

JAARGANG 17 - NR. 85

HET NR. 1 MAGAZINE VOOR EEN ACTIEF FIETSLEVEN

GRATIS!

cyclolive magazine

DAAR IS DE TOUR DE FRANCE ALWEER!

Tadej voor vijf of Jonas voor drie?

Fietsen in het ruige hart van Andalusië

Van de hoogvlakte tot het echte hooggebergte in het Tannheimertal

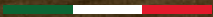
ABUS

INSPIRED BY NATURE

**FAST.
FAR.
FREE.**



The TAIPAN combines the advantages of ABUS road helmets with the versatile requirements of the gravel lifestyle. With this „Made in Italy“ gravel helmet, you can ride where the tarmac ends – and the adventure begins.


Made in Italy

Cyclolive Magazine is een uitgave van **Bizzard bv**
Diamantstraat 8
BE-2100 Herentals
info@bizzard.be
patrick@bizzard.be

Verantwoordelijke uitgever:
Patrick Van Gansen

Redactie:
Patrick Van Gansen, Teus
Korporaal, Rens Klaasse

Eindredactie:
Patrick Van Gansen

Fotografie:
Patrick Van Gansen, Teus
Korporaal, Gregory Van
Gansen, Rens Klaasse

Coverfoto:
© LaPresse

Lay-out:
Gekko, info@gekko.be

Publiciteit:
Patrick Van Gansen,
Zaakvoerder
+32 475 864 707
patrick@cycleliveplus.be

Administratie:
info@cycleliveplus.be
boekhouding@bizzard.be

Website:
www.cyclelivemagazine.com

Cyclolive Magazine ver-
schijnt vier keer per jaar

Alle adverteerders zijn zelf verant-
woordelijk voor de inhoud van hun
advertenties en teksten. Opname
van advertenties betekent niet dat
de uitgever van Cyclolive Magazine
het eens is met de inhoud ervan. De
redactie houdt zich het recht voor
teksten en advertenties te weigeren
zonder opgave van reden.

© Niets uit deze uitgave mag worden
overgenomen zonder schriftelijke
toelating van de uitgever.

**Verboden op de openbare weg te
goeien!**

* De organisator en verantwoordelijke voor deze
wedstrijd is Reany e-bikes. Cyclolive Magazine draagt
in geen enkel geval verantwoordelijkheid voor de
inhoud, uitvoering en/of opvolging van deze wedstrijd.

ZOMERKRIEBELS

Voel je het ook, zo heel diep van onderen
in je buik, dat fladderend gedoe? Dat
zijn naar alle waarschijnlijkheid de
zomerkriebels die daar weer zijn!

Voor sommigen geven die kriebels
een zeer sterk gevoel om in strakke
zomerpakjes te gaan paraderen op
één of andere boulevard in een mon-
daine vakantieoord. Anderen voelen
het kriebelen om met het al dan niet
afgetrainde lichaam, halfnaakt op het
strand te genieten in de stralende zon
en af te koelen in de zee of ergens aan
een meer. Een cocktail of wijntje op een
terras en mensen (be)spotten, hoort er
ook wel bij. En, als de avond dan gevallen
is houden sommigen er van om in een
of andere openlucht gelegenheid een
dansje te placeren in de avondwarmte.
Mooi toch al dat genieten...

Maar onder elk wezen op aarde zijn er
wezens met (soms zware) afwijkingen.
Zo ook bij het mensdom.

Hoe anders te verklaren dat een deel
van het mensdom bij meer dan 30
graden, plezier vindt in zich af te beulen
op een rijtuig met twee wielen waar je
zelf moet trappen en jezelf in plaats van
af te koelen in het zweet gaat fietsen.
Is het slechts een afwijking of moe-
ten we het een stevigere uitdrukking
meegeven?

In elk geval geldt dit ook voor onderge-
tekende en bij uitbreiding waarschijnlijk
ook voor al degenen die dit voorwoord
nu aan het lezen zijn. Als fervent fietser
durven we het zelfs ook omdraaien. Zijn
net wij het niet die echt genieten? Zijn
het niet al die anderen die compleet
niet weten wat ze missen?

Gelukkig is genieten een relatief en
rekbaar begrip. Want naast genieten
op de fiets zijn er natuurlijk nog tal van
andere dingen die de zomer en het leven
zo mooi maken. Laten we er elk op onze
manier weer maximaal van profiteren.

De zomer kondigt zich aan als een groot
sportief feest. Als voetballiefhebber ben
ik ook weer heel blij dat onze Rode Dui-
vels alweer gekwalificeerd zijn voor het
WK voetbal. Net zoals onze noorderburen
trouwens en dat maakt het alleen maar
boeiender. Want wat is er leuker dan je
Hollandse vrienden te jennen en door
hen geijend te worden?

De Tour de France staat ook al weer
voor de deur en ook die lijkt boeiender
dan het voorbije jaar te worden. Jonas
Vingegaard komt volgens ondergeteken-
de met zijn hoogste niveau ooit aan de
start. Paul Seixas zal de boel zo nu en dan
een beetje op zijn kop komen zetten en
Remco Evenepoel zorgt wel weer op zijn
eigen manier voor het Belgisch sausje
op het Tourgerecht.

**Voel je het ook, zo heel diep
van onderen in je buik, dat
fladderend gedoe?**

Wout van Aert van zijn kant zal het ge-
recht met pikante kruiden op smaak
brengen, zoals enkel hij dat kan. We
kunnen er zeker van zijn dat hij weer
een of ander exploit uit zijn mouwen zal
schudden om 'U' tegen te zeggen. Verder
is het ook uitkijken naar Belgische en
Nederlandse rittenkapers zoals Jasper
Philipsen, Tim Wellens, Jasper Stuyven,
Mathieu van der Poel en Dylan Groene-
wegen. Ook de dames rijden hun Tour
de France Femmes tijdens deze zomer.



Op het moment
dat dit voorwoord wordt geschreven
hebben zij net op de Angliru hun Vuelta
afgesloten. Ook zij zullen zorgen voor
boeiende raceverhalen op en naast
de buis.

In deze Cyclolive brengen we zoals elk
jaar het parcours van de Tour met oog
voor natuur, cultuur en geschiedenis,
zodat je een gids hebt om zelf op pad te
gaan langs het parcours van de Ronde
van Frankrijk. We nemen jullie ook mee
naar het Spaanse Andalusië waar zoveel
moois te ontdekken valt op de moun-
tainbike, de race- en de gravel fiets. Net
zoals zoveel mensen eerder genieten
van de zon en het strand aan de Costa
del Sol, geniet ondergetekende pas
echt van de pracht in het binnenland
van Andalusië. Zo divers, zo groen, zo
puur, zo mooi en zo geweldig om te
ontdekken op de fiets. En, wat meer is;
in Andalusië moet je niet wachten op de
zomer om de kriebels te ervaren. Het
kriebelt er simpelweg het hele jaar door.

En nu we het toch over fietsen in de
zomer hebben, denk dan ook maar eens
aan het Tannheimertal en St. Pölten in
Oostenrijk. Want wat is er mooier om
je af te peigeren in het hooggebergte
als de zon hoog boven je hoofd hangt?

We wensen al onze lezers een geweldig
mooie fietszomer toe en veel leesplezier
met deze Cyclolive!

Patrick Van Gansen



Tour de France 2026	5
Voorbeschouwing Tour 2026	24
Tadej Pogacar op weg naar de eerste plaats in de All Time Ranking?	28
Tour de France Femmes 2026	30
Voorbeschouwing Tour de France Femmes	38
Kunst langs een Brabantse snelfietsroute	40
Het eerste gravelnetwerk in Vlaanderen ligt in de Noorderkempen	42
Fietsen en proeven	44
Boekenkast	46
Sprokkels	50
Technische Sprokkels	54
Fietsen in het ruige hart van Andalusië	62
Mountainbike en gravelen rond Istan vlak bij Marbella	70
Het Tannheimertal – van de hoogvlakte tot in het echte hooggebergte	74
ST. Pölten – een wieleregio met een heel eigen karakter	76
Bike Festa in de Bisschopsstad	78









113^e ÉDITION

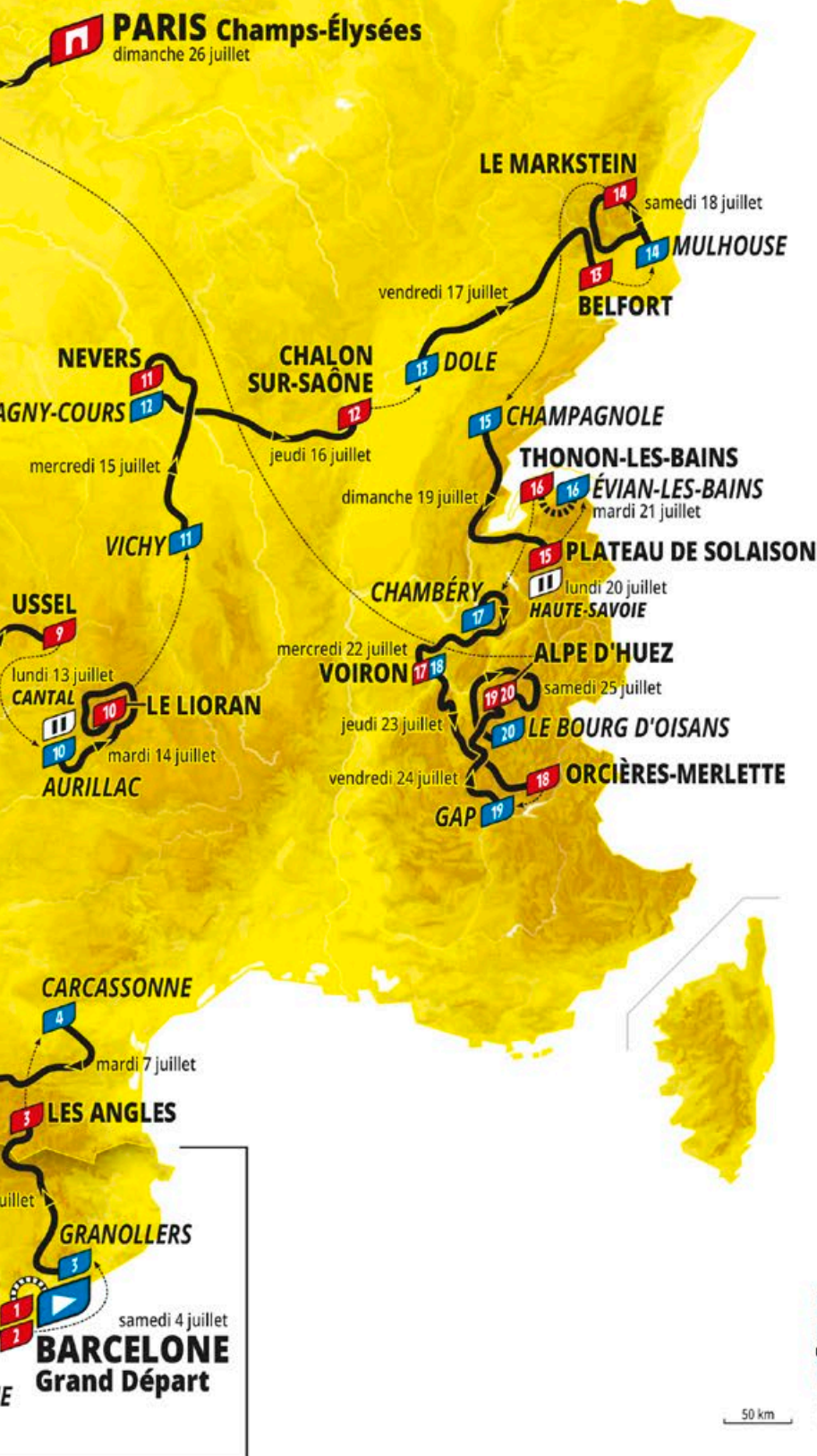
TOUR de france™

4-26 JUILLET 2026



LÉGENDE / THE KEY

- | | | | |
|---|---|---|---|
|  | Grand Départ
Race Start |  | Arrivée finale
Race finish |
|  | Ville ou site départ
Start town or site |  | Étape en ligne
Stage |
|  | Ville ou site arrivée
Finish town or site |  | C.l.m. individuel
Individual time trial |
|  | Repos
Rest day |  | C.l.m. par équipe
Team time trial |



Na San Sebastián (1992) en Bilbao (2023) gaat de Tour voor de derde maal in Spanje van start. Nu is de keuze gevallen op de Catalaanse hoofdstad Barcelona, met 1.6 miljoen inwoners de tweede stad van Spanje.

Tourbijzonderheden

Dit jaar is het de 27e keer dat de Tour buiten de Franse landsgrenzen start. Het parcours van 3.333 km is als volgt onderverdeeld: zeven vlakke ritten, vier over heuvelend terrein, acht bergetappes met vijf aankomsten bergop en verder nog een tijdrif en een ploegentijdrif. In totaal zijn er 37 vertrek- en aankomstplaatsen en tien daarvan ontvangen voor de eerste maal de Tour de France: Tarragona, Granollers, Les Angles, Gavarnie-Gèdre, Hagetmau, Malemort, Ussel, Circuit Nevers Magny-Cours, Plateau de Solaison en Thoiry. De renners trekken door de Pyreneeën, het Centraal Massief, de Vogezes, de Jura en de Alpen. Er zijn verschillende nieuwe beklimmingen: Côte de Begues (rit 2), Montée de Gavarnie-Gèdre (rit 6), Col de la Griffoul (rit 10), Col du Page en Col du Haag (rit 14), Plateau de Solaison (rit 15) en Col de Sarenne (zuid-oost flank) (rit 20). De Col du Galibier (2624 m.) is het "dak" van deze Toureditie. In totaal zullen er 54.450 hoogtemeters voor de wielen komen. De eerste drie plaatsen in de ritten worden beloond met een bonificatie van resp. 10, 6 en 4 seconden. Er zullen 23 teams met elk 8 renners van start gaan.

Barcelona: veel meer dan zomaar een stad

Als toerist die naar Barcelona trekt heb je een unieke stad te ontdekken. Zo zal de architectuur van Antoni Gaudí (1852-1926) en het Nou Camp voetbalstadion zeker op vele lijstjes staan. Afhankelijk van waar je interesses liggen, is echter ook de natuur rondom de stad meer dan de moeite waard. Een



De Sagrada Familia nog steeds in opbouw
Foto: Patrick Van Gansen



De schoorstenen op de Casa Milà

bezoek aan het Montserrat klooster gelegen in het midden van indrukwekkende en mysterieuze rotspartijen is eigenlijk ook een must op je programma. Als je echter meer een cultuur- en/of kunstliefhebber bent en je voor een weekje Gaudi kiest dan wordt het letterlijke en figuurlijke hoogtepunt de Sagrada Familia, de meest imposante kerk ter wereld, waaraan sinds 1882 gebouwd wordt en die nog steeds niet helemaal is afgewerkt. Op 20 februari 2026 – na 144 jaar bouwen, werd het 17 meter hoge en kruisvormige topstuk bovenop de centrale toren geplaatst. De totale hoogte van de basiliek heeft nu zijn uiteindelijke hoogte van 172,5 meter bereikt. Echter is het werk nog niet af, want de uiteindelijke opleveringsdatum wordt nu op 2030 gepland. Ondertussen moeten eerder gereed gekomen delen alweer gerenoveerd worden en mag gesteld worden dat er eigenlijk bijna altijd werken zullen moeten plaatsvinden om dit uitzonderlijke gebouw perfect te onderhouden.

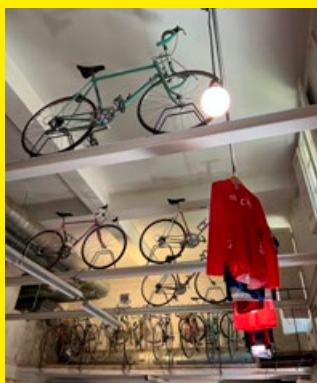
Naast de Sagrada Familia zijn er ook de prachtige Gaudi huizen zoals de Casa Milà la Pedrera uit 1906 met zijn prachtige schoorstenen. Wil je na alle indrukken eens neerstrijken in een karakteristiek café dan is hier nog een advies. Kies dan voor “Els Quatre Cats” uit 1897 in de Carrer Montsió nummer 3 bis, een zijstraat van de Avinguda de Portal de l’Angel. Van oudsher een zaak voor de bohemiens en politici van Barcelona. De 19-jarige Picasso ontwierp de eerste affiche en menukaart. Binnen valt je oog meteen op de tandem met de twee oprichters van de zaak.



Interieur Els Quatre Cats

RESTAURANT LA FUGA: EEN MUST VOOR WIELERLIEFHEBBERS

Als fietsfanaten mag je ook absoluut niet voorbij gaan aan het restaurant La Fuga, waar je in een omgeving terecht komt die 1000% wielerspassie ademt. Hier riek je, adem je en voel je in al je zintuigen de liefde van de eigenaars voor het wielrennen, zijn helden en zijn rijke geschiedenis. Een echte aanrader!



De Spaanse glorie uit het verleden

Omdat we starten in Spanje, nemen we even de gloriemomenten van de Spanjaarden in de Tour de France onder de loep. Zeven Spanjaarden met twaalf eindoverwinningen staan in de geschiedenisboeken van de Tour de France genoteerd: Federico Bahamontes (1959), Luis Ocaña (1973), Pedro Delgado (1988), Miguel Indurain (1991, 1992, 1993, 1994, 1995), Óscar Pereiro (2006), Alberto Contador (2007, 2009) en Carlos Sastre (2008). Oscar Freire is in 2001 de winnaar van de groene trui. Zestien maal wordt het bergklassement gewonnen, waarvan Bahamontes er zes en Julio Jiménez er drie voor hun rekening hebben genomen. In totaal zijn er door de Spaanse renners 126 ritten gewonnen plus twee prologen en drie ploegentijdritten.

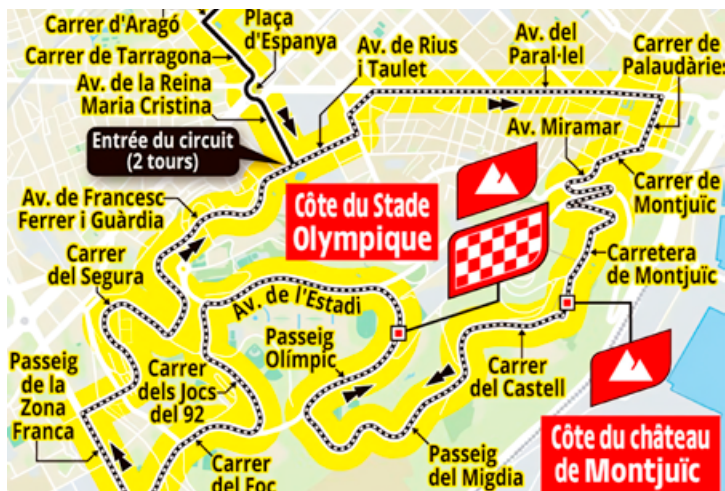
4 juli: Tourstart Barcelona met 50e ploegentijdrit

Nog nooit eerder is de Tour de France met een ploegentijdrit van start gegaan. Wel zijn er in 1955, 1965, 1969, 1980 en 1981 twee ritten op de eerste dag geweest. In de ochtenduren een rit in lijn en 's middags een ploegentijdrit. De eerste winst op 7 juli 1955 is er in Dieppe-Dieppe (12,5 km) voor de Nederlandse ploeg met onder andere Wim van Est, Wout Wagtmans, Gerrit en Adri Voorting. Eind jaren zeventig/begin jaren tachtig regeert de TI Raleigh ploeg van Peter Post met ijzeren hand met zevenmaal winst in de ploegentijdrit. De langste ploegentijdrit met liefst 153 kilo-

meter is er op 3 juli 1978 met vertrek- en aankomstplaats Évreux. Voor TI-Raleigh klaren dan José de Cauwer, Gerben Karstens, Gerrie Knetemann, Hennie Kuiper, Jan Raas, Johan van der Velde, Leo van Vliet, Paul Wellens, Wilfried Wesemael en de Zwitser Ueli Sutter het karwei. Voor de ploegentijdrit is het anno 2026 een soort jubileum, want het is de vijftigste keer dat zo'n rit in het rittenschema is opgenomen. Op de kaart is de route goed te volgen. Eerst langs de kust naar de Olympische haven, dan na enkele kilometers de passage van de Sagrada Família, de klim naar de Montjuïc en tenslotte de klim naar het Olympisch Stadion. Welke ploeg is kanshebber? Remco Evenepoel is na zes jaar Soudal Quick Step overgestapt naar Red Bull-BORA-hansgrohe. Kan hij zijn nieuwe team naar de winst leiden? Wanneer hij dan ook nog eens als eerste van de ploeg over de meet komt is het geel voor hem! Het heeft iets van koffiedik kijken maar het kan, zien we opnieuw een Belg in het geel?

5 juli: 2e rit, 182 km Tarragona - Barcelona

Vanuit Tarragona loopt de etappe grotendeels langs de kust noordoostwaarts naar Barcelona, met opnieuw de finale via de Montjuïc en naar het Olympisch Stadion. De aankomst is gelijk aan de ploegentijdrit van een dag eerder, maar met het verschil dat daarna nog tweemaal het rondje van 12,2 km wordt gemaakt. Bij elkaar een pittig ritje met 2400 hoogtemeters.



De finale van de tweede rit



Gebrandschilderd raam van Luis Ocaña in de kapel Notre-Dame des Cyclistes (bij Labastide d'Armagnac-40 Landes) en gemaakt door oud-renner Henri Anglade



De renners zullen er niet veel van zien maar op weg naar de Montjuïc krijgen ze bij het Museo Nacional d'Art dit gezicht op de stad

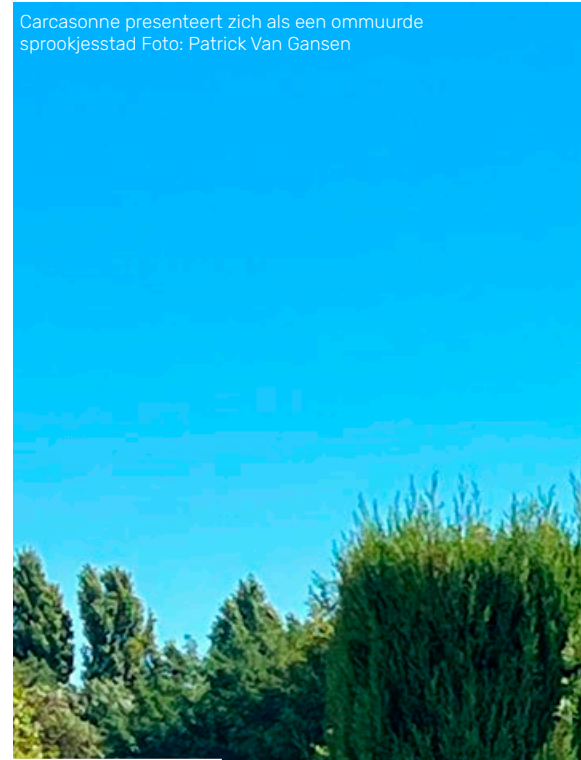
Profiel derde etappe



in het landschap ligt. Ben je er nog nooit geweest, ga er gerust eens kijken en verwonder je. De Belgen zijn hier kind aan huis! In 2022 is er etappewinst voor Jasper Philipsen en in 2025 voor Tim Wellens. Nu zal hier het startschot klinken. Misschien brengt een Belg de boodschap voor etappewinst mee uit Carcassonne naar de middeleeuwse stad Foix. Onderweg moet er wel geklommen worden, maar de

Carcassonne presenteert zich als een ommuurde sprookjesstad Foto: Patrick Van Gansen

Finishplaats Les Angles
©Tourisme Les Angles



6 juli: 3e rit, 196 km
Granollers - Les Angles

Zo van achter de laptop lijkt het een simpel karweitje. Vanuit het Spaanse Granollers dwars door de Pyreneeën naar het Franse Les Angles, maar het profiel geeft aan wat er werkelijk voor de wielen komt. Er zal gewerkt moeten worden. Met bijna 4000 hoogtemeters zal het de gehele dag op en neer gaan met na 127,5 km als eerste smaakmaker de Col de Toses (1778 m, 9,3 km à 6,5%) om uiteindelijk bergop te finishen in het skidorpje Les Angles (1794 m., 1,7 km à 6,5%). Het zal duidelijk zijn dat de eerste schifting in het peloton meteen zal plaatsvinden.

7 juli: 4e rit, 182 km
Carcassonne - Foix

De vestingstad Carcassonne behoeft nauwelijks introductie. Na Parijs, Versailles en Mont Saint Michel is Carcassonne de grootste toeristische trekpleister van Frankrijk en uiteraard is de stad Unesco Werelderfgoed. Het is imposant hoe de ommuurde stad

Foto: Patrick Van Gansen



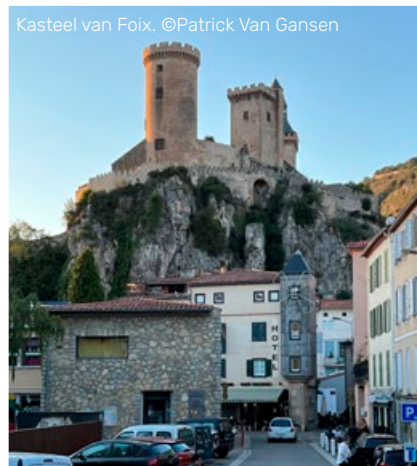
laatste 35 kilometer gaat voornamelijk in dalende lijn. Een echte sprint zal het in Foix niet worden, maar met een groepje aankomen behoort zeker tot de mogelijkheden.

8 juli: 5e rit, 158 km Lannemezan - Pau

Lannemezan is voor de zesde keer etappeplaats. In

een grote boog in noordelijke richting gaat het naar Pau. Bijna geen Tour de France zonder Pau! Of de renners komen er wanneer ze de Pyreneeën binnenrijden of ze komen uit de Pyreneeën en krijgen weer vlakke wegen voorgeschoteld. Nu is het eerste het geval. Pau is voor de 77e maal etappeplaats. Grote winnaars zijn hier: Fausto Coppi, Robbie Mc Ewen, Sean Kelly en als laatste winnaar staat Jas-

Kasteel van Foix. ©Patrick Van Gansen





Het park Tour des Géants met alle winnaars. ©Tourisme Pau



Profiel zesde etappe

per Philipsen in 2024. Zij staan allemaal mooi in de Tourgeschiedenisboeken. Als jij er ooit bent, ga dan eens kijken in het park 'Tour des Géants' waar zullen staan voor alle Tourwinnaars.

Wat deze rit betreft is het 99% zeker dat het weer een sprinter is die aan het langste einde trekt. Zo

krijgt elke wielervediscipline zijn beurt.

9 juli: 6e rit, 186 km Pau - Gavarnie-Gèdre

Met de passages van Lourdes en Ste-Marie-de-Campan en de beklimmingen van de Col d'Aspin (1489 m., 12 km à 6,5%), Col du Tourmalet (2215 m., 17,1 km

Kom ik ineens mijn oude fietsmaten tegen. Foto uit de oude doos!



à 7,3%) en de slotklim naar Gavarnie-Gèdre (1380 m., 18,7 km à 3,7%) wordt dit een klassieke Pyreneeëndag. Veel van onze lezers zullen in ieder geval het deel Aspin, Tourmalet en de afdaling naar Luz-Saint-Saveur ooit hebben afgelegd. Zulke trajecten staan immers in het geheugen gegrift. De klim naar Gavarnie-Gèdre is nooit eerder in het routeschema opgenomen geweest. Welke klimmer gaat hier ge-



concap.be

ENERGY FOR WINNERS



CAPSULES

ENDURANCE: Optimaliseert zuurstofopname, geeft energie en stelt verzuring uit bij duursport.

BOOST: Directe energie-impuls voor explosieve kracht en sprints.

SPORT: De allround basis voor sporters met bloedgroep O. Voor een stabiele energiebalans en dagelijkse training.

FORTE: De allround basis voor sporters met bloedgroep A/B/AB. Voor een stabiele energiebalans en dagelijkse training.

Concap optimaliseert energie, uithouding en focus met formules op basis van jouw bloedgroep.

Onze capsules werken direct op celniveau voor maximale zuurstofopname en scherpte.



VLOEIBAAR

De Concap shots en SDP-siropen zijn ontwikkeld voor atleten die directe resultaten eisen. Als je geen fan bent van capsules, is dit de ideale oplossing.



TURBO: Maximale zuurstofopname, geeft energie en ondersteunt de uithouding.

BOMBA: Explosieve adrenaline-kick met cafeïne en geeft focus.

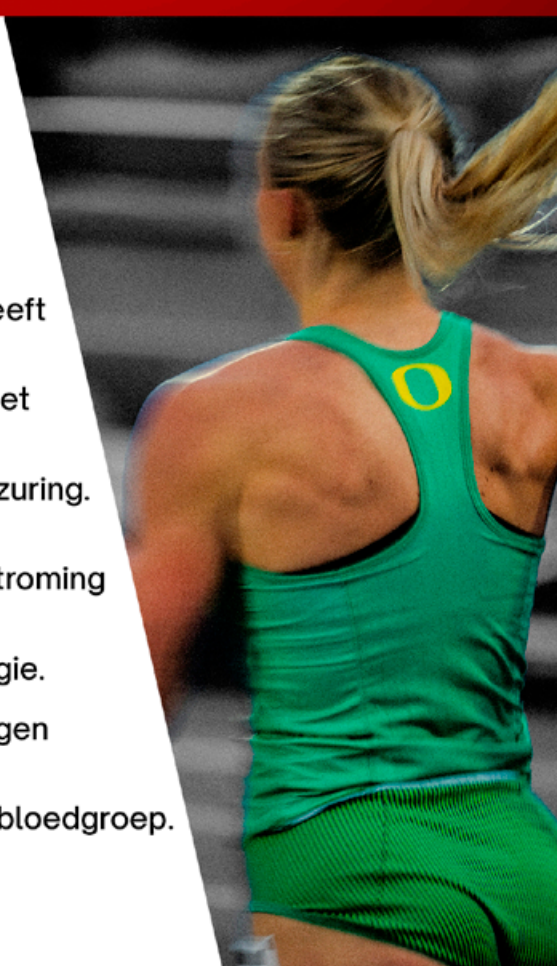
K-ROSINE: Hoger wattage, minder verzuring. Op basis van guarana.

UN-BEET-ABLE: Efficiënte bloeddorstrooming op basis van nitraten.

L-CARNITINE: Vetverbranding en energie.

MAGNESIUM: Spierontspanning en tegen krampen.

S-D-P: All-round formule op basis van bloedgroep. Geeft focus, energie en uithouding.



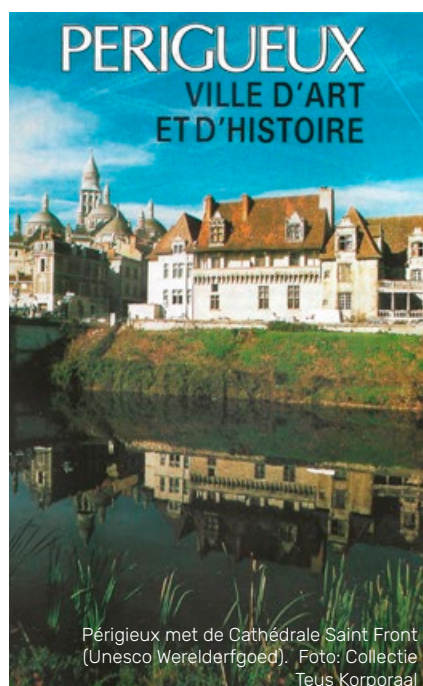
Meer informatie nodig?

Vraag gratis advies op maat via onze website: www.concap.be

schiedenis schrijven? Op de top van de Tourmalet wacht voor de eerste passant de Prix Jacques Goddet, de oud-directeur van de Tour de France van wie op de top een borstbeeld staat. In het seizoen worden er dagelijks tientallen foto's gemaakt op de top. Een dame die boven kwam zei daar ooit tegen me: "Het is leuk om te doen, maar nog leuker om gedaan te hebben".

10 juli: 7e rit, 175 km Hagetmau - Bordeaux

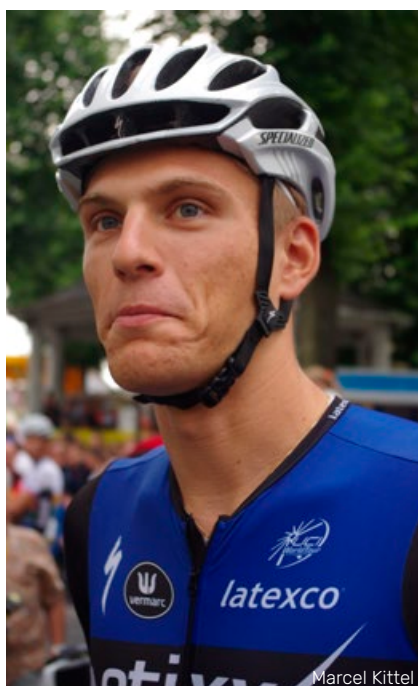
Traditioneel wordt het een etappe voor sprinters. Dat zal ook nu weer zijn. Kijk maar eens naar het



lijstje met grote namen! Bordeaux en de Tour de France behoren bij elkaar. Startplaats Hagetmau (ten zuiden van Mont-de-Marsan) is een plaats met circa 5.000 inwoners. Zo'n 40 km voor de meet is er nog een pukkeltje met de naam Côte de Béguéy (107 m, 1,6 km à 4.2%). Evenwijdig aan de rivier de Garonne stevent het peloton dan over de D10 op Bordeaux af.

11 juli: 8e rit, 182 km Périgueux - Bergerac

Vanuit Périgueux rijden de renners in een grote oostelijke boog naar Bergerac. Onderweg zijn er geen



Hier speelt zich op 11 juli 1964 een groot drama af tijdens de Tour

echte obstakels die het de renners moeilijk kunnen maken. Met andere woorden een mooie etappe voor een vroege ontsnapping die tot het eind in stand kan blijven en dan sprinten. Zo eenvoudig zou het kunnen zijn! Het begint allemaal in Périgueux. De prachtige Saint Fron Cathédral torent hoog boven de stad uit en zal veelvuldig in beeld zijn. De stad heeft vooral Tourgeschiedenis geschreven met grote winnaars in tijdritten telkens vanuit Bergerac: Jacques Anquetil (1961), Miguel Indurain (1994) en Tony Martin (2014). Circa 14 km voor Bergerac wordt Port de Couze gepasseerd. Hier speelt zich op 11 juli 1964 een groot drama af wanneer de Tour passeert. Terwijl de plaatselijke bevolking in afwachting is van de doorkomst van de renners, die de etappe Bordeaux-Brive rijden, rijdt een tankwagen die een scherpe bocht moet nemen op de menigte in. De wagen sleurt ruim veertig toeschouwers mee in de lager gelegen rivier de Dordogne. De gevolgen zijn verschrikkelijk. Er zijn elf doden te betreuren. Acht van hen overlijden onmiddellijk en drie later in het ziekenhuis. Zal anno 2026 de Tourdirectie nog even stoppen bij het herinneringsmonument? Wie Bergerac zegt zegt ook Cyrano de Bergerac, de bekende figuur met zijn lange misvormde neus. Hij is de hoofdpersoon in een toneelstuk dat aan het einde van de negentiende eeuw werd geschreven. De goede man werd verliefd op zijn nichtje Roxanne en dan gaat het toneelstuk verder. Google maar eens naar zijn naam en lees het hele verhaal. Sinds 2005 staat er van hem een beeld in de stad. Wellicht valt het de tv regisseur op en komt het naast de etappewinnaar prominent in beeld. Bergerac is in 2017 voor het laatst aankomstplaats geweest. Marcel Kittel wint dan één van zijn vijf ritten in die Toureditie.

12 juli: 9e rit, 185 km Malemort - Ussel

De laatste dag voor de rustdag kan niet op het gemak aan worden gedaan, want er is met al het klimwerk (3.500 hoogtemeters) nog voldoende werk aan de winkel. Bijna vijf uur klimmen en dalen. Het profiel laat aan duidelijkheid niets te wensen

BELGISCHE EN NEDERLANDSE WINNAARS IN BORDEAUX

Belgen - 22 ritoverwinningen

Joseph Van Dam	1926
Adelin Benoît	1927
Jean Aerts	1930, 1933
Alfred Haemerlinck	1931
Eloi Meulenberg	1938
Martin Van Geneugden	1960, 1961
Rik Van Looy	1963
Willy Planckaert	1966
Walter Godefroot	1968, 1972, 1973
Eddy Merckx	1970, 1971, 1972, 1974
Eric Vanderaerden	1985
Rudy Dhaenens	1986
Etienne De Wilde	1989
Tom Steels	1999
Jasper Philipsen	2023

Nederlanders - 13 overwinningen

Hans Dekkers	1952
Jan Nolten	1953
Henk Faanhof	1954
Wout Wagtmans	1955
Jo de Roo	1965
Gerben Karstens	1976
Cees Priem	1980
Bert Oosterbosch	1983
Jan Raas	1984
Jean-Paul van Poppel	1988
Rob Harmeling	1992
Servais Knaven	2003

over. Zowel Malemort (8.000 inwoners), als Ussel (9.200 inwoners) hebben de Tour nog nooit eerder ontvangen. Vanaf de Mont Bessou (977 m.) gaat het, met nog 24 km te gaan, in dalende lijn - met nog een paar pukkelstjes - naar Ussel (633 m.). Het zou zomaar mogelijk zijn dat men daar met een paar renners uit een vroege vlucht gaat sprinten. Het stadsbeeld van Ussel wordt gedomineerd door de Église Saint-Martin (13e eeuw) en de Église Saint-Julien (12e eeuw).

13 juli: Rustdag

14 juli: 10e rit, 167 km Aurillac - Le Lioran

We vieren vandaag quatorze juillet, de Franse nationale feestdag en trekken het Centraal Massief in. Voor welke renner zal het een feestje worden? Het profiel geeft duidelijk aan hoe zwaar het zal worden. Welgeteld 3900 hoogtemeters krijgen de renners voor de wielen. Aurillac heeft al een lange Tourgeschiedenis. In 2008 was de winst hier voor Luis León Sánchez en pas twee jaar geleden is hier voor het laatst gestart. Nu is Aurillac, de stad van de paraplu industrie, weer startplaats. Finishplaats Wintersportoord Le Lorian (1242 m.) heeft een wat kortere geschiedenis en ontvangt de Tour voor de vierde maal: 1975: winnaar Michel Pollentier, 2016 winnaar Greg Van Avermaet die ook meteen gele truidrager wordt en in 2024 Jonas Vingegaard, die hier Tadej Pogacar verslaat. Hier zal bijna zeker op-



Profil 9e etappe



Profil 10e etappe

nieuw een robbertje uitgevochten worden voor het algemeen klassement en natuurlijk ook voor de rit zelf.

15 juli: 11e rit, 161 km Vichy - Nevers

Kuuroord Vichy, bekend van de warmwaterbronnen, heeft lang moeten wachten voor het weer eens de Tour de France in de stad kreeg. Ruim zeventig jaar geleden (1953) wint Fiorenzo Magni hier de 63 km lange tijdrit vanuit Clermont-Ferrand. De stad is ook de geboorteplaats van Louis Darragon, de wereldkampioen stayeren/halve fond in 1906 en 1907. Het in 1933 gebouwde stadion draagt de naam van de in 1918 verongelukte Darragon. Het parcours wordt als vlak bestempeld. Met andere woorden: in Nevers, dat voor de vierde keer aankomstplaats is, zal er gesprint gaan worden. Wie wordt de opvolger van Eric Leman (1971), Guido Bontempi (1986) en Alessandro Petacchi (2003)? Het lijkt ons een mooi karweitje voor Jasper Philipsen.

16 juli: 12e rit, 181 km Magny-Cours - Châlon-sur-Saône

Het woord zal vandaag waarschijnlijk weer aan de sprinters zijn. De start vindt plaats op het autocircuit Nevers Magny-Cours, waar tussen 1991 en 2008 Formule 1 races werden gehouden. Michael Schuma-



Stadion in Vichy



Start op autocircuit © Circuit de Nevers Magny Cours



Canal du Centre

cher zegevierde hier liefst acht keer. Het peloton blijft de gehele tijd in oostelijke richting rijden en zal zich niet al te druk maken, tenzij de wind door de velden blaast en er waaiers gevormd worden. Als de wind blijft liggen is het enkel een kwestie van de sprinters in een goede positie te brengen. In 2019 is Dylan Groenewegen in de langste etappe van de Tour (230 km) in Chalon-sur-Saône de snelste in de sprint wanneer hij Caleb Ewan verslaat. Wie zelf eens een paar uur ontspannen wil fietsen, raden we aan om een aantal kilometers langs het Canal du Centre, dat in Chalon begint en uiteindelijk in de Loire uitkomt, te fietsen. Je zult er geen spijt van hebben!



**17 juli: 13e rit, 205 km
Dole - Belfort**

Vandaag zal de langste etappe van deze Tour de France worden verreden met in het parcours de Ballon d'Alsace (1173 m., 8,7 km à 6,9%). In 1905 en 1906 komt René Pottier hier als eerste boven. Op een zuil is hier voor hem een herinneringsplaquette geplaatst. In vertrekplaats Dole is in 1822 de scheikundige/bioloog Louis Pasteur geboren, wereldwijd bekend geworden vanwege de naar hem genoemde pasteurisatietechniek en door zijn ontdekking van het vaccin tegen hondsdolheid. In de circa 25.000 inwoners tellende stad is er een Pasteurmuseum.

Ballon d'Alsace



Een windwijzer in Chissey herinnerend aan de doorkomst van de Tour in 2014

Koers in Dole met op de achtergrond de Basilique Notre Dame



De leeuw van Belfort

Fietsles in Mulhouse, Cours des Chaînes, rue des Franciscains. Kunstenaar: Jean-Louis Toutain



Aankomstplaats Belfort ligt op de scheidingslijn van het Franse en Duitse taalgebied. In 1870/71 tijdens de Frans-Duitse oorlog is de stad 113 dagen door de Duitsers belegerd maar weet stand te houden. De 22 meter lange en 11 meter hoge leeuw, gebouwd van zandstenen, is het symbool van dit verzet. Wie in Belfort komt moet de leeuw zien! Bijna 50 jaar geleden is Belfort voor het laatst aankomstplaats.

Marc Demeijer verslaat dan Jan Raas. Het wordt weer eens tijd dat we iets uit Belfort horen!

**18 juli: 14e rit, 155 km
Mulhouse - Le Markstein**

Een echte Vogezen etappe met 3800 hoogtemeters voert over de Grand Ballon (1386 m. 21,5 km à 4,8%), Col du Page (959 m., 9,8 km à 4,7%), weer de Ballon



Onderweg door de Vogezen naar Le Markstein



Évian-les-Bains. ©OTÉvian-les-Bains

LE MARKSTEIN : 1250 m.

Het plateau bij Le Markstein.
Collectie Teus Korporaal

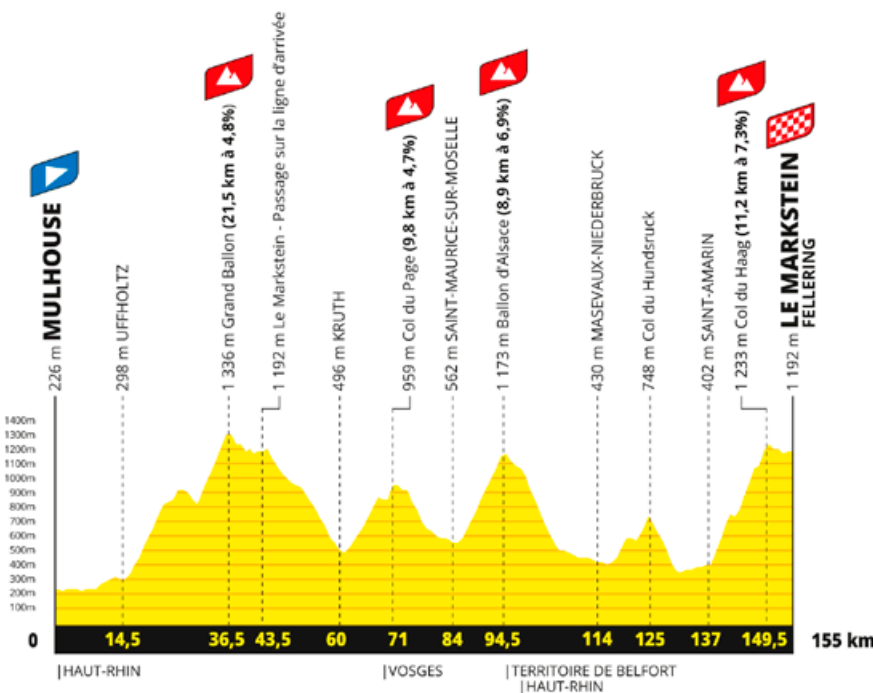


Les Hautes Vosges

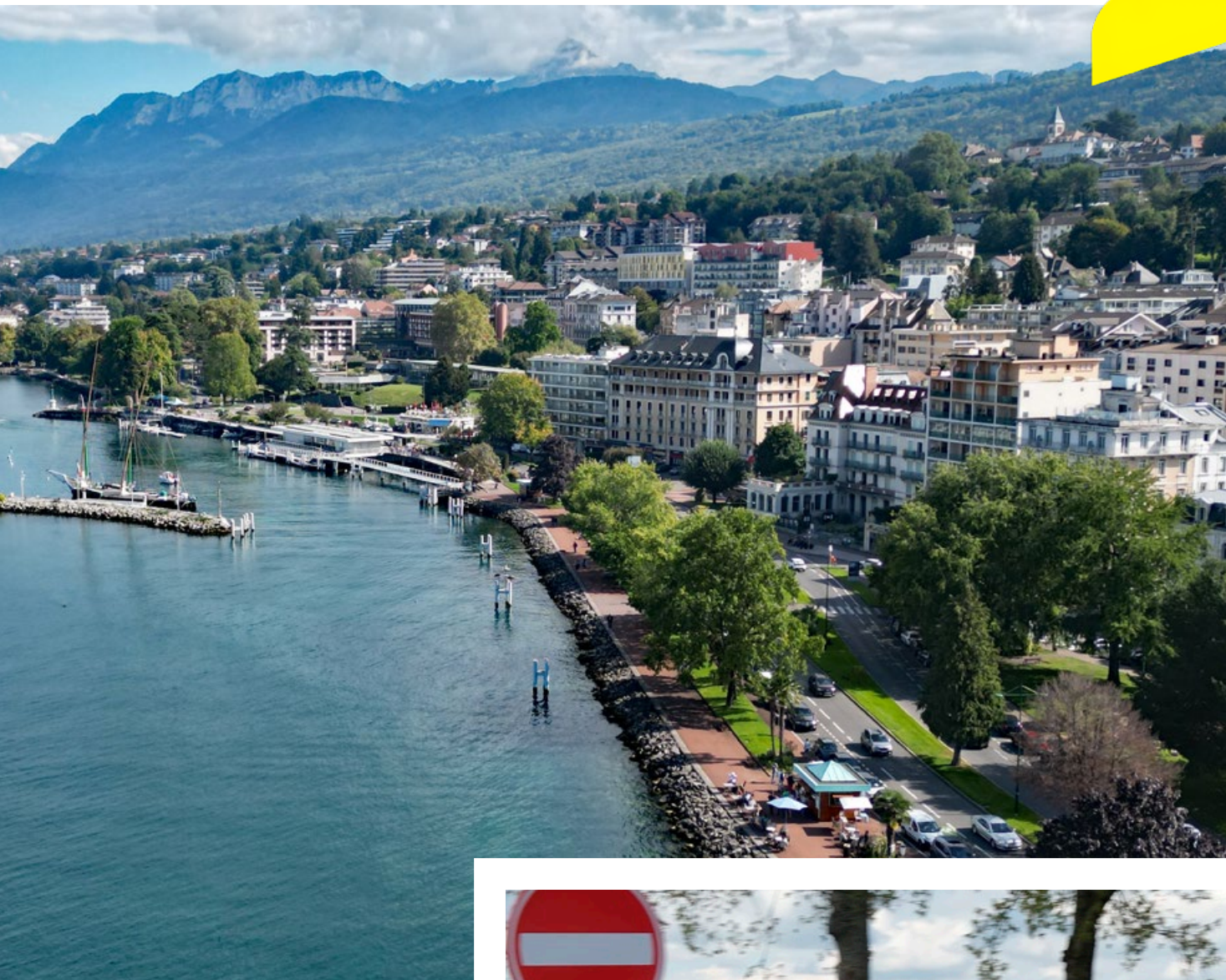
d'Alsace (1173 m., 8,9 km à 6,9%), Col du Hunsruck (748 m., 8,6 km à 4,6%) en de Col du Haag (1233 m., 11,2 km à 7,3%) om uiteindelijk te finishen op het plateau van Le Markstein, waar in 2023 Tadej Pogacar zegevierde. In enkele regels opgeschreven maar voor de renners is het een dag hard werken.

19 juli: 15e rit, 184 km Champagnole - Plateau de Solaison

Met 4700 hoogtemeters staat er op de dag voor de tweede rustdag een behoorlijk karwei op het programma. Het wordt een dag voor de échte klimmers! Het zal vooral aankomen op de lange slotklim (even ten zuiden van Bonneville) naar het Plateau de Solaison (1508 m., 11,3 km à 9,2%) De Tour is hier nog nooit geweest, maar alles moet een eerste keer gebeuren! Jonas Vingegaard finishte hier hand in hand met ploeggenoot Roglic in de Dauphiné van 2022. Hij kent in ieder geval de klim.



Profil veertiende etappe



20 juli: Tweede rustdag

21 juli: 16e rit, 26 km Évian-les-Bains - Thonon-les-Bains

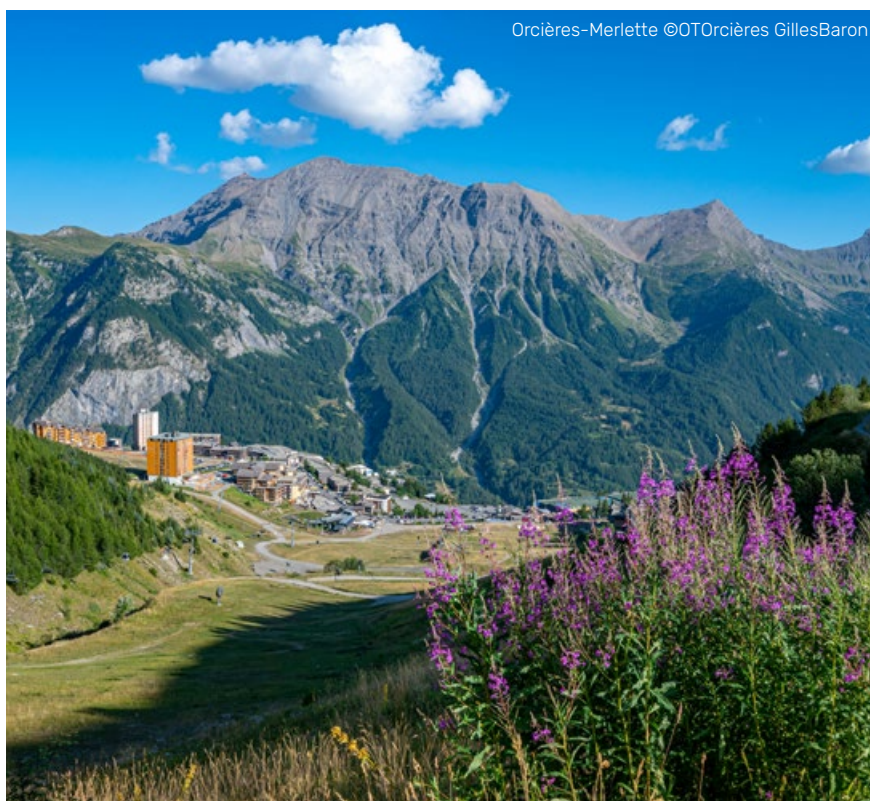
De individuele tijdrit speelt zich af aan de zuidzijde van het Meer van Genève. Tussen Évian en Thonon wordt niet de kortste weg langs het meer gekozen, maar er wordt een boog gemaakt door het achterland en dan gaat het van 390 meter naar 788 meter. Het sommetje ziet er als volgt uit: klimmen naar de Côte de Larringes (799 m., 9,7 km à 4,3%), dalen 7,1 km, vlak 9,2 km. Wie zal de te kloppen kandidaat voor de zege zijn? Zullen we Remco Evenepoel toch maar weer naar voren schuiven?

22 juli: 17e rit, 175 km Chambéry - Voiron

Hemelsbreed liggen Chambéry en Voiron maar 50 km uit elkaar, maar met draaien en keren komen er toch 175 kilometers uit de hoge hoed. Chambéry



Remco Evenepoel – Amstel Gold Race 2026 – © Hoebele



heeft wel iets met wielrennen. Zo is er het hoofdkwartier van de wielerploeg AG2R La Mondiale gevestigd en in 1989 is Greg Lemond hier wereldkampioen geworden. De Tour de France legt hier voor de vierde keer aan. In 1996 en 2010 wordt er gestart en in 2017 is de Columbiaan Rigoberto Urán hier etappewinnaar. De etappe wordt door de Tourorganisatie vlak genoemd maar aan de meet zullen er nog altijd 2400 hoogtemeters op de teller staan. Voiron is nog niet eerder etappeplaats geweest, maar doet nu dubbele zaken met de finish van de zeventiende en de volgende dag de start van de achttiende rit.

23 juli: 18e rit, 185 km Voiron - Orcières-Merlette

In Orcières ligt een prachtig stukje wielergeschiedenis. We gaan ruim 50 jaar terug naar donderdag 8 juli 1971 wanneer de etappe Grenoble-Orcières



De ritwinnaar van 2017 Urán wil tijdens een trainingssessie op de Galibier wel even poseren



Profil 18e etappe



Slot klim

De nieuwe Kia EV5.

De 100% elektrische familie-SUV.



Movement that inspires

De Kia EV5 combineert een gedurfd design, met comfort en geavanceerde technologie voor moderne gezinnen. Met een rijbereik tot 530 km en snelladen van 10 tot 80% in amper 30 minuten profiteer je van ultieme vrijheid, zonder compromissen. Je geniet van comfort en ontspanning tijdens elke rit, dankzij zijn ruime, moduleerbare interieur (met koffer van 566 liter en frunk van 44 liter), "Relaxation"-bestuurderszetel met massagefunctie, het driedubbele scherm én zijn rijhulpsystemen.

Ontdek hem bij je Kia-dealer of op kia.be

VAN GANSEN

EKEREN - ANTWERPEN

Leugenberg 105, 2180 Ekeren
T. 03 660 29 40

Noorderlaan 85, 2030 Antwerpen
T. 03 609 55 10

info@garagevangansen.be
garagevangansen.be

16,9 - 17,8 kWh/100 km • 0 g CO₂ /km (WLTP)

Contacteer je Kia-dealer voor alle informatie over de fiscaliteit van je voertuig.  GEEF VOORRANG AAN VEILIGHEID.

*7 jaar garantie of 150.000 km (wat het eerst wordt bereikt, zonder kilometerbeperking tijdens de eerste 3 jaren). **Het getoonde model is enkel illustratief.

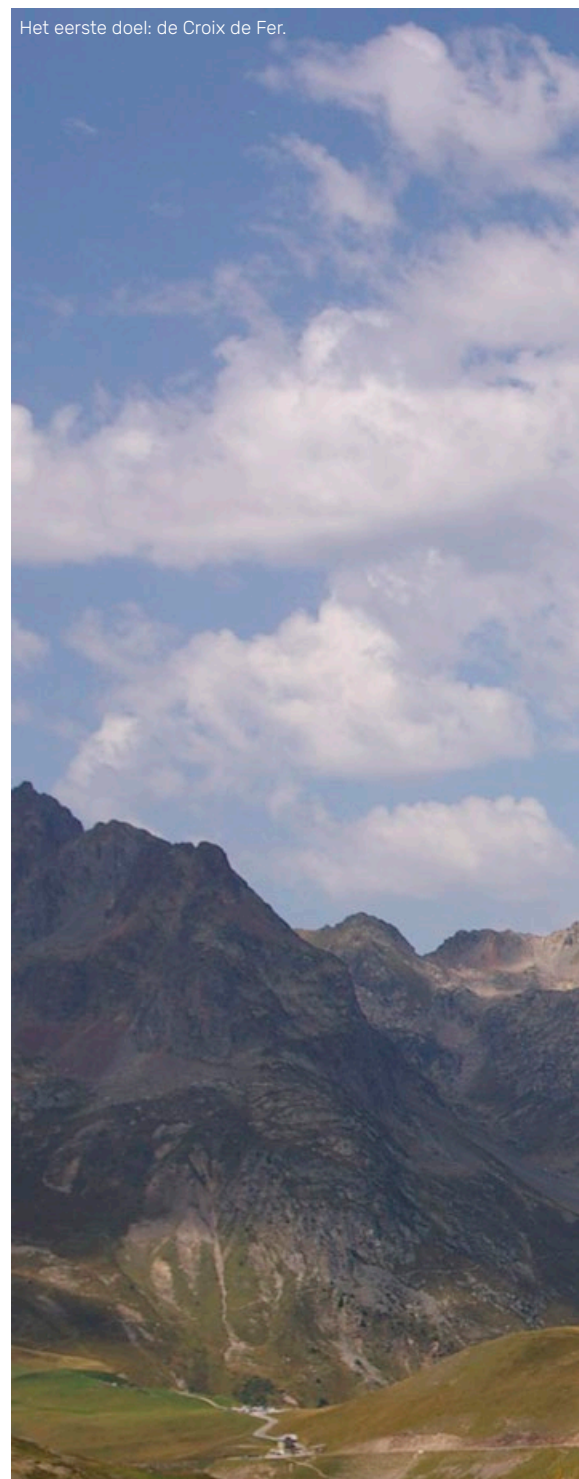




De laatste bocht

woon een kwestie van de juiste versnelling kiezen en doorzetten als het wat moeilijker wordt. Voor jou is het geen wedstrijd maar wel vooral genieten van de inspanning en de omgeving. Voor de renners is het echter keiharde koers. Winst op de Alpe d'Huez wordt met gouden letters op je palmares geschreven en je naam komt op een plaquette in één van de 21 bochten. Dan kom je in het rijtje met grote namen als Fausto Coppi, Joop Zoetemelk, Peter Winnen, Marco Pantani, Gianni Bugno, Hennie Kuiper. Tom Pidcock is in 2022 de laatste winnaar. In de tachtiger/negentiger jaren luidde bouwpastoor Jaap Reuten

Het eerste doel: de Croix de Fer.



Profiel etappe 19



De kerk van Alpe d'Huez. Collectie Teus Korporaal



Herinneringsmonument Coppi

Merlette (134 km) verreden wordt. Luis Ocaña rijdt Eddy Merckx na een solo van 60 km uit de gele trui door met een voorsprong van negen minuten over de meet te komen. Ocaña mag drie dagen van het geel genieten. Na een val op de Col de Mente moet Ocaña opgeven en Merckx zet daarna de zaken weer naar zijn hand. Nu is het wintersportgebied voor de zesde maal etappeplaats. Van recentere datum is de overwinning van Primož Roglič in de Tour van 2020, wanneer hij zijn landgenoot Tadej Pogacar verslaat.

24 juli: 19e rit, 128 km Gap - Alpe d'Huez

Vandaag vanuit wielersstad Gap naar Alpe d'Huez waar het venijn vooral in de eindklim ligt, maar dan moeten eerst wel de Col Bayard (1246 m., 5,1 km @ 7,2%) Col du Noyer (1664 m., 7,2 km @ 8,5% en de Col d'Ornon (1371 m., 5,4 km @ 6,4%) worden gepasseerd. Vele lezers zullen vanuit Bourg d'Oisans ooit de Alpe d'Huez zelf hebben beklommen en weten wat er te wachten staat. Als wielertoerist is het ge-

(1930-2001) de klok van de Notre-Dame des Neiges wanneer de renners Alpe d'Huez binnenreden. Loop de kerk maar eens even binnen en geniet van de architectuur en de mooie ramen en de open ruimte boven het orgel. Voor ons is het wel nog een vraag wie hier zal gaan winnen. Voorspellingen zijn moeilijk, maar het zou natuurlijk zomaar eens kunnen zijn dat Tadej Pogacar deze rit heeft aangestipt en dan weten we dat hij er nooit ver af is. Zijn naam zou niet misstaan op de erelijst van de Alpe d'Huez, eigenlijk moet die naam er zelfs op komen staan zodat hij ook daar nooit vergeten wordt.

Fausto Coppi wordt in elk geval nog altijd niet vergeten. Bij het 100-jarig bestaan van de Tour plaatste de ASO hier een herinneringsmonument.

**25 juli: 20e rit, 171 km
Bourg d'Oisans - Alpe d'Huez**

Op de voorlaatste dag van deze Toureditie wordt de absolute hoofdmaaltijd geserveerd. Het wordt letterlijk en figuurlijk het ongeëvenaarde hoogtepunt. Wat een etappe met de Croix de Fer, de Télégraphe, de Galibier - met een 900 meter na de top de premie bij het monument van Henri Desgrange - en

Dit is de **absolute**
koninginnenrit met
5600 hoogtemeters



Belgische winnaars op de Champs Élysées

1975	Walter Godefroot
1980	Pol Verschuere
1981	Freddy Maertens
1984	Eric Vanderaerden
1985	Rudy Matthys
1990	Johan Museeuw
1998	Tom Steels
2009	Gert Steegmans
2021	Wout van Aert
2022	Jasper Philipsen
2023	Jordi Meeus
2025	Wout van Aert

Nederlandse winnaars

1976	Gerben Karstens
1978	Gerrie Knetemann
1988	Jean-Paul van Poppel
2017	Dylan Groenewegen

Zo deden ze het in Orcières.
Goed voorbeeld doet goed volgen. ©OTOrcières GillesBaron



Alpe d'Huez over de Col de Sarenne! Een absolute uitschieter met 5600 hoogtemeters. Bekijk op je gemak de profielen maar eens! Wie zo'n rit op zijn erelijst bijschrijft is een héél grote mijnheer!

26 juli: 21e rit, 130 km Thoiry - Parijs

Vergelijkingen trekken tussen de startplaats Thoiry en Parijs is onmogelijk. Een plaatsje van ruim duizend inwoners tegenover de miljoenenstad Parijs of van een stil dorp tot een bruisende stad. Er loopt en D-weg door het dorp en dat is het. Onderweg zullen we weer de bekende taferelen zien met onder andere de champagne drinkende winnaar te midden van zijn ploeg. Eenmaal in Parijs aangekomen volgen er drie ronden over de Champs Élysées en dan gaat het driemaal over de Côte de la Butte via de 1,1 km lange kasseiklim à 5,9% naar de Sacre Coeur. In de laatste omloop zal zeker de strijd ontbranden om in een goede positie te komen, want op de top bij de laatste passage is het nog maar 6,1 km naar de meet. Herhaalt Wout van Aert zijn exploit van vorig jaar of is er een andere Belg die met de bloemen aan de haal gaat? We hopen in elk geval op een dertiende Belgische winnaar!

T Tekst & beeld (tenzij anders aangegeven):
Teus Korporaal



DE GROTE VRAAG IS WIE DE EINDWINNAAR ZAL WORDEN?

Zal het Jonas Vingegaard lukken om na 2022 en 2023 een derde keer de Tour te winnen?

Zal er wel iets te doen zijn aan de buitenaardse Tadej Pogacar? Pakt hij zijn vijfde eindzege en komt hij mee op recordhoogte?

Of wordt het toch een van de outsiders?

Onze favorieten en sterren

*****	Tadej Pogacar
***	Jonas Vingegaard
**	Remco Evenepoel, Paul Seixas, Florian Lipowitz, Isaac del Toro

VOORBESCHOUWING TOUR DE FRANCE 2026

Door het winnen aan spiermassa in de winterperiode werd Pogi een nog beter klassiek renner, maar is hij dan ook nog even goed in het hooggebergte? – Foto: La Presse



Tadej Pogačar en Jonas Vingegaard zijn de torenhoge topfavorieten voor de Tour de France 2026. Pogačar, de winnaar van 2020, 2021, 2024 en 2025, wordt gezien als de te kloppen man, terwijl Vingegaard zijn voornaamste uitdager is. Paul Seixas, Florian Lipowitz, Remco Evenepoel en Isaac del Toro zijn de grootste kanshebbers voor het derde plaatsje op het podium. Of wordt dat podium dit jaar toch nog eens op zijn kop gezet?

Tadej Pogačar

Tadej Pogačar is zonder twijfel de meest complete en getalenteerde renner van de laatste 50 jaar. Voor bijna iedereen staat hij dan ook als topfavoriet aan de start van deze Tour en terecht!

Ook wij denken dat zelfs de allerbeste Vingegaard de Pogačar van 2025 niet kan kloppen, toch niet als alles normaal verloopt.

Er liggen echter toch wat addertjes onder het gras zodat we hopen dat het dit jaar een echt spannende strijd wordt:

- Zo gaf Pogačar zelf toe na de Ronde van Romandië dat hij in de winter aan gewicht/spieren heeft bijgewonnen. Dit maakte van hem een nog sterker klassiek renner, maar raakt hij dat gewicht wel kwijt tegen dat de Tour 2026 begint? Een kilootje teveel en dan kijkt Vingegaard gegarandeerd het wit uit

de ogen van de Sloveen eens ze in het hooggebergte komen.

- De factor pech zal vroeg of laat ook wel eens in het nadeel van het Sloveense wielwonder spelen. We wensen het hem niet toe, maar eerlijk is eerlijk, Jonas Vingegaard werd de voorbije twee seizoenen in zijn voorbereiding helemaal niet van pech gespaard. Is 2026 misschien het jaar waar Tadej ook tegen bierkaaien moet vechten in de Tour de France?

Onze prognose: We gaan dwars in tegen alle andere – logische – prognoses en wij voorspellen Pogačar op plaats drie aan het eind van deze Tour. Puur intrinsiek is hij - en bij uitbreiding zijn team - niet te kloppen. Hij is ook de absolute topfavoriet, maar ons buikgevoel zegt dat er iets zal zijn dat hem dit jaar op de knieën krijgt. Niet dat we hem geen vijfde Tourzege gunnen, want ons respect is grenzeloos. Maar toch zou dit scenario voor de wielwereld en de populariteit van de sport een zegen zijn. Dat hij die vijfde zege dan in 2027 maar aan zijn palmares toevoegt zouden we zo zeggen.

Laat er als lezer echter geen twijfel over bestaan dat ook Cyclelive Magazine Pogačar veruit als de de grootste renner van dit moment beschouwt. Wij denken zelfs dat hij puur in klasse en talent Eddy Merckx overstijgt. Daarom plaatsen wij zijn geweldig palmares achteraan dit artikel. Bekijk het maar eens en knipper eerst met de ogen alvorens het te laten doorsijpelen.

Jonas Vingegaard

Jonas Vingegaard wordt beschouwd als een van de twee absolute topfavorieten voor de Tour de France 2026. Samen met Tadej Pogačar domineert hij de favorietenlijstjes, waarbij hij vaak als de enige echte uitdager wordt gezien die Pogačar van een vijfde zege kan houden.

Vingegaard waagt zich echter voor het eerst aan de dubbel Giro - Tour en het is net die combinatie die als een zegen of als een val kan werken. Hoe komt hij uit de Giro, dat is op het moment van deze voorbeschouwing de grote vraag. Jonas en zijn team zijn er van overtuigd dat die Ronde van Italië hem naar en nog hoger niveau zal tillen. Wij hopen het samen met hen, want het zal de spanning enkel ten goede komen.

In elk geval reed de Deen een indrukwekkend voorjaar met dominante winst in Parijs-Nice en de Ronde van Catalonië.

Bovendien zijn er de signalen vanuit zijn ploeg. Volgens het management van Visma | Lease a Bike, heeft Vingegaard vergeleken met vorig jaar "opnieuw een grote stap gezet".

Hoewel Pogačar voor ons nog steeds favoriet nummer één is, volgt Vingegaard op korte afstand als de duidelijke nummer twee.

Zijn grootste uitdaging zal de recuperatie zijn na de Giro. Als hij daar ongeschonden uitkomt, start hij in juli als een heel te duchten rivaal van de wereldkampioen.

Onze prognose: Jonas Vingegaard wint dit jaar voor de derde keer de Tour de France

Florian Lipowitz

Florian Lipowitz is een van de belangrijkste favorieten en volgens ons samen met Paul Seixas dé grote uitdager voor het podium in de Tour de France.

Bij Red Bull-Bora-hansgrohe deelt hij de rol van kopman met Remco Evenepoel. De ploeg zet vol in op dit duo om Tadej Pogačar en Jonas Vingegaard aan te vallen.

In de recent verreden Ronde van Romandië (mei 2026) was Lipowitz de enige die Pogačar echt kon uitdagen in de bergen, wat resulteerde in een knappe tweede plaats in het eindklassement.



Lipowitz - © Tournasol7, CCBY4.0



Vingegaard de grote uitdager van alleskunner Pogačar © A.S.O. Charly Lopez

Vorig jaar verraste hij de wielwereld al door als debutant direct als derde te eindigen in de Tour de France en de witte trui te winnen. Hierdoor start hij dit jaar niet meer als 'dark horse', maar als een gevestigde topfavoriet voor het podium.

Vorbereiding:

Om in topvorm aan de start in Barcelona te verschijnen, slaat hij grote koersen zoals de Tour Auvergne-Rhône-Alpes (de vroegere Dauphiné) over. In plaats daarvan kiest hij voor een hoogtestage en de Ronde van Slovenië als laatste test.

Onze prognose: Wij plaatsen Lipowitz als nummer 4 in deze Tour de France

Remco Evenepoel

Remco Evenepoel wordt vooral in België nog steeds beschouwd als een van de belangrijkste favorieten voor de Tour de France 2026.

Evenepoel steekt zijn ambities niet onder stoelen of banken en zei in een interview met Sporza: "Ik kan de Tour de France winnen in 2026".

In 2026 rijdt hij voor Red Bull-Bora-hansgrohe, waar hij als kopman wordt ondersteund door een sterke klimploeg. Hij deelt het kopmanschap met Florian Lipowitz, een tactiek die hem misschien iets meer vrijheid kan geven tegenover de suprematie van Pogačar.

Zijn tijdradicapaciteiten blijven zijn grootste troef, maar daar is hij in een Tour met een parcours zoals de laatste jaren het geval is, niet echt veel mee geholpen.

Remco Evenepoel is ongetwijfeld de beste tijdrijder van de wereld, jammer genoeg legt het hem enkel windeieren in een Tour met weinig tijdritkilometers – Foto: Patrick Van Gansen

Bovendien is Remco er in de echte bergritten nog nooit in geslaagd om Pogačar en Vingegaard te volgen laat staan te verslaan.

Vorbereiding:

De ultieme voorbereiding van Remco Evenepoel op de Tour de France van 2026 is opvallend: hij rijdt geen enkele officiële wedstrijd meer tot aan de Grand Départ in Barcelona op 4 juli.

Zijn team, Red Bull-Bora-hansgrohe, heeft besloten om af te wijken van het oorspronkelijke plan om zo "fris mogelijk" aan de start te verschijnen.

De bouwstenen van zijn voorbereiding:

- 69 dagen zonder koers: Sinds zijn laatste wedstrijd, Luik-Bastenaken-Luik op 26 april, last hij een pauze van ruim twee maanden in om fysiek en mentaal te herstellen van een intensief voorjaar.
- Schrappen van de Dauphiné/Tour Auvergne-Rhône-Alpes: Aanvankelijk zou hij in juni deelnemen aan de Tour Auvergne-Rhône-Alpes (de opvolger van de Dauphiné), maar die is uit zijn schema geschrapt.
- Hoogtestage in mei: Evenepoel trekt in mei op hoogtestage om de basisconditie voor de bergen verder aan te scherpen.
- Specifieke training en verkenning: In juni focust hij zich volledig op parcoursverkenningen van de cruciale Touretappes en gerichte trainingssessies op maat.

Volgens sportief directeur Zak Dempster weegt het voordeel van een fris lichaam zwaarder dan de extra "wedstrijdprikkel" die hij in juni zou krijgen.

Paul Seixas in volle inspanning



Onze prognose: Remco is geen topfavoriet voor het podium meer en wij plaatsen hem op nummer vijf voor deze Tour. We zouden echter erg graag zien dat deze woorden als een rode lap op een stier werken en Remco het tegendeel bewijst. Laat ons hopen dat de zeer specifieke voorbereiding op de Tour zijn vruchten afwerpt en we een heel andere Remco in de Tour 2026 zien dan in 2025. Want als we een man op het hoogste schavotje in Parijs willen zien dan is het een Belg en dus kan dat enkel Remco Evenepoel zijn.

Paul Seixas

Paul Seixas (19) wordt gezien als een enorm Frans toptalent en maakt in 2026 zijn debuut in de Tour de France. Hoewel hij schitterde in de Ronde van het Baskenland, de Waalse Pijl en met zijn tweede plaats in Luik -Bastenaken - Luik, is hij door zijn jeugdige leeftijd en gebrek aan ervaring in grote rondes nog geen absolute topfavoriet voor de eindzege in de Tour.

Onze prognose:
Jonas Vingegaard
wint dit jaar voor de
derde keer de Tour
de France

Seixas zal in de Tour meer worden gevolgd als een 'dark horse' of opkomende ster dan als de absolute topfavoriet voor de gele trui.

Het 19-jarige supertalent is echter een "sensatie" die alle logica op zijn kop zet en dat is zoals Jan Bakelants het stelde, inderdaad slecht nieuws voor de concurrentie en zeker voor Remco Evenepoel. Hij ziet in Seixas een extra geduchte concurrent voor de ereplaatsen en wij

gaan volmondig mee in deze stelling. Dat hij slechts 19 jaar is, is van geen tel voor deze jongen. Als het rechtstreeks en diep in je genen zit is leeftijd blijkbaar niet belangrijk meer. Tegenwoordig wordt alle wetenschap over een rennerslichaam uit het verleden compleet op zijn kop gezet en dat is net wat Paul Seixas wel eens kan doen in deze Tour: eventjes alles door mekaar schudden.

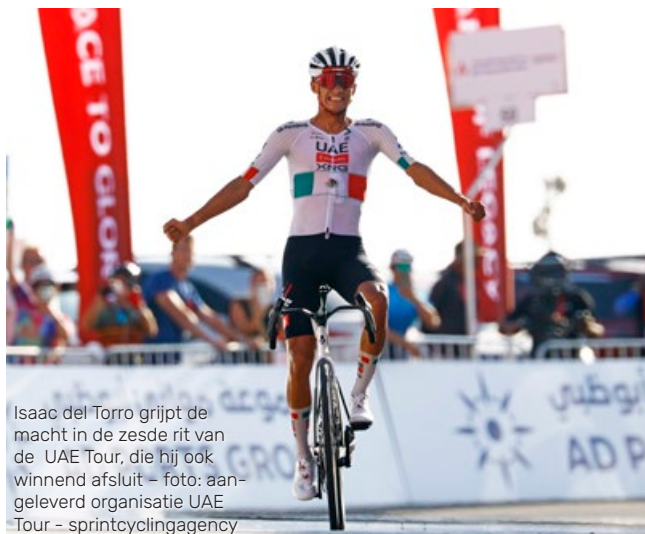
Onze prognose: Paul Seixas staat als nummer twee op het podium in Parijs.

Isaac del Toro

Isaac del Toro is voor deze Tour een gevaarlijke outsider en schaduwfavoriet. Zijn officiële rol binnen UAE Team Emirates is die van luxehelper voor kopman Tadej Pogačar. Maar hij is ook de back-up voor het geval er iets met Pogi moest gebeuren waardoor die kansloos zou worden.

Del Toro heeft een ijzersterk voorjaar achter de rug met winst in de Tirreno-Adriatico en de UAE Tour. Zijn deelname aan de Tour van 2026 wordt door zijn team vooral gezien als een "leertraject" om hem voor te bereiden op later kopmanschap.

Onze prognose: Isaac del Toro wordt zesde in het eindklassement van deze Tour.



Isaac del Toro grijpt de macht in de zesde rit van de UAE Tour, die hij ook winnend afsluit – foto: aangeleverd organisatie UAE Tour – sprintcyclingagency



João Almeida
© Granada, CC BY-SA 4.0



Cian Uijtdebroeks tijdens de Ronde van Valencia 2026

Cian Uijtdebroeks

Cian Uijtdebroeks zal in 2026 zijn debuut maken in de Tour de France voor zijn nieuwe ploeg Movistar. Zijn voorbereiding loopt via Critérium du Dauphiné. Cian is iemand die erg geconcentreerd en minutieus naar een evenement toeleeft. Zijn grote droom om de Tour te winnen is nog ver af en we zijn benieuwd naar hoe ver zijn mogelijkheden reiken.

Onze prognose/hoop: Cian pakt de negende plaats in het klassement.

João Almeida

Bij het maken van deze voorbeschouwing is João Almeida nog volop op de sukkel. Hij heeft noodgedwongen zijn deelname aan de Giro d'Italia 2026 afgezegd vanwege aanhoudende ziekte. Almeida kampte met een viraal syndroom en complicaties, waardoor hij sinds eind maart 2026 niet meer in competitie was.

Ondanks een redelijk begin van het seizoen met enkele podiumplekken, heeft de ziekte zijn volledige voorbereiding op zijn hoofddoel (de Giro) in de war geschopt. Hij neemt een rustperiode om te herstellen en zijn conditie weer op te bouwen met waarschijnlijk als doel de Tour te rijden in dienst van Pogačar.

Onze prognose: Als João Almeida al klaar geraakt voor deze Tour de France dan zal hij zijn rol als helper moeten gebruiken om terug op topniveau te komen later op het seizoen. Een plaats in de top tien zou een geweldig en misschien wel onverwacht succes betekenen voor de Portugees.

Andere kandidaten voor een top tien plaats zijn: Oscar Onley (alhoewel het onzeker is dat hij klaar geraakt voor de Tour), Kévin Vauquelin, Ben Healy, Carlos Rodriguez en Juan Ayuso.

Tekst: Patrick Van Gansen

TADEJ POGAČAR OP WEG NAAR DE EERSTE PLAATS OP DE ALL TIME RANKING?

Tadej Pogačar

Geboortedatum: 21 september 1998

Geboren: Klanec, Slovenië

All Time Ranking Pro Cycling Stats

Volgens de erg secure en gerespecteerde puntentelling van Pro Cycling Stats staat Tadej Pogačar voor de start van de Tour de France op de zesde plaats van de All Time Ranking. Bij een podium plaats in de Tour 2026 springt hij al sowieso over Roger de Vlaeminck en Bernard Hinault naar de vierde plaats aller tijden. Zijn nog steeds relatief jonge leeftijd in acht genomen, is Tadej op weg naar een zekere tweede plaats op die ranking. Of hij er ook in zal slagen om Eddy Merckx van de troon te stoten zal voor een groot deel afhangen van de mentale factor -



Pogačar - TDF 2025 - ERIC SALARD from Le Chateau d'Oleron, FRANCE, CC BY-SA 4.0

#	Diff.	H2H	Rider	Points
1	-		MERCKX Eddy	3852.3
2	-		KELLY Sean	2171.1
3	-		MOSER Francesco	2129.2
4	-		HINAULT Bernard	2006
5	-		DE VLAEMINCK Roger	2005
6	▲2		POGAČAR Tadej	1978.3
7	▼1		VALVERDE Alejandro	1910.5
8	▼1		ANQUETIL Jacques	1839.4
9	-		VAN LOOY Rik	1708.4
10	-		JALABERT Laurent	1576.3
11	-		BARTALI Gino	1567.8
12	-		COPPI Fausto	1554.5
13	-		SARONNI Giuseppe	1543.8
14	-		MAERTENS Freddy	1483.5
15	-		GIMONDI Felice	1468.6
16	-		ZOETEMELK Joop	1437.5
17	-		ZABEL Erik	1406.1
18	-		SAGAN Peter	1387.8
19	-		ROMINGER Tony	1301.3
20	-		POULIDOR Raymond	1281.7

lees de goesting - om nog een aanzienlijk aantal jaren op topniveau te presteren. Dat we met een onwaarschijnlijk fenomeen te maken hebben wisten we allemaal al wel, maar deze ranking onderstreept nog maar eens de grootsheid van de nog steeds maar 27-jarige Sloveen.

Huidig palmares Tadej Pogačar:

- 4 x Tour de France ('25, '24, '21, '20)
- 21 ritten Tour de France ('25, '24, '23, '22, '21, '20)
- 1 x Giro d'Italia ('24)
- 5 x Ronde van Lombardije ('25, '24, '23, '22, '21)
- 4 x Liège - Bastogne - Liège ('26, '25, '24, '21)
- 2 x Wereldkampioen op de weg ('25, '24)
- 3 x Ronde van Vlaanderen ('26, '25, '23)
- 1 x Milaan - San Remo ('26)
- 4 x Strade Bianche ('26, '25, '24, '22)
- 2 x Waalse Pijl ('25, '23)
- 2 x Grand Prix Cycliste de Montréal ('24, '22)
- 3 x UAE Tour ('25, '22, '21)
- 2 x Tirreno-Adriatico ('22, '21)
- Ronde van Romandië ('26)
- Critérium du Dauphiné ('25)

Totaal: 117 UCI overwinningen tot 05/05/2026

Tekst: Patrick Van Gansen



PEUGEOT RIFTER

TOT **8** JAAR PEUGEOT CARE GARANTIE

Zonder invloed op de wettelijke garantie. Voor inhoud, beperkingen en voorwaarden: zie algemene voorwaarden op peugeot.be

PEUGEOT RIFTER ALLURE 1.2 110 S&S MAN.6

Vanafprijs zonder opties BTW¹ € 26.950

Voorwaardelijke recyclagepremie² € - 6.400

JOUW SALONDEAL³: € 20.550

Via Leas' N'Go⁴ rij je al met een Peugeot RIFTER voor € 185^c /maand (ZBTW)

Via Leas' N'Go⁴ rij je al elektrisch met een Peugeot E-RIFTER voor € 255^d /maand (ZBTW)



www.peugeot.be

Milieu-informatie [K.B. 19.03.2004] op www.peugeot.be PEUGEOT INVEEST TotalEnergies aan GEEF VOORRANG AAN VEILIGHEID.

RIFTER: 0 - 7,5 L/100 KM 0 - 170 G/KM 17,5 - 19,4 KWH/100 KM RIJBEREIK TOT 346 KM (WLTP)

(1)Vanafprijs zonder opties incl. BTW van het getoonde voertuig. Aanbod voorbehouden aan particulieren, geldig van 01/01/2026 tot 28/02/2026, in het Belgische netwerk van Peugeot. De vanafprijs is inclusief de milieubijdrage. (2) De Recyclagepremie is een voorwaardelijke premie en is enkel geldig bij aankoop van een nieuwe Peugeot 208, 2008, 308, 408, 3008, 5008 of Rifter (bonus varieert per model) voor particulieren van 01/01/2026 tot en met 28/02/2026 bij onze officiële Belgische Peugeot verkooppunten en bij inlevering van een volledig bruikbaar gestalde wagen die voor 01/01/2014 is ingeschreven of een Euro5-diesel of Euro2-essence die voor vermistiging bestemd is. De te recycleren wagen moet sinds minstens 6 maanden op naam van de koper zijn ingeschreven. Actie cumuleerbaar met andere promotionele acties, uitgezonderd de overnamebonus. Voorwaarden beschikbaar in het Peugeot verkooppunt. (3) Vanafprijs zonder opties incl. BTW van het getoonde voertuig en voorwaardelijke recyclagepremie (3) incl. BTW en/of voorwaardelijke stockbonus incl. BTW afgetrokken, bij aankoop van een nieuwe wagen en bij vervullen van de voorwaarden van de voorwaardelijke recyclagepremie en/of voorwaardelijke stockbonus. Aanbod voorbehouden aan particulieren, geldig van 01/01/2026 tot 28/02/2026, in het Belgische netwerk van Peugeot. De vanafprijs is inclusief de milieubijdrage. (4) Geldig voor een nieuwe Peugeot wagen aangekocht tussen 01/01/2026 en 28/02/2026 in het Belgische Peugeot netwerk van officiële verkooppunten en ingeschreven in België. Niet inwisselbaar voor een gelijkwaardig voordeel. Goedkeuringswaarden bepaald volgens de WLTP gecombineerde cyclus, op basis waarvan nieuwe voertuigen worden goedgekeurd sinds 1 september 2018. De aangegeven waarden zijn voor vergelijkingsdoeleinden. De werkelijke waarden voor brandstofverbruik en CO2-emissie alsook autonomie kunnen sterk afwijken en kunnen variëren naargelang de gebruiksomstandigheden en diverse factoren zoals: opties, de omgevingstemperatuur, de rijstijl, de snelheid, het totale gewicht van de wagen, het gebruik van bepaalde uitrustingen (air conditioning, verwarming, radio, navigatie, lichten enz.), het bandtype en de staat ervan, de wegomstandigheden, externe klimaatcondities, frequentie van herladen per aantal afgelegde kilometers (tegenover de autonomie van Plug-in Hybrid en elektrische wagens), enz. Meer informatie op peugeot.be foto's ter illustratie en niet contractueel bindend, onder voorbehoud van type en/of drukfouten. VUJ, Laurent Barria, Stellantis Belux N.V., Bourgetlaan 20 bus 2 B-130 Brussel België, ingeschreven bij de KBO met het nummer 0403.461107, als inwreder van het merk Peugeot - IBAN: BE81271004500024 - Tel.: +32 (0)78 15 16 15. Milieu-informatie (KB 19.03.04): peugeot.be

ONTDEK AL ONZE AANBIEDINGEN OP HET VOLLEDIGE GAMMA IN ONS NETWERK:

VAN DONGEN EN GEMA BRECHT
Molenstraat 100
2960 Brecht
T 03 313 85 22

VAN GANSEN EKEREN
Leugenberg 105
2180 Ekeren
T 03 660 29 40

VAN GANSEN ANTWERPEN
Noorderlaan 85
2030 Antwerpen
T 03 609 55 10

LAVRIJSEN HERENTALS
Hemeldonk 4
2200 Herentals
T 014 24 80 60

NEW ë-C5 AIRCROSS

TOT **8** JAAR CITROËN CARE GARANTIE²

Zonder invloed op de wettelijke fabrieksgarantie van 2 jaar.



Tot **680km** rijbereik¹

GEMENGD VERBRUIK: 0 G/KM · 17 - 17,4 KWH (WLTP)

Milieu-informatie (KB 19/03/2004): citroen.be CITROËN INVEEST TotalEnergies aan GEEF VOORRANG AAN VEILIGHEID.

Het verbruik en de CO2-uitstoot is bepaald volgens de World Harmonized Light Vehicle Test Procedure (WLTP) volgens de normen R (EC) Nr. 715/2007, R (EU) Nr. 2017/1153 en R (EU) Nr. 2017/1151.

(1) Het verbruik tot 680 km is geldig voor de nieuwe ëC5 Aircross Long Range 230 pk die binnenkort bestelbaar zal zijn. De nieuwe ëC5 Aircross Comfort Range 210 pk met een rijbereik tot 620 km kan nu al besteld worden. Het uiteindelijke rijbereik kan variëren afhankelijk van rijstijl, wegomstandigheden, buiten temperatuur en het gebruik van klimaatregeling. (2) Als je vrij besluit om op deze Citroën regelmatig betaald onderhoud te laten uitvoeren zoals voorzien in het onderhoudsboekje en dat in het Citroën-netwerk wordt uitgevoerd, geniet je gratis van een speciale garantie die de belangrijkste mechanische onderdelen van het voertuig dekt. Deze speciale garantie is geldig tot het eerstvolgende reguliere onderhoudsinterval, tot een maximum van 8 jaar (inclusief de duur van de commerciële garantie van de fabrikant) of 160.000 km (afhankelijk van wat zich het eerst voordoet, hierbij verduidelijkt dat de wettelijke garantie niet beperkt wordt door deze termijnen) vanaf de eerste registratie van het voertuig. Deze speciale garantie heeft geen invloed op de commerciële garantie van de fabrikant, die geldig is ongeacht waar het regelmatige onderhoud van het voertuig is uitgevoerd. Deze speciale garantie beperkt de rechten van de consument niet in het kader van zijn wettelijke garantie. Raadpleeg voor de inhoud, beperkingen en voorwaarden van deze speciale garantie de algemene voorwaarden die beschikbaar zijn op de website Citroën.be. Druk- en typefouten voorbehouden. Afbeeldingen niet bindend VUJ, Laurent Barria - Stellantis Belux NV - Bourgetlaan 20 Bus 2 - B-1130 Brussel België, ingeschreven bij de KBO onder het nummer 0403.461107 - IBAN: DE 64512106990160000009 - Tel: +32 2 2066800



CITROËN

FELIX BRECHT
Heiken 66
2960 Brecht
T 03 660 26 00

FELIX HERENTALS
Hemeldonk 4
2200 Herentals
T 014 28 37 00

VAN GANSEN EKEREN
Leugenberg 105
2180 Ekeren
T 03 660 09 00

TOUR de france™

FEMMES
AVEC ZWIFT

1-9 AOÛT 2026

TOUR DE FRANCE FEMMES 2026

EEN STUKJE GESCHIEDENIS

Sinds 2022 vindt in zijn huidige vorm de Tour de France Femmes plaats met achtereenvolgens als winnaressen: Annemiek van Vleuten, Demi Vollering, Katarzyna Niewiadoma en Pauline Ferrand-Prévot. Daarvoor was er tussen 2014-2021 de eendaagse wedstrijd La Course by Le Tour de France met winst voor Marianne Vos (2014 en 2019), Anna van der Breggen (2015), Chloe Hosking (2016), Annemiek van Vleuten (2017, 2018), Elizabeth Deignan (2020) en Demi Vollering (2021).



1	SAMEDI 1 ^{er} AOÛT - SATURDAY 1 st AUGUST LAUSANNE > LAUSANNE	137 km
2	DIMANCHE 2 AOÛT - SUNDAY 2 AUGUST AIGLE > GENÈVE	149 km
3	LUNDI 3 AOÛT - MONDAY 3 AUGUST GENÈVE > POLIGNY	157 km
4	MARDI 4 AOÛT - TUESDAY 4 AUGUST GEVREY-CHAMBERTIN > DIJON	21 km
5	MERCREDI 5 AOÛT - WEDNESDAY 5 AUGUST MÂCON > BELLEVILLE-EN-BEAUJOLAIS	140 km
6	JEUDI 6 AOÛT - THURSDAY 6 AUGUST MONTBRISON > TOURNON-SUR-RHÔNE	153 km
7	VENREDI 7 AOÛT - FRIDAY 7 AUGUST LA VOULTE-SUR-RHÔNE > MONT VENTOUX	144 km
8	SAMEDI 8 AOÛT - SATURDAY 8 AUGUST SISTERON > NICE	175 km
9	DIMANCHE 9 AOÛT - SUNDAY 9 AUGUST NICE > NICE	99 km

TOTAL AVANT HOMOLOGATION 1 175 km
TOTAL BEFORE HOMOLOGATION

LÉGENDE / THE KEY

- Grand Départ
Race Start
- Ville ou site départ
Start town or site
- Ville ou site arrivée
Finish town or site
- Arrivée finale
Race finish
- Étape en ligne
Stage
- C.I.M. individuel
Individual time trial

50 km

©2025 GEOATLAS.fr

letourfemmes.fr @LeTourFemmes

#TDF2026 #WatchTheFemmes

Tussen 1984 en 2009 zijn er onder verschillende namen wedstrijden in het kader van de grote Tour georganiseerd: Tour de France Féminin (1984-1989), Tour de la C.E.E. Féminin (1990-1993), Tour Cycliste Féminin (1992-1997) en La Grande Boucle Féminine (1998-2009). In de tweede Tour voor vrouwen in 1985, die toen vooraf ging aan de mannen-Tour (dus dubbel waar voor je geld), was ondergetekende op de Col du Tourmalet. De 35-jarige Italiaanse Maria Canins komt in het geel met een voorsprong van ongeveer vijf minuten als eerste boven (zie foto) en zij wint die rit op Luz-Ardiden. Zij wordt ook eindwinnares van die editie en doet dat een jaar nadien in 1986 nog een keertje over.

NOG ENKELE WEETJES:

In 1984 wordt met landensploegen gereden. De Belgische deelnemers zijn: Josiane Vanhuyse, Maria Herrygers, Greta Fleerackers, Nadina Fiers, Marina Mampay en Ingrid Mekers. De Amerikaanse Marianne Martin won die allereerste editie, voor de Nederlandse Heleen Hage.

Van 1984 - 1989 (Tour de France Féminin) werd de koers georganiseerd door de Société du Tour de France (nu ASO) en de opzet met nationale selecties werd grotendeels behouden na de eerste editie.

In de periode 1990 -2009 was er een versnipperde organisatie. Onder namen als de Tour de la C.E.E. Féminin (1990-1993) en de Grande Boucle Fémini-

Maria Canins



Lucinda Brand (links) op kop in de Tour de Femmes 2024 in de polders van de Alblasserwaard



ne (1998-2009) maakten landensploegen steeds vaker plaats voor gemengde of commerciële teams, al bleven nationale bonden soms nog teams afvaardigen bij gebrek aan commerciële sponsors. Vanaf 2022 wordt de huidige moderne vrouwen-Tour uitsluitend verreden met commerciële UCI-ploegen.

Heidi Van De Vijver is de enige Belgische die er ooit in slaagde om als eindwinnaar van een heuse vrouwen-Tour over de eindmeet te bollen. Heidi won in 1993 de Tour de la C.E.E. Féminin.

1 AUGUSTUS, 1E RIT, 137 KM LAUSANNE - LAUSANNE

Lausanne met 145.000 inwoners, gelegen aan de noordzijde van het Meer van Genève, kan met recht het Mekka van de sport worden genoemd. Hier zetelt immers het Internationaal Olympisch Comité (I.O.C.), maar ook andere sportbonden hebben hier hun hoofdzetel, zoals de internationale overkoepelende sportbonden van de roeiers, schaatsers, gymnastiek, atletiek enzovoorts. En dan is er ook nog eens het Olympisch Museum. In het park rondom het museum staan meerdere beeldhouwwerken die met het thema sport te maken hebben. Natuurlijk staat er ook een wielerveelbeeld. De fietswielen vormen de



Park Olympisch Museum





Wordt Lorena Wiebes winnares in Genève?



Entree UCI kantoor in Aigle



Ze wilde wel even poseren!

Olympische ringen. De dames mogen vereerd zijn met zo'n startplaats! De etappe voert in noordelijke richting naar het Lac de Neuchâtel bij Yverdon. Vervolgens langs het meer om daarna weer bij te draaien naar het zuiden. Hierna volgen twee klimmetjes en gaat het terug richting Lausanne. Het venijn zit in de finale. In Lausanne ligt de meet op de Côte Saint-François (2,5 km à 4,6%). Wie heeft hier de sterkste benen en komt meteen in het geel?

2 AUGUSTUS, 2E RIT, 149 KM AIGLE - GENÈVE

Was Lausanne een dag eerder het Mekka van de

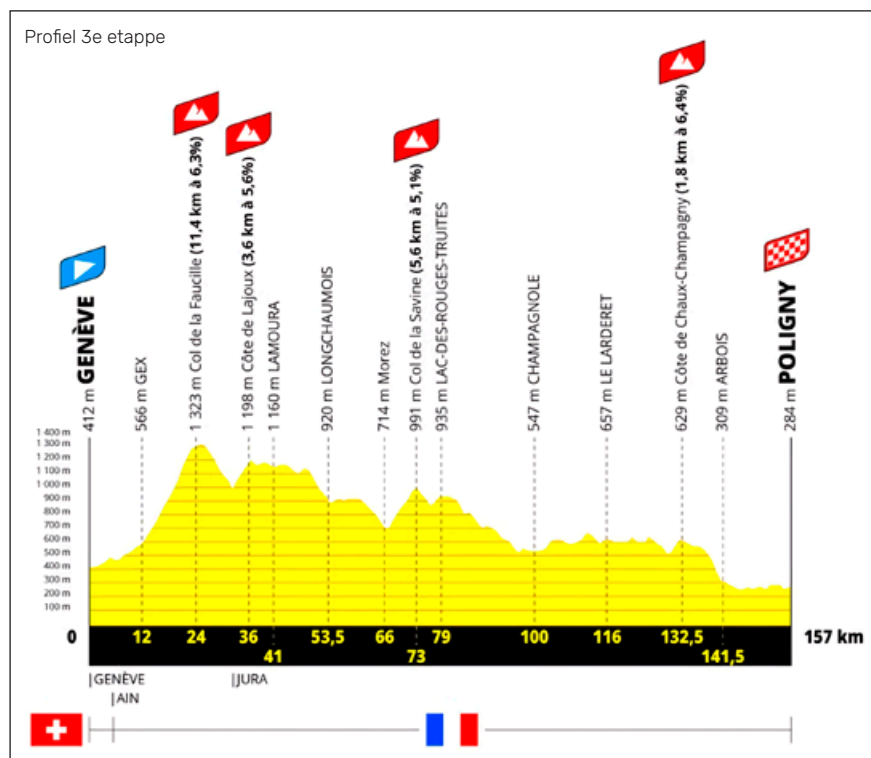
sport in het algemeen, de vertrekplaats Aigle is dat voor de wielersport. Hier is immers de U.C.I. gevestigd. Wanneer je daar in de buurt bent, loop er eens binnen en bekijk bijvoorbeeld de wielersbaan. Vanuit Aigle loopt de etappe in een grote noordelijke boog om het Meer van Genève/Lac Léman naar Genève. Onderweg zijn er een vijftal côtes op het parcours, waarvan de voorlaatste over een afstand van 900 meter een stijging heeft van 10,4 %. Daarna gaat het over golvend terrein naar Genève. De organisatie geeft de etappe de kwalificatie vlak mee. Er is praktisch geen verschil tussen de hoogte van Aigle en Genève. Aigle ligt op 381 meter en Genève op 382

meter. Onderweg (km 44) is het hoogste punt 843 meter op de Côte de Savigny. De finish in Genève ligt op de Quai de Mont-Blanc, die evenwijdig aan het meer loopt.

Lekker sprinten. Als alles goed gaat zal topsprinter Lorena Wiebes hier zeker een gooi doen naar de overwinning.

3 AUGUSTUS, 3E RIT, 157 KM GENÈVE - POLIGNY

Het profiel vertelt al dat het een zware dag zal worden. Meteen vanuit de start is het klimmen gebleden om na 24 kilometer op de top van de Col de la Faucille (1323 m.) te komen. Het is ook het hoogste punt van de dag. Daarna blijft het klimmen en dalen. De laatste 25 kilometer gaat in dalende lijn naar de meet in Poligny (Jura). Toch zal hier wellicht één van de betere klimsters met de winst gaan strijken. Het is te verwachten dat in deze rit het kaf snel van het koren zal worden gescheiden en er tekening komt in de posities in het algemeen klassement. Toen enkele jaren geleden de "grote" Tour hier in deze regio was, was dat overal waar te nemen. Zelfs de cassières in de supermarkt waren in het geel. (zie foto)



4 AUGUSTUS, 4E RIT, 21 KM GEVREY-CHAMBERTIN - DIJON

Het circa 3.000 inwoners tellende dorpje Gevrey-Chambertin ligt verscholen tussen de wijngaarden. Het is hier alles wijn wat de klok slaat. De Tourorganisatie slaat een goed glas blijkbaar ook niet af. In 2024 is Gevrey-Chambertin finishplaats van de tijdrit in de Mannentour met toen als winnaar

Remco Evenepoel en nu starten de dames er voor hun tijdrit naar Dijon. Het enige verschil is dat de tijdrit toen vanuit het zuiden kwam en dat deze nu naar het noorden gaat. Na zeven km is er bij Corcelles-les-Monts een klein klimmetje en daarna gaat het in dalende lijn naar de meet. Dijon is de stad van de mosterd. Loop maar eens zo'n speciaalzaak binnen en verwonder je over de kleurrijke potten en allerlei smaken. Maar er is meer. Verken bijvoorbeeld de binnenstad en bekijk op de Place de la Libération het Palais des Ducs (Paleis van de hertogen van Bourgogne) en neem de sfeer op in de markthallen. Wanneer je de drukte van de stad wat wilt ontlopen, laat



Zomaar langs de straat. ©Joke Asman



Zijgevel van de Mairie in Gevrey-Chambertin



Canal de Bourgogne



Security Tech Germany



L O C K

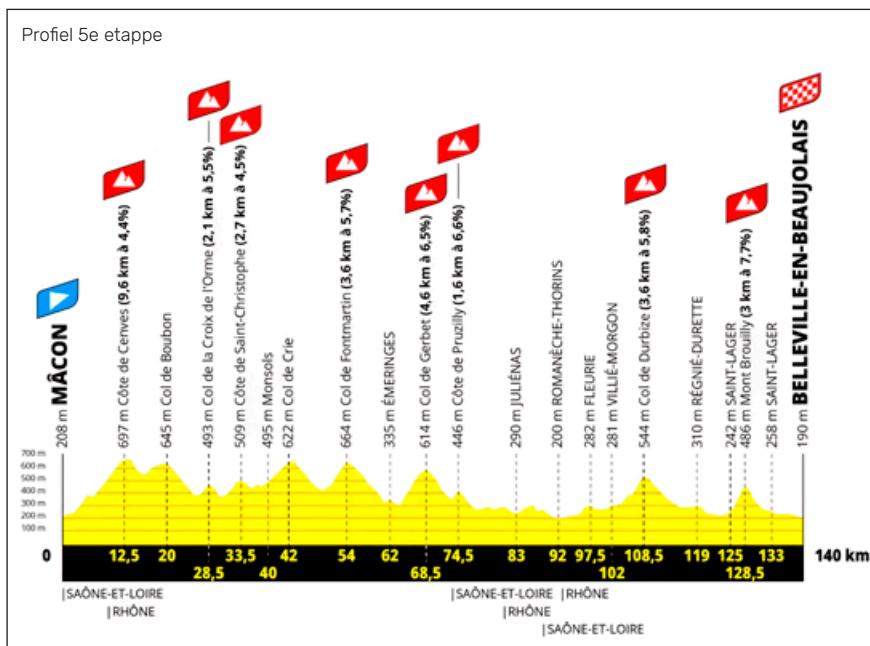
The ABUS Goose Lock bike lock nestles elegantly around the bike frame and then stays in the desired shape.

abus.com



Startplaats Mâcon aan de Saône

Profiel 5e etappe



je dan verleiden door een fietstocht(je) langs een deel van het Canal de Bourgogne. Je zult er geen spijt van hebben!

5 AUGUSTUS, 5E RIT, 140 KM MÂCON - BELLEVILLE-EN-BEAUJOLAIS

In 2024 is de Tour de France voor de laatste maal in Mâcon. Dan wordt er gestart voor een rit in noordelijke richting naar Dijon. De dames koersen in zuidelijke richting naar het aangrenzende wijnged

van de Beaujolais. Om Belleville te bereiken moeten acht geregistreerde klimmen worden gepasseerd. Het is niet hoog, maar het geheel is zondermeer pittig. Voor zover in te schatten zou het tot nu toe de zwaarste etappe kunnen worden, waarbij de kaarten op tafel gaan komen. Demi Vollering en Katarzyna Niewiadoma zullen zich zeker van hun beste kant laten zien. Over de autoroute is de afstand tussen beide plaatsen maar zo'n 25 kilometer, maar met draaien en keren worden het er uiteindelijk 140. Bel-

leville-en-Beaujolais heeft maar een summiere Tour geschiedenis. In 2023 ligt hier de meet van een rit die door de Spanjaard Ion Izagirre wordt gewonnen. Maar nu is alles anders, zowel Mâcon als Belleville die beiden aan de Saône liggen, zijn gastheer van de Tour des Femmes. Het zal een mooie dag worden!

6 AUGUSTUS, 6E RIT, 153 KM MONTBRISON - TOURNON-SUR-RHÔNE

De startplaats Montbrison ligt circa 30 km ten

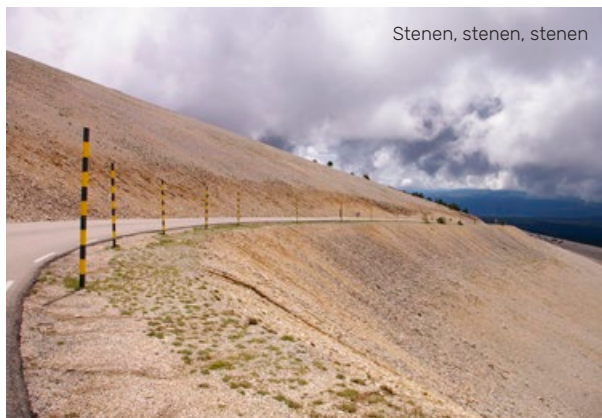
noordwesten van St Étienne. De Tour passeerde hier in 1986 in een rit naar de Puy de Dôme. De Tour website vermeldt dat Dirk De Wolf toen hier een tussensprint won. Daar moeten we het mee doen. De dames hebben nu een zekere primeur door hier te kunnen/mogen starten. Vijfendertig kilometer voor de meet passeren de renners het dorpje St. Félicien (circa 1.200 inwoners). Jaarlijks is het dorp in juni het middelpunt van het grootste Franse wielerevenement de l'Ardècheoise. Raadpleeg maar eens de website en bekijk het grote aantal mogelijkheden voor één of meer dagen fietsen in de Ardèche óf in de cyclospportieve of gewoon ontspannen als wielertoerist. Wij reden een aantal malen de cyclospportieve. Een geweldige ambiance. Onderweg is het in alle dorpen feest. Let wel op want onderweg is het flink klimmen! Dan gaan de dames richting de meet in Tournon-sur Rhône. De enige binding die de stad met het dameswielrennen heeft is dat de plaatselijke sporthal de naam van Jeannie Longo draagt. Voor diegenen die onbekend zijn met haar resultaten hierbij een kort overzicht van haar palmares: Olympisch kampioene op de weg '96 (neemt deel aan zeven



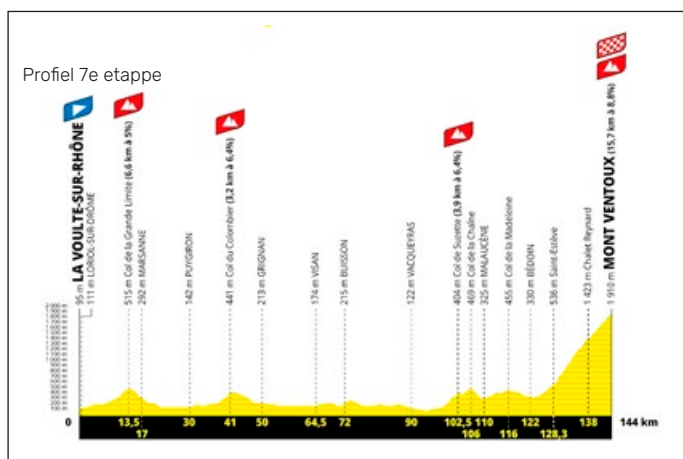
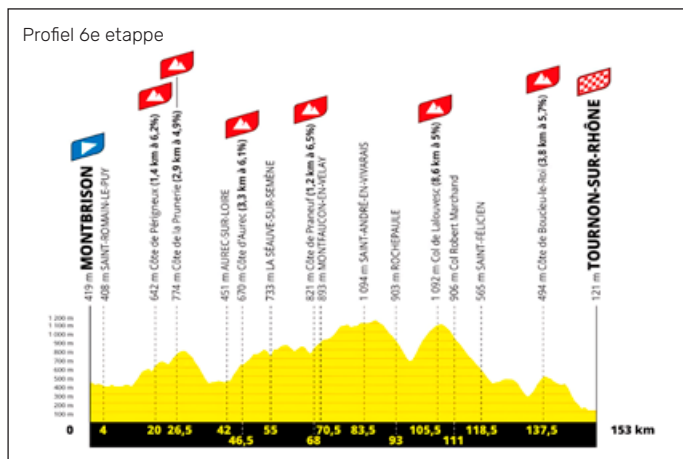
Bédoin



De bocht van Saint-Estève met doorkijkje naar de top



Stenen, stenen, stenen



Olympische Spelen), wereldkampioene op de weg '85, '86, '87, '89 en '95, wereldkampioene tijdrijden '95, '96, '97 en 2001. De Nederlandse Leontien van Moorsel is in die tijd haar belangrijkste rivale met wereldtitels in '81 en '93, Olympische titels in 2000 (weg, tijdrit en achtervolging) en in 2004 (tijdrit) en winst in de Tour de France van 1992 en 1993.

Tournon ligt ook aan de 650 km lange fietsroute ViaRhôna tussen het Meer van Genève en de Middellandse Zee. Uit ervaring kunnen we stellen: een paar dagen langs de Rhône fietsen is een verademing!

7 AUGUSTUS, 7E RIT, 144 KM LA VOULTE-SUR-RHÔNE - MONT-VENTOUX

Vandaag het letterlijke en figuurlijke hoogtepunt van deze Tour de Femmes. We gaan naar de reus van de Provence! Het begint vanaf de oevers van de Rhône en het is te verwachten dat het eerste deel van de etappe rustig zal verlopen. Krachten sparen zal het motto zijn. Lang van te voren zullen de rensters de Ventoux in de verte (wanneer het niet al te bewolkt is) zien liggen. Vanaf Beaumes de Venise richting Malaucène met de passages van de Col de Suzette en de Col du Chaîne wordt alles serieuzer. Na de passage van de Col de Madeleine is het nog maar een paar kilometer naar Bédoin. Meteen in het dorp linksaf en daar wordt de startstreep van de beklimming over gereden. De klim naar de Ventoux is en blijft een magische ervaring. Bij de rensters komt er onderweg nog een dimensie bij: steeds maar je concurrenten in de gaten houden en tot over de limiet gaan. Het traject is voor heel veel fietsers bekend. Eerst de iets gemakkelijkere aanloop naar Saint-Estève, dan het bos in naar Châlet Reynard en hierna ruim zes kilometer naar de top met de euforie van de laatste rechtse bocht met links van je de witte toren.



De laatste bocht neem je niet strak langs de rechter zijkant!

Winst in een officiële UCI wedstrijd hierboven op de Ventoux betekent dat je voor altijd de wielergeschiedenisboeken ingaat. Zo zal het ook bij de dames zijn. Er zullen behoorlijke tijdsverschillen zijn. Na deze rit zal het eindklassement zo goed als vast staan. Met andere woorden: op de Mont-Ventoux gaat het gebeuren. De Reus van de Provence zal kleur geven aan de Tour de Femmes 2026! Wij proberen dat nog op een andere manier te laten zien met de bloemen tussen de stenen, want dat is ook de Mont-Ventoux!

8 AUGUSTUS, 8E RIT, 175 KM SISTERON - NICE

Sisteron, gelegen langs de Durance, is één van de plaatsen op het traject Cannes-Grenoble, dat beter bekend is als de Route Napoléon. Napoléon Bonaparte volgde dit traject in 1815 na zijn vrijlating op Elba. Hoog boven de stad ligt de Citadelle. De Tourgeschiedenis van de stad is beperkt. Twee keer is de stad vertrekplaats (2010 en 2020) en in 2020 ligt er een etappe aankomst met Caleb Ewan als winnaar. Nu is de eer aan de dames om hier te vertrekken voor de langste etappe van deze editie. Na 80 km wordt het hoogste punt van de dag bereikt: de Col de Toutes Aures (1124 m, 6,4 km à 3,1%). Daarna is het lekker dalen naar Nice en laat het zich aanzien dat er weer gesprint gaat worden.



**KLEUR
TUSSEN DE STENEN VAN
MONT-VENTOUX**

De Citadelle van Sisteron gezien vanaf de begane grond



Na de Tour van 2010 wordt er een mooi gestyleerd beeld op een muur langs de Durance geplaatst



©Tourisme Nice

9 AUGUSTUS, 9E RIT, 99 KM NICE - NICE

De geschiedenis herhaalt zicht (l'histoire se repète). Na 2024, wanneer Nice in verband met de Olympische Spelen de plaatsvervanger is voor Parijs, ligt de finishlijn van een grote ronde weer in Nice. Op de website van de Tour de Femmes wordt geschreven: It's now the turn of the women's peloton to create their own legend. Het kon nog wel eens een verrassende dag worden. Hoewel de rit maar 99 km lang is, moet wel vier keer de Col d'Èze worden beklommen. Hier zouden er nog wel eens serieuze verschuivingen in het klassement kunnen plaatsvinden. Zo kan het in de Tour de Femmes 2026 tot het laatste moment spannend blijven. Wat is er mooier voor de neutrale kijker?

Tekst & beeld (tenzij anders aangegeven): Teus Korporaal



VOORBESCHOUWING TOUR DE FRANCE FEMMES

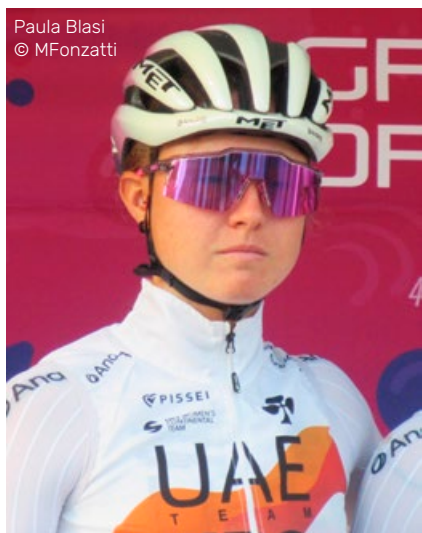
Het maken van prognoses lijkt dikwijls over-een te komen met iets uit de duim zuigen. Er zijn een aantal namen en die ga je in een volgorde zetten. Gooi het in een groep en er zullen diverse uitkomsten zijn. De uiteindelijke uitkomst zal te allen tijde discutabel zijn, maar we wagen het erop en gaan het (mogelijke) podium en de vierde en vijfde plaats van de Tour de France Femmes aan onze lezers presenteren. We beginnen met het lijstje van zes mogelijke podiumkandidaten in alfabetische volgorde: Paula Blasi, Anna van der Breggen, Pauline Ferrand-Prévot, Lotte Kopecky, Kasia Niewiadoma, Demi Vollering. We kijken eerst even achterom.

Paula Blasi

De Spaanse Paula Blasi (21) heeft ons al een paar keer verbaasd dit seizoen. Amper twee jaar actief in het wielrennen en nu al winnares van de Vuelta a España. Haar bliksemsnelle opmars is zeldzaam en getuigt van puur talent én lef. Zonder klassieke opleiding, maar met een natuurlijke koersintelligentie, reed ze zich meteen de geschiedenisboeken in. Blasi belichaamt een nieuwe generatie die geen jaren nodig heeft om door te breken—ze doet het gewoon.

Anna van der Breggen

De inmiddels 36-jarige Van der Breggen is één van de meest gelauwerde Nederlandse rensters. Olympisch kampioene op de weg en tijdrit in 2016



in Rio de Janeiro en in 2020 tijdrijden in Tokio. Wereldkampioene in Innsbrück op de weg (2018) en in Imola weg en tijdrit (2020). Eindwinst in de Giro Donna 2015, 2017, 2020, 2021. In de eendagskoersen steekt vooral de zevenvoudige winst in de Waalse Pijl (2015-2021) er bovenuit. Maar ook de Ronde van Vlaanderen (2018) en Luik-Bastenaken-Luik (2017 en 2018). In september 2021 reed ze haar laatste wedstrijd en werd daarna ploegleidster bij Team SD Worx-Protime. Op 1 januari 2025 keert ze terug in het peloton. Het bloed kruipt waar het niet gaan kan! Haar koersinzicht en routine maken dat zij nog steeds één van de prominenten in de koers is.

Pauline Ferrand-Prévot

Onze derde dame in het rijtje is de 34-jarige Franse Pauline Ferrand-Prévot. Zij is van alle markten thuis: Mountainbiken, gravelrijdster, veldrijdster en ook op de weg neemt ze een prominente plaats in. Haar laatste grote resultaat buiten het wegwielrennen was in eigen land op de mountainbike cross country tijdens de Olympische Zomerspelen 2024 in Parijs. Dan zijn er nog de wereldtitels veldrijden in Tabor (2015) en de titel op de weg in Ponferrado (2014). Sinds 2016 nam ze bijna volledig afscheid van het wegwielrennen om zich te concentreren op het mountainbiken. In 2025 komt ze dan met veel bravoure terug in het wegpeloton. Ze pakt meteen winst in Parijs-Roubaix en eindwinst in de Tour de France Feminine.



Lotte Kopecky

De 30-jarige Lotte Kopecky heeft net het puntenklassement gewonnen in de Vuelta a España Feminale. Eerder dit jaar heeft ze al Milaan-San Remo en Nokere Koerse gewonnen. Overigens twee wedstrijden die totaal niet met elkaar te vergelijken zijn, maar dat toont wel dat ze van alle markten thuis is. Bovenaan haar palmarès staan natuurlijk de twee wereldtitels op de weg in 2023 en 2024, maar ook de drievoudige winst in de Ronde van Vlaanderen (2022, 2023 en 2025). In de Ronde van Frankrijk is haar beste resultaat de tweede plaats in de eindrangschikking in 2023. Samen met haar ploeggenote Anna van der Breggen zal zij een sterk blok kunnen maken in de komende Tour de France.



Lotte Kopecky in 2024 als wereldkampioenene © Gregory Van Gansen

Dat bewezen ze recent in de Vuelta in de vierde etappe toen Anna, Lotte naar de ritzege en de rode trui leidde.

Katarzyna Niewiadoma

De vierde dertiger! Haar grootste overwinning is zondermeer de Tour de France 2024 wanneer ze met een verschil van vier seconden Demi Vullering verslaat. Tevens siert de overwinning in de Amstel Gold Race van 2019 haar erelijst. Sinds 2018 rijdt Niewiadoma voor de Duitse Canyon/SRAMZondacrypto ploeg. Bij de ploegenpresentatie wordt gesteld dat de gehele ploeg alles in het werk zal stellen om de Poolse aan haar tweede Touroverwinning te helpen. Of dat zal gaan lukken is de vraag.

Demi Vullering

Onze zesde pion is de 29-jarige Demi Vullering. Zij is een allround renster: Sterk in de eendagswedstrijden en uitstekend op dreef in rittenwedstrijden. Dat alles komt tot uitdrukking in haar resultaten. Eindwinnares in de Tour in 2023 en in de Vuelta in 2024 en 2025. Dit jaar heeft ze al de Omloop Het Nieuwsblad, Ronde van Vlaanderen, Waalse Pijl, Luik-Bastenaken-Luik en het eindklassement van de Wielerveek van Valencia gewonnen, die zij ook in 2025 won. Wat nog ontbreekt is een wereldtitel, maar dat zit er ook wel eens aan te komen.

Posities UCI Women's World Ranking per 5 mei 2026

Wat zijn de posities van onze zes dames? Op de eerste plaats staat Demi Vullering met 6341 punten.

Katarzyna Niewiadoma als winnares van de Tour de France Femmes 2024 – A.S.O Thomas Maheux



Demi Vullering als winnares van de Strade Bianche in 2025

Derde is Kasia Niewiadoma met 3588 punten. Paula Blasi staat op de zesde plaats met 2871 punten, maar hier komt bij de nieuwe ranking in juni haar oogst van de eindoverwinning in de Vuelta bij en dan springt ze naar plaats drie. Vervolgens op de elfde plaats Lotte Kopecky met 2432 punten, gevolgd door Anna van der Breggen op de twaalfde plaats met 2323 punten. Pauline Ferrand Prévot staat veertiende met 2003 punten.

Onze prognose:

Met alle reserves zeggen we dat Demi Vullering dit jaar de grote favoriete is, hoewel een ongelukje in een klein hoekje zit. Denk maar eens aan haar val in 2024. Paula Blasi zal het Vullering erg lastig maken en komt als tweede op het eindpodium. Pauline Fer-

rand-Prévot zetten wij op nummer drie. Kasia Niewiadoma zetten we op plaats vier en Anna van der Breggen op vijf. Lotte Kopecky is sinds vorig jaar veel minder op dreef in het klimwerk dan drie jaar geleden en we wagen ons niet aan een voorspelling van haar eindrangschikking. Dat ze echter minstens één en waarschijnlijk meerdere ritten zal winnen en het puntenklassement mee naar huis zal brengen, durven we dan weer wel te voorspellen.

Maar, zoals gezegd hebben wij ook geen glazen bol en gelukkig maar! Zo blijft het spannend, boeiend en gaan alle voorspellingen nadien weer de prullenmand in.

Tekst: Teus Korporaal

KUNST LANGS EEN BRABANTSE SNELFIETSROUTE

Wie op zijn/haar tweewieler zit wil wel eens wat meer zien dan dorpen, steden, polders, bossen, kanalen, rivieren en noem maar op. Wat zou je ervan denken om eens langs een tiental grote drie meter hoge fietsbeelden te fietsen? Wij kunnen je de weg wijzen! Kom eens naar het Brabantse Veghel. Een ruim 33.000 inwoners tellend dorp gelegen in de Meijerij van 's-Hertogenbosch. Uiteraard is het omgeven door knooppunten, dus zijn er voldoende manieren om het dorp in je route op te nemen, of Veghel als uitvalbasis te kiezen.

Waar moeten we zijn?

In het noordelijk deel van Veghel is een nieuwe fietsverbinding gecreëerd tussen het bedrijventerrein De



Tandemechtbaar



Lonneke



Scholiere

Dubbelen en de centrumring van Uden. Het geheel heeft de naam snelfietsroute Veghel-Uden F50 gekregen. Vertaald in knooppunten zijn dat in volgorde de nummers 02-82-96-97-98-10-09. De route loopt parallel aan het oude "Duitse Lijntje", de voormalige spoorlijn tussen Boxtel en het Duitse Wesel, die in 1878 in gebruik werd genomen. In 1950 beëindigde de Ned. Spoorwegen het laatste stukje personenverkeer op de lijn Boxtel-Uden. Het goederenverkeer op het laatste stukje Veghel-Uden verdween in 1983, waarna de sporen werden opgebroken. In 2004 kwam er ook een eind aan het goederenverkeer tussen Boxtel en Veghel

en dan is het definitief einde verhaal. Het rangeerterrein in Veghel herinnert aan vroegere tijden. Nu is het Duitse Lijntje enerzijds fietspad en anderzijds loopt het fietspad evenwijdig aan het oorspronkelijke tracé. Met een korte stop bij het rangeerterrein in Veghel waan je je weer even in het verleden.

Wat gaan we zien?

Langs de snelfietsroute zullen op zeven plekken in totaal tien kunstwerken worden geplaatst. De gemeente Meijerijstad, waaronder Veghel ressorteert, heeft in 2021 inwoners opgeroepen om zich te melden wanneer zij bereid zouden zijn om voor een beeld model te willen staan. Uiteindelijk zijn er keuzes gemaakt en is kunstenaar Florentijn Hofman uit Arnhem aan het werk gegaan. Het eerste beeld (bij het Rietven) met een hoogte van 3,6 meter van een jonge vrouw die met losse handen en wapperende haren geniet van het fietsen, is op 7 mei 2025 geplaatst. Het heeft inmiddels de naam gekregen van Lonneke, want zo heet zij echt! Verder zijn er in december 2025 twee wielrenners bij de A50 op de Edisonweg geplaatst en een scholiere bij het Moerven. Op de kruising van de snelfietsroute met de Huygensweg is op 23 maart 2026 een grote tandem geplaatst. Omdat de dame een visuele beperking heeft rijdt ze normaal met haar man ook op een tandem. Dezelfde dag is bij het Geerbosch een fietsende moeder met een fietsend kind geplaatst. Komende zomer worden de twee laatste beelden geplaatst. Alle beelden zijn een combinatie van staal/kunststofschuim met een polyesterlaag/coating. Wat men vooral wil laten zien zijn de verschillende soorten fietsgebruikers. De fiets is immers van jong tot oud hét Nederlandse vervoermiddel! Je kunt gaan en staan waar je maar wilt.

Geniet! Maak er een mooie dag van! De regio biedt nog veel meer!

Tekst: Teus Korporaal

Beeld: Teus Korporaal en Joke Asman

Wielrenner, foto Joke Asman



Aan moedershand, foto: Joke Asman



Oud rangeerterrein



Wielrenner



Het eerste gravelnetwerk in Vlaanderen ligt in de Noorderkempen



de Rijksweldadigheidskolonie © gemeente Merksplas

**SPORT
REGIO**
NOORDERKEMPEN



Dat het gravelen steeds meer aan populariteit wint is niet te verwonderen. De prachtige beelden van de wedstrijden en de successen van onze Vlaamse en de Nederlandse renners dragen daar zeker aan bij. Daarnaast is de gravelbike inmiddels een niet meer weg te denken onderdeel van het aanbod van sportieve fietsen. Om maatwerk voor de gravelbikers te leveren konden de routemakers niet achterblijven. Die handschoen hebben de 12 gemeenten in Sportregio Noorderkempen opgepakt door een volledig netwerk uit te rollen.

Het middelpunt van het netwerk

De prachtige historische Rijksweldadigheidskolonie van Merksplas is het middelpunt van het netwerk. De gebouwen werden in hun oorspronkelijke staat gerestaureerd en kregen een nieuwe bestemming, o.a. als bezoekerscentrum, museum, brasserie en hotel. Een prima plek om via de mooiste paden van de Noorderkempen te ontdekken. Ze laten je proeven van heide, bos, kolonies, open landbouwland en charmante dorpskernen.

verkenning bij de ingebruikname © gemeente Merksplas

De routes

Er zijn vier vaste routes, die een mix bieden van onverharde wegen en adembenemende uitzichten:

De Strawberry Roads (70 km) zetten koers richting Hoogstraten, de stad van de aardbeien.

De Tripel Gravel (68 km) duikt zuidwestwaarts via onder meer Malle en Zoersel. Onderweg wordt er langs de brouwerij van Westmalle gereden waar de dorst geleest kan worden met een tripel.

De Ravel Ride (92 km) brengt je naar het topje van de 'rechtse bult' te Ravels.

De Dusty Donk (101 km) komt langs Turnhout, Oud-Turnhout en langs plaatsen met 'donk' in hun naam, zoals Arendonk en Zevendonk.

Zet je GPS maar aan

De gravelroutes zijn niet bewegwijzerd en kunnen enkel gereden worden via GPS. De GPX-tracks kan je downloaden van www.uitinravels.be/gravelnetwerk-noorderkempen.

Tekst: Rens Klaasse



de routes op kaart © gemeente Merksplas

A FAMILY AFFAIR SINCE 1947
CONTINENTAL PARK
HOTEL - LUZERN

*The First House for
Active Souls in Lucerne.*

HOTEL CONTINENTAL PARK
Murbacherstrasse 4 | CH-6002 Luzern | T +41 41 228 90 50 | hotel@continental.ch | continental.ch

Bike
Hotels and Lodgings
recommended by
switzerland

FIETSEN EN PROEVEN



Onderweg in de Peel



Zo word je uitgenodigd om af te stappen

Wanneer je een paar uur gaat fietsen kan je van A naar B en via C weer naar het beginpunt en je hebt een rondje. Niets mis mee, maar je kunt het ook een andere invulling geven. Onderweg iets leuks beleven, zonder dat het wat met fietsen heeft te maken. In het Land van de Peel (het gebied ten oosten van Eindhoven) zijn een viertal zogenaamde foodroutes uitgezet. Rondom Asten en Someren is er de “Smaak

van de Streek” route over 40 km, rondom Aarle-Rixtel en Helmond de “Pluk de Peel” route over 44 km, vanuit Deurne en Asten de “Proef de Peel” route over 35 km en tenslotte de 60 km lange route “Puur van het Land” vanuit Gemert-Boekel. De naam foodtour zegt het al: onderweg passeer je streekwinkels, zuivelbedrijven, wijngaarden, plekken waar fruit en groenten verkrijgbaar zijn. Of dat nog niet genoeg is,

zijn er ook nog plantenzaken. Voor elk wat wils! Dus zorg voor fietstassen! Aan de route zijn er de nodige uitbaters die voor een hapje en een drankje zorgen en andere plaatsen waar aangelegd kan worden. En bij dat alles staat de Brabantse gezelligheid voorop! Op www.landvandepeel.nl wordt alles uitgelegd. In het prospectus wordt het als volgt samengevat: *Proef de verse smaken van het land, proost met*



Rust op de fietspaden



Zo werd de turf gestoken



Het resultaat van uren zwaar werk

frisse lokale biertjes op gezellige terrassen en ontdek het verhaal van de streekproducten rechtstreeks van de boer tot op je bord. Een culinaire reis door de Peel brengt je gegarandeerd op unieke plekken!

Verhaal van de Peel

Alles is begonnen na de laatste ijstijd, tienduizend jaar geleden. Het klimaat werd warmer en natter. In de Peel ontstonden moerassen waarin zich een begroeiing van moerasplanten ontwikkelde, waaronder veenmos, de belangrijkste plant van het hoogveen. Jaarlijks stierf een deel van die planten af, bleef in het water achter maar verteerde daar nauwelijks. Er bovenop groeiden nieuwe planten. Zo ontstaat hoogveen: een laag dode planten, die in dikte toeneemt naarmate het veengebied ouder wordt, met daarop een laag levende planten. Tot halverwege de negentiende eeuw is de Peel een

landschap dat bestaat uit hoogveen, moeras en heide. Hierna veranderde het landschap door mensenhanden. Sinds de mens ontdekte dat gedroogd veen kon branden, werd het gebruikt als brandstof. Zo begon omstreeks 1850 de grootschalige turfwinning. De vervening is daarna doorgegaan tot in de jaren zeventig van de vorige eeuw. Het was in 1963 dat ik tussen Griendtsveen en Helenaveen een turfsteker ontmoette. Na een kennismaking kon ik hem tijdens zijn werk fotograferen.

Nu, meer dan een halve eeuw later, zijn de negatieven, precies zoals toen de turf, weer uit de bodem van mijn archief naar boven gekomen. Sinds 2019 is er een tendens om het hoogveen in het gebied weer een kans te geven. Bedoeling is het behoud en herstel van het bestaande hoogveen. Eén van de zaken die hierbij speelt is de verhoging van het

waterpeil, waardoor ruim 700 ha in water zal gaan veranderen. De bewoners zijn bevreesd dat muggen voor veel overlast zullen gaan zorgen waardoor het gebied vrijwel onleefbaar zou kunnen worden. Ook schade aan gebouwen en woonhuizen is door de waterstijging niet uit te sluiten. Natuurontwikkeling en dagelijks woongenot botsen. Inmiddels is de druk wel wat van de ketel. Het water is inmiddels onder controle!

Ga er gewoon eens kijken en neem letterlijk en figuurlijk eens de proef! Misschien is deelname aan de Fiets4Daagse De Peel met afstanden van 30, 45 en 60 kilometer wel een optie. Alle jaren vindt het evenement in juli plaats. Dit jaar voor de 49e keer.

Meer info: zie www.fiets4daagsedepeel.nl
Tekst en beeld: Teus Korporaal

Met “Ravage” terugblikken op een enorme crash

Op 23 januari 2016 worden zes renners van Giant-Alpecin tijdens een trainingsrit in Spanje frontaal van de weg gereden door een Britse automobiliste die op de verkeerde weghelft hen tegemoet komt. Een zevende weet de auto ternauwernood te ontwijken. Het is een wonder dat er die dag niemand overlijdt.

Journalist Nick Klaessens, die het team bezoekt in verband met een interview met Tom Dumoulin, ziet het ongeval gebeuren vanuit de volgwagen met ploegleider Matthias Reck en verleent levensreddende eerste hulp aan de Amerikaan Chad Haga door met een shirt een slagaderlijke bloeding in de nek van de Amerikaan te stelpen.

Tien jaar later zoekt Klaessens alle betrokkenen op: van ploegleiders en teamdokters tot de zeven renners zelf onder wie John Degenkolb, Warren Barguil en Chad Haga. Wat dragen zij nog mee van die middag? Hoe heeft het hun carrière getekend en hun leven daarbuiten? Het boek is een persoonlijke zoektocht naar de blijvende werking van een trauma en naar veerkracht, kameraadschap, herstel en de liefde voor het wielrennen.

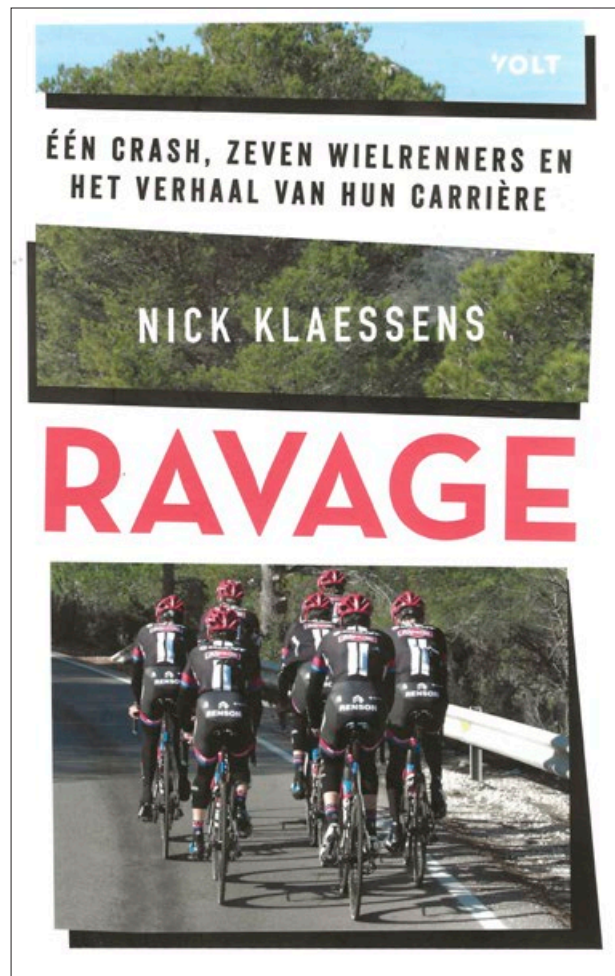
Kortom een prachtige inkijk in het leven van de mannen die bij het ongeluk waren betrokken. Een boek dat je in één ruk uitleest!

“Ravage” verscheen bij Uitgeverij Volt

ISBN 978 90 622 2613 9

Prijs: € 22,99

Tekst: Teus Korporaal



Ga je mee een dagje uit?

Het boek “Alle tijd van de wereld” is een ode aan het dagje uit: even offline zijn, gezellig samen onderweg, ontdekken wat er in Nederland en België te beleven valt.

Het boek bevat 101 inspirerende ideeën voor een dagje uit. Soms actief, soms juist heerlijk ontspannen. Natuurlijk is hierbij ook aan fietsen gedacht zoals bijvoorbeeld langs het Veerse Meer in Zeeland, de Vredesroute vanuit Ieper of fietsen langs de forten van de Hollandse waterlinie (Unesco Werelderfgoed) bij Utrecht.

Kies één van de 101 genoemde plaatsen en je hebt een geweldige dag.

Een boek om steeds weer op te pakken!

ISBN 978 94 9333 890 6

Prijs: € 25

Tekst: Teus Korporaal



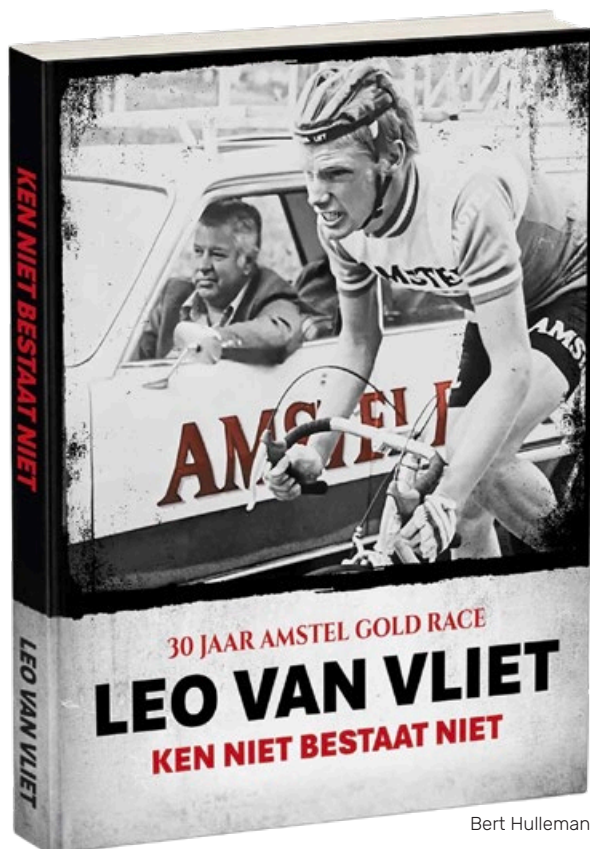
30 JAAR AMSTEL GOLD RACE

Leo van Vliet: Ken niet bestaat niet

Hij fungeerde de helft van de inmiddels 60 jaar oude en enige Nederlandse wielklassieker als koersdirecteur. De afgelopen editie was zijn allerlaatste. Bij zijn afscheid is er een biografie over zijn bijzondere leven verschenen. Van profwielrenner, ondernemer tot koersdirecteur. Het door hem in eigen beheer uitgegeven boek, van de hand van Raymond Kerckhoffs en Bert Dijkstra, biedt een unieke kijk in vele aspecten van het wielrennen. Aan de hand van anekdotes en unieke foto's geeft het boek het bijzondere karakter en de wilskracht van Van Vliet weer. Het toont tegelijk ook de evolutie die de wedstrijd de laatste drie decennia onder zijn leiding heeft ondergaan.

Het 120 pagina's dikke boek, full-colour op glans papier en ruim geïllustreerd, is voor € 15,- verkrijgbaar bij acht winkels in Nederland en voor € 19,- (inclusief verzendkosten) bij de Sportmediashop via <https://www.amstelgoldrace.nl/nl/nieuws/boek-leo-van-vliet-ken-niet-bestaat-niet>

Tekst: Rens Klaasse



Bert Hulleman

stAnton ARLBERG



02.
Augustus
2026

150
kilometer

2500
hoogtemeters

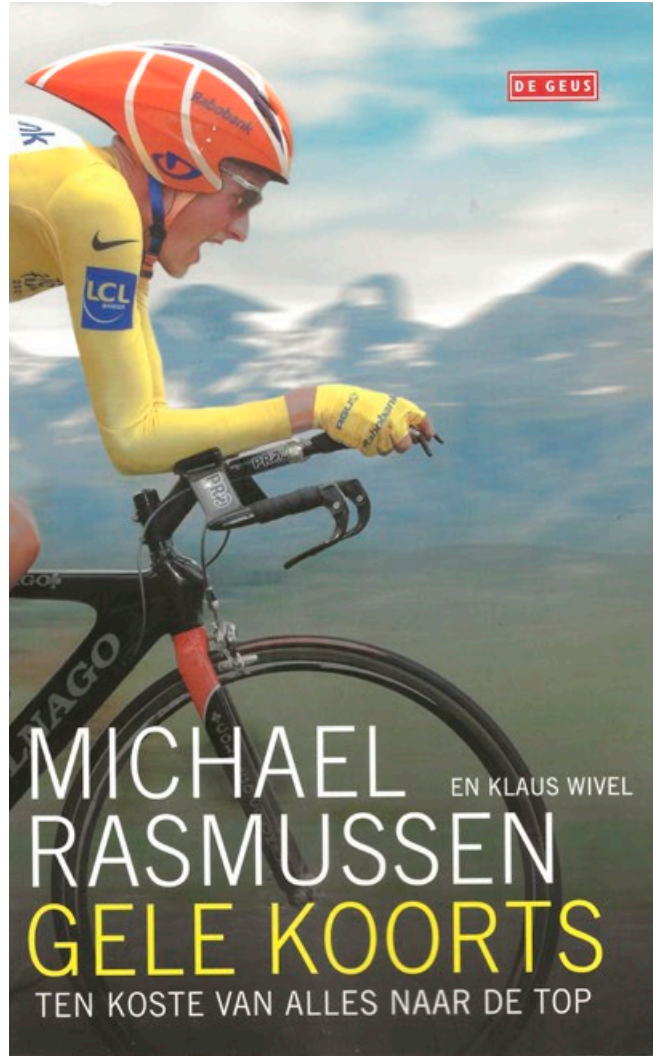
arlberg-giro.com

Rasmussen in het geel uit de Tour gezet

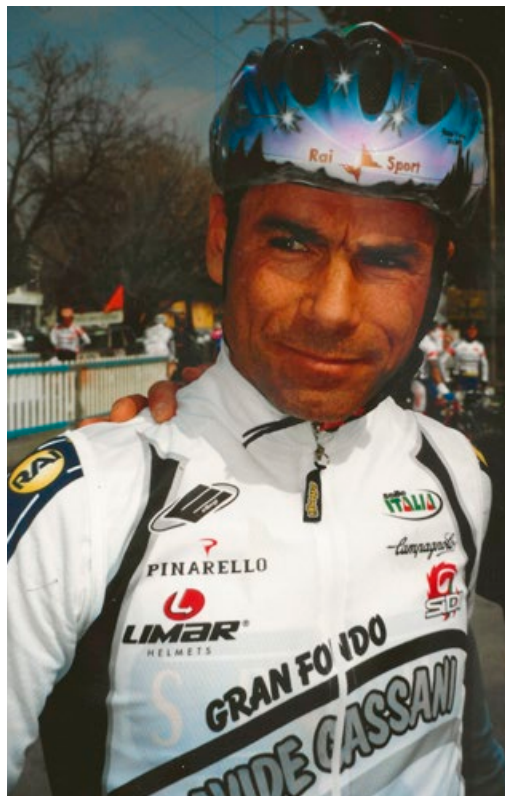
Uit een boekenkastje dat langs de weg staat, bracht mijn vrouw recent een wielboek mee, waarvan zij dacht dat ik daarvoor wel interesse zou hebben, niet wetend dat ik bij het zien van de cover al wist waar het over ging. Iedereen die de naam ziet heeft meteen associaties met het verhaal of herinnert zich er flarden van. Niettemin ben ik aan het lezen geslagen, want het is het verhaal van Michael Rasmussen zelf. Het boek heeft hij samen met een journalist geschreven. Het is in de ik-vorm geschreven, dus rechtstreeks uit zijn eigen mond, waarbij hij zichzelf niet spaart of om de feiten heen draait. Letterlijk en figuurlijk geeft hij inzicht in zijn doping keuken. Mijn vrouw heeft ervoor gezorgd dat ik me een aantal uren kon verdiepen in een stuk interessante wielersport, hoewel ik natuurlijk het verhaal in grote lijnen kende en met de afloop bekend was. Het was goed het geheugen weer wat op te frissen.

Het boek staat vol met het (met eigen apparatuur) aftappen van bloed, toedienen van epo en de strijd tegen zijn hemotocrietwaarde. De Rabobankarts dr Leinders en ploegleider Rabobank Breukink weten wat er zich afspeelt. Zij houden de handen voor de ogen. Dan komt het verhaal van de whereabouts. Rasmussen laat de UCI weten dat hij in Mexico op hoogte traint. Om zich in te dekken koopt hij zelfs een vliegticket als bewijs. Een door hem geschreven brief laat hij door een kennis vanuit Mexico naar de UCI versturen. In werkelijkheid is hij in Val di Fasso in de Dolomieten. Hij schrijft: *Ik moest zorgen dat mijn 'officiële ik' heel ver van de dopingcontroleurs vandaan was.* Op een regenachtige dag rijdt hij in een donkere broek en een grijs regenjack door de Dolomieten, er komt een auto langs hem rijden en het raam wordt opgedraaid. In de auto zit wielcommentator Davide Cassani die hem even goeiedag zegt: *'Ciao Michael'*. Later zou hij een verklaring afleggen over zijn ontmoeting.

Langzaam wordt meer en meer duidelijk dat de zaak van zijn whereabouts een



Rasmussen bij het Critérium du Dauphiné 2004



Davide Cassani: gastheer van zijn Gran Fondo 2005

luchtje heeft. Het net sluit steeds meer om hem heen. Hij start in de Tour de France van 2007 maar wanneer hij op de Col d'Aubisque in het geel de ritzege pakt is het 's avonds einde verhaal wanneer hij door zijn ploeg naar huis wordt gestuurd en eveneens wordt ontslagen.

In het boek legt hij alles nog eens haarfijn uit. Goed om het negentien jaar later nog eens te lezen. Doping is en blijft een groot item in de wielersport met talrijke verhalen en intriges doorheen zijn geschiedenis.

Een interessant boek dat je misschien ook moet zien te pakken te krijgen.

Tekst en beeld: Teus Korporaal

Jouw Vakanties

Hotels | Regio's | Touren

roadbike-holidays.com

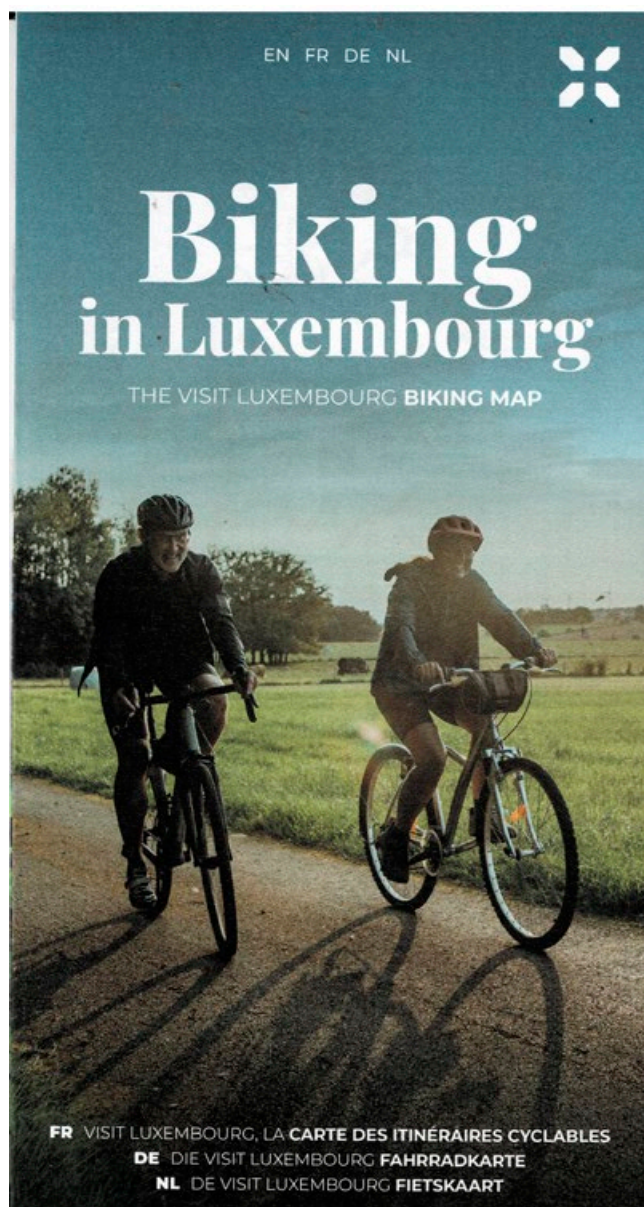


Endless.
Roads.

Drongen eert haar oud- inwoner Walter Godefroot

Op 1 september 2025 overleed Walter Godefroot, één van de beste (klas-sieker)renners van de jaren zestig en zeventig van de vorige eeuw. Hij won o.a. de Ronde van Vlaanderen, Parijs-Roubaix, Luik-Bastena-ken-Luik, Bordeaux-Parijs, het Kampioenschap van Zürich, Gent-Wevel-gem en de Scheldeprijs. Hij was ook zeer succesvol in de grote rondes: de Tour De France met tien ritoverwinningen - waaronder de allereerste slotetappe die eindigde op de Champs-Élysées - en de groene trui. Ook in de Giro en de Vuelta werd hij etappewinnaar. Na zijn profcarrière was hij een succesvol ploegleider en eigenaar van een fietsenwinkel. Bij de ingang van de sporthal Keiskant in Drongen werd op 20 maart 2026 een plaquette als blijvend eerbetoon aan deze wielerveerlegende onthuld.

Tekst: Rens Klaasse



Biking in Luxemburg

Met de ongeveer 600 km aan bewegwijzerde fiets- en 700 km mountain-bikeroutes is ons buurland Luxemburg een waar paradijs voor fietsers. Naast de hoofdstad biedt het afwisselende landschap met zijn heuvels, bossen, rots-formaties, wijngaarden, rivieren, kastelen en de mooie historische steden en dorpen, een schitterend kader om in rond te rijden. En ook voor gravelrijders zijn er genoeg uitdagingen te vinden. Het gratis openbaar vervoer zorgt voor een makkelijke verplaatsing door het hele land. En de 20 Bike + Rail routes van station naar station sluiten uitstekend aan op dat openbaar vervoer. Aan het eind van je route is er altijd wel een overnachtingsplekje te vinden met het label Bed+Bike. En de heerlijke traditionele nationale gerechten met een pas-send drankje zijn een mooie afsluiter van een fietsdag in het groothertogdom.

Alle info, o.a. de handige opvouwbare fietskaart en de VisitLuxemburg App, is te vinden op www.visitluxembourg.com/experience-luxembourg/nature-outdoors/cycling

Tekst: Rens Klaasse



Ook de provincie Luik heeft een fietsknooppuntennetwerk

Het vernieuwde en uitgebreide fietsnetwerk van de provincie Luik - met na de nieuwe uitbreiding ruim 2.500 km aan fietspaden - sluit aan op de netwerken van de rest van Wallonië, de aangrenzende landen Nederland en Duitsland en die van onze provincies Limburg en Vlaamse-Brabant. De ruggengraat is het RAVEL-netwerk voor niet-gemotoriseerd verkeer. Er zijn tal van mooie fietsroutes langs schilderachtige dorpjes, natuurgebieden en historische locaties. De routes zijn gevarieerd en bieden mogelijkheden om te genieten van de gevarieerde landschappen en culturele bezienswaardigheden. Uiteraard zijn niet alle wegen in Wallonië even vlak. De hellingen zijn op de overzichtskaart aangegeven waardoor je als wielertoerist een meer uitdagende rit kan uitstippelen.

Alle info is te vinden op <https://knooppunten-provincieluik.be/>. Daar kan je ook een groot aantal kant en klare routes downloaden, o.a. die over de mythische helling La Redoute. Er is ook een online fietsknooppuntenplanner beschikbaar. De papieren kaart is verkrijgbaar bij de Maisons du tourisme in de regio.

Tekst: Rens Klaasse



Fietsen langs de Drava door Slovenië

Op de fiets van west naar oost in zes dagen langs rivier de Drava. Honderdvijfveertig km lang over één van de mooiste fietsroutes van Europa. Van Dravograd aan de Oostenrijkse grens tot Legrad aan de Kroatische grens genieten van al het moois en lekkers dat Slovenië te bieden heeft. En dat allemaal over lokale wegen en goed onderhouden fietspaden. Door groene landschappen met boerderijen, wijngaarden en kastelen en kleine dorpjes met indrukwekkende kerken. Maar ook steden zoals Maribor met de oudste wijnstok ter wereld en Ptuj, de oudste stad van het land. De route is uitstekend begewijzerd. Alle info is te vinden op <https://dravabike.si/en/>

Tekst: Rens Klaasse



Vernieuwd fietsnetwerk Oost-Vlaanderen nu op één kaart

Net zoals in de andere Vlaamse provincies heeft Oost-Vlaanderen haar netwerk voor de start van het nieuwe toeristische seizoen geoptimaliseerd. Met inmiddels 3.400 kilometer aan kwalitatieve trajecten ligt de focus nu sterker op veiligheid, belevingswaarde en een verbeterde fietstoegankelijkheid. Een belangrijke wijziging is dat er nu één overzichtelijke fietsnetwerkkartaat is voor de volledige provincie. Dat maakt het eenvoudiger om trajecten over de regio's Leiestreek, Meetjesland, Scheldeland, Vlaamse Ardennen en Waasland heen en met de netwerken van de aangrenzende provincies te combineren. Voor fietsers die liever geen fysieke kaart gebruiken, is er de fietsknooppuntenplanner waarmee je zelf een traject kan uitstippelen.

Voor € 10,- is de kaart met inspiratiegids o.a. te verkrijgen via www.routen.be/webshop

Tekst: Rens Klaasse



Onthaasten op de fiets in de hak van de laars van Italië

Puglia is de meest oostelijke regio van Italië. In het zuiden in Salento, "het land tussen twee zeeën" (de Adriatische en de



Ionische zee), leiden kleine landwegjes tussen droogstenen muren je naar dorpen die in een tijdloze tijd slapen. Je fietst er door een openluchtmuseum met Griekse en Romeinse ruïnes, Byzantijnse crypten en barokke kerken. Salento Bici Tour is een non-profit organisatie die o.a. het fietstoerisme in deze regio wil bevorderen.

Daarvoor zijn er verschillende routes en programma's ontwikkeld. De meest recente daarvan is de bewegwijzerde Ciclonica: een ring van 306 kilometer verdeeld over 6 etappes langs de zee, door dorpen en in de natuur in de Salento Ionico, het westen van Salento. Binnen die ring zijn nog eens 5 'modules' aangegeven, van dagtours van elk zo'n 60 kilometer met dezelfde plaats als begin- en eindpunt. Van deze route is ook een Engelstalige gids en App beschikbaar.

Alle info is te vinden op www.salentobicitour.org

Tekst: Rens Klaasse



Op de fiets met Lucien

Het is dit jaar 100 jaar geleden is dat Wontergemnaar Lucien Buysse 'de Adelaar van de Aubisque' de Tour de France won. Hij nam acht keer deel, won vijf etappes en zegevierde in 1926 in de langste Tour ooit, 17 etappes met in totaal 5745 kilometer. Voor de stad Deinze aanleiding voor een uitgebreide viering met o.a. een fietsroute. Die route bestaat uit een korte en een lange versie (41 of 55 km) langs het fietsknooppuntennetwerk. De route start in Wontergem bij de kerk in de Dentergemstraat waar ook parkeergelegenheid te vinden is.

Je komt onderweg een aantal plaatsen tegen die herinneren aan Lucien. Uiteraard in Wontergem zelf met zijn beeld aan de kerk, het kunstwerk 'de rots' in de naar hem genoemde straat, zijn voormalige woonhuis met het balkon dat aan hem herinnert en zijn laatste rustplaats. Even buiten Deinze ligt de Lucien Buysse spoorwegbrug met muurschildering en vlakbij het station in Petegem aan de Leie het door hem uitgebete café Aubisque. Dat is een leuke plek om even een Buysse Sport biertje te proeven in een bijpassend glas. In Lotenhulle loopt de route langs de twee woningen van zijn broer Marcel. Daar is ook een straat die zijn naam gekregen heeft.


Tijdens de Open Monumentendag op zondag 13 september a.s. kan je in Wontergem van 10 tot 18 uur op tour met Lucien Buysse.

Tekst: Rens Klaasse



TOUR AROUND LAC LÉMAN

 OCTOBER 18, 2026

 176KM, 112KM, 64KM



www.cyclotour.ch

URBAN TIME

HET IS BIJNA ZOMER EN DAN FIETSEN WE DOOR DE STAD!

Eindelijk staan de zomermaanden voor de deur. Ook voor de minder fanatieke fietsers is de tijd aangebroken om de fiets van stal te halen. Maar heb je echter al aan jouw veiligheid/zichtbaarheid gedacht? Straks trek je ongetwijfeld met de fiets enkele keren de drukke stad in en dan is een stijlvolle en veilige URBAN helm een 'must have on your head' voor je vertrekt!

Hierbij een kort overzicht van enkele URBAN helmen die ABUS voor je heeft klaarstaan bij hun talrijke verdeelpunten.



XOXO-stadshelm



XOXO-stadshelm

XOXO net even iets anders

Met zijn strakke look en moderne lijnen maakt de XOXO-stadshelm een statement in de straten van de stad. Het archetypische design in skaterstijl is net even iets anders dan wat straatbeeld gewoon is.

Maar niet alleen de buitenkant valt op, want dat doet ook het concept. Dankzij de praktische schuif aan de achterkant van het hoofd kan je de helm eenvoudig aanpassen aan de vorm van jouw hoofd, voor een perfecte pasvorm die de hele dag meegaat. En ook de kin-gesp is een betrouwbaar insteekmechanisme dat bestand is tegen elke druk, zodat de helm altijd stevig op zijn plek blijft zitten. De speciaal ontwikkelde Tube-voering zorgt voor nog meer draagcomfort. Deze voorkomt dat de huid bekneelt bij het sluiten van de helmsluiting en voorkomt oncomfortabele druk op de hals.

Adviesprijs: Vanaf €59,95



XOXO-stadshelm



Urban-I 4.0 ACE

Urban-I 4.0 ACE

Met de 4.0 generatie van de URBAN-I heeft ABUS een supercoole helm ontwikkeld voor iedereen.

Of je nu elke dag naar je werk pendelt, met vrienden een ontspannen coffee-ride maakt of altijd veilig en stijlvol onderweg wilt zijn, de Urban-I 4.0 ACE is een helm die altijd dienst doet.

Met achterlicht zodat je gezien wordt

Het achterlicht is nu magnetisch en oplaadbaar. Als elegante lichtstrip aan de achterkant van de helm biedt deze zichtbaarheid over 180 graden - vooral in het donker, in de schemering of bij slecht weer. In de ACE versie kun je lichtmodi Power en Pulse selecteren naast Steady en Flash. Met krachtigere LED's en een diffuser voor een harmonieuze lichtverstrooiing benadrukt het achterlicht je zichtbaarheid in het verkeer zonder te verblinden. De batterij is usb-oplaadbaar.

Voor een perfecte zit

De tweede generatie van het Zoom™ Spin-verstelsysteem voor city-helmen zorgt voor een nog eenvoudiger en betere aanpassing aan jouw voorkeuren: het ontwerp is minimalistischer, de draaiknop werkt soepeler en de vlechte opening biedt meer ruimte voor lange kapsels. In de ACE-versie benadrukt de platte webbingverdelers met vaste positionering Trivider™ de premium look van deze helm en zorgt deze ervoor dat de bandjes nog beter onder de oren aansluiten. Vastklikken of openen gaat ook zeer vlot met de magnetische FIDLOCK-sluiting.

Adviesprijs: €139,95



Urban-I 4. ACE



HYP-E BL.ACE De complete versie

Deze helm brengt een revolutie teweeg in de interactie tussen fietsers en andere weggebruikers. De BL.ACE versie bevat een draadloze afstandsbediening om het remlicht te activeren en te bedienen. Dankzij de moderne verlichtingstechnologie met intuïtieve afstandsbediening ben je niet alleen beter zichtbaar, maar kun je ook duidelijk je bedoelingen communiceren, zoals een afslag nemen, remmen of van rijstrook wisselen. Het verlichtingsconcept met achterlicht, voorlicht, remlicht en richtingaanwijzers verhoogt merkbaar je aanwezigheid in het verkeer, zodat je veilig en ontspannen kunt rijden. De lampen zijn geï-



HYP-E



tegreerd in het meerschalenontwerp van de HYP-E en benadrukken de Premium-Look en -Feel.

Meer bescherming op de e-bike

De HYP-E voldoet ook aan de strenge normen van de NTA-norm 8776. Helmen met de NTA-norm worden getest bij hogere impactsnelheden, bieden betere bescherming in het gebied van het achterhoofd en de slapen en kunnen hogere botsingskrachten absorberen. Met de HYP-E kies je voor innovatie, veiligheid en stijl met een compleet nieuwe rijervaring.



Adviesprijs: € 299,95

Voor meer info: www.abus.com/nl/Assortiment/Fietshelmen/Urban

VOOR MEER ENERGIE EN VITALITEIT

CONCAP 50+NRG

Concap lanceerde onlangs een nieuw supplement in het assortiment: de Concap 50+NRG. Zoals de naam al aangeeft, is het ontwikkeld voor mannen boven de 50 jaar die extra ondersteuning kunnen gebruiken. Het bevat twee krachtige ingrediënten, met name zaagpalm en granaatboom, die gericht bijdragen aan vitaliteit en algemeen welzijn. Mis je energie of vitaliteit? Dan zal dit product jou een extra duwtje in de rug geven.

INGREDIËNTEN EN VOORDELEN:

Zaagpalm is een bekend ingrediënt binnen supplementen voor mannen en wordt al geruime tijd ingezet vanwege zijn specifieke werking.

- Ondersteunt de normale werking van de prostaat
- Draagt bij aan een gezonde urinefunctie, vooral bij mannen vanaf 45 jaar
- Helpt bij het behoud van hormonaal evenwicht en
- Kan bijdragen aan het algemene comfort in het dagelijks leven

Granaatappel is rijk aan antioxidanten en staat bekend om zijn brede gezondheidsvoordelen:

- Helpt het lichaam beschermen tegen oxidatieve stress

- Ondersteunt de bloedcirculatie, wat ook invloed heeft op een goed herstel van het lichaam.
- Draagt bij aan het behoud van energie en vitaliteit
- Kan een positieve invloed hebben op het algemene welzijn

DE KRACHT VAN DE COMBINATIE

De combinatie van zaagpalm en granaatboom zorgt voor een synergetisch effect:

- Gericht op **mannelijke vitaliteit en comfort**
- Ondersteuning van zowel **interne balans als energie**
- Ideaal voor mannen die hun **actieve levensstijl** willen behouden
- Dagelijkse ondersteuning van **urinenwegen en algemene gezondheid**
- Kan daarnaast **haaruitval tegengaan**
- Biedt indirect **spierondersteuning**
- Draagt bij aan een gezonde **hormoonbalans**
- Ondersteunt de **prostaat**

Samen vormen deze ingrediënten een uitgebalanceerde formule voor mannen die bewust willen investeren in hun gezondheid.



CONCAP X-DRIVE 2.0 SHOT

Ook de lancering van de vernieuwde Concap X-Drive 2.0 shot is een vermelding waard in dit magazine. Deze geavanceerde formule is ontwikkeld om sporters optimaal te ondersteunen – zowel fysiek als mentaal.

De X-Drive 2.0 bevat een doordachte mix van ingrediënten die elkaar versterken.

Glucose & fructose

Deze combinatie levert directe én langdurige energie. Glucose zorgt voor een snelle energieboost, terwijl fructose trager wordt opgenomen. Samen maken ze het shot bovendien maag- en darmvriendelijk.

Guarana

Guarana is een natuurlijke bron van cafeïne en ondersteunt je mentale focus. Het helpt vermoeidheid uitstellen tijdens inspanning, zonder de typische pieken en crashes. Dit ingrediënt wordt ook gebruikt in o.a. Concap K-Rosine en in de energy gels met cafeïne.

Rozenwortel (Rhodiola)

Deze adaptogene plant is bijzonder populair in de sportwereld en biedt meerdere voordelen:

- Ondersteunt kracht en conditie
- Verbetert het uithoudingsvermogen
- Werkt als plantaardige antioxidant en beschermt cellen
- Helpt het lichaam omgaan met fysieke stress
- Draagt bij aan een normale bloedcirculatie, wat geassocieerd wordt met her-senprestaties en reactievermogen
- Draagt bij aan een optimale mentale en cognitieve activiteit

Taurine

Taurine komt ook van nature voor in het lichaam, zij het beperkt. Daarom is een opname via suppletie in sportcontext een goed idee. Het draagt bij in het verminderen van vermoeidheid en kan daarnaast het uithoudingsvermogen verbeteren.

Biet

Biet zorgt voor een verbeterde zuurstoftoevoer in het lichaam, onder andere naar de spieren. Dit kan de uithouding tijdens de inspanning verhogen. Ook in Concap un-BEET-able en de Concap S-D-P formules is dit ingrediënt bijvoorbeeld terug te vinden.

Ginkgo biloba

Bekend om zijn positieve invloed op de doorbloeding en de ondersteuning van concentratie en hersenfunctie.

Sint-Janskruid

Heeft ontstekingsremmende eigenschappen, waardoor spierpijn kan verminderen tijdens de inspanning.

Geeft een mentale boost/ meer zelfvertrouwen



Tribulus

Deze plant ondersteunt op natuurlijke wijze de hormonale balans (testosteron). Dit kan bijdragen aan kracht, uithoudingsvermogen en herstel.

Gember

Werkt ontstekingsremmend en helpt spierpijn verminderen.

Vitamine C

Een krachtig antioxidant dat de weerstand ondersteunt en helpt bij het bestrijden van oxidatieve stress.

Ornithine

Dit aminozuur kan vermoeidheid helpen verminderen en ondersteunt het herstel na een inspanning.

De Concap X-Drive 2.0 is bijzonder interessant voor sporters die gevoelig zijn voor cafeïne, wat doorgaans personen met bloedgroep O zijn. Sommige sporters ervaren een verstoorde hartslag/hartkloppingen bij het gebruik van echte cafeïne. Dankzij ingrediënten zoals Guarana en Taurine biedt dit shot een natuurlijk alternatief, met vergelijkbare voordelen voor focus en energie.



Voor meer info:

info@concap.be | www.concap.be

ZANNATA ON THE MOVE...

Het Belgische racefietsenmerk Zannata is in sneltempo zijn gamma aan het vernieuwen en innoveren. Het merk werd in het jaar 2000 op de Belgische markt gebracht door VDB Parts NV. Het Belgische bedrijf dat zich ook o.a. de fabrikant van de befaamde Oxford fietsen mag noemen. Zannata is nu volop het gamma aan het vernieuwen met nieuwe innovaties en topfietsen aan een betaalbare prijs.

“Zannata is Reloaded...2Win”

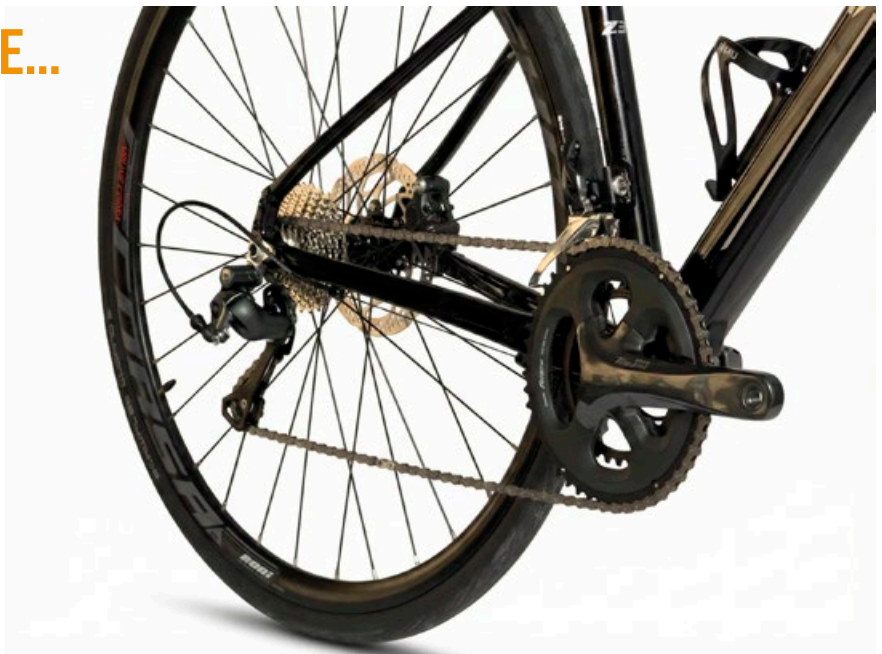
De spreuk Zannata Reloaded...2Win verradt de ambitie van het merk. Voor 2026 en 2027 staat de nieuwe focus op innovatie en techniek.

Echter naast die innovatie staat de betaalbare prijs centraal met een totaalpakket wat betreft race. Zannata zet ook een intense focus op specifieke geometrie voor jeugd- en damesfietsen, waarbij ze al frames aanbieden voor kinderen vanaf negen jaar.

De modellen:

Z31 alu: Startend met een hoogte van 42 cm (center - top). Ideaal voor kinderen vanaf 9 jaar en met afmontage Shimano Tiagra en kwalitatieve onderdelen zoals Deda Superbox met interne bekabeling, die heel eenvoudig aan te passen is zonder veel gedoe. Met andere woorden, de fiets kan de eerste jaren perfect meegroeien.

Prijs vanaf: € 1.495,00



Z80 carbon: Startend met een hoogte van 43 cm (center - top), met afmontage Shimano 105 mechanisch. Deze geometrie is vooral voor de prestatiegerichte sporter. Prijs vanaf: € 2.750

Z81 carbon: Startend met een hoogte van 43 cm (center-top), met afmontage Shimano 105 mechanisch. Deze geometrie is voor de sporter, die comfort boven prestatie plaatst. Prijs vanaf: € 2.975,00

Z90, racer op en top: met een high-modulus T800 carbon frame, dat gebouwd is voor pure snelheid. De doordachte pasvorm en geoptimaliseerde geometrie zijn de twee fundamentele pijlers van de Z90. De sleutelwoorden van het frame: stijfheid, stabiliteit en aerodynamica, afgestemd op elkaar en versterkt door een volledig geïntegreerde kabelvoering. Uitgerust met Shimano Ultegra mechanisch. Prijs vanaf: €3.995





Nieuw voor 2027 de Z86: Zoals ze bij Zannata zelf zeggen: "ons beste frame ooit, vol innovatie, UCI approved met oog voor elk detail". Het is een super aeroframe met de nieuwste innovaties op gebied van luchtstroming, gewicht en stijfheid.
Prijs: nog niet bekend

Zannata is duidelijk 'on the move' naar mooie dingen voor een nog mooiere prijs. Het Belgische merk profileert zich meer dan ooit als het racefietsmerk voor de beginnende renner met een gelimiteerd budget. Maar met het aankomende nieuwe model Z86 wordt er ook gemikt naar de veeleisende en doorgewinterde prof- en semiprorenners.

ZANNATA

Voor meer info: www.zannata.be

Tekst: Patrick Van Gansen

Beleef de CYCLOTOUR DU LÉMAN 2026

Op 18 oktober 2026 is het zover: de Cyclotour du Léman nodigt je uit voor een onvergetelijke fietstocht rond het Meer van Genève. Wanneer de herfst op zijn mooist is zal een fietstocht rond het meer van Genève nog meer op jouw netvlies blijven plakken.

De goudkleurige bladeren, de speciale herfstgloed, de heldere hemel en de Alpen die in het meer weerspiegelen, toveren een kleurenpalet en een decor op je bord dat je niet snel zult vergeten.

Meer dan alleen maar kilometers malen

Hier fiets je niet zomaar een route – je beleeft een van de meest indrukwekkende regio's van Europa. Langs het Meer van Genève, door charmante dorpjes en langs wijngaarden die in de herfst in warme kleuren schitteren.

Je doorkruist Zwitserland en Frankrijk – een grensovergang die bijna terloops aanvoelt en juist daarom in je geheugen blijft hangen. De glooiende heuvels van Lavaux - UNESCO-werelderfgoed - ontmoeten historische plaatsen en iconische plekken direct aan de oever van het meer.

Het parcours is aangenaam vlak en ideaal om in de flow te komen en te blijven. Tegelijkertijd zorgt het panorama ervoor dat je steeds weer je blik laat afdwalen. Meer, wijngaarden en de Alpen wisselen elkaar af – kilometer na kilometer.



Drie route-opties voor alle niveaus

Het evenement biedt drie verschillende afstanden zodat iedereen de perfecte uitdaging kan vinden:

- 176 km rond het Meer van Genève - De complete tocht rond het meer, voor wie op zoek is naar de ultieme uitdaging. Start en aankomst in Lausanne, Zwitserland.
- 112 km van Evian naar Lausanne - Een route voor de deelnemers die zowel van het landschap als van de sportieve uitdaging willen genieten. Startplaats Evian, Frankrijk aankomst in Lausanne, Zwitserland.
- 64 km van Lausanne naar Evian - Voor de recreatieve fietsers die ook graag genieten van andere dingen! 176 km of zelfs 112 km? Wat willen ze bewijzen? De organisatie heeft ook de perfecte afstand voor jou, inclusief een tocht door de adembenemende wijngaarden van Lavaux. Terugreis per boot inbegrepen.
- Kidsrace - 400 - 600 m - twee tot zes jarigen - Jouw kind(eren) willen graag deelnemen aan de Cyclotour, maar ja, ze zijn nog iets te jong om 64 km, 112 km of 176 km te fietsen... Bij Cyclotour du Léman hebben ze de perfecte oplossing!

Met de Kids Race kunnen de allerkleinsten net als de volwassenen meedoen. Met start en finish onder de grote Cyclotour-boog kunnen ze het Cyclotour-gevoel ervaren rond het "mini-meer van Genève".

NO RACE. JUST PACE.

Het gaat hier niet om tijden of ranglijsten. Het gaat erom samen onderweg te zijn, van het landschap te genieten en bewust van het moment te genieten.

Of je nu ambitieus of ontspannen bent, jij bepaalt je tempo.

Ook gezinnen zijn van harte welkom: met het kortere parcours en de Kids Race op zaterdag wordt het weekend een belevenis voor iedereen.

Meer dan alleen een rit

Verheug je onderweg op uitstekend uitgeruste verzorgingsposten met alles wat je nodig hebt - van drankjes tot energierijke snacks.



Bij het inschrijfgeld is bovendien een exclusief fietsshirt van Q36.5 inbegrepen, dat je ook na het evenement aan deze bijzondere dag herinnert.

Een duidelijke route, professionele begeleiding en een doordacht veiligheidsconcept zorgen ervoor dat je je volledig op de belevenis kunt concentreren.

De perfecte afsluiting van het seizoen

De Cyclotour du Léman is meer dan een evenement, het is de ideale afsluiting van je fietsseizoen. Sport, natuur en plezier komen samen in een ervaring die je bijblijft.

Schrijf je nu in en beleef de herfst rond het Lac Léman in het centrum van de Alpen.

Afspraak op 18 oktober 2026

Meer informatie en inschrijven kan op <https://cyclotour.ch/>

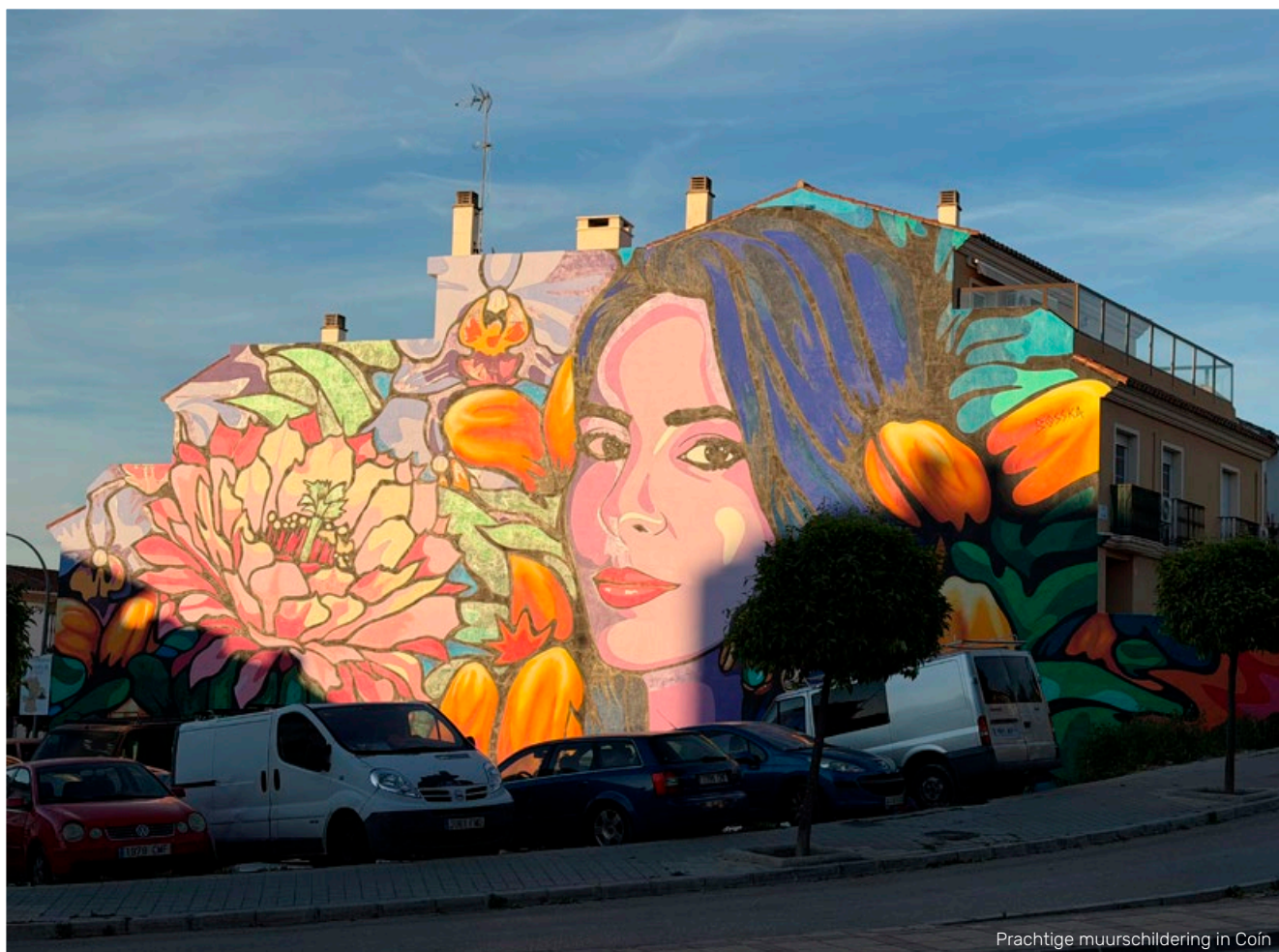
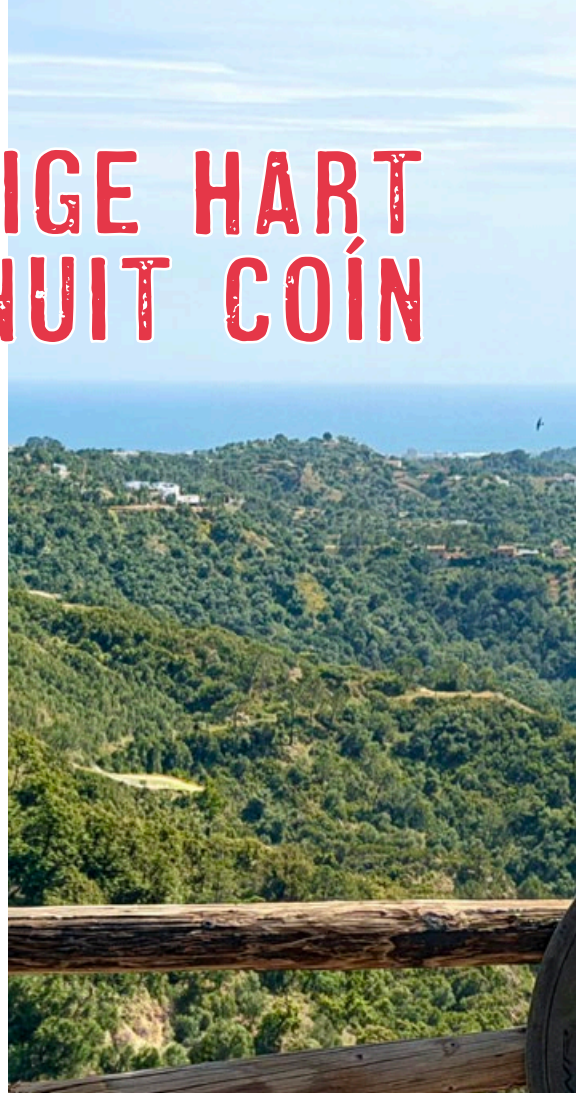


FIETSEN IN HET RUIGE HART VAN ANDALUSIË VANUIT COÍN

Wie Andalusië zegt, denkt vaak aan zonovergoten stranden, tapas op een dorpsplein of een cocktail met zicht op zee. Maar voor wielrenners ligt de echte magie landinwaarts. Vanuit het charmante stadje Coín ontvouwt zich een landschap dat gemaakt lijkt voor de racefiets en misschien zelfs nog meer voor de gravelbike: glooiende valleien, lange beklimmingen, weelderige plantengroei en eindeloze vergezichten onder een strakblauwe hemel.

Een ideale uitvalsbasis

Coín ligt op een strategische plek, net ten westen van Málaga en aan de rand van het indrukwekkende Sierra de las Nieves. Met de auto ben je op een drie kwartiertjes in het centrum van het prachtige, superlevendige en gezellige Málaga (32 km) en in een half uurtje sta je in het mondaine kustoord Marbella (28 km). Als fietser heb



Prachtige muurschildering in Coín



Het **turquoise** water van het meer van **Istán** ligt als een **parel** te pronken in de diepte

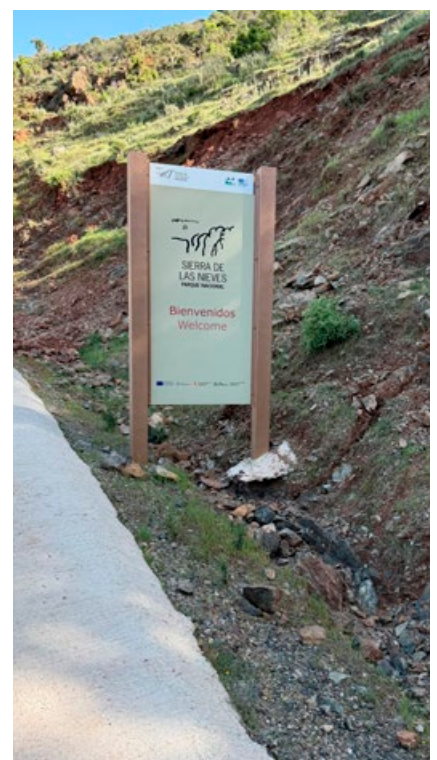
je in Coín echter een betere uitvalsbasis dan aan de zeer populaire Costa del Sol badplaatsen. Je hebt hier in alle windrichtingen diverse parcoursen voor het uitkiezen. Dit betekent dat je vanuit één locatie zowel rustige lichtheuvelende wegen als serieuze berguitdagingen binnen handbereik hebt. Bovendien is het verkeer buiten de hoofdwegen relatief rustig, wat het fietsen hier bijzonder aangenaam maakt. Zoek je de echt kleine binnenwegjes op, voorzie dan alvast een breder profiel van bandjes of doe dan je tocht op een gravelbike, want als je diep en hoog in de Sierra de las Nieves fietst, zal je tal van asfaltwegjes zien overgaan in gravelwegen waar je door een

compleet ongerepte natuurgebied fietst. Een groter contrast met de drukte aan de Costa del Sol is nauwelijks in te denken. Hier fiets je uren lang in alle rust zonder ook maar iemand om je heen en met het gezang van de vogeltjes en de geuren van rozemarijn, tijm, lavendel en pijnbomen als heerlijke begeleiding van je tocht.

Diep in het natuurgebied van de Sierra de las Nieves zijn de wegen compleet verkeersarm, de natuur ruig en ongerept en de uitzichten spectaculair en beklijvend. Het is een plek waar je als fietser echt het gevoel krijgt volledig los te komen van alle drukte en stress.

Klimmen met karakter

De regio staat bekend om zijn gevarieerde beklimmingsen. Geen eindeloze Alpenpassen, maar grillige wegen die zich een weg banen door olijfgaarden en berghellingen. Een absolute aanrader is de klim



Gravelweg vanuit Monda naar Istán



richting Puerto de las Abejas. Met een gemiddeld stijgingspercentage van 4,2% met lange onregelmatig klimmende stukken en af en toe stukjes die boven de 8% uitkomen - met enkele korte knikjes die zelfs de 11% aantikken - is dit een uitstekende beklimming voor intervaltraining.

Via Istán naar Marbella

Wie tijdens zijn verblijf ook de zee wil opzoeken, kan vanuit Coín een prachtige rit maken richting Marbella. De mooiste variant loopt - een deel over gravelweg - via het bergdorp Istán, aan de rand van het stuwmeer Embalse de la Concepción.

Deze route combineert het beste van twee werelden. Vanuit Coín klim je geleidelijk omhoog via Guaro en Monda

richting Istán. Een vijftal kilometer voorbij Monda verandert de asfaltweg voor een afstand van net geen vijf kilometer in een gravelweg. Je fietst langs rotswanden, met aan de andere kant prachtige vergezichten en diepe kloven. De gravelweg is soms vrij ruw met losse stenen en putten, brede bandjes zijn hier een must om comfortabel te fietsen. Het is geen brute klim, maar eerder een ritmebreker die constant blijft golven - ideaal om in een steady tempo te rijden over het gravel.

Na Istán volgt een technische afdaling richting Marbella, waar het landschap plots verandert: bergen maken plaats voor palmbomen en de geur van de Middellandse Zee. Even uitrollen langs de boulevard en misschien een korte koffiestop, voordat je via dezelfde route terugkeert naar Coín. Mijdt absoluut de zeer gevaarlijke A-355, dit is echt geen weg om te fietsen, echt wegblijven van die troep!

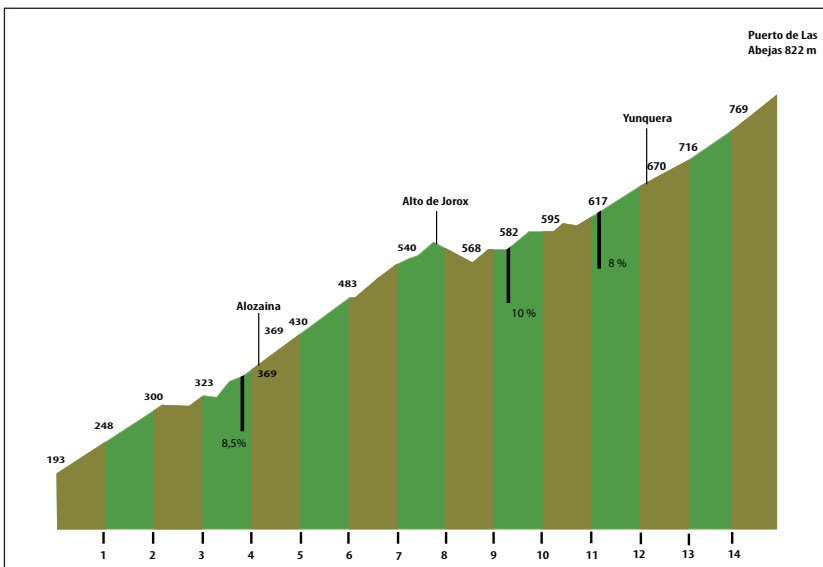
De koninginnenrit: Coín - Ronda - Marbella - Coín

Voor wie echt wil testen wat de benen waard zijn, is er de ultieme trainingsrit richting Ronda. Deze lus combineert alles wat Andalusië zo aantrekkelijk maakt voor wielrenners: lange beklimmingen, snelle afdalingen en spectaculaire natuur.

Vanuit Coín rijd je via glooiende wegen richting het binnenland, waarna de weg zich langzaam opricht richting Ronda. Deze eerste fase - bij vertrek uit de Finca/camping la familia Naranja is al goed voor zo'n 63 kilometer en bevat meerdere langere klimmen - o.a. de Puerto de Las Abejas. In dit stuk overbrug je in totaal ongeveer 1.650 hoogtemeters, dus doe het rustig aan in het begin want het parcours is echt geen zacht gekookt eitje. Eenmaal aangekomen in Ronda - beroemd om zijn prachtige kloof en brug - is een korte stop bijna onvermijdelijk.

Daarna begint het tweede deel van de rit: een lange, vaak dalende en snelle sectie richting Marbella. Hier kun je echt tempo maken, met brede wegen en weidse uitzichten richting de kust. Je fietst over dit stuk toch nog een kleine 600 hoogtemeters bij elkaar, maar je daalt wel ruim 1.300 meters. Na ongeveer 58 kilometer bereik je Marbella en je zal niet de enige zijn die hier even de beentjes respijt wil gunnen op een gezellig terrasje.

Het slotstuk voert je opnieuw via Istán terug landinwaarts richting Coín. Naar onze Finca/camping la Familia Naranja is dit stuk nog 55 km met een 1.000 hoogtemeters. Met vermoeide benen voelt dit laatste stuk nog zwaarder aan dan het op papier al is.





Zicht vanuit een grot op de vallei onder Ronda

In totaal heb je er met deze tocht 176 km, waarvan 5 km gravelen en 3.286 hoogtemeters opzitten. Dit ritje is een perfecte test voor duurvermogen en mentale weerbaarheid, met tussenin al het moois wat deze streek te bieden heeft.

Totale afstand: ongeveer 140 tot 176 kilometer, afhankelijk van de gekozen variant en of je helemaal door naar beneden naar Marbella fietst of toch liever een stukje afsnijdt, dan wel meestal over gravel.

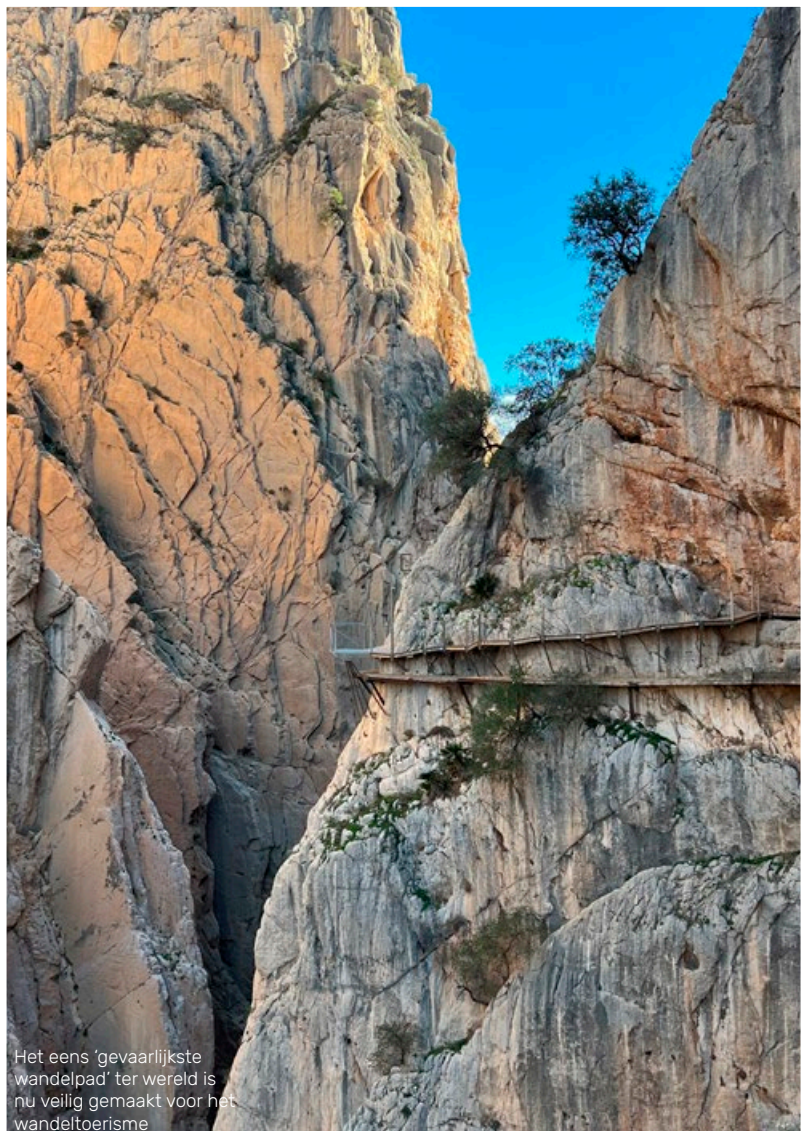
Hoogtemeters: circa 2.500 tot 3.300 meter

Karakter: een echte allround trainingsrit met klimmen, dalen, tempo- en gravelwerk

Een ritje combineren met de Camineto del Rey

De Caminito del Rey in Andalusië is een van de meest spectaculaire routes van Spanje – en misschien wel van Europa. Ooit bekend als het “gevaarlijkste wandelpad ter wereld”, is deze smalle loopbrug langs steile rotswanden inmiddels volledig gerenoveerd en veilig toegankelijk. Toch heeft het pad niets van zijn indrukwekkende karakter verloren.

Fietsers die de regio verkennen, vinden in de omgeving van El Chorro een prachtig decor van kronkelende wegen, stuwmeren en ruige natuur. Vanuit Coín is de fietsrit naar de ingang van de beschermd gebied 37 km. Een combinatie heen met de fiets, het avontuur in de Camineto en terug met de fiets is dus perfect te doen. De Caminito zelf is alleen te voet te betreden en gebeurt in groepen met een gids die je de geschiedenis vertelt. Het is een perfecte aanvulling op een



Het eens 'gevaarlijkste wandelpad' ter wereld is nu veilig gemaakt voor het wandeltoerisme

mooie fietstocht waarbij je letterlijk tussen hemel en aarde hangt, met diepe kloven onder je en adem-benemende uitzichten rondom.

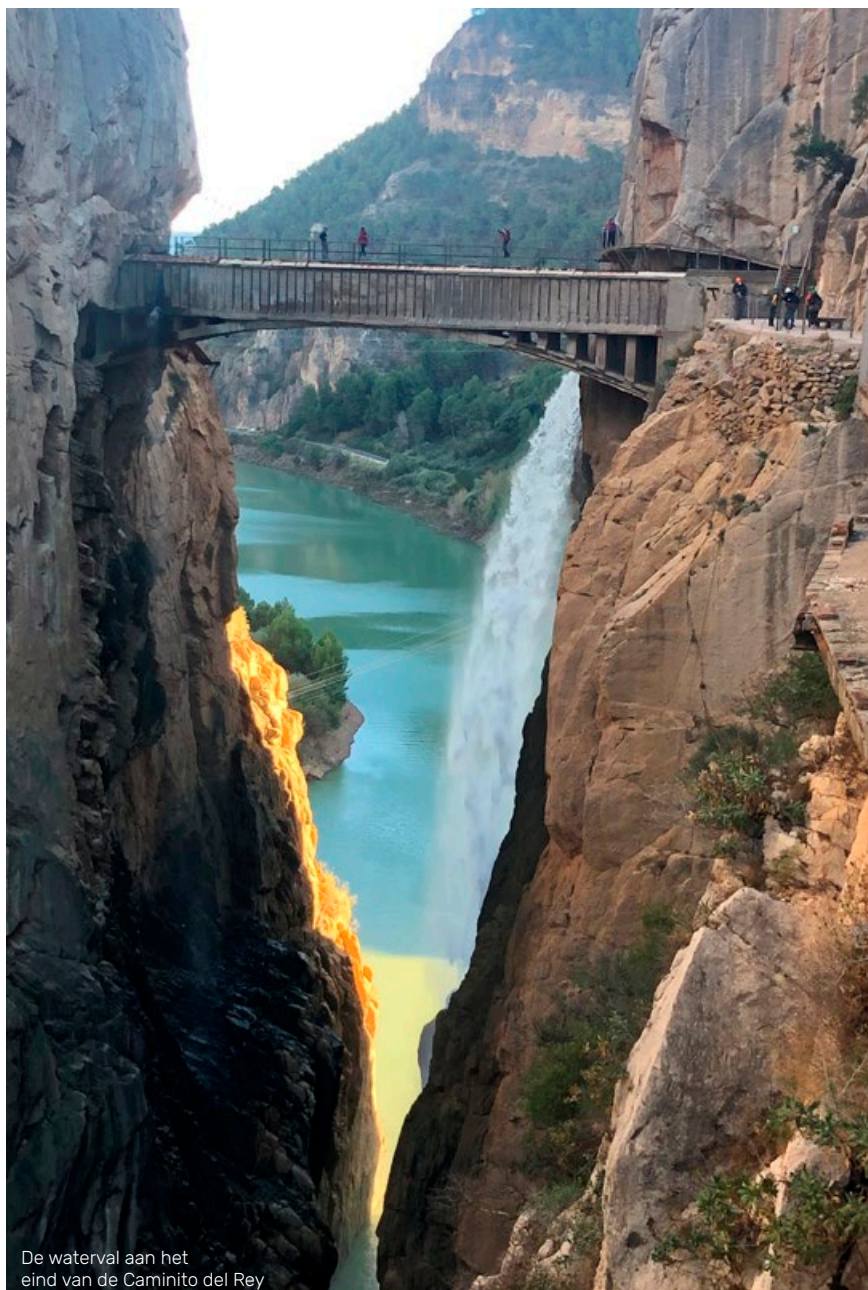
Wie Andalusië per fiets ontdekt, mag deze unieke ervaring eigenlijk niet overslaan. De Caminito del Rey combineert avontuur, natuur en geschiedenis op een manier die je nog lang bijblijft.

Het licht van Andalusië

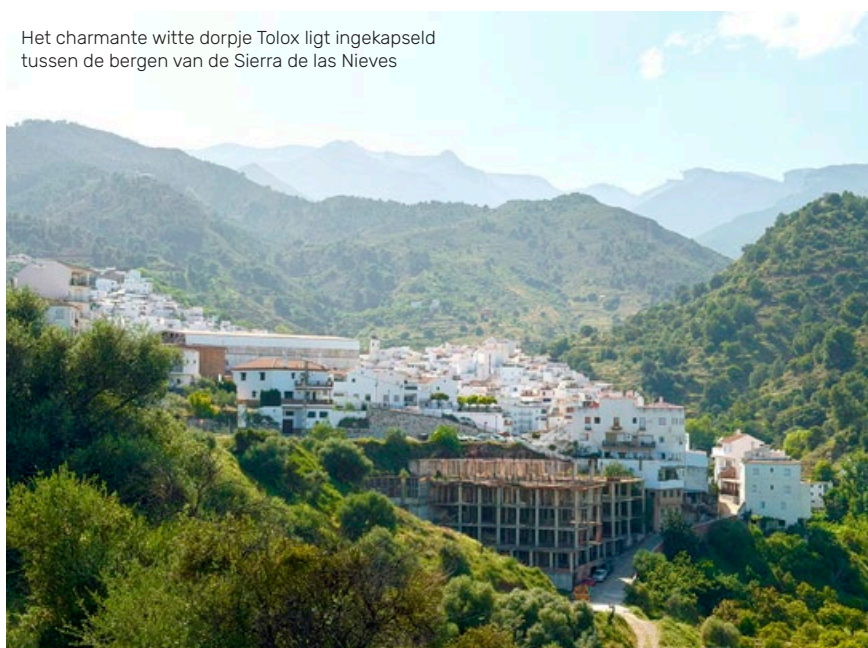
Wat deze regio uniek maakt, is het licht. Vooral in de vroege ochtend of late namiddag krijgt het landschap een warme gloed die elke rit iets magisch geeft. De witte dorpen – de typische “pueblos blancos” – steken fel af tegen de groene heuvels en de blauwe lucht. Denk aan plaatsen als Monda en Tolox, waar een koffiestop bijna verplicht is. Een koffiestop in één van deze plaatsjes is zeker een must. Maar er is veel meer te doen. In Tolox vertrekken diverse (lange) wandelingen en mountainbike tochten recht naar het hart van de Sierra de las Nieves en de Sierra de Tolox. Mountainbiken wordt hier naar een ander niveau getild en sommige paden zijn zeer technisch. Echter kan je ook met de familie van hieruit uren wandelen in een omgeving die doet denken aan een sprookjeskader. Je wandelt van de ene waterval naar de andere. Kabbelende riviertjes, watervallen, dennen, palmbomen, olijfbomen, wilde citroenbomen,... een supergroene oase tussen de ruige bergen van de Sierra de las Nieves.

Praktisch: wanneer en hoe

Het voorjaar en najaar zijn ideaal om hier te fietsen. In de zomer kunnen de temperaturen gemakkelijk boven de 35 graden stijgen, wat lange beklimmingen zwaar maakt. Vertrek dus vroeg, neem voldoende water mee en onderschat de zon niet.



De waterval aan het eind van de Caminito del Rey



Het charmante witte dorpje Tolox ligt ingekapseld tussen de bergen van de Sierra de las Nieves



Think ahead. Ride in front.

ZANNATA

Reloaded... 2WIN



Discover more at zannata.be

De wegen zijn over het algemeen goed onderhouden, al moet je rekening houden met soms ruw asfalt in de bergen.

Meer dan alleen kilometers malen

Fietsen rond Coín is meer dan alleen trainen. Het is een beleving: de geur van sinaasappelbloesem, het geluid van krekels en de gastvrijheid van de lokale bevolking. Voor wie op zoek is naar een bestemming die sportieve uitdaging combineert met authentieke charme, is Coín een verborgen parel. Hier vind je geen massatoerisme, maar pure (wieler)beleving in zijn meest eerlijke vorm.

Ronda uniek in Europa

Hoog boven een diepe kloof in het hart van Andalusië ligt Ronda, een stad die je onmiddellijk stil krijgt. Haar meest iconische blikvanger is de imposante brug die de kloof overspant en oud en nieuw Ronda met elkaar verbindt. Vanaf hier kijk je uit over een spectaculair landschap van steile rotswanden en kabbelend water dat zich een weg baant door de diepte. Vooral na regenval transformeert dit in indrukwekkende watervallen die de omgeving tot een schitterend stukje natuur maken.



Het sprookjesachtige beeld van Puente Nuevo en zijn waterval



Het is een **perfecte** aanvulling op een fietstocht **waarbij** je **letterlijk** tussen hemel en aarde **hangt**

Ronda ademt een uniek karakter, het is rauw en verfijnd tegelijk. De stad wordt al eeuwenlang verbonden door drie iconische bruggen over de diepe kloof van de El Tajo. De oudste, de Puente Romano, vindt zijn oorsprong in de Romeinse tijd en werd later door de Moren herbouwd. De Puente Viejo, uit de 17e eeuw, speelde lange tijd een cruciale rol als toegang tot de stad. De bekendste is echter de Puente Nuevo, voltooid in 1793 na een eerdere instorting. Deze imposante brug, gebouwd uit steen uit de kloof zelf, groeide uit tot hét symbool van Ronda. De combinatie van historische architectuur, dramatische natuur en een bijna tijdloze sfeer maakt deze plek anders dan alle andere steden in Spanje en we durven zelfs stellen in Europa. Het is een unieke bestemming met een ongekennde schoonheid die nog lang na je bezoek blijft nazinderen.

Tekst en foto's: Patrick Van Gansen



De kloof die de twee delen van de stad Ronda van mekaar scheidt met de Puente Romano op de achtergrond



Finca/Camping La Familia Naranja in Coín

Wij verbleven voor deze reportage op de camping van de Finca La Familia Naranja, gelegen op een vijftal kilometer van het centrum van Coín. Een camping met een sanitair buiten categorie: super proper, luxueus en design afgewerkt.

Het domein is ingericht als een kleinschalig sportresort:

- Een prachtig groot zwembad
- Padel & Tennis: Sla een balletje op de eigen padelbaan
- Gymzaal
- Ontspanning & Spel: een partijtje ping-pong of de jeu de boules-baan

Overnachten in één van de luxehuisjes of in de finca

In de finca zijn vijf tweepersoonskamers aanwezig, allemaal met eigen badkamer. Er is plaats en ruimte genoeg voor grote groepen tot elf volwassenen. Op het complex zijn ook zeven appartementen voor vier personen waar je kan verblijven.

Voor meer info of boeken van uw sportieve vakantie:



www.lafamilianaranja.com

Lugar Partido la Juntilla, 86
29100 Coín, Málaga, Spanje

00 34 613 146 915

info@lafamilianaranja.com

Zicht op het Istán meer dat als een fjord tussen de eerste hellingen van de Sierra de las Nieves ligt
Foto: Patrick Van Gansen



MOUNTAINBIKEN EN GRAVELEN ROND ISTÁN VLAKBIJ MARBELLA



Ruige trails en Mediterrane vergezichten

Op amper twintig minuten van de glamour en stranden van Marbella ligt een compleet andere wereld. Het witte bergdorp Istán, genesteld aan de rand van het natuurgebied Sierra de las Nieves, is een verborgen parel voor mountainbikers die op zoek zijn naar avontuur, hoogteverschillen en pure natuur. Hier geen drukke boulevards, maar stoffige tracks, kurkbossen en uitzichten die reiken tot aan de Middellandse Zee.

Van kust naar bergen in één rit

De unieke ligging van Istán maakt het een droomlocatie voor mountainbikers. Je vertrekt vaak letterlijk vanuit zeeniveau en klimt richting de bergen, waarbij elke hoogtemeter nieuwe panorama's onthult. De regio combineert kustlandschap met ruige sierras, waardoor je tijdens één rit zowel zeezicht als alpiene sfeer ervaart.

De klim vanuit Marbella naar Istán zelf is mooi en niet al te zwaar over een kronkelende weg die zich omhoog slingert naar ongeveer 350 meter hoogte.



Goed asfalt met weinig verkeer en vanaf kilometer twee volop in de natuur.

Het hart van de actie: Embalse de la Concepción

Wij logeerden echter in Istán zelf omdat we echt wilden gravelen en mountainbiken. Van hier ver-

trekken talrijke routes waarvan enkele draaien rond het iconische stuwmeer, het Embalse de la Concepción. Dit turquoise water, omringd door pijnbomen en bergen, vormt het decor voor enkele van de beste MTB-routes in Zuid-Spanje. De klassieke uitdaging is een zware lus van zo'n 50 km rond het meer en Istán, met meer dan 1.300 hoogtemeters. Deze route vraagt een goede conditie en technische vaardigheden, maar belooft met spectaculaire uitzichten en lange afdalingen.

Voor wie het rustiger wil aanpakken, zijn er ook kortere lussen en verbindingroutes tussen Istán en omliggende gebieden zoals Monda of Ojén, met flowy boswegen en minder technische secties.

Trails voor elk niveau

Wat Istán bijzonder maakt, is de variatie. Van brede gravelpaden tot technische singletracks met losse stenen: elke mountainbiker vindt hier zijn terrein.

- **Beginners & gravelrijders:** brede, goed begaanbare paden rond het dorp en langs de toegangswegen



- **Gevorderden:** lange klimmen gecombineerd met snelle afdalingen richting Marbella
- **Experts:** technische secties met rotsen en steile drops in de Sierra de las Nieves

Natuurbeleving op z'n puurst

Mountainbiken rond Istán is meer dan sport: het is een onderdompeling in Andalusische natuur. Je rijdt door kurkeikenbossen, langs rivierbeddingen en over bergpassen waar je de absolute stilte ervaart. De regio staat bekend om haar biodiversiteit en ongerepte karakter.

Onderweg vangt je netvlies regelmatig spectaculaire uitzichtpunten waar de combinatie van bergen, meer en zee samenkomt – een zeldzame mix die deze regio uniek maakt in Europa.

Waarom Istán op je bucketlist hoort

Istán biedt iets wat steeds zeldzamer wordt in Europa: echte wilderness op korte afstand van een stad. De combinatie van uitdagende trails, spectaculaire natuur en het mediterrane klimaat maakt dit gebied tot een topbestemming voor mountainbikers die meer zoeken dan alleen kilometers maken. Het draait hier echter niet alleen om het fietsen. De natuur is zo puur en onaangestast dat het een zegen is om met de ganse familie op pad te trekken voor

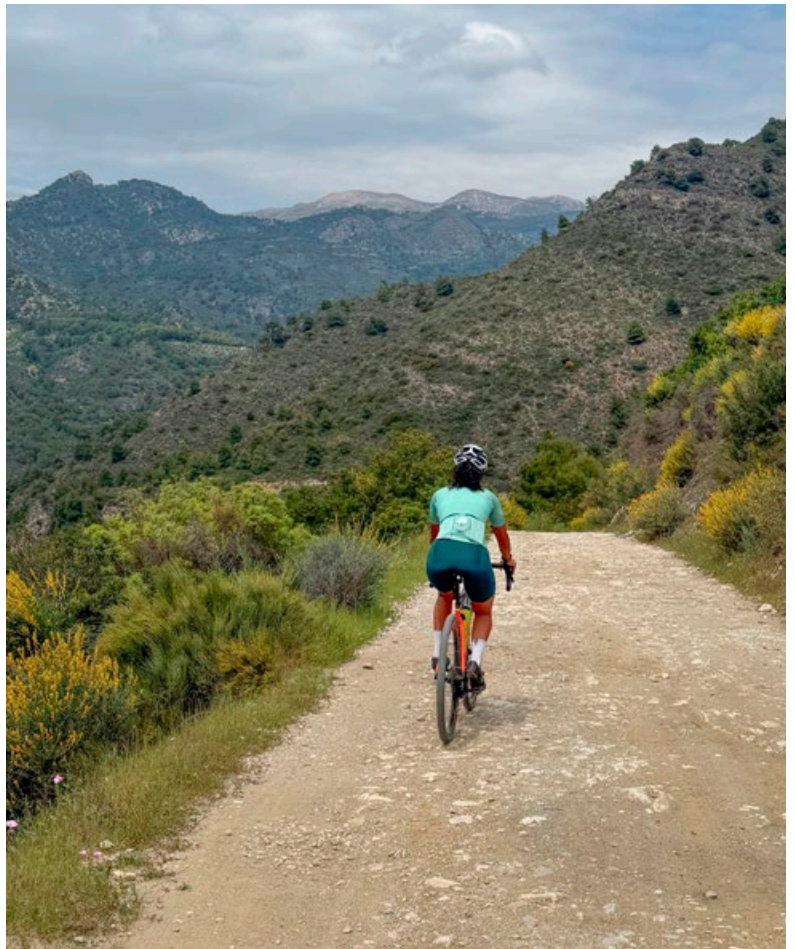
onvergetelijke wandelingen. Misschien kom je net als ondergetekende wel een lynx op je pad tegen. Jammer dat ik niet op tijd was een foto te nemen. Echter de unieke ervaring nemen ze me niet meer af.

Of je nu **komt** voor een intensieve trainingsweek of een **avontuurlijke vakantie**: de trails rond Istán laten een blijvende **indruk** achter.

Conclusie:

Voor mountainbikers en gravelers die de streek rond Marbella enkel kennen van strand en luxe, is Istán een ware openbaring! Misschien heb je door het lezen van dit artikel je volgende favoriete trailbestemming wel ontdekt. Voor ons is het alleszins één van de absoluut favoriete mountainbike regio's in Spanje en bij uitbreiding van Europa. De stilte, de schoonheid van de natuur, de unieke combinatie van het meer, de zee en de bergen en het fantastische klimaat maken het een gravelbestemming als geen ander.

Tekst en foto's: Patrick Van Gansen



Altos de Istán

**GASTRONOMISCH GENIETEN
VAN DE STILTE IN DE ONGEREPTENATUUR**



HOTEL ALTOS DE ISTAN

www.hotelaltosdeistan.com

Las Majadillas 1, 29611 Istán (Málaga España)
+34 951 77 71 67 | reservas@hotelaltosdeistan.com

HET TANNHEIMERTAL

VAN DE HOOGVLAKTE TOT IN HET ECHE HOOGGEBERGTE



In dit artikel nemen we je mee naar Oostenrijk om een van de mooiste hoogvlaktes van Europa te ontdekken. Het Tannheimer Tal ligt op 1.100 meter hoogte, ingeklemd tussen de bergen van de Allgäu en Tirol. De natuur en het indrukwekkende panorama zijn hier niet louter decor, maar hoofdrolspelers in deze grensoverschrijdende fietsregio.

Vele racefietsfanaten kennen het Tannheimer Tal maar al te goed. Hier vindt immers, tegen de waanzinnige achtergrond van de Allgäuer Alpen, jaar na jaar de legendarische RAD-MARATHON Tannheimer Tal plaats. Dit toonaangevende racefietsevenement trekt elk jaar in juli meer dan 2.500 fietsliefhebbers. De deelnemers hebben verschillende keuze van routes tussen 66 en 214 kilometer en tot meer dan



3.500 hoogtemeters. De langste route brengt je dan dwars door het alpiene landschap van het Tannheimer Tal, Oberallgäu, het Bregenzerwald, het Lechtal en de regio Reutte.

Wie niet zo lang wil wachten, kan ook deelnemen

aan de georganiseerde racefietsweek, die tijdens Pinksteren (23-30 mei) en voorafgaand aan de RAD-MARATHON (29 juni-4 juli) ideale omstandigheden biedt voor trainingen, tochten en gezamenlijke fietservaringen. In begeleide groepen, met professionele tips en veel ruimte voor individuele



uitdagingen, wordt het Tannheimer Tal een ontmoetingsplaats voor iedereen die van racefietsen, de natuur en gezelligheid houdt en leeft.

22 routesuggesties / 2.500 kilometer

Dit uitzonderlijk hooggelegen dal weet iedereen te betoveren met zijn veelzijdigheid: 22 afwisselende tochtvoorstellen strekken zich uit over 2.500 kilometer en voeren naar het naburige Allgäu, de Lechtaler Alpen, het Bodenmeer en zelfs tot aan de Arlberg. Wie op zoek is naar sportieve uitdagingen, moet de 4-passen-tocht – met de Gaichtpas, Flexenpas, Arlbergpas en Hahntennjoch – op zijn bucketlist zetten. En omdat er bij een onvergetelijke fietsvakantie meer hoort dan alleen hoogtemeters en passen, doet de regio er nog een schepje boven-

op: kristalheldere bergmeren, imposante toppen en de uitstekende Tirolse keuken zorgen, naast het fietsplezier, voor genot op het hoogste niveau.

Fietsplezier en culinaire hoogstandjes

In het Tannheimer Tal gaan fietsplezier en culinaire hoogstandjes altijd hand in hand: na lange beklimmingen met de mountainbike, e-bike of gravelbike en kilometers met prachtige uitzichten wachten echte smaakbelevingen, van hartige klassiekers zoals Tirolse gerstsoep of Käsespätzle in een hut tot verfijnde gastronomie van het hoogste niveau in het dal op 1.100 m boven zeeniveau. De regionale keuken levert de energie die fietsers nodig hebben, maar laat je ook andere smaken ontdekken die je smaakpapillen als nieuw zullen ervaren. Maak dus

maar genoeg tussenstopjes om van al dat lekkers te genieten. Immers de liefde voor het fietsen gaat niet alleen door de kuiten, maar ook door de maag is het niet? Ja toch?

 Tekst: Patrick Van Gansen

**TANN
HEIMER
TAL***

Meer info over deze fietsregio:
Tourismusverband Tannheimer Tal
Vilsalpestraße 1, 6675 Tannheim

+43 5675 6220-0
info@tannheimertal.com
tannheimertal.com



ST. PÖLTEN

een wieleregio met een heel eigen karakter



Fietsen aan de rand van Wenen

Rondom Sankt Pölten, de hoofdstad van Neder-Oostenrijk, begint het wielerventuur tussen de Wachau, het Wienerwald en het voorgebergte van de Alpen. Bijna geen enkele regio in Oostenrijk combineert zoveel landschappelijke diversiteit op zo'n korte afstand: glooiende heuvels in het Traisen- en Pielachtal, uitgestrekte vlaktes langs de Donau en uitdagende beklimmingen tot in het voorgebergte van de Alpen. Daarbij komt nog een uitstekend aangelegd, rustig wegennet – perfect voor iedereen die van afwisseling houdt. Sankt Pölten is daarbij veel meer dan alleen start- en eindpunt. Het is ook de hoofdstad van Neder-Oostenrijk en een van de oudste steden van Oostenrijk. Hier ontmoeten niet alleen afwisselende landschappen een goed ontwikkelde fietsinfrastructuur, maar ook een levendige cultuurscene. Zo combineert St. Pölten stedelijke flair met directe nabijheid tot de natuur. En ook vanuit de Oostenrijkse hoofdstad Wenen bereikt men de regio, die slechts 70 km verderop ligt, snel en eenvoudig. Tegelijkertijd is er hier een actieve fietscommunity aanwezig. De combinatie van een moderne stad en een natuurlijke omgeving maakt St. Pölten tot het ideale basiskamp om een mooi stukje – bij ons minder bekend - Oostenrijk te ervaren.

Een gevarieerd aanbod aan tochten tussen de Donau en het Alpenvoorland

Het aanbod aan tochten rondom St. Pölten is indrukwekkend: 13 zorgvuldig uitgestippelde race-

fietsroutes beginnen en eindigen direct in de stad en voeren over verkeersarme zijwegen door enkele van de mooiste landschappen van Neder-Oostenrijk. Of je nu rustig door de wijngaarden van de Wachau - die op de Werelderfgoedlijst van UNESCO staat - fietst of sportief over de hoogten van het biosfeerpark Wienerwald, de routes bieden puur racefietsplezier tussen cultuur en natuur. Bijzonder populair is de route door het Dunkelsteinerwald, die niet voor niets als een van de mooiste fietsroutes van de regio geldt. Een echt hoogtepunt voor liefhebbers van uithoudingsvermogen is daarentegen de koningsetappe naar Mariazell: met 169 km en bijna 2.000 hoogtemeters een klassieker die conditie vereist. Niet minder indrukwekkend zijn de tochten in het natuurpark Ötscher-Tormäuer – of over de Jauerling met weidse uitzichten op de Donau.



Community Rides: samen op pad

Naast individuele tochten speelt ook de gezamenlijke fietservaring altijd een grote rol. Ontspannen in het wiel van een ander zitten met de wind op kop of in plaats van op kaarten te vertrouwen op een gids die de omgeving goed kent: er zijn veel goede redenen om met de racefiets in een groep op pad te gaan. Zo leer je de regio eens vanuit een nieuw perspectief kennen en word je tegelijker-



tijd onderdeel van de levendige racefietsgemeenschap van St. Pölten. Meedoen is heel eenvoudig: pak je mobiel, download de app „Rennraderlebnis“, bekijk de kalender en dan hoef je alleen nog maar te zeggen: „Just join the ride“.

Culinaire hoogstandjes ontmoeten racefietsplezier

Na de tocht wacht het culinaire deel van de race-

fietsvakantie: de regio rond St. Pölten combineert sportieve belevenissen met culinaire hoogtepunten als geen ander. Want ook bij de heerlijke afsluiting van de dag laat de streek zijn sterke punten zien. Van rustieke Heurigen in de Wachau via regionale specialiteiten langs de routes tot de vele sterrenrestaurants, zo gaat het fietsplezier ook door de maag. De combinatie van traditionele keuken en regionale producten maakt van elke

tussenstop een bijzondere ervaring waarbij je de diversiteit van Neder-Oostenrijk leert kennen. Of het nu gaat om hartige specialiteiten, fijne wijnen uit de Wachau of zoete klassiekers, het culinaire landschap vormt de perfecte aanvulling op jouw fietservaring en zorgt ervoor dat zowel lichaam als geest aan hun trekken komen.

Tekst: Patrick Van Gansen



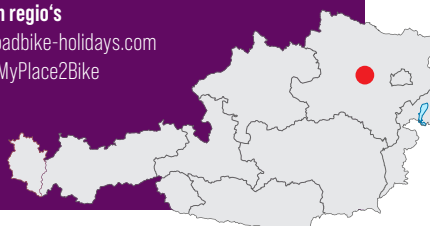
© Josef Bollwein | www.flashface.com



**Roadbike
HOLIDAYS**

Voor meer info over de fietsbestemming:
St. Pölten Tourismus
rennraderlebnis.at

**Meer gespecialiseerde fietshotels-
en regio's**
roadbike-holidays.com
[#MyPlace2Bike](https://twitter.com/MyPlace2Bike)



BIKE FESTA IN DE BISSCHOPSSTAD

Noteer alvast de datum voor de seizoensfinale in Zuid-Tirol!



Bike Festa Südtirol
© Brixen Tourismus/FilmIT

BIKEFESTA FACTS

- 17-09-20-09-2026
- Brixen, Zuid-Tirol
- Nieuw fiets-hoogtepunt in het hart van de historische binnenstad van Brixen
- 4 dagen lang alles rondom fietsen in al zijn vormen
- Testmogelijkheden, belevenistochten en direct contact met fabrikanten
- Midden in de Zuid-Tirolse oude binnenstad ontmoeten product en persoonlijkheid elkaar, testritten en wijnproeverijen, merken en kunstacties, de Zuid-Tirolse keuken en de community
- een onvergetelijke seizoensafsluiting

www.bikefesta.com

Met Bike Festa Zuid-Tirol gaat half september een nieuw fiets-hoogtepunt van start in het hart van de historische oude binnenstad van Brixen/Bressanone in Zuid-Tirol, Italië. Daarmee start er niet alleen een nieuwe ontmoetingsplaats voor de fietscommunity, maar is er ook meteen een Zuid-Tirolse seizoensfinale helemaal naar de smaak van de echte fietsfanaat. Een vierdaagse die boordevol Test & Ride belevenis, fietstochten en workshops zit. Een directe uitwisseling met hippe merken en Zuid-Tirolse keuken op zijn best. Als je genoeg innovatie hebt gezien, stap je in de gondel en in een mum van tijd ben je vanaf het Domplein omhoog naar de legendarische Plose of naar het hartvormige appelplateau Natz-Schaps waar het gespecialiseerde Hotel Jonathan op je wacht.

Brixen staat bekend als een eerbiedwaardige bisschopsstad. Half september, om precies te zijn van 17-09-2026 tot 20-09-2026, verandert de historische binnenstad rond de dom met het nieuwe fiets-hoogtepunt in het verkeersvrije hart van Brixen, in het grootste fietspodium van de regio. Naast de mogelijkheid om de hippe merken te testen, zijn er begeleide belevenistochten, trails en Gusto-Loops voor elke leeftijd en elk niveau. Het top-programma biedt echter ook kunst en cultuur, de Bike Film Tour 2026, een cool kinderprogramma, en workshops. Wie de



© Hannes Niederkofler



© Hannes Niederkofler



© Tobias Köhler

Zuid-Tirolse fietsregio en de Zuid-Tirolse keuken wil leren kennen, is hier aan het juiste adres.

Op pad met de fietsexperts van de regio

Als het gaat om fietsen in de prachtige regio Eisacktal, mogen twee namen niet ontbreken: Toni & Tobias Überbacher, oftewel de eigenaar en zijn zoon van Bikehotel Jonathan**** in Natz-Schatz. Dit vader-zoon-duo deelt de passie voor mountainbiken en biedt zijn gasten echte fietservaringen. De dagelijkse begeleide tochten van het duo door het Eisacktal en de Zuid-Tirolse Dolomieten zijn een aparte belevenis, zeker als de zon op het Apfelhochplateau schijnt op bijna 1.000 meter boven Brixen. Je beleeft er de Zuid-Tirolse levensvreugde en maakt eindeloze hoogtemeters. Van beginners tot

ervaren fietsers, van e-bike-tochten naar de almen tot alpine trailactie. De ontspannen fiets sfeer in het hotel zorgen voor avontuurlijke en tegelijkertijd ontspannen dagen. Kortom de perfecte thuisbasis voor de Bike Festa en de Bike Siesta.

Ontmoeten & uitwisselen rond 4 thema's

De Bike Festa zet bij haar première meteen in op vier thema's: brand festa, ride festa, people festa & gusto festa. De inwoners van Brixen weten nu eenmaal hoe ze een feestje moeten bouwen, van brunch over fietsen tot aperitief!

Met deze veelbelovende mix wordt de oudste stad van Zuid-Tirol het toneel voor het nieuwste fietsevenement van de regio voor jong en oud, mountain-

bikers en kunstliefhebbers, wijnkenners en singlet-rail-liefhebbers. Van de geplaveide straatjes gaat het in een mum van tijd naar het Brixen Bikepark op 2.050 meter hoogte met de UNESCO-Dolomieten-skyline Drei Zinnen, Peitlerkofel en vele andere legendarische pieken. Aan de andere kant van de stad gaat het vanaf de oever van de Eisack naar het (meestal) zonnige appelplateau Natz-Schabs. Gewoon een grandioze seizoensafsluiting met stijl, goede vibes & fietsgenot.

Tekst: Patrick Van Gansen



© Brixen Tourismus/Hannes Engl

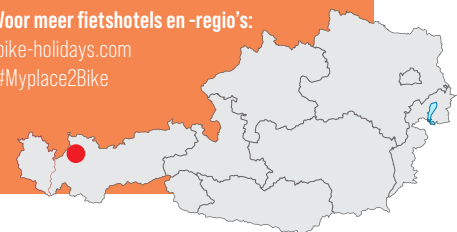


Meer info over de fietsregio:
Brixen Tourismus brixen.org

Overnachten bij gespecialiseerd fietshotel
Hotel Jonathan****, Apfel-Hochplateau
Natz-Schabs, hotel-jonathan.com

Hoogtepunten:
Brixen Bikepark: vier vloeiende routes tussen Plose en Palmschoss voor elk niveau – van de lichtgroene Jerry-Line tot de dieprode Sky-Line, de oudste en meest veeleisende route met een lengte van 6,6 km, 900 hoogtemeters en een gemiddeld stijgingspercentage van 13%. <https://plosebike.com>

Voor meer fietshotels en -regio's:
bike-holidays.com
[#Myplace2Bike](https://www.instagram.com/Myplace2Bike)





REANY



Move light. Live easy.

Built for the way you really live, C1 is light enough to carry, adaptable to your day, and designed with purpose. Whether you're weaving through traffic, hopping on a train, or picking up groceries, this is how you move forward.



Learn more about
new REANY Compact C1

DE ALL-NEW MAZDA6e

WAAR JAPANS VAKMANSCHAP ELEKTRISCH RIJDEN
VORMGEEFT

6 JAAR MAZDA
GARANTIE

De All-New Mazda6e belichaamt de perfecte balans tussen geavanceerde elektrische technologie, elegant design en ongeëvenaard vakmanschap. Met een rijbereik dat voldoet aan uw behoeften, handige laadoplossingen en een dynamische rijervaring zet deze volledig elektrische wagen een nieuwe standaard.

ONTDEK HEM NU IN ONZE SHOWROOM



VAN GANSEN

EKEREN | Leugenberg 105, tel. +32 660 29 40 | garagevangansen.be

16,6 - 16,7 kWh/100KM 0 G/KM CO₂ (WLTP)

Contacteer uw concessiehouder voor alle informatie over de fiscaliteit van uw voertuig.



GEEF VOORRANG AAN VEILIGHEID. Milieuwetgeving (K.B. 19.03.04). www.mazda.be



MAZDA

Het elektriciteitsverbruik en de rijafstand worden berekend volgens de WLTP-test die van toepassing is op de All-new MAZDA6e TAKUMI (getoond in de optionele carrosseriekleur Soul Red Crystal). De WLTP-test wordt op een uniforme, gestandaardiseerde en gecontroleerde manier uitgevoerd in een testlaboratorium op basis van een testcyclus. Het werkelijke elektriciteitsverbruik en de rijafstand worden beïnvloed door verschillende factoren, zoals de individuele rijstijl, snelheid, routegeografie, belasting, omgevingstemperatuur, voertuiguitrusting en het gebruik van in-voertuigfuncties die elektriciteit verbruiken (bijv. airconditioning, stoelverwarming). De vermelde technische gegevens zijn tijdelijk en niet gehomologeerd. V.U.: Mazda Motor Logistics Europe NV, handeldrijvend onder de naam Mazda Motor Belux, invoerder. Blaasveldstraat 162, B-2830 Willebroek, België. Ondernemingsnummer: 0406.024.281. RPR Mechelen. Rekeningnummer: BE21 3200 0698 7003. Contact: info-be@mazdaeur.com. www.mazda.be

WAAROM KIEZEN VOOR KWALITEIT?

Veel sporters kiezen de verkeerde supplementen, wat hun prestaties remt. De juiste vloeibare formule vult tekorten direct aan voor maximale energie. Zo blijft je lichaam vitaal en je weerstand in topconditie.

CONCAP IJZERSIROOP

Unieke ijzersiroop aangevuld met vitamine B12 en foliumzuur. Zonder toegevoegde kleurstoffen.

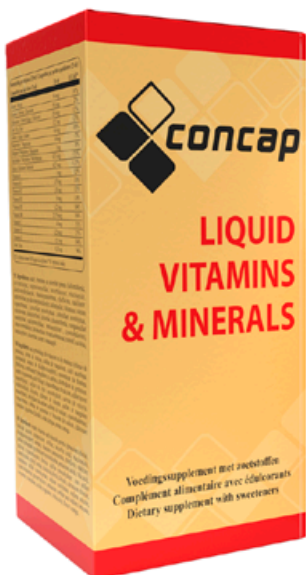


MERK CONCURRENT

Verouderde, donkere formules die vaak tanden verkleuren en de maag belasten. Bieden slechts beperkte resultaten.



100%	Krachtige boost voor maximaal uithoudingsvermogen.	ENERGIE	Herstelt natuurlijke balansenergie	65%
95%	Hooggedoseerd voor zware fysieke belasting.	WEERSTAND	Algemene ondersteuning met kruiden.	70%
100%	Met foliumzuur voor snellere aanmaak rode bloedcellen.	BLOEDOPBOUW	Basis ijzeraanvulling zonder extra foliumzuur.	60%
100%	Heldere, vlekkeloze formule die tanden niet verkleurd.	SAMENSTELLING	Tanden verkleuren door zwarte siroop.	50%
98%	Direct en maagvriendelijk. Ideaal voor sporters.	OPNAME	Kan bij sommigen darmklachten en constipatie veroorzaken.	75%



CONCAP LIQUID VITAMINS & MINERALS

Maximaliseer je resultaat met Concap IJzersiroop en Liquid Vitamins & Minerals. Waar traditionele middelen stoppen, gaat dit duo verder.

Waarom dit duo werkt

Optimale versterking: Vitaminen versnellen de ijzeropname en bloedaanmaak tot 100%.

Volledig herstel: Terwijl de ijzersiroop je zuurstoftransport optimaliseert, vullen de vloeibare mineralen direct aan wat je door te zweten verliest.

Superieure zuiverheid: Beide producten zijn kristalhelder: ze vlekken niet op je tanden en zijn uiterst mild voor de maag.