 6 - Beklimming van de Mont Ventoux vanuit Sault 114 km - duur +/- 4.30u - gem. snelheid 25.6 km/u.

Ik heb deze route op 23 mei 2003 gereden. Je beklimt de Mont Ventoux via de "makkelijke" kant en je moet je krachten goed verdelen aangezien de laatste 6 km de moeilijkste zijn, vooral bij warm weer. Vanaf Sault daalt de weg over 1 km; je fietst over een bruggetje en dan begint de klim geleidelijk en licht. Na 20 km bereik je Chalet Reynard, en dan moet je nog 6 km naar de top. Tot Chalet Reynard fiets je door het bos, het uitzicht is niet geweldig en het wegdek ook niet. 5 km voor aankomst bij Chalet Reynard is de stijging minder; gebruik deze kilometers om je te sparen voor de laatste kilometers door het maanlandschap. Van de top daal je af naar Malaucène, het wegdek is perfect. Het kostte me 01u22 met een 39/23, maar een triple is welkom. Geniet van de

afdalings naar Malaucène; de weg is prachtig. Het gedeelte waar je de hoogste snelheid kunt behalen begint net na Mont Serein: meer dan 80 km/u.

Start Buis-les-Baronnies (370m) Rijd door de Vallei van de Ouvèze

16,8 km St Auban (645m)

24,5 km Col d'Aulan (845m)

40 km Aurel (795m)

45 km Sault (765m)

65 km Chalet Reynard

71 km top Mont Ventoux

92,5 km Malaucène

99 km Entrechaux (284m)

105 km door Mollans

114 km terug naar Buis-les-Baronnies (370m)

Fietsroute 7 - 145 km - Ventoux

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:41

Gepubliceerd op maandag 12 september 2011 22:17

Geschreven door webmaster

Fietsroute nr. 7 - Beklimming van de Mont Ventoux vanaf Malaucène - 145 km - duur +/- 5u40 - gem. snelheid 25 km/u.

Een erg moeilijke en tamelijk lange route. Je gaat de Mont Ventoux op fietsen vanaf Malaucène en weer afdalen naar Bedoin en vervolgens door de schitterende Gorges de la Nesque naar Sault. Vervolgens Aurel, Montbrun, dan de Gorges du Toulourenc en de col d'Aulan. De laatste 16 km gaan licht naar beneden naar Buis-les-Baronnies door het dal van de Ouvèze. Een route die ik je aanraad als je in dit gebied een paar dagen verblijft. Je ontdekt de Mont Ventoux, de gorges van de Nesque en die van de Toulourenc. Je kunt de route verkorten door in plaats van de Gorges de la Nesque via de col des Abeilles via Flassan te rijden of via Montbrun naar Buis-le-Barronies over de col de Fontaube en eventueel de col d'Aires.

Start Buis-les-Baronnies (370m)

15 km Entrechaux (284m)

22 km Malaucène

43,5 km top Ventoux afdalen richting Bédoin bij Ste Colombe naar Flassan (19a) 65,5 km Flassan (437m)

70 km Villes-sur-Auzon (294m) begin van de Gorges de la Nesque

93 km Monieux 100 km Sault (765m)

106 km Aurel (795m)

112 km Montbrun (600m) langs het kasteel van Aulan

120km col d'Aulan (845m)

128 km St Auban-sur-Ouvéze 620m

145 km terug in Buis (370m)

Fietsroute 8 - 100 km - Rondje Mont Ventoux

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:41

Gepubliceerd op donderdag 19 januari 2012 21:17

Geschreven door webmaster

Fietsroute nr. 8 - Rondje Mont Ventoux door de gorges de la Nesque en de gorges du Toulourenc - 100 km - duur +/- 3u45 - gem. snelheid 27 km/u.

Gereden op 31-8-2004. Je verlaat Malaucène richting Bedoin en rijdt over de col de la Madeleine. Vervolgens is het licht klimmen door de gorges de La Nesque, een onvergetelijke rit. Je passeert Monieux, Sault en Aurel en doorkruist de gorges du Toulourenc. Deze weg loopt langs de voet van de Ventoux en loopt door over 25 kilometer langs de noordkant. Je passeert twee dorpjes: St. Léger du Ventoux en Brantes.

Er is slechts één col in dit parcours, maar pas op: 4 kilometer stijgen na St. Léger du Ventoux en het slot van Veaux naar Malaucène. Van de col de Veaux totaan de brug over de Toulourenc is de weg slecht (2004!), maar hij daalt over 3 kilometer. Na de brug is de weg nieuw, gelukkig, want het is erg heuvelachtig.

Vertrek bij Office de Tourisme van Malaucène.

6 km Col de la Madeleine (448m)

12,5 km Bédoin

19 km Flassan (332m)

26 km Villes-sur-Auzon 294m.

Begin van de gorges de la Nesque.

46,5 km Monieux (640m)

53 km Sault. (765m)

58 km Aurel (795m)

63,8 km links vallée du Toulourenc

78,3 km St Léger du Ventoux

86,8 km links naar Veaux

90 km de Toulourenc oversteken en passeer Veaux

102,5 km terug in Malaucène.

Fietsroute 9 - 91 km - vallei van de Ouvèze en Toulourenc

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:41

Gepubliceerd op donderdag 19 januari 2012 21:17

Geschreven door webmaster

De Toulourenc ontspringt in de buurt van Aulan op enkele kilometers van het kasteel. Het eerste deel: kasteel Aulan tot Montbrun en een tweede deel van Montbrun naar de Col de Veaux. De weg door de gorges via Montbrun, Reilhanette, Brantes, St. Leger du Ventoux is een must voor iedereen die de imposante noordkant van de Mont Ventoux wil zien. Dit is een makkelijk parcours en niet al te lang en er is een colletje, col d'Aulan. Ontdek de vallei van de Ouvèze van Buis-les-Baronnies tot St. Auban. Na de col d'Aulan langs het kasteel van Aulan en door de vallei van de Toulourenc.

Vertrek bij Office de Touriseme van Malaucène

2,8 km richting Entrechaux

6,8 km Entrechaux

10 km brug over de Toulourenc.

12,4 km de Ouvèze oversteken richting Buis
16,3 km col St. Michel (345m)
22 km door Buis-les-Baronnies. begin van de vallei van de Ouvèze
33,5 km St. Euphémie
39 km St. Auban (640m)
44,2 km rechts naar Montbrun
46,2 km Col d'Aulan (845m)
48,3 km kasteel van Aulan en begin van de gorges du Toulourenc.
55 km einde van de gorges en langs Montbrun. (600m)
56 km begin van de vallei van de Toulourenc.
70,6 km St. Léger en dan 4 km klimmen langs de diep liggende Toulourenc
75 km de top en dan 5 km dalen
80 km links richting Entrechaux
84,5 km Entrechaux.
91,5 km terug in Malaucène

Fietsroute 10 - 140 km - 8 cols

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:40

Gepubliceerd op maandag 30 januari 2012 19:06

Geschreven door webmaster

Fietsroute 10 - 140 km - 8 cols (Aires, Fontaube, Ey, Peyruergue, Perty, St Jean, Macuègne, l'Homme Mort) 5u49 - gemiddeld 24 km/u

Een moeilijke en lange rit, tot de voet van de col des Aires is de route geschikt voor een goede warming-up. De eerste twee cols zijn makkelijk, 7 km tot aan de col de Fontaube. Na Buis een korte, maar een beetje moeilijkere klim: de Col d'Ey. Vanaf St Jalle klimt de weg rustig tot Gouernet en vervolgens een beetje zwaardere kilometers naar de col de Peyruergue. De col de Perty en col St Jean zijn de moeilijkste van het parcours. De laatste twee zijn niet te zwaar, maar je begint vermoeid te raken. Na de col de l'Homme Mort dalen naar Ferrassières, Sault en dan ben je er.

Vertrek office du tourisme Sault

4.6 km het dorp Aurel (795 m)

10.4 km links de D40 naar het dal van de Toulourenc

15.5 km begin col des Aires/Fontaube

19.4 km Col des Aires (634)

22.9 km Col Fontaube (655m)

33 km na de Ouvèze richting Buis

36 km Buis-les-Baronnies (370m)

44.4 km Col d'Ey (718m)

50.7 km St Jalle

63 km dol de Peyruergue (820m)

69.5 km St Auban (630m)

87,8 km Col de Perty (1302m)

96.4 km Laborel

101.7 km Col St Jean (1158m)

107.3 km Eygalayes

116.5 km Sederon (800)

122.3 km col de Macuègne (1068m)

127 km col de l'Homme Mort (1213m)
132 km Ferrassières 140 km Sault

Fietsroute 11 - 106 km - 5 cols

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:40

Gepubliceerd op donderdag 01 maart 2012 06:06

Geschreven door webmaster

Fietsroute 11 - 106 km - 5 cols (Fontaube, Aires, Macuègne, St Jean en Perty)

Een tamelijk moeilijke rit met drie beklimmingen boven de 1.000 meter. De eerste twee beklimmingen zijn eenvoudig. Vergeet niet te ravitailleren in Montbrun of Sederon aangezien de laatste beklimmingen lang en moeilijk zijn. Het dorp Montbrun ligt in het centrum van de Baronnies, gunstig gelegen aan de voet van de vele cols. Mijn routes gaan vaak door Montbrun, want het is moeilijk te omzilen en bovendien is het een van de mooiste dorpjes in de Provence.

Vertrek office du tourisme Buis-les-Baronnies (370m 3 km links richting col de Fontaube

13,5 km col de Fontaube

16,7 km col des Aires

27,5 km Montbrun (600m)

37 km col de Macuègne

42,5 km Sédéron (800m)

49,7 km links naar Eygalayes

52 km Eygalayes

57,5 km col Saint Jean

63 km Laborel (824m)

71 km col de Perty

80 km Ruissas (844m) afdalen door de vallei van de Ouvèze

106 km terug in Buis-les-Baronnies

Fietsroute 12 - 120 km - 2 cols

Gebruikerswaardering: / 0

ZwakZeer goed

Categorie: Fietsroutes

Laatst bijgewerkt op vrijdag 22 maart 2013 22:40

Gepubliceerd op donderdag 01 maart 2012 06:06

Geschreven door webmaster

Fietsroute 12 - rond de Mont Ventoux, de Gorges de la Nesque en 2 cols

Een rit om in vorm te komen, tamelijk lang, maar geen grote moeilijkheden, slechts twee kleine cols (col de la Madeleine en de col d'Aulan). Je gaat door Malaucène, Sault, Bedoin en vervolgens de Gorges de la Nesque. Je kan pauzeren bij het restaurant in Monieux. Na de col d'Aulan volgt de lange afdaling naar Buis-les-Baronnies.

Start Office de tourisme Buis-les-Baronnies (370m)

9 km door Mollans-sur-Ouvèze 14,7 km Entrechaux 21,5 km Malaucène 27,6 km col de la Madeleine 34,2 km Bédoin 40,5 km Flassan 45,2 km Villes-sur-Auzon (346m) begin van de Gorges de la Nesque 64,3 km Belvédère (734m) 68 km Monieux (640m) 75 km Sault (765m) 79,6 km Aurel (795m) 86,7 km Montbrun (600m) 95,4 km col d'Aulan

(845m) 103 km St Auban-sur-Ouvèze (645m) afdalen door de vallei van de l'Ouvèze 120 km terug in Buis-les-Baronnies