

JAARGANG 16 - NR. 81

HET NR. 1 MAGAZINE VOOR EEN ACTIEF FIETSLEVEN

GRATIS!

cyclolive
magazine

DE ICONISCHE MONT VENTOUX TOUR DE FRANCE 2025

Fietsen rond het Sun Moon Lake in Taiwan

De KronplatzKing daagt je uit op de mountainbike!

Ljubljana fiets hoofdstad van een echt wielerland



ABUS

Make
You.
Make
Secure.



abus.com



Cyclevive 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:
© Patrick Van Gansen

Lay-out:
Gekko, info@gekko.be

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

Jennifer Shrestha
jennifer@cycleliveplus.be

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

Website:
www.cyclelivemagazine.com

Cyclevive 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 Cyclevive 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
gooien!**

* De organisator en verantwoordelijke voor deze
wedstrijd is de toeristische dienst van Andermatt-Uri-
serntal. Cyclevive Magazine draagt in geen enkel geval
verantwoordelijkheid voor de inhoud, uitvoering en/
of opvolging van deze wedstrijd.

Terugblik op het wieler voorjaar vanuit Mallorca

De wielervedereld heeft er zijn voorjaar alweer
opzitten. Een mooi voorjaar, dat wat betreft
het professionele wielrennen niet meteen
als het meest meeslepende/spannende kan
gecatalogeerd worden. (gecatalogiseerd voor
de Nederlandse lezers).

Om echt tot de verbeelding te spreken hebben
we meer koersen nodig zoals de voorbije
Milaan-San Remo, Parijs-Roubaix, Brabantse
Pijl en de Amstel Gold Race waar tot op het bot
gestreden wordt en tot de laatste kilometers
de spanning hoog ligt. Dat Pogačar en Van der
Poel er in zoveel eendagswedstrijden mijlen
ver bovenuit steken, doet die spanning niet
echt goed. Dat het verwezenlijken van de
solo's - die deze uitzonderlijke kampioenen al
enkele jaren opvoeren - respect en bewon-
dering verdienen, staat echter als een paal
boven water. Maar het is allemaal een beetje
voorspelbaar geworden en op termijn zal het
voor vele volgers saai beginnen te worden.
Het is een natuurlijk fenomeen waarmee
ook het tijdperk Eddy Merckx te kampen
had, na enkele jaren van versmachtende
overheersing.

Zeker voor ons Belgen doet het soms pijn aan
de ogen dat een Sloveen en een Nederlander,
net dat doen, wat we zo graag door Remco
Evenepoel en Wout van Aert zien doen. Nat-
uurlijk zouden de meeste Belgen het niet zo
saai vinden als het landgenoten waren die
overheersten. Hoe zitten we niet allemaal
op het puntje van onze stoel als Remco aan
een solo begint, als Wout vooraan de scepter
zwaait of als Jasper Philipsen zijn zoveelste
massasprint wint? Zo zie je maar weer, dat
elke stelling of elk woord verschillende waar-
heden heeft. Wat saai wordt voor de ene is
een delirium voor de andere, het is maar net
van welke kant en hoe je het bekijkt!



Dat brengt ons dan meteen ook bij Wout van Aert

Wanneer ik dit voorwoord uitschrijf is het
net een week geleden dat Wout de gravelrit
naar Siena in de Giro d'Italia won. Wat een
mooie, emotionele ontlading was dat daar
in Siena! Na zoveel leed en tegenslagen
de voorbije jaren, was het alweer een hele
tijd geleden - van de Vuelta 2024 - dat
Wout de zoete smaak van de overwinning
had geproefd. Wat een karakter, wat een
doorzettingsvermogen, wat een sterke kop
staat er bij Woutje op. Geweldig!

Datzelfde geldt trouwens ook voor ene
Remco Evenepoel! Zijn voorbereiding loopt
momenteel op wieltes en wat hij bij zijn
comeback liet zien, is hoopvol voor de nabije
toekomst. Benieuwd tot wat hij in staat zal
zijn in de komende Tour de France.

Hoe zou het ook zijn met Jonas Vingegaard?
Eind mei is het nog een compleet mysterie
voor de ganse wielervedereld hoe zijn conditie
erbij staat. Er zijn echter enkele geruchten
die vertellen dat Vingegaard sterker zal zijn
dan ooit. Dat zijn waarden beter zijn dan
vroeger. Stemmingmakerij of waarheid?

De enige zekerheid op dit moment voor het eindklassement in de Tour 2025?

Wel, Tadej Pogačar zal ook tijdens de Tour
2025 de te kloppen man zijn. Hopelijk kun-
nen Jonas en Remco voor een beetje meer
spanning zorgen dan het in 2024 het geval
was.

Andere kanshebbers op de eindzege? Neen,
niet echt! Er zullen al heel speciale dingen

moeten gebeuren om er voor te zorgen dat er geen Tadej, Jonas of Remco in het geel op het eindpodium in Parijs zal staan op 27 juli a.s..

Fietsgroeten vanuit Mallorca

Zelf hebben we bijna het hele voorjaar vanuit Mallorca gevolgd en dat drukte ons nog maar eens met de neus op de realiteit en relativiteit van het leven. Mallorca gekend als hét wielerei-land bij uitstek. Daar waar ieder wielertoerist minstens een keer in zijn leven moet geweest zijn. Daar waar het krioelt van de fietsers die – genietend van de natuur, de mooie wegen, de zon, de aangename temperaturen, de zee en de bergen – de diversiteit van het eiland ontdekken. Wel net daar in Mallorca is er bijna geen Mallorquin/a te bespeuren die ook maar enige interesse betoont voor Milaan-San Remo, de Ronde van Vlaanderen, Parijs-Roubaix, Luik-Bastenaken-Luik of de Giro d'Italia.

Of, hoe de wielersport en de renners in een klein landje als België bijna als heilig worden beschouwd, maar hoe ook dezelfde competitieve sport op het fietseiland Mallorca bijna volledig aan de aandacht ontsnapt... Een van de vele bewijzen van de relativiteit van grootsheid, populariteit en bekendheid.

Hiermee hebben we meteen ook een van onze hoofdthema's voor de volgende nummers van Cyclelive Magazine kenbaar gemaakt. Het wielertoerisme en het professionele wielrennen op Mallorca zullen in de volgende nummers van Cyclelive Magazine centraal staan.

In het nummer dat je nu aan het lezen bent nemen we jullie echter al fietsend mee naar het waanzinnig mooie Sun Moon Lake in Taiwan, om via Ljubljana – de hoofdstad van wielerland Slovenië – over Zuid-Tirol naar St.Gallen in Oost – Zwitserland, op zoek te gaan naar echte zware uitdagingen in de Zwitsers Alpen. Zoals steeds staat het fietsplezier en het ontdekken van nieuwe plaatsen ook centraal in dit nummer.

We wensen al onze lezers graag een geweldige fietszomer toe en heel veel leesplezier met dit GRATIS nummer van Cyclelive Magazine!

Geniet ervan!

Vele fietsgroeten vanuit Mallorca,
Patrick Van Gansen



Tour de France 2025	6
Mont Ventoux - Een zware uitdaging... een ware schoonheid... een echte mythe!	30
Boekenkast	36
Sprokkelnieuws	37
Technische Sprokkels	40
In de kijker – FD Bikes - Gloednieuwe locatie in Brecht	46
De KronplatzKing MTB Marathon wacht op jou	50
Cyclo la Madeleine	53
Gravelbikes-Holidays.com gaat van start	54
Fietsen rond het waanzinnig mooie Sun Moon Lake in Taiwan	56
Het meer en de Alpen in Oost-Zwitserland	64
Vanuit St.Gallen op trofeeënjacht	68
Het beste van Zuid-Tirol	70
Slovenië - Fietsen ver weg van de drukte in volle natuur	74
Ljubljana – Hoofdstad van een echt wielerland	78

De kopgroep in de Strade Bianche rit in de Giro d'Italia 2025 - gewonnen door Wout van Aert
Foto: LaPresse

112^e ÉDITION

TOUR de france™

5-27 JUILLET 2025



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.I.M. individuel
Individual time trial |
| | Repos
Rest day | | |

TOUR DE FRANCE 2025

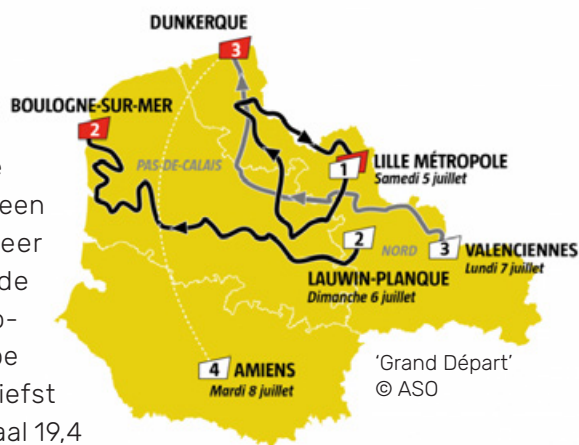
DE EERSTE DRIE RITTEN

Even de grens overwippen voor drie dagen Tour de France plezier

Dit jaar kunnen we als wielervrienden de start van de 112e editie van de Tour de France weer eens van dichtbij meemaken. De Grand Départ vindt namelijk van 5 tot en met 7 juli a.s. plaats in de regio Lille-Nord de France. Een unieke gelegenheid om even de grens over te wippen en een dagje of weekendje TDF te beleven in al zijn glorie.

Geschiedenis Tour de France in deze regio

Lille is hiermee alweer de 18de keer startplaats van een etappe. De allerlaatste keer was in 2022 met de vijfde etappe tussen Lille Métropole en Arenberg. In die etappe kregen de renners maar liefst 11 kasseistroken van in totaal 19,4 km onder de wielen geschoven, maar die laten de renners dit jaar volledig links liggen. Al in 1906



was Lille finishplaats van de 275 km lange eerste rit vanuit Parijs. Daarna werd er nog 15 keer gestreden om een etappezege. De vorige Grand Départ in deze regio dateert al uit 2001. Toen was de Côte d'Opale gastheer. Na 1960 en 1994 is Lille voor de derde keer ville départ.

Lille Centrum © Laurent Javoy



Tour de France 2025 in cijfers:

21 ritten, **7** vlakke ritten, **6** heuvelend landschap, **6** bergetappes, **5** aankomsten bergop, **2** tijdritten, **2** rustdagen, **8** nieuwe aankomsten en vertrekplaatsen.

In totaal **3.320** kilometer en **51.550** hoogtemeters
184 renners komen aan de start uit **23** teams
De karavaan rijdt door **11** regio's en **34** departementen.

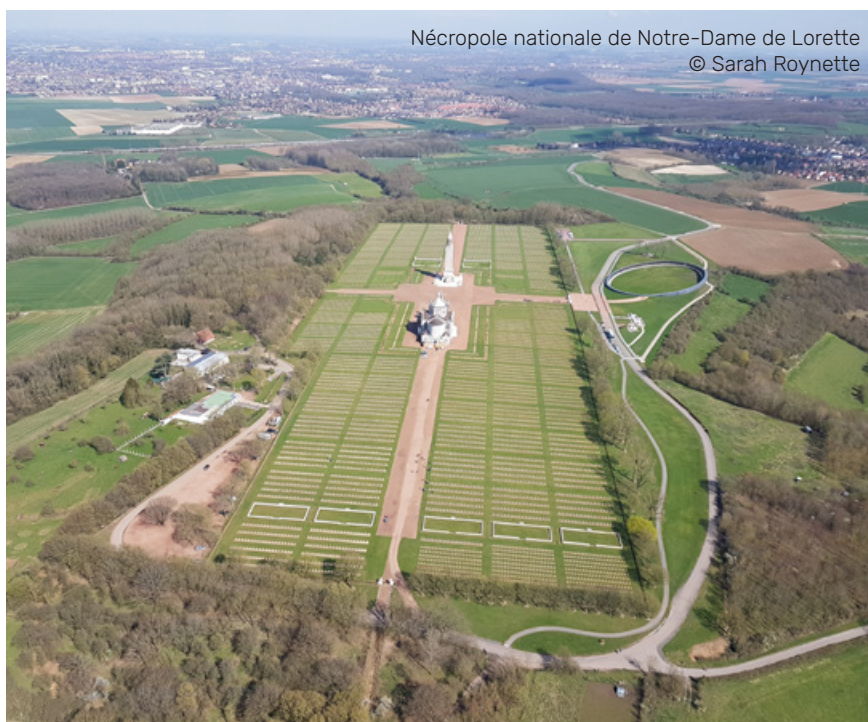


Peloton in Kassel 2022
© A.S.O. Charly Lopez

Rit 1 - 5 juli 2025

Lille – Lille 185 km

Deze 185 km lange openingsrit start en eindigt aan L'Esplanade du Champ de Mars bij de prachtige citadel aan de rand van het oude centrum van Lille. De bekende vestingbouwer Vauban heeft hier zijn sporen nagelaten. In deze relatieve vlakke etappe zijn een drietal korte beklimmingen opgenomen, de Côte de Notre-Dame-de-Lorette (1 km aan 7,6 %), de kasseiklim van de Côte de Cassel (1,9 km aan 3,5 %) en de Mont Noir (1,3 km aan 6,4 %). Het parcours kust een aantal keer onze zuidelijk landsgrens waarbij de Zwarteberg en de Kasselberg mooie punten zijn om de renners voorbij



Nécropole nationale de Notre-Dame de Lorette
© Sarah Roynette



© Rens Klaasse

te zien trekken. Deze beklimmingen zullen ook het strijdtoneel zijn voor de renners die de eerste bolletjestrui willen veroveren. Bij de Côte de Notre-Dame-de-Lorette ligt de grote Franse militaire begraafplaats met gesneuvelden uit de Eerste Wereldoorlog. Hier wordt ook de Luxemburgse oud-Tourwinnaar François Faber geëerd. Hij verdween/overleed in 1915 tijdens gevechten in het kader van de Eer-

vier beklimmingen liggen er maar liefst drie in de laatste 30 km. 60 km voor de finish passeert het peloton het Idyllische, hooggelegen, vestingstadje Montreuil-sur-Mer waar ook Vauban zijn stempel op heeft gedrukt.

Rit 3 – 7 juli 2025

Valenciennes – Duinkerken

178 km

Opnieuw een nagenoeg vlakke



Het idyllische Montreuil sur-Mer
© Rens Klaasse

ste Wereldoorlog. Zijn lichaam werd nooit teruggevonden.

Rit 2 – 6 juli 2025

Lauwin-Planque – Boulogne-sur-Mer 212 km

Met een etappe van 212 km over een heuvelachtig parcours, rijden de renners van het vlakbij het stadje Douai gelegen Lauwin-Planque naar de kustplaats Boulogne-sur-Mer met zijn prachtige ommuurde bovenstad. Daar ligt de finish op de licht omhooglopende Boulevard Mariette. In de startplaats heeft het Amerikaanse bedrijf Amazon een groot distributiecentrum. Na Arras rijdt het peloton langs de 136 meter hoge Mont Saint Eloi waar een gedenkteken voor François Faber staat. Van de

etappe van 178 km van Valenciennes naar Duinkerken. Die finishplaats kennen we nog maar al te goed als startplaats van de vierde etappe in 2022 die Wout van Aert afsloot met een schitterende zege in Calais. Hij reed toen in het geel en legde er mede de basis voor het behalen van de groene trui. Maar het bijzondere in deze etappe is dat voor de tweede keer in drie dagen opnieuw de Kasselberg moet worden beklommen (2,3 km aan 3,8 %). Deze keer wel langs een andere weg dan tijdens de openingsrit.

Speciaal voor de fans

Op 3 en 5 juli a.s. kan je Fan park du Tour de France 2025 bezoeken op Place de la République in Lille. En dan is er op 5 juli a.s. nog het Fête

pour le passage du Tour de France in de Drève de l'Hôpital in Seclin.

ZELF FIETSEN IN HET SPOOR VAN DE RENNERS

Niets is er natuurlijk leuker om ook zelf eens de (race)fiets te pakken om te genieten van de prachtige landschappen in de regio van de Grand Départ. De Vélomaritime is een mooie fietsroute die over 118 km langs de Opaalkust loopt. Je kan in de Vallée de la Lys en de heuvels van Monts de Flandres ook gebruik maken van het 800 km lange fiets-knooppuntennetwerk dat aansluit op ons Vlaamse netwerk. Van de website pas-de-calais-toerisme.com kan je de nodige fietsbrochures downloaden.



Of ga je voor het intensievere werk?

Voor de ambitieuze wielertoeristen zijn er in deze heuvelende regio van de Hauts-de-France de komende periode nog een aantal uitdagende tochten te vinden die deze keer ook in het teken staan van de eerste etappes van Tour de France. Op 22 juni wordt de l'Enfer des Flandres gehouden. Een cyclo vanuit het net over de grens gelegen Bailleul van 225 km (1700 hm). Deze rit heeft een uitdrukkelijke knipoog naar de Tour de France. Maar welke dat precies is moet een verrassing blijven.



Meer info is te vinden op bailleulveloclub.fr



Bij de finish in Boulogne-sur-Mer © Rens Klaasse



Overwinning Wout van Aert in 2022 © A.S.O. Pauline Ballet

Armentières is op 28 juni de startplaats van de CHTI Bike Tour. Deze editie van de 230 km lange rit is een special du Grand Départ du Tour de France.

Meer info
www.lechtibiketour.org



Met als startplaats Saint-Omer is er op 7 september de mogelijkheid

om deel te nemen aan de 160 km (1900 hm) lange Sur la route du Cap Gris-Nez.

Meer info:
www.helloasso.com



Overigens hebben al deze organisaties ook kortere afstanden en ritten voor de mountain- en gravel-bike. // Tekst: Rens Klaasse



ODE AAN KARAKTERMENS WOUT VAN AERT



Op het moment dat wij met deze Cyclelive in volle afsluit zitten wint, Wout van Aert de epische Strade Bianche rit in de Giro d'Italia 2025. Hier konden we niet aan voorbij gaan en met deze fotocollage nemen we onze figuurlijke hoed af voor het karakter en doorzettingsvermogen van de man uit Herentals. Iets vertelt ons dat Wout – als hij eindelijk van pech gevrijwaard blijft – ook een geweldige Tour de France zal rijden. We gunnen het hem van harte!



IN NORMANDIË EN BRETAGNE

Rit 4 – 8 juli 2025

Amiens-Rouen 173 km

Na de drie ritten in Nord-Pas-de-Calais met Lille als uitvalsbasis slaan we nu een andere richting in en gaan vanuit Amiens, de hoofdstad van het departement Somme Amiens, waar André Greipel in 2015 en Dylan Groenewegen in 2018 elk een rit wonnen, naar Normandië en Bretagne. We komen terecht in een regio waar de wielergeschiedenis voor het oprapen ligt. In de laatste 22 kilometer naar Rouen passeren de renners een drietal



Raamschildering Jean Robic



Vélo de piste van Anquetil
op Tourtentoonstelling Rouen 2012

côtes. De eerste van het drietal is de Côte de Bonsecours (hoogte 135 meter, stijging 900 meter à 7,2%). Voor een mooi wielerverhaal rond deze bult, gaan we terug naar de eerste naoorlogse Tour de France in 1947. Op 20 juli wordt de laatste etappe van Caen naar Parijs (257 km) gereden. Het zal de dag worden van de Breton Jean Robic, die in het algemeen klassement een achterstand heeft van 02'58" op de Italiaan Pierre Brambilla. Met nog 140 kilometer te gaan plaatst hij op de Bonsecours een splijtende demarage om Brambilla kwijt te raken en dat lukt. Alles is uit elkaar geslagen en er rijden verschillende groepen naar Parijs waar Briek Schotte wint. Robic wordt in een groepje van vier



Jacques Anquetil

zevende op 07'36". Brambilla komt op ruim twintig minuten binnen. Jean Robic wordt zo de eerste naoorlogse Tourwinnaar. Wie nu de Bonsecours op fietst ziet aan zijn/haar rechterhand een groot monument. Ga daarna ook nog eens kijken in de plaatselijke basiliek waar een ex-voto (dank voor een verkregen gunst) in de Chapelle Notre Dame is aangebracht. Je bent hier op heilige grond!

Dan gaat het naar Rouen, de stad van Jacques Anquetil. Hier wint hij op 29 juni 1957 zijn allereerste Tourrit vanuit Caen (134 km) en zal hiermede de basis leggen voor zijn eerste van vijf Touroverwinningen. Rouen is een stad van grandeur.



Côte de Bonsecours



Remco Evenepoel in de Witte Trui
tussen de Bourgondische wijnvelden
rit 7, Tour 2024 – Foto: Gregory Van Gansen

Neem de tijd om het centrum te verkennen. Bij de laatste aankomst in 2012 is André Greipel de etappewinnaar. In dat jaar was er in de stad ook een grote Anquetil tentoonstelling.

Rit 5 – 9 juli 2025 **Caen-Caen tijdrit 33 km**

We kunnen er niet omheen, dit moet de dag van wereldkampioen Remco Evenepoel worden! Met de grote molen zullen op het vlakke parcours hoge snelheden worden behaald. Het is een vlak parcours. Het wordt dus misschien een Belgisch feestje in Caen, maar feest is het al heel het jaar door, want de stad bestaat dit jaar duizend jaar. In 2006 was hier voor het laatst de eindstreep getrokken. Door Tom Boonen te verslaan was toen de winst voor Óscar Freire. Caen kwam pas echt in de internationale belangstelling te staan na de invasie in 1944. Caen wordt ook de stad van de 100 klokken genoemd. Niet zo vreemd dat



De caissons liggen er nog altijd

hier de eerste tijdrit wordt gehouden! Wanneer je hier zelf fietst zal er ter verfrissing een glas Normandische cider zeker ingaan!

Rit 6 – 10 juli 2025 **Bayeux-Vire 201 km**

De etappe is de op één na langste van deze Toureditie en voert door een golvend landschap. Bayeux ligt op enkele kilometers ten zuiden van het bekende invasiestrand Omaha Beach. In het nabijgelegen Arro-

manches ademt alles invasie. Het is nog altijd imponerend om hier enige tijd te verblijven en de geschiedenis op je in te laten werken. Vanuit Bayeux gaat het in zuidelijke richting naar Flers en van daar uit in een westelijke boog terug naar Vire. In 1997 wint Mario Cipollini hier de langste rit van de 84e Tour de France over een afstand van 262 km en is enkele dagen gele truidrager. Zal het weer een man van dat kaliber zijn die hier wint?



Rit 7 – 11 juli 2025

Saint Malo-Mûr de Bretagne 194 km

De laatste man met etappewinst in Saint-Malo is Marcel Kittel in 2013. Als een vesting rijst de stad op uit de zee. Van hieruit vertrekken de veerboten naar Jersey, Guernsey en de Engelse kust. Wij maakten van hieruit tijdens een persreis een dagfietstocht naar Jersey. Zeker aan te bevelen. Varen en fietsen: een ideale combinatie! Verder is op deze dag alles gericht op de Mûr de Bretagne. De eerste keer wordt die op 17 kilometer voor de meet gepasseerd. Na een rondje via St. Gilles Vieux Marché volgt de uiteindelijke finale. Wie gaat Mathieu van der Poel opvolgen?

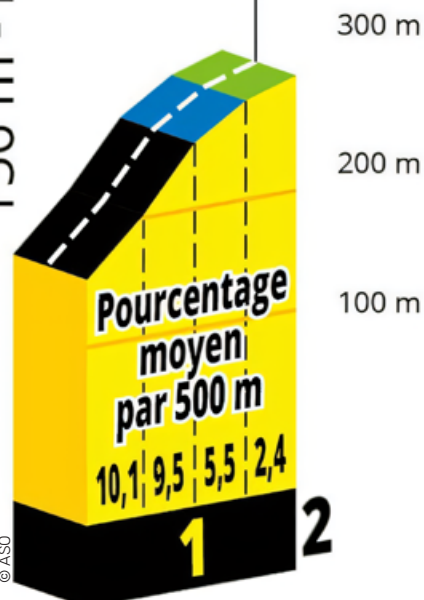
Rit 8 – 12 juli 2025

Saint Méen le Grand-Laval 174 km

We gaan naar het geboortedorp van drievoudig Tourwinnaar Louison

Bobet, die hier op 12 maart 1925 het levenslicht zag. Met andere woorden er is hier dit jaar iets te vieren; zijn honderdste geboortedag. De Tour brengt hem een hommage. Wanneer de Amerikaanse troepen het dorp op 3 augustus 1944 bevrijden trekt de jonge Louison met hen verder en sluit zich gedurende anderhalf jaar aan bij een Frans regiment dat onderdeel is van de troepen van de Amerikaanse generaal Patton. Het dorp ademt nog altijd Bobet. Het is de tweede keer dat de renners hier vertrekken. Centraal in het dorp ligt de Rue Louison Bobet met de bakkerij waar hij is geboren. Hoogtepunt is wel het Bobet museum en ga daarna

156 m - km 164,5
et 180



MÛR-DE-BRETAGNE
293 m - km 166,5 et 182
(2 km à 6,9 %)

© ASO



Herdenkingszuil in het centrum van het dorp

ook eens naar de begraafplaats. Wanneer je hier naar toe gaat zou je het een soort Bobet bedevaart kunnen noemen!

De vlakke etappe naar Laval wordt er één voor de sprinters en dan denken we meteen aan Jasper Philipsen. Laval is in 2021 voor het laatst etappeplaats geweest, wanneer Tadej Pogačar hier de tijddrit wint. Aan Laval kleeft nog een wielerbijzonderheid. Het is de geboorteplaats van Jacky Durand, de man die in 1992 tot ieders verrassing de Ronde van Vlaanderen wint.

Tekst en beeld: Teus Korporaal

OP WEG NAAR DE PYRENEËN

Rit 9 - 13 juli 2025

Chinon - Chateauroux 170 km

Het wordt even een brugje slaan, maar ook in die tussendagen op weg naar de Pyreneeën is er genoeg te beleven. De vlakke negende rit tussen Chinon en Chateauroux over 170 kilometer wordt een echte overgangsetappe want in de tiende rit tussen Ennezat en Le Mont Dore zal er echt gewerkt moeten worden. Het is bijna zeker dat er in Chateauroux gesprint gaat worden!



Ingang van het museum

Rit 10 - 14 juli 2025

Ennezat - Le Mont Dore

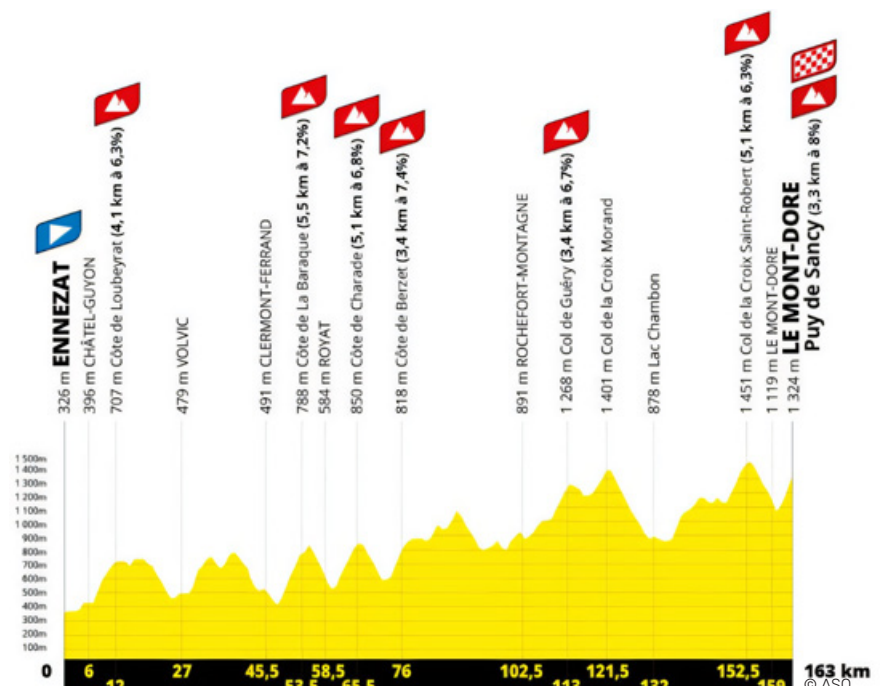
Hoe het er tijdens een dag door het Centraal Massief met zeven beklimmingen en 4300 hoogtemeters aan zal toegaan is de grote vraag. Bekijk het profiel maar eens. Na de start in Ennezat (even ten noorden van Clermont Ferrand) gaat het westwaarts om bij Loubeyrat in zuidelijke richting naar Clermont Ferrand te rijden. Hierna passeert men de Puy de Dôme en gaat het in zuidwestelijke richting naar de Mont

Dore/Puy de Sancy. De grote vraag is of Tadej Pogačar hier voor de eerste keer zijn visitekaartje zal afgeven en meteen orde op zaken zal stellen. Het is er in ieder geval een mooie dag voor! Het zou de Franse nationale feestdag nog een extra kleurtje geven!

Rit 11 - 16 juli 2025

Toulouse-Toulouse 154 km

Na de zware rit in het Central Massif en de daarop volgende verdiende rustdag wordt het weer een dag





Pont St. Pierre over de Garonne in het centrum van de stad

voor de sprinters. De renners rijden een rondje met de klok mee rondom Toulouse. Onderweg rijden ze een aantal kilometers langs de Garonne en zullen ze die ook een paar keer oversteken. Zelf fietsen in Toulouse? Zoals in zoveel Franse steden staan er overal huurfietsen.

DOOR DE PYRENEËN NAAR CARCASSONNE

Rit 12 – 17 juli 2025

Auch-Hautacam 181 km

Aan Auch is nog een opmerkelijk stukje wielergeschiedenis verbonden. Hier wint Eddy Merckx in 1975 in de etappe Fleurance-Auch zijn vierendertigste en laatste Tour de France rit. Vijftig jaar geleden. Een waar jubileum. Zal er nog aan gedacht worden? De twaalfde rit voert over de Col du Soulor (11,9 km

Hautacam november 2024 wachtend op de skiërs. © www.valleedegavarnie.com



à 7,3%) en via de Col des Bordères (3,1 km à 7,6 %) wordt Argèles-Gazost bereikt, waar begonnen wordt aan de 1520 meter hoge Hautacam (13,6 km à 7,8%). Inmiddels is er zes keer een finishlijn op de Hautacam getrokken. In 1994 wordt de Hautacam voor het eerst beklommen. De winst gaat dan naar wereldkampioen Luc Leblanc. De voor Kelme rijdende Spanjaard Javier Otxoa boekt hier verrassende winst in 2000, wanneer hij Lance Armstrong verslaat. In 2001 wordt hij samen met zijn broer aangereden door een auto. Zijn broer overlijdt en hij is daarna blijvend gehandicapt. De laatste winnaar hier is Jonas Vingegaard in 2022. Als je zelf naar boven rijdt op Hautacam

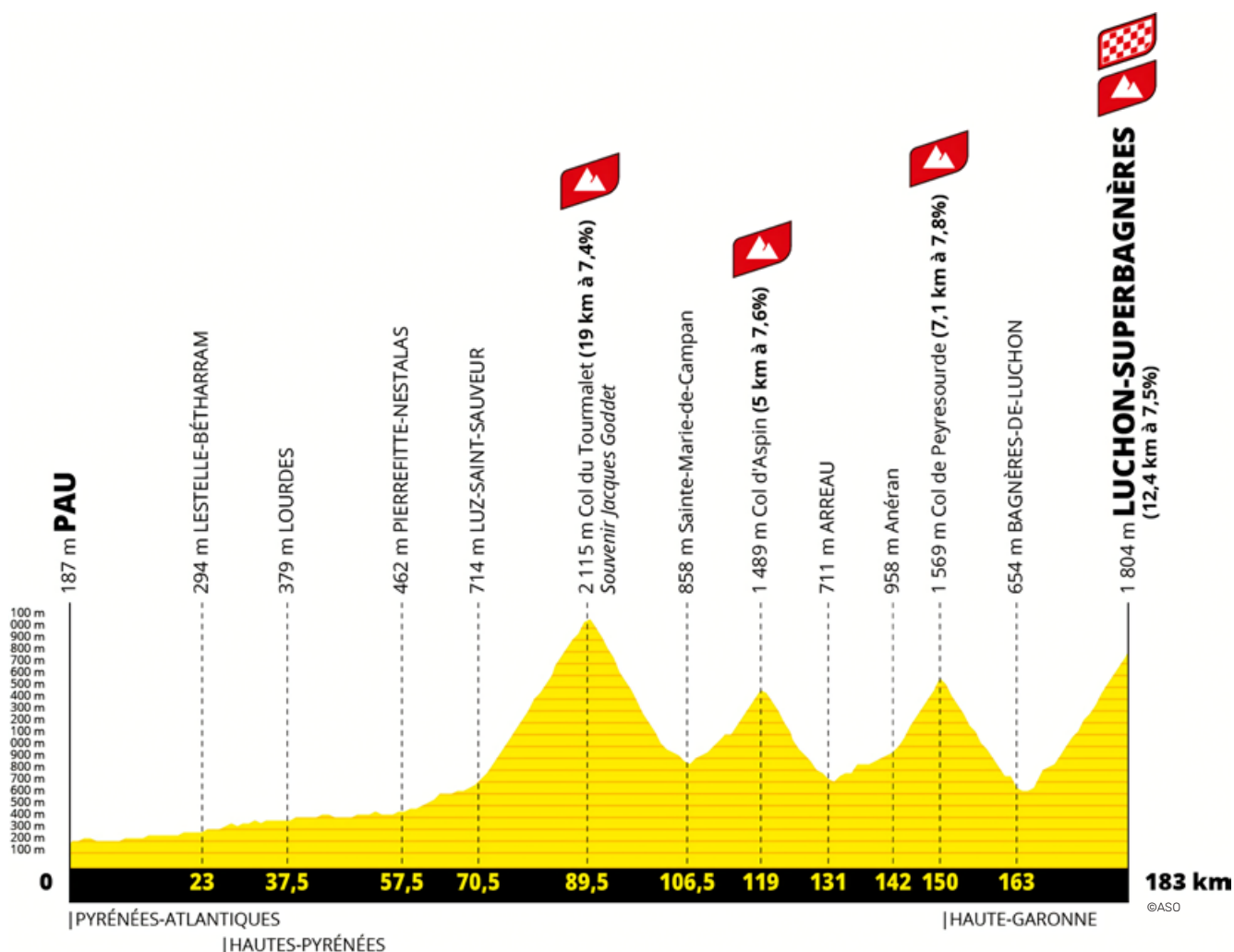
wat zie je dan? Een plateau. Maar loop/fiets naar de zijkanten en een geweldig panorama word je voorgeschoteld.

Rit 13 – 18 juli 2025

Loudenvielle-Peyragudes 11 km tijdrit

We gaan voor de tweede keer tijdrijden. Het sommetje voor de dag is gemakkelijk: 8,4 km klimmen, 1,6 km vlak en 1 km dalen. Voor de vierde keer is hier de finishlijn getrokken. In 2022 komt hier voor het laatst een reguliere etappe aan. In een boeiende ontknoping is Tadej Pogačar met enkele meters de betere van Jonas Vingegaard. Nu zal ieder het op eigen kracht moeten doen, zonder zich te kunnen me-





ten met de andere. Wordt het Tadej, Jonas of zal Remco Evenepoel zijn duivels nog een keer ontbinden? Het wordt zonder meer een boeiende dag. De klassementsrijders kunnen zich niet (meer) verstoppen.

Rit 14 - 19 juli 2025 Pau-Superbagnères 183 km

De relatie tussen Pau en de Tour-organisatie dateert van 1930. Sindsdien is Pau liefst 76 keer etappeplaats geweest. Of men vertrekt vanuit Pau richting Pyreneeën of de renners hebben het zware bergwerk er op zitten en er wachten vlakke ritte. Wie in Pau is moet eens naar de Tour des Géants bij het Bois Louis-Stade Tissié gaan. Hier staan gele zuilen voor alle Tour de France winnaars. Imposant om eens tussendoor te lopen. De veertiende etappe is een klassieker: Tourmalet, Aspin, Peyresourde, Luchon-Superbagnères



Jacques Goddet
op de Tourmalet

met ruim 5000 hoogtemeters. Werk voor de grote klimmers! Op de Tourmalet wacht voor de eerste renner die hier passeert het Souvenir Jacques Goddet. Het is



Top Peyresourde

inmiddels 36 jaar geleden (1989) dat de Tour voor het laatst op Superbagnères was. Robert Millar (nu Mrs. Philippa York) was hier de laatste winnaar.



Rit 15 – 20 juli 2025 Muret-Carcassonne 169 km

De dag voor de rustdag trekt het peloton uit de regio Toulouse in oostelijke richting naar de middeleeuwse stad Carcassonne. Onderweg moeten dan wel eerst circa 2500 hoogtemeters worden overwonnen. Hier boekte Jasper Philipsen in 2022 zijn eerste ritwinst in de Tour de France door in volgorde Wout van Aert, Mads Pedersen, Peter Sagan, Danny van Poppel en Dylan Groenewegen





© Patrick Van Gansen

te verslaan, toen nog niet wetend dat hij ook op de Champs Élysées zou gaan winnen. We hebben hierboven zes namen genoemd. Het zou best kunnen dat één van hen, hoewel Sagan er niet meer bij zal zijn, hier in het prachtige Carcassonne gaat winnen!

▀ Tekst en beeld: Teus Korporaal

MONT-VENTOUX Rit 16 – 22 juli 2025 Montpellier-Mont Ventoux 172 km

Voor de renners, de toeschouwers en de televisiekijkers wordt deze dag hét hoogtepunt van de Tour de France van 2025. De klim naar de

top van de Mont Ventoux (De Reus van de Provence) blijft iets magisch houden. Iedere renner, maar ook iedere wielertoerist zal dat beamen. Er is een aantrekkingskracht die niet te beschrijven is. Solitair rijst de Ventoux op in het landschap. Van grote afstand zie je het wit van de Ventoux met daarop de toren. Daar moet je als wielertoerist minstens één maal geweest zijn! We spreken uit ervaring na jaren aan de voet van de Ventoux in Bédoin gekampeerd te hebben. Vanuit je caravan steeds onbeperkt zicht hebben op de Ventoux en dan zorgvuldig de dag uitkiezen dat het gaat gebeuren, omdat het weer van grote invloed kan zijn. Ieder zal kunnen beamen dat het vanaf Châlet Reynard behoorlijk kan waaien. Ieder zal zijn/haar eigen verhaal hebben, want wanneer je boven bent geweest dan heb je een verhaal. Dat zelfde zal ook voor de renners gelden die in de koers naar boven zijn gereden.

We gaan even terug naar het verleden, want hier is wel een stuk wielergeschiedenis geschreven. Je zou er gemakkelijk een boek van kunnen maken. Wij doen het hier wat summierder. Dit jaar zal hier voor de elfde keer de finish liggen van een Touretappe.



Hoe ging het eerder?

13 juli 1958	Bédoin – Mont-Ventoux	12,5 km (tijdrit)	Charly Gaul
06 juli 1965	Montpellier – Mont-Ventoux	173 km	Raymond Poulidor
10 juli 1970	Gap – Mont-Ventoux	170 km	Eddy Merckx
13 juli 1972	Carnon Plage – Mont-Ventoux	207 km	Bernard Thévenet
19 juli 1987	Carpentras – Mont-Ventoux	(tijdrit)	Jean François Bernard
13 juli 2000	Carpentras – Mont-Ventoux	149 km	Marco Pantani
21 juli 2002	Lodève – Mont-Ventoux	221 km	Richard Virenque
25 juli 2009	Montélimar – Mont-Ventoux	167 km	Guan Manuel Garate
14 juli 2013	Givors – Mont-Ventoux	242 km	Chris Froome
14 juni 2016	Montpellier – Mont-Ventoux	179 km	Thomas De Gendt
Finish vanwege de sterke wind verlegd naar Châlet Reynard			

• • Zeven passages op de top van de Mont Ventoux • • • • •		
22 juli 1951	Montpellier – Avignon	Lucien Lazaridès
9 juli 1952	Aix-en-Provence – Avignon	Jean Robic
18 juli 1955	Marseille – Avignon	Louison Bobet
13 juli 1967	Marseille Carpentras	Julio Jimenez (Dood van Tom Simpson).
10 juli 1974	Savine le Lac – Orange	Gonzalo Aja
18 juli 1994	Montpellier – Carpentras	Eros Poli
7 juli 2021	Sorgues – Malaucène	Julian Alaphilippe 1e passage, Wout van Aert, 2e passage

Alleen maar grote namen! Hoe zal het dit jaar zijn? Grote favoriet is Tadej Pogačar maar we hopen dat

Jonas Vingegaard de handschoen van gevaarlijke uitdager dit jaar volledig naar zich toe kan trekken.

De mythische Ventoux staat nog niet op de erelijst van beide heren dus laat ze er hopelijk een prachtige tweestrijd van maken die voor altijd in ons geheugen zal gegrift worden.

De mythische berg in cijfers vanuit alle richtingen

Ieder wielertiefhebber weet het wel; de Ventoux kan je beklimmen vanuit drie verschillende richtingen. De meest mythische en zwaarste beklimming vertrekt vanuit Bédoin, maar de beklimming vanuit Malaucène is bijna even zwaar. Vanuit Sault is de beklimming zacht en lichtlopend tot je aan Châlet Reynard komt, vanaf ‘le Châlet’ rij je over de zelfde weg die vanuit Bédoin komt verder naar de top en niet zelden met de wind als vervelende metgezel. In het artikel over de Mont Ventoux vanaf pag 30 geven we de drie profielen weer, zodat je kan uitmaken welke beklimming(en) jezelf (nog eens) onder de wielen wil nemen. In dat artikel bespreken we de Ventoux volledig met al zijn grillen, grollen en weetjes, zodat je jezelf perfect kan voorbereiden op een prachtig verblijf rond de Reus van de Provence.

Eigenlijk moet elke echte wielertoerist de drie beklimmingen gedaan hebben in zijn wieleren en als je van een echte uitdaging houdt, waarom dan niet alle drie op één dag?



© Patrick Van Gansen

beiden zijden van de top een vier tot vijf meter breed fietspad aan te leggen. Alle gemotoriseerde verkeer is verboden. Waar vind je zo'n fietsmekka in de bergen met uitzicht op de Mont Blanc. Meteen toen we er waren zeiden we tegen elkaar: "Dit is wat voor de Tour de France". We waren dus niet echt verbaasd dat al in oktober bekend gemaakt werd dat de Col de la Loze aankomstplaats is in de Tour de France van 2020! Die Touretappe naar de Col de la Loze in 2020 wordt gewonnen door de Colombiaan Miguel Ángel López. Anno 2025 zal het weer een gerenommeerde klimmer zijn die hier wint.



Doorkijkje door het frame van de fiets op de top van de Col de la Loze met op de achtergrond de Mont Blanc
© Teus Korporaal

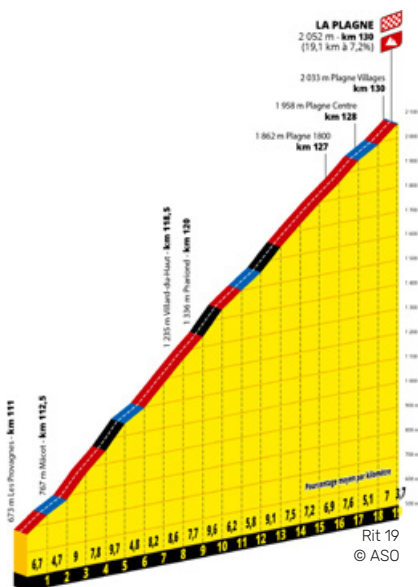
Fietsdrukte in Méribel © Teus Korporaal



Col de la Loze, begin van het vrije fietspad © Teus Korporaal



Wil je de beklimming ook doen en heb je geen eigen fiets bij je? Huur dan in de directe omgeving van het skistation in Courchevel 1850 een fiets (eventueel een e-bike) en ga de uitdaging naar de Col de la Loze



aan. Hierna wacht je een geweldige afdaling naar Méribel La Chaudanne. Van hieruit blijven dalen tot Courchevel Le Praz en dan weer klimmen naar Courchevel 1850. Totale afstand 35 kilometer. Zeker weten dat het een dag wordt om nooit meer te vergeten.

Rit 19 – 25 juli 2025 Albertville-La Plagne 130 km

Albertville is de stad van de Olympische Winterspelen van 1992. Het wordt een korte, maar pittige rit met een vijftal beklimmingen en aan-



PEUGEOT

NIEUWE 3008



**100% ELEKTRISCH, HYBRIDE OF BENZINE
ONWEERSTAANBAAR DESIGN EN RIJPLEZIER**

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

NIEUWE PEUGEOT 3008: GECOMBINEERD VERBRUIK  0,9 - 6,3 L/100 KM  19 - 143 G/KM  16,7 - 18,1 KWH (WLTP)

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

De weergegeven afbeeldingen zijn illustratief en niet contractueel. Druk- en typfouten voorbehouden. V.U.: Laurent Barria - Stellantis Belux NV - Bourgetlaan 20 Bus 2 - B-1130 Brussel België, ingeschreven bij de KBO onder het nummer 0403.461.107 - IBAN: DE 64512106990160000009 - Tel: +32 78 15 16 15.

KOM LANGS IN ÉÉN VAN ONZE VERKOOPPUNTEN:

LAVRIJSEN HERENTALS
HEMELDONK 4,
2200 HERENTALS
T 014 24 80 60

VAN DONGEN EN GEMA
MOLENSTRAAT 100,
2960 BRECHT
T 03 313 85 22

VAN GANSEN EKEREN
LEUGENBERG 105,
2810 EKEREN
T 03 660 29 40

VAN GANSEN ANTWERPEN
NOORDERLAAN 85,
2030 ANTWERPEN
T 03 609 55 10

komst bergop. De grote vraag is wie er na achttien dagen koersen voldoende reserves heeft om nog één keer te vlammen. In 2002 was het de laatste keer dat hier op La Plagne de finishlijn was getrokken. Na een lange solo was de winst toen voor Rabobank renner Michael Boogerd. De jaarlijkse cyclosportive L'Etape du Tour wordt op 20 juli 2025 gehouden op het zelfde parcours Albertville-La Plagne. Ben jij één van de deelnemers? We horen graag je verhaal!

Rit 20 - 26 juli 2025 Nantua-Pontarlier 185 km

Nog twee ritten. De klassemanten staan vast. Wellicht nog enige kleine verschuivingen maar dat zal het wel zijn. Weliswaar gaat het de gehele dag op en neer maar er zal wel gesprint gaan worden, want de laatste zeven kilometer zijn vlak. Dat er in Pontarlier zoiets gaat gebeuren zoals in de negende rit op 15 juli 2001 vanuit Colmar zou een totale verrassing zijn. Toen finishte hier een verbrokkelde kopgroep van veertien renners met Erik Dekker (Rabobank) als winnaar met een voorsprong van 35'54" op het peloton. De Australiër Stuart O'Grady (Crédit Agricole) die derde wordt, wordt dan de nieuwe klassementsleider. Overigens staat geen van de mannen van Pontarlier in Parijs bij de eerste tien in het algemeen klassement. 't Was een echte uit-



schieder! Hoe je het ook bekijkt, het is wel een stukje Tourgeschiedenis.

Rit 21 - 27 juli 2025 Mantes la Ville-Parijs 120 km

We weten allemaal hoe de voorbije jaren deze etappe verliep: In het eerste deel van de etappe in volle breedte over de weg, champagne drinken met de winnaar en een fotoshoot met de winnaars van de klassemanten. Dan naar Parijs voor de gebruikelijke massasprint. Maar daar komt verandering in. De

vijftigste aankomst op de Champs Élysées krijgt een totaal ander karakter. Eerst komen er de gebruikelijke rondjes richting de Arc de Triomphe, maar na de vierde passage van de finishlijn gaat het over de kasseitjes naar de Côte de la Butte Montmartre met daarna de afdaling naar de Champs Élysées. Dit rondje wordt driemaal gereden en na de derde afdaling rijden de renners meteen richting finish. De echte sprinters zullen het moeilijk krijgen.

Met deze verandering belooft het misschien wel een zeer aantrekkelijke etappe te worden, alhoewel de renners daar bijna allemaal anders over denken. De klassementsrenners zullen - afhankelijk van de gemaakte verschillen in het klassement - tot de laatste kilometer alert moeten blijven en het champagne drinken zal misschien maar best uitgesteld worden tot achter de finishlijn.

Tekst: Teus Korporaal



TOUR DE FRANCE FEMMES 2025

IN BRETAGNE

Rit 1 - 26 juli 2025

Vannes-Plumelec 79 km

De eerste rit met slechts 79 kilometer, de kortste rit van deze editie, noemen we maar een opwarmer-tje. Een mooie bijkomstigheid is natuurlijk dat de etappewinnares meteen ook de gele trui mag dragen. Dus er valt wel wat te verdienen! We lanceren meteen maar de naam van de Poolse Katarzyna Niewiadoma die hier in 2016 Europees kampioene U-23 werd. Zo zou de eindwinnares van 2024 zomaar eens in het geel kunnen komen, maar eerst moet wel driemaal de Côte de Cadoual (1,7 km à 6,2%) worden beklommen. Uit eigen ervaring kunnen we zeggen: een pittig klimmetje.

Rit 2 - 27 juli 2025

Brest-Quimper 110 km

Brest is in 1952, 1974, 2008 en 2021 de stad van de Grand Départ van de "grote" Tour. Anno 2025 is het vertrekplaats van de Tour de France Femmes. In Brest zal worden uit-



In Plumelec worden de truien gezegend



Tour de France Femmes 2025 in cijfers:

9 ritten, **2** vlakke ritten, **3** heuvellandschap, **2** middengebergte, **2** hooggebergte, **2** aankomsten bergop, **1165** kilometer, **166** kilometer langste etappe, **17240** hoogtemeters, **154** rensters, **22** teams, **15** departementen.



Demi Vollering wint de Strade Bianche 2025 © LaPress

gekeken naar Cédrine Kerbaol, die hier in 2001 is geboren en in 2024 de zesde rit Remiremont-Morteau heeft gewonnen. Het profiel geeft al aan dat het geen gemakkelijk ritje wordt. Het is zeker dat Demy Vollering, rijdend voor haar nieuwe ploeg FDJ-Suez, hier al een gooi gaat doen naar de etappewinst. Het seconden verlies in de vorige Tour de France zal haar drang naar geel nog groter maken dan voorheen. In het Tourcircus was Peter Sagan hier in 2018 de laatste winnaar.

Rit 3 – 28 juli 2025 La Gacilly -Angers 162 km

Aan het dorp La Gacilly is de naam

verbonden van de stichter en eigenaar van het cosmeticabedrijf Yves Rocher (1930–2009). In 1958 startte hij met de verkoop van aambeienzalf via krantenadvertenties. Hieruit groeide later zijn postorderbedrijf. In 1968 opende hij zijn eerste fabriek en 1970 zijn eerste winkel. Bij zijn overlijden was hij actief in 88 landen en haalde een omzet van twee miljard euro. Rocher was van 1962–2008 burgemeester van zijn geboortedorp La Gacilly. In het dorp zijn ook de botanische tuinen van Rocher. In dit decor starten de dames voor hun rit naar Angers. De redelijk vlakke rit met iets meer dan 1000 hoogtemeters zal voer zijn



voor de sterke sprinters. Bij de mannen zegevierde in 2016 Mark Cavendish. Een kolfje naar de hand van de beste sprintster van het peloton Lorena Wiebes? Of gaat Marianne Vos hier nog eens toeslaan



en haar onwaarschijnlijke palmares nog een beetje aanvullen?

FIETSSUGGESTIES

Als een streep loopt het Canal de Nantes à Brest door het landschap. In 1806 besluit Napoleon 1 uit strategisch oogpunt het kanaal van Nantes naar Brest te graven. De Engelsen hebben dan de controle op de zee en het kanaal zou het Bretonse binnenland uit een isolement kunnen halen. In 1811 wordt met het werk begonnen en pas in 1842 is alles gereed. Het kanaal is zowel belangrijk voor de import van goederen als voor de export. Wanneer in 1923 wordt besloten tot de bouw van het stuwmeer van Guerlédan verliest het kanaal voor een groot deel haar functie. In de zeventiger jaren van de vorige eeuw is het helemaal gedaan. In het 360 kilometer lange kanaal liggen liefst 236 sluizen. Het totale hoogteverschil is 555 meter. Als bijzonderheid is te melden dat tussen Rohan en Pontivy over een afstand van 21 kilometer al 34 sluizen liggen. Het maakt niet uit waar je begint en of je links of rechts afgaat. Het kanaal is je vriend. Het lijkt eentonig maar dat is het allerminst. Vooral de voormalige sluiswachtershuisjes zijn (dikwijls) een lust voor het oog. Mooi opgeknapt, prachtige tuintjes. De bewoners zijn er trots op zeker wanneer je een gesprek met hen aanknoopt. Andere huisjes zijn gewoon dichtgemetseld. Een advies: niet steeds maar rechtdoor fietsen maar af en toe ook een even afslaan naar een nabij gelegen dorp(je).



Langs het kanaal op weg naar Santiago de Compostella

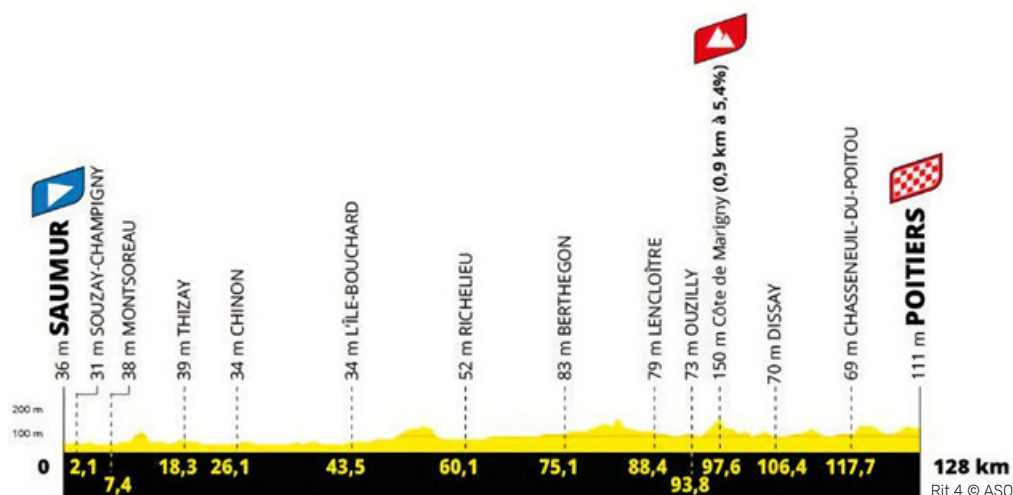


Kaart route in Frankrijk

Een tweede suggestie is de Vélo-maritime, een onderdeel van Eurovelo 4, die vanaf Roscoff in het noordwesten van Bretagne tot aan Duinkerke geheel langs de kust loopt. In Nederland is de fietsroute samen met de Göta Kanalleden (Zweden) en Route der Norddeutschen Romantik (Duitsland) genomineerd voor de Fietsroute van het Jaar 2025. Onbetwistbaar is het Unesco Werelderfgoed Mont-Saint-Michel het hoogtepunt op deze route. Let wel dat er van 1 april tot 30 september tussen 10.00 en 18.00 niet gefietst mag worden richting de rots. De abdij is rond 700 gesticht door de

heilige Aubert, die op de toen nog door bos omringde berg in eenzaamheid kwam bidden. Volgens de legende zou de Aartsengel Michaël aan hem verschenen zijn. Michaël beval de monnik tot driemaal toe om op die plek een kerk op te richten. De monnik gehoorzaamde en begon in 708 met de bouw van de kerk op de rotspunt.





Nu wordt er vooral gewerkt om de verzanding rondom de rots tegen te gaan en de verkeersstroom naar de rots te reguleren. Een paar jaar geleden hebben we met een aantal journalisten delen van de route gereden en het is zonder meer een aanrader!

Wie belangstelling heeft voor de wielergrootheden uit Bretagne verwijzen we naar het boek van Teus Korpelaar: "Tour de France in Bretagne drie vedetten Jean Robic, Louison Bobet en Bernard Hinault" sportmedia@hetnet.nl

DE OVERSTEEK VANUIT BRETAGNE NAAR DE ALPEN

Ritten 4, 5 en 6

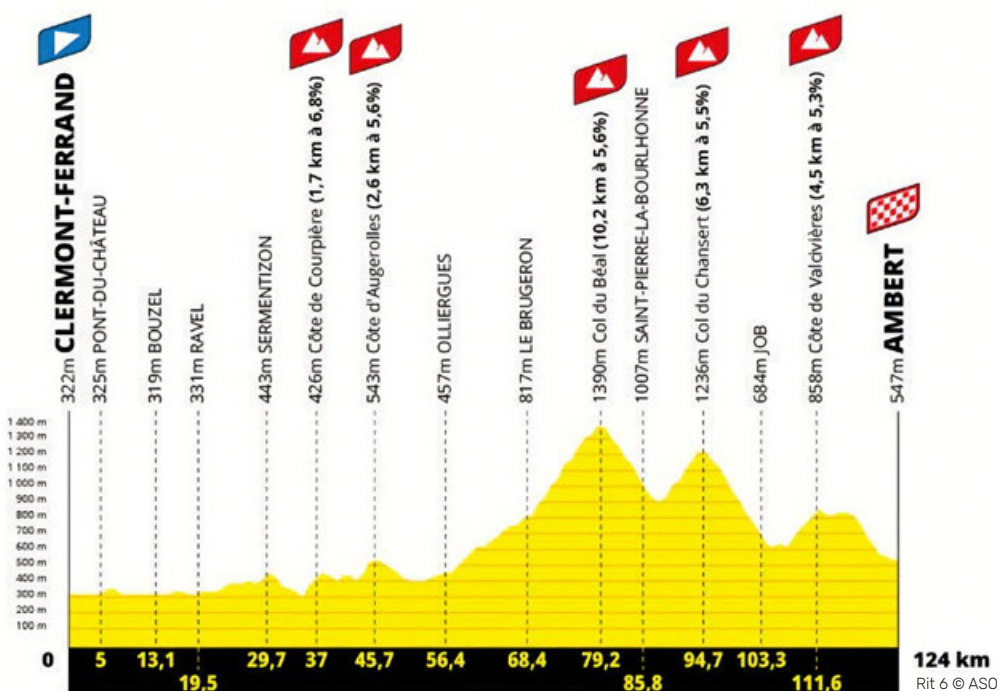
29 juli - 31 juli 2025

Wil je van Bretagne naar de Alpen dan zit er niets anders op dan dwars over te steken. Dat gebeurt dan ook tussen 29 juli en 31 juli met de ritten vier, vijf en zes: Saumur-Poitiers 128 km, Chasseneuil du Poitou (Futuroscope) - Guéret 166 km, Clermont Ferrand-Ambert 124 km zie profielen hiernaast. Duidelijk is te zien dat het al meer en meer omhoog gaat richting Alpen.

Rit 7 - 1 augustus 2025

Bourg en Bresse-Chambéry 160 km

De eerste negentig kilometer verlopen redelijk





vlak maar dan gaat het langzaam omhoog naar de top van de Col du Granier (1134 m. -8,9 km à 5,4%). Er volgt een zeventien kilometer lange afdaling naar de finish in Chambéry.

Rit 8 – 2 augustus 2025 Chambéry-Col de la Madeleine 112 km

Het wordt zondermeer een pittige dag voor de dames. Het zit hem niet in de lengte van de rit maar het is de zwaarte en het venijn ligt op het einde met de Col de la Madeleine (2000

m. - 18.6 km à 8,1%). Misschien sluiten in de afdaling nog rensters aan bij de kopgroep en loopt het uit op een sprint. Strijden de oud-ploegenoten Lotte Kopecky en Demi Vollering hier om de eer?

Rit 9 – 3 augustus 2025 Praz sur-Arly-Châtel 124 km

Met 1691 meter is de Joux Plane (11,6 km à 8,5%) letterlijk en figuurlijk het hoogtepunt van deze rit. In Châtel eindigt de rit bij het skistation Pré-la-Joux met een klim-

metje van 2,2 kilometer met een gemiddelde van 5,6%. Maar eenmaal over de finish is het gehele gebeuren voorbij. Dan is de vraag wie de eindwinnares gaat worden. Zal Demi Vollering die in 2024 met slechts vier seconden verloor nu wat gelukkiger zijn? Is het onze Lotte Kopecky die hier eindwinnaar wordt van de Tour de France Femmes 2025, of gaat er toch een van de andere dames met het hoogste schavotje lopen? We gaan het begin augustus weten!  Tekst: Teus Korporaal



Rit 8 © ASO



Rit 9 © ASO

MONT VENTOUX

Een zware uitdaging... een ware schoonheid... een echte mythe!



Zicht op de Mont Ventoux vanuit Beaumes-de-Venise

Als je de naam Mont Ventoux als fietser hoort uitspreken, begint de adrenaline onmiddellijk door je aderen te stromen. De Kale Berg – zo wordt de Ventoux ook genoemd vanwege het kale, boomloze en maanachtige landschap – is meer dan een iconische beklimming. Het is een echte legende in de wielwereld. De profielen van de beklimmingen spreken voor zich, maar daarbovenop komt de onvoorspelbare wind en de soms extreme temperaturen die het nog lastiger maken. En dan zijn er ook de heroïsche gevechten die door de geschiedenis van de Tour de France werden uitgevochten op de flanken van de Reus van de Provence. Wielergeschiedenis die geen enkel wielervriend onberoerd laat. Redenen genoeg dus waardoor deze berg uitgegroeid is tot een 'must-do' voor ieder wielertoerist.

Een uniek landschap gevormd door de kracht van Moeder Aarde

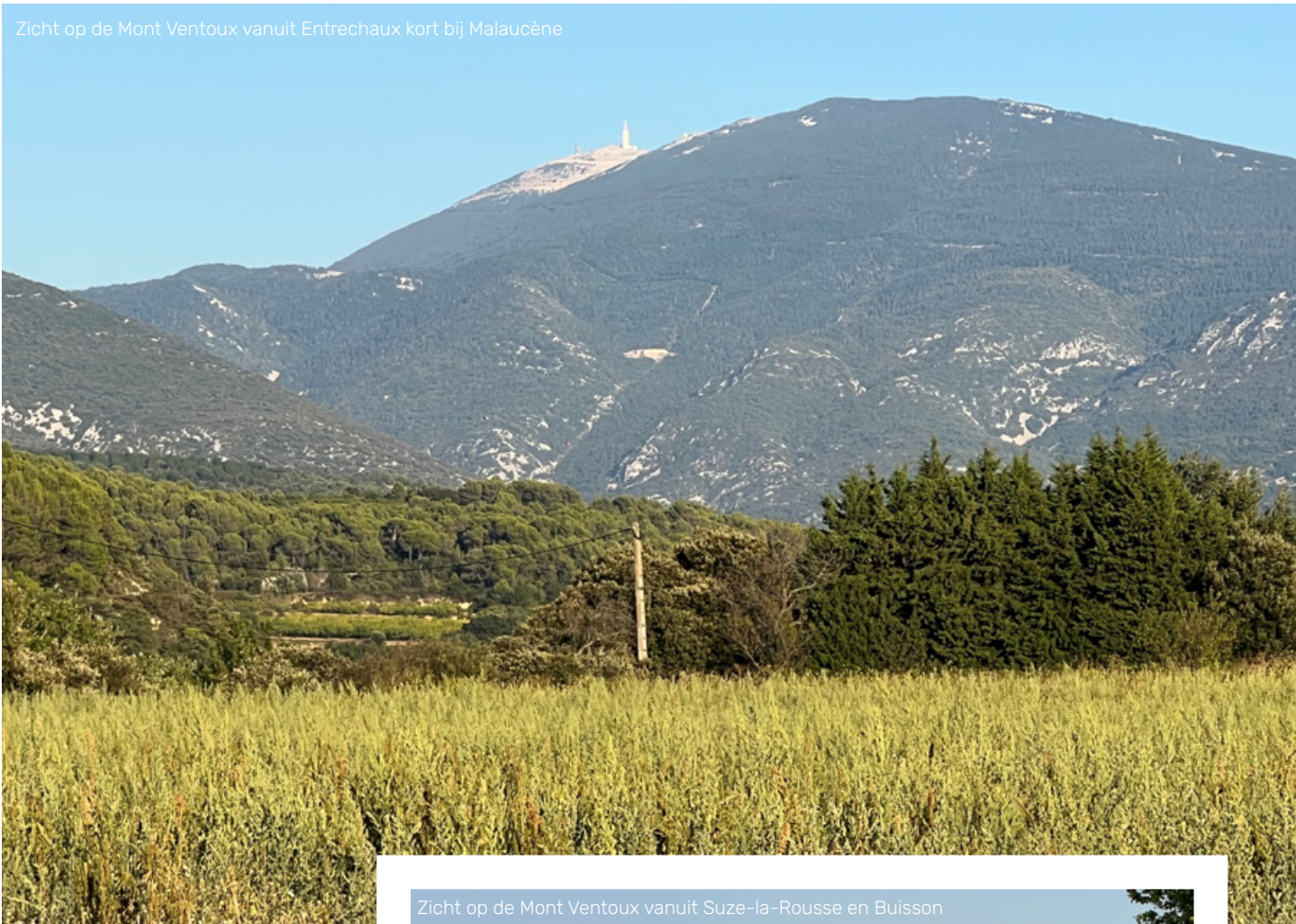
De Mont Ventoux is van ver en vanuit een 360° cirkel overal in al zijn glorie te zien. Indrukwekkend van welk punt in de cirkel rond de berg je hem ook bekijkt. De uit vrieskou gebarsten kalkstenen berg heeft een hoogte van 1.909 meter, is ongeveer 15 km breed en strekt zich van oost naar west uit over een lengte van 25 km.

De oorsprong van de Mont

Ventoux is volgens de wetenschap begonnen met de afzetting van kalkstenen lagen op de bodem van de ondiepe zee die het gebied in het Mesozoïcum-Krijt tijdperk bedekte.

“Als een veldheer kijkt de Ventoux naar de prachtige natuur die aan zijn voeten ligt”

Zicht op de Mont Ventoux vanuit Entrechaux kort bij Malaucène



Gedurende miljoenen jaren werden kalklagen gevormd door de opeenhoping van zeedieren zoals koraal en schelpdieren, waarvan de skeletten en schelpen uit calciumcarbonaat bestaan.

Nadien werd tijdens het Cenozoïcum – vanaf ongeveer 66 miljoen jaar geleden – het proces vervolgd. Enorme tektonische krachten zorgden voor de vorming van de Alpen en dezelfde krachten zorgden ervoor dat deze lagen werden geplooid en uit het water opgeheven werden. Zo ontstond de Mont Ventoux in zijn huidige vorm. Deze geologische processen zijn dus honderden miljoenen jaren oud, maar er wordt geschat dat de laatste opheffingen waardoor de berg uiteindelijk werd gevormd tot wat hij nu is, in de afgelopen 5 miljoen jaar plaatsvonden.

Zicht op de Mont Ventoux vanuit Suze-la-Rousse en Buisson



In de meer recentere geschiedenis zien we dat de Ventoux door de ontbossing (die op gang kwam vanaf de 12de eeuw) een kale hoop stenen was geworden. Op het einde van de 19de eeuw kwam de herbebossing op gang. De Ventoux werd herbeplant met soorten als de zachte eik, steeneiken, zwarte den- en larsen, de Atlasceder, beuken

en zeeden (type van naaldbomen). Naast het feit dat op die manier de natuur werd hersteld is dit gegeven ook een zegen voor de vele wielerveden. Stel je maar eens voor dat deze beklimming vanaf de voet in de volle zon en wind op het programma zou staan. Leve het beetje schaduw waar we nu kunnen doorfietsen!

Berg van weer en wind

De Mont Ventoux wordt ook de "berg van de wind" genoemd vanwege de extreme windomstandigheden die vaak rond de top aanwezig zijn. De naam "Ventoux" zelf is afgeleid van het woord "vent," wat Frans is voor wind. Maar noem hem gerust "de berg van weer en wind", want het is niet enkel de wind die speelt rondom deze imposante bergtop. Extreme temperaturen met hete zomers en koude winters en wind het hele jaar door, leren ieder mens dat de natuur heerst over alles. Zo is er ook de spreuk: "Als de Ventoux zijn hoed draagt,

*"Quand le Ventoux porte
son chapeau, il pleuvra
bientôt"*

dan zal het weldra regenen". Dus als je van beneden de top in de wolken ziet liggen, mag je later ook regen verwachten rondom de berg.

De Mistral

Als fietser ben je echter vooral geïnteresseerd in de wind als je zo een beklimming wil aanvatten. Waarom is die wind zo berucht op de Mont Ventoux? Wel hier zijn verschillende redenen voor:

• Meteorologische invloed en zijn unieke ligging

De Mont Ventoux is gelegen op een plaats waar verschillende luchtstromen samenkomen. Vooral als de Mistral – een sterke, koude wind die uit het noorden door de Rhônevallei blaast – voorbij raast, is het gevaarlijk op de top van de Mont Ventoux omdat die geïsoleerd in het land-

schap staat als enige hoge berg in de wijde omgeving. Er zijn eigenlijk geen andere bergen die de wind tegenhouden of afzwakken. Hierdoor kan de wind vrij ongestoord over het open terrein waaien en aan kracht winnen.

• Als het waait haalt de wind gevaarlijk hoge snelheden

Op de top van de berg halen de windstoten snelheden tot zelfs 300 km/u. Dit maakt de wind op de Ventoux extreem en gevaarlijk, vooral voor fietsers. Wees daarom altijd op de hoogte van het weer voor je de uitdaging aangaat!

• Kale top

De top van de Mont Ventoux – de laatste 5-6 kilometers van de beklimming – is gewoon helemaal kaal, waardoor je volledig wordt blootgesteld aan de wind. Een middelmatige wind voelt daarom reeds als stevig aan, zeker na al de inspanningen die je voor de top in zicht komt al gedaan hebt.

Mistral, Sirocco of gewoon wat wind...

De mistral waait regelmatig in de regio rond de Ventoux! Vooral in de winter en het voorjaar is hij meerdere keren per maand actief, maar ook in de zomer kan dit weerfenomeen van zich doen spreken. Naast de mistral is ook de uit de Sahara afkomstige sirocco een minder graag geziene gast op de Kale Berg. De sirocco brengt af en toe warme, droge lucht en zelfs zand naar de regio en dan staat de Ventoux natuurlijk opnieuw vol in het midden van de storm. Toch is het vooral de mistral die de windomstandigheden op de Mont Ventoux domineert en zo erg bepalend is voor het ruige weer op de mythische berg.

De top van de Ventoux in zicht





Ga de uitdaging aan!

Er zijn drie routes om de Mont Ventoux te beklimmen:

De beklimming vanuit Bédoin -

Mont Ventoux - zuidkant

*295-1909 m | hoogteverschil 1614 m
lengte 21.5 km | gemiddeld 7.51%*

Vanuit Bédoin is de beklimming van de Ventoux de meest uitdagende. Bédoin is een pittoresk dorp te midden van wijngaarden gelegen op 295m hoogte ten zuidwesten van de Mont Ventoux. Via de D 974 fiets je vanuit het dorp naar de top. Die D 974 werd in 1882 aangelegd en werd

geopend toen de bouw startte van het meteorologisch waarnemingsstation op de top van de Kale Berg.

Het fonteintje in Bédoin wordt over het algemeen door de wielertoeristen als het startpunt van de beklimming gekozen. Anderen kiezen dan voor de iets verderop gelegen lijn die over de straat staat getrokken, maar dan ben je al even zachtjes aan het klimmen. De totale klim vanaf de fontein - naar de top is 21,5 kilometer lang.

De gemiddelde klimtijd bedraagt ongeveer 2 uur en 20 minuten. Snelste tijd ooit in het EPO tijdperk neergezet door Iban Mayo 55'51", maar iets laat ons vermoeden dat deze tijd in 2025 door de huidige topper(s) - lees Tadej Pogačar en/of Jonas Vingegaard - van de tabellen zal gereden worden.

Vanuit Bédoin komt het stijgingspercentage de eerste vijf kilometer niet boven de 5.5%, maar dan wordt het moordend, want de volgende

“iets laat ons vermoeden dat de toptijd in 2025 van de tabellen zal gereden worden”

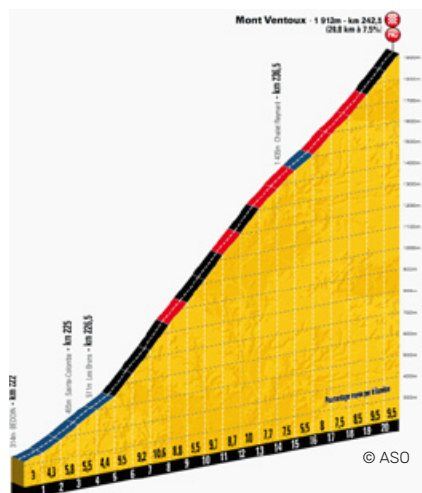
acht kilometer ga je klimmen met percentages tussen 8 en 13,3 % (steilste 100 meter). In dit deel is het overleven en heb je nergens een mogelijkheid om te herstellen, het is afzien geblazen. De laatste 7 kilometer gaan de percentages naar beneden (tussen 5 en 8.5%). Maar natuurlijk komt er vlak voor de top nog even een beproeving van meer dan 11% - 10% laatste kilometer - om de bocht klijken.

De beklimming vanuit Malaucène

Mont Ventoux - noordkant

*327-1909 m | hoogteverschil 1582 m
lengte 21.2 km | gemiddeld 7.46%*

Ook Malaucène is een mooi Provençaals dorpje gelegen aan de noordkant van de Ventoux op 330 m hoogte.



Rond het dorp liggen overal wijn-
gaarden en olijfboomgaarden en
naast kersen en abrikozen worden
er ook asperges geteeld.

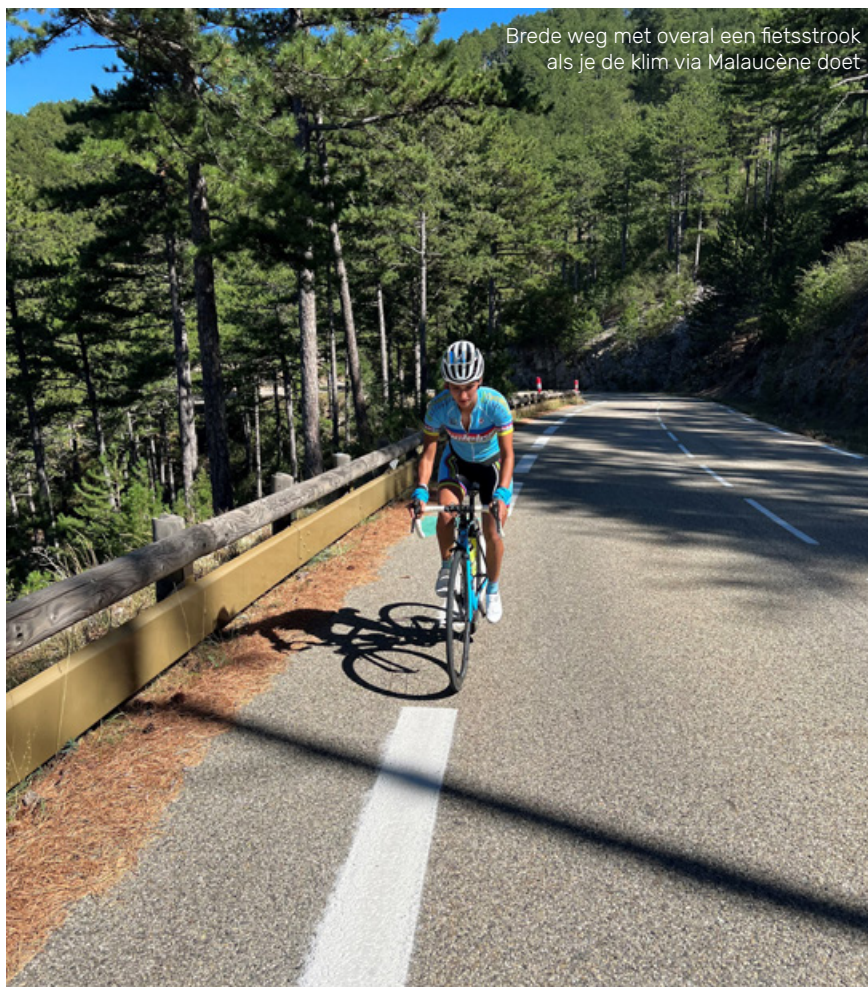
Het profiel van de klim vanuit
Malaucène is helemaal anders dan
dat van de klim vanuit Bédoin. Na
twee kilometer moet je al stijgings-
percentages van meer dan 10%
verwerken. Dan zakken de gemid-
delde percentages naar 5-6%, om
halverwege drie kilometer lang aan
10.5% gemiddeld onder de wielen te
krijgen. Met nog enkele makkelijkere
stukken - zelfs wat vals plat - en
in de laatste kilometers enkele kor-
te maar zware passages van 11 en
12%, is dit een onregelmatigere klim
dan deze vanuit Bédoin. Volgens
ons zijn beide beklimmingen qua
zwaarte bijna gelijk, maar zijn ze
gewoon anders. Ook de ervaring is
anders, want terwijl de beklimming
vanuit Bédoin naar Chalet Rey-
nard over een smalle weg en vele
scherpe bochten loopt, gaat het
hier over een brede weg met een
mooie fietsstrook langs de zijkant.

De beklimming vanuit Sault

Mont Ventoux - oostkant

765-1909 m / hoogteverschil 1144 m
hoogtemeters 1220 m / lengte
25.9km / 4.7%

Sault ligt met 765 meter een stuk
hoger dan de andere twee plaatsen
van waaruit de Ventoux kan beklom-
men worden. Het dorp ligt ten oos-
ten van de Ventoux en is bekend om



Brede weg met overal een fietsstrook
als je de klim via Malaucène doet

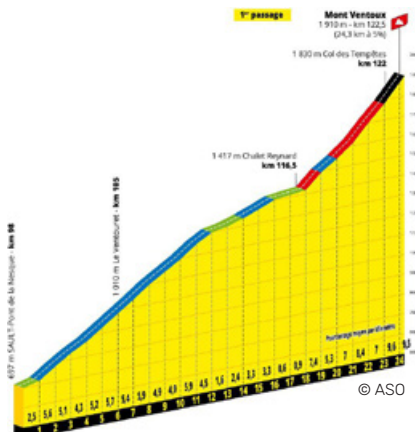
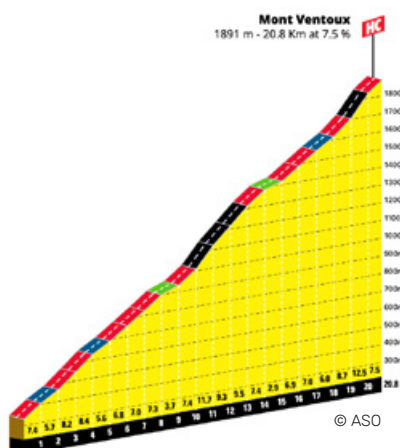
de prachtige lavendelvelden en de
impressionante Gorges de la Nes-
que, die vlakbij begint - of eindigt af-
hankelijk van welke richting je volgt.
De omgeving van Sault is beroemd
om zijn kleuren en geuren. De paarse
lavendelvelden, de gele korenvelden
en de groene wijnstokken, maken
het een zomers schouwspel dat
nergens anders op deze wereld zo
te bewonderen valt. Alleen daarvoor
al, zou ieder fietser de makkelijkste

beklimming van de Mont Ventoux op
zijn 'to do list' moeten plaatsen.

De beklimming is met 25,9 km lan-
ger dan de beide andere kanten en
het hoogteverschil is kleiner. Vanuit
Sault heb je eerst een korte afdaling
van een 700 meter en dan begint
het zachtjes te klimmen waarbij het
stijgingspercentage nooit boven de
6,4% uitkomt tot je Chalet Reynard
bereikt hebt met een gemiddelde
stijgingspercentage van slechts
4,7%. De beklimming tussen Sault
en Chalet Reynard is dus echt wel
gemakkelijk te noemen, maar van-
af dan dienen de klimmersbeen-
tjes in orde te zijn, want dan volg je
het zelfde traject als de klim vanuit
Bédoin.

De drie beklimmingen van de Mont Ventoux op één dag

Het overwinnen van de Mont Ven-
toux via één van de drie mogelijk-



“Als er drie beklimmingsen zijn waarom ze dan niet alle drie achter elkaar volbrengen?”

heden is voor de meeste fietsers al een enorme
uitdaging maar het kan nog meer zijn.

Een werkelijk extreme uitdaging is het voltooien
van alle drie de beklimmingsen achter elkaar, de zo-
genaamde “Cinglé du Mont Ventoux”. De menselij-
ke ambitie kent geen grenzen, als er drie mogelij-
ke beklimmingsen zijn waarom dan niet alle drie de
beklimmingsen van de Mont Ventoux achter elkaar
volbrengen? Is het iets voor jou? Dan houdt niets
je tegen want zo ver is het nu ook weer niet vanuit
België/Nederland. Een stevig ritje met de wagen
of camper, enkele dagen genieten en afzien in de
Provence en weer terug naar huis... Doen zouden
we zo zeggen!

 Tekst en beeld: Patrick Van Gansen



THIS IS PURE

Discover the ABUS
HUD-Y PURE Edition –
urban helmets in
six pastel colors.



abus.com

100 YEARS ABUS
1924–2024

MERCKX 80

Waarom hij op zijn tachtig nog altijd de allergrootste is en zal blijven

Dit jaar viert Eddy Merckx zijn tachtigste verjaardag. Zevenenveertig jaar na zijn afscheid wordt de Kannibaal nog altijd 'de allergrootste coureur ooit' genoemd. Waarom is dat? Op die vraag proberen de auteurs en oud-wielerjournalisten Guy Roger & Robert Janssens een antwoord te geven. Daarvoor ondervroegen ze een groot aantal ploegmaats, rivalen en waarnemers. Al snel wordt gesuggereerd dat Tadej Pogačar zo langzamerhand als 'de nieuwe Merckx' zou kunnen worden beschouwd.

De conclusie is dat het zelfs voor het hedendaagse fenomeen als Pogačar gewoon onmogelijk is om Merckx te evenaren. Het wielrennen is immers in al die jaren zo geëvolueerd dat

elke vergelijking mank gaat. Merckx reed het hele jaar door koersen terwijl de renners van nu zorgvuldig pieken naar bepaalde wedstrijden. Ook het materiaal en de begeleiding zijn enorm veranderd. Maar het is zonder meer boeiend om zoveel jaar na dato met Eddy zijn onevenaarbare loopbaan nog eens te doorlopen met daarbij de commentaren van zijn ploegmaats, rivalen en waarnemers. Alleen daarom is het boek, met het voorwoord van de Kannibaal zelf, al een aanrader.

Het boek is verschenen bij Borgerhoff & Lamberigts en kost € 24,99. Het kan besteld worden via borgerhoff-lamberigts.be en is ook verkrijgbaar in de boekhandel.



Tekst: Rens Klaasse



Met de wind mee 2

Een maand lang de wind volgen als vervolg op zijn eerdere reisavontuur dat hem van Vlaanderen in de Balkan bracht. Deze keer start Wouter Deboot waar hij de vorige keer is gestopt, in Öttömös, Hongarije. Opnieuw 100 kilometer per dag met de wind in de rug door de voor velen van ons onbekende Balkan. Het boek is een mooie gelegenheid om dit door oorlogen hertekende gebied alsnog te leren kennen. En de zwarte bladzijden uit de jongste geschiedenis gaat hij daarbij niet uit de weg.

Wouter fietste over de Dinarische Alpen, tussen kerken en minaretten, en door bruisende steden als Sarajevo, Skopje en Tirana. En ook zo ver van huis kwam hij sporen van België tegen. Dat leverde mooie ontmoetingen

op. Door het bergachtige landschap werd het ook fysiek een uitdagende fietsreis in deze voor ons exotische uithoek van Europa. Ook de weersextremen van sneeuw tot hitte maakten het zwaar.

Maar Wouter slaagt er steeds in om vanuit die onverwachte ontmoetingen met eenvoudige mensen onderweg een groot of klein verhaal te brengen dat bij de lezer en soms ook bij hem emoties los maakt. Onmiskenbaar is daardoor ook zijn liefde voor de regio gegroeid. Het is niet alleen een boek over toeristische bezienswaardigheden geworden maar ook over de ziel van de landen die hij heeft doorkruist.

Dit is ongetwijfeld mijn meest intense fietsreis tot dusver', zegt hij daarover.



Het boek kost € 24,50 en is verkrijgbaar via in de reguliere boekhandel en de uitgever: pelckmansuitgevers.be/met-de-wind-mee-2



Tekst: Rens Klaasse



Tour elentrik in Stekene

Elektriciteits- en Nutsvoorzieningskasten maken het straatbeeld er vaak niet fraaier op. Helaas kunnen we ze niet missen. Maar waarom van de nood geen deugd gemaakt? Ze bieden immers een uitgelezen kans om ze om te toveren tot prachtige kunstwerken.

In de gemeente Stekene zijn 21 kasten door middel van Street Art echte pareltjes geworden en door een 37 km lange fietsroute met elkaar verbonden. Elke kast vertelt vanuit het

thema 'van nature actief' zijn eigen verhaal. Onderweg tref je op de kast in de Kemzekestraat tegen de gevel van een fietsenzaak zelfs een paar wielrenners aan. Dat is tegelijk een mooie plek voor een aangename pauze.

Alle info via: treepack.net

De routekaart verkrijg je per mail bij toerisme@stekene.be of in de bib in de Stadionstraat in Stekene. // Tekst: Rens Klaasse



Sven Nys Cycling Center vernieuwd

Het in Tremelo (Vlaams-Brabant) gevestigde centrum is na een grondige renovatie opnieuw geopend. Het blijft een hotspot voor zowel road als offroad fietsers. Je kan er heerlijk rondjes rijden op het populaire GP Sven Nys veldritparcours maar ook starten voor de Sven Nys Cycling Route. Die route werd trouwens vernieuwd. Sven Nys her tekende zijn route die werd verlengd tot 107 kilometer. In het glooiende Hageland met prachtige vergezichten fiets je door de natuur, tussen de fruitboomgaarden, over korte en nijldige hellingen die elkaar heel snel opvolgen en waar er achter elke bocht iets nieuws schuilt. Eentonig wordt het in deze streek nooit. Na afloop van je tocht kan je de tijdelijke expo "De jeugd van tegenwoordig! Jong koersgeweld...vroeger & nu" bezoeken, die het jeugdig wielertalent, waaronder Thibau Nys, belicht. De expo uitgewerkt in samenwerking met KOERS, museum van de wielersport uit Roeselare.



Daarnaast kunnen bezoekers terecht in het vernieuwde eetcafé Velo Food & Drinks voor gezonde gerechten en een prachtig uitzicht over het parcours. Zeer zeker de moeite waard om eens een bezoekje te brengen. Meer info is te vinden op www.svennyscyclingcenter.be

// Tekst: Rens Klaasse / Beelden: © Lander Loeckx



De Ebro verkennen op de fiets

In het gebied ten zuiden van de Catalaanse stad Tarragona in Spanje ligt het stroomgebied met de delta van de Ebro (de Terres de l'Ebre). Dit prachtige gebied met veel natuur en cultuur (historische dorpen) kan je verkennen via de talrijke fietsroutes die er doorheen lopen. En ze variëren sterk, van vlak (met o.a. een Via Verde) tot stevige routes voor de goedgetrainde wielertoeristen. Dus voor elk wat wils. Het Catalaans bureau voor toerisme heeft een handig foldertje uitgegeven met een kaart van de Terres de l'Ebre met daarin 18 fietsroutes waarvan de details via een QR-code kunnen worden geraadpleegd.

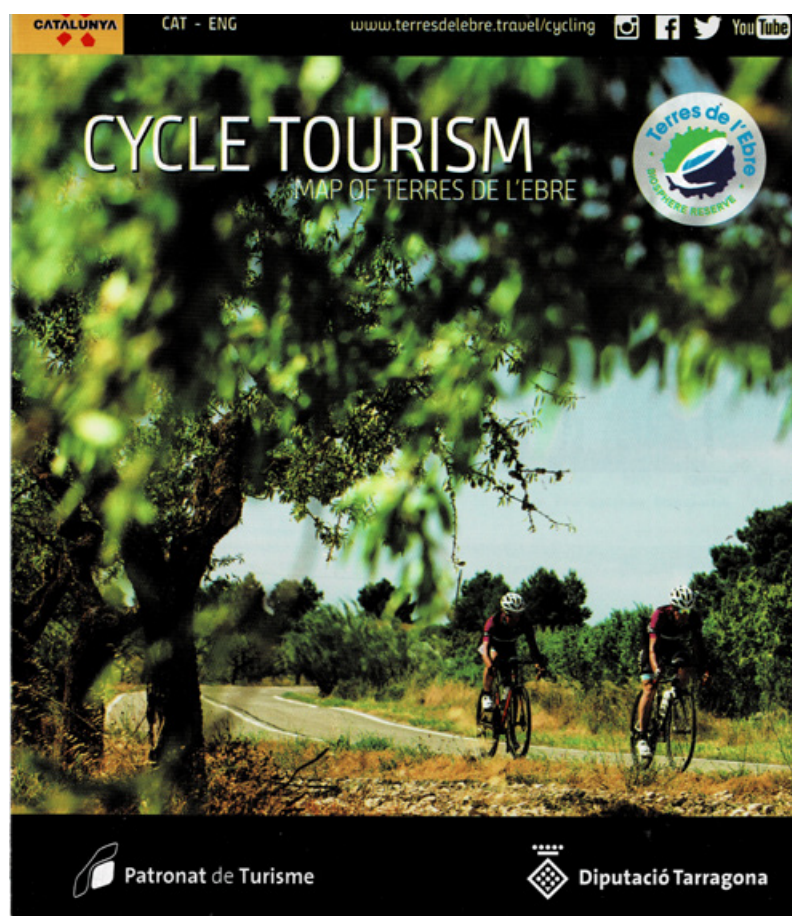
Meer en uitgebreidere info kan je vinden via de rubrieken Cycling en Sports op www.terresdelebre.travel

▀ Tekst: Rens Klaasse

Cycling



Sports



Een verplichte stop in het Spaanse Senija

Voor wie al eens een fietsvakantie aan de Costa Blanca heeft doorgebracht zal de naam Senija bekend in de oren klinken. Dit kleine dorpje op zo'n 12 km van Calpe staat immers bekend om zijn streetart. Op de gevels zijn de mooiste muurschilderingen te zien. Één daarvan viel ons als fietser wel bijzonder op. De ontwerper Tardor Roselló heeft daarbij prachtig gebruik gemaakt van een haaks op elkaar staande muur en gevel. En natuurlijk doet de afgebeelde dame je ook al eens in de remmen knijpen. Dit mooie plaatje wilden we onze lezers dan ook niet onthouden.

▀ Tekst: Rens Klaasse



Duitse fietsroutes

Dat Duitsland bij ons een beetje onderbelicht is als fietsland, staat als een paal boven water. De Duitsers hebben prachtige fietsroutes voorzien die je door de mooiste gebieden van het land leiden. We brengen enkele van die mogelijkheden kort onder de aandacht, zodat jij er deze zomer misschien ook aan denkt om je fietshorizonten te verbreden bij onze oosterburen.



afstanden van zo'n 40 km of je kiest voor het grotere werk zoals de Rheinische Apfelroute (124 km), je krijgt het allemaal keurig gepresenteerd op een overzichtelijke kaart. Bij dit alles komt dat het ook nog eens dicht bij huis is. Wanneer je daarvoor kiest kan je 's avonds gewoon weer in je eigen bed slapen.



Bergische Panorama-Radwege

Hiervoor moeten we afreizen naar de regio ten oosten de Rijn bij Düsseldorf en Leverkusen. Centraal in het gebied ligt Wuppertal. Hier zijn een drietal bewegwijzerde fietsroutes uitgezet: Bergischer Panorama Radweg 132 km, Panorama Radweg Balkenstrasse 51 km en de Panorama Radweg Niederbergsbahn 35 km. Op de beschikbare kaart staan ook nog vier voorstellen van korte routes van rond de 35 km. Grote delen van de fietsroutes zijn ge-

projecteerd op Bahnstrassenwegen oftewel voormalige (industrie) spoorbanen. Een paar jaar geleden hebben we hier zelf een paar dagen rondgefietst en we waren sehr zufrieden.

Informatie

www.einfach-bergisch-radeln.de
www.bahnstrassenradeln.de

Rheinland

Grofweg is dit het gebied ten westen van Düsseldorf, Leverkusen, Keulen en Bonn. Met andere woorden ten westen van de Rijn. Een handige kaart maakt je wegwijs op ruim twintig routes. Of je nu één dag wilt fietsen over



Informatie

www.radregionrheinland.de

Cuxland

In een prachtige gids worden een twaalfstal fietsroutes gepresenteerd in het gebied ten noorden van Bremen dat omsloten wordt door de Noordzee, de Weser en de Elbe. Misschien niet een gebied dat als eerste op je prioriteitenlijstje staat, maar na lezing van de gids wordt duidelijk dat het toch de moeite loont om er eens heen te gaan. De gepresenteerde routes zijn gemiddeld 50 km lang en met sterren geclassificeerd van licht bis schwer. Op een viertal routes passeer je zogenaamde Milchtankstellen, waar je zelf je bidon kunt vullen met melk. Dat is weer een iets anders dan gewoon water! Wie het grotere werk zoekt kan hier beginnen aan de Elbe Radweg en de Weser Radweg.

Informatie

www.cuxland.de

 Tekst en beeld: Teus Korporaal



Steeds meer fietsen gestolen uit garages of tuinhuisen



Fietsdiefstal blijft een hardnekkig probleem in onze samenleving, en niet alleen op straat. Steeds vaker slaan dieven toe in garages en tuinhuisen, waar fietsen vaak minder goed beveiligd zijn. Volgens Fietsberaad Vlaanderen worden jaarlijks naar schatting 25.000 tot 30.000 fietsen gestolen, waarvan slechts ongeveer 16.500 bij de politie worden aangegeven. In het Brussels Hoofdstedelijk Gewest steeg het aantal gerapporteerde fietsdiefstallen van 2.900 in 2015 naar 5.001 in 2022, een stijging van maar liefst 70%.

Hoewel garages en tuinhuisen vaak als veilige opbergplaatsen worden beschouwd, zijn ze niet immuun voor diefstal. Dieven maken gebruik van slecht beveiligde deuren of ramen om snel en geruisloos binnen te dringen. Eenmaal binnen kunnen ze ongehinderd hun slag slaan.

Daarom is het essentieel om ook binnen deze ruimtes extra beveiligingsmaatregelen te nemen.

Beveiligingstips voor garages en tuinhuisen:

- **Sluit altijd af:** Zorg ervoor dat deuren en ramen van je garage of tuinhuis altijd goed zijn afgesloten, zelfs als je maar kort weg bent.
- **Beperk inkijk:** Voorkom dat waardevolle spullen, zoals fietsen, zichtbaar zijn van buitenaf. Gebruik bijvoorbeeld gordijnen of folie op ramen om inkijk te beperken.
- **Gebruik stevige sloten:** Voorzie deuren van cilindersloten met driepuntsvergrendeling om inbraak te bemoeilijken.



- **Veranker je fiets:** Bevestig je fiets altijd aan een vast object, zoals een muuranker of een stevig rek, zelfs binnen in je garage of tuinhuis. Dit maakt het voor dieven moeilijker om de fiets snel mee te nemen.

- **Gebruik kwalitatieve fiets-slotten:** Investeer in een degelijk beugel-, vouw- of kettingslot. Vermijd cijfersloten, aangezien deze vaak eenvoudig te kraken zijn.

- **Installeer verlichting met bewegingssensoren:** Buitenverlichting die aangaat bij beweging kan dieven afschrikken en de kans op betrapping vergroten.

Door deze maatregelen te treffen, verklein je de kans op diefstal aanzienlijk. Een goed beveiligde fiets is niet alleen minder aantrekkelijk voor dieven, maar geeft je ook gemoedsrust.

Enkele zeer nuttige beveiligingssystemen:

- **ABUS WBA 60/75/100:** deze verankering kan geplaatst worden op een muur, alsook op de grond. Wordt steeds geleverd met "speciale" pluggen en worden nadien verzegeld door middel van een metalen balletje die het onmogelijk maakt om de verankering te verwijderen. Deze verankeringen hebben zelfs een ART-gekeurd attest.

Adviesprijs vanaf €49.95

- **ABUS WBA 65 B/SB + Bike Holder:** muurverankering waarbij een metalen plaat is



ABUS WBA 60



ABUS WBA 75



bijgeleverd om zo je fiets te monteren "op de muur". Buiten de verankering, heb je de kans om je fiets mooi te plaatsen zonder dat deze in de weg staat.

Adviesprijs: €69,95

• **ABUS WCH 90 XPLUS™ + ABUS ACH 9KS/110 (Twin Chain) of ABUS ACH 9KS/130 (OneKey):**

het nieuwste verankeringsstelsel van ABUS. Hierbij wordt een metalen behuizing geplaatst op de muur of grond. Hier zit er een kettingslot mee geïntegreerd. Het voordeel is dat je je kettingslot kan laten hangen. Bij het Twin Chain-systeem zijn er zelfs 2 kettingsloten voorzien. Ook leuk is dat deze voorzien is van een XPLUS™ cilinder, dus kan je deze "op maat" laten maken. Slechts één sleutel een sleutel waarmee je fiets kan vastleggen, je batterij kan uitnemen en je slot onderweg mee kan openen.

Adviesprijs vanaf €199,95

ABUS WBA 65



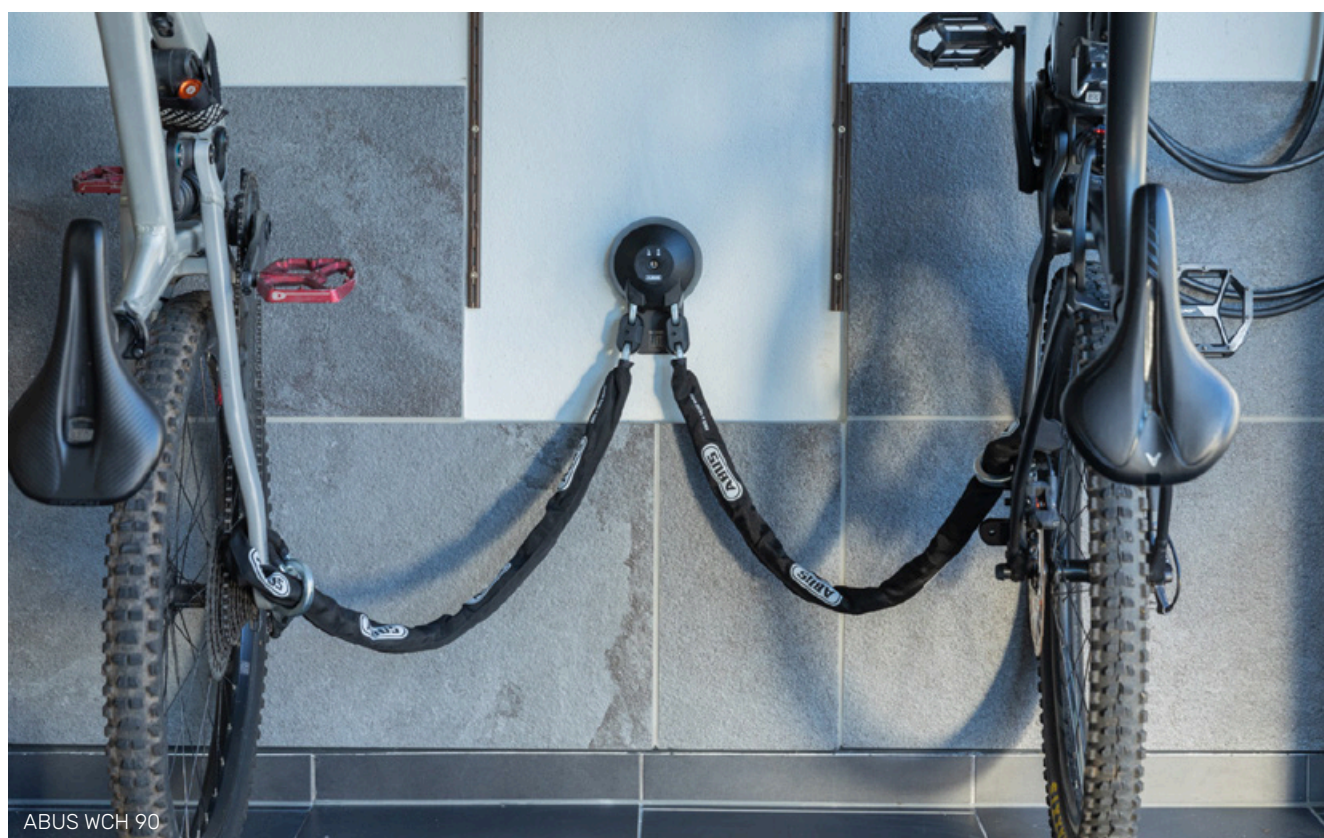
• **ABUS Alarmbox 2.0 of RC:**

Alarmbox 2.0 is een metalen box voorzien van een alarm met 3D positiedetectie. Zodra het slot een trilling constateert zal deze direct een korte waarschuwingstoon afgeven. Indien de manipulatie langer dan 5 seconden duurt, gaat er een alarm af van 100dB. Hier heb je de mogelijkheid om een insteekketting in te steken, die je eventueel kan vastmaken aan je muur- en/of

grondverankering. Alarmbox RC, lichtere versie van de 2.0 die je kan activeren/deactiveren door middel van een afstandsbediening. Hierdoor kan je het alarm (onzichtbaar) plaatsen waar je wil.

Adviesprijs vanaf €39,95

Meer info over deze beveiligingssystemen vind je op abus.com



ABUS WCH 90

Concap Max Energy geeft je al een mooie voorsprong

Met deze krachtige sportdrink met heerlijke rode vruchtensmaak maak je de start van je training/race al sowieso tot een succes. Deze drank is ideaal als pre-workout of in je eerste bidon tijdens het sporten. De formule verhoogt je energie, focus én uithouding op een natuurlijke manier, terwijl het ook helpt om spierstijfheid na de inspanning te verminderen.

Perfect afgestemd op bloedgroepen A, AB en B voor gebruik vóór en tijdens het sporten. Bloedgroep O? Meng dan een halve dosis met je isotone drank vanwege de cafeïne.

Gebruikstips:

1 dosis in een halve bidon, 45 minuten voor de inspanning.

Tijdens het sporten:

¼ tot ½ dosis gemengd met je basisdrank voor extra uithouding en melkzuurbuffering.

Prijs: €36 per pot

Extra voordeel: Sporters, clubs en teams genieten van exclusieve kortingen!



Concap S-D-P helpt je naar topprestaties!

Concap biedt als enige op de markt supplementen aan die afgestemd zijn op de bloedgroep, wat zorgt voor een betere opname en werking. De Concap S-D-P – Shake, Drink & Perform – is een formule die je vóór de inspanning gebruikt om maximale energie, betere uithouding en sneller herstel te ondersteunen.

Dankzij toegevoegde aminozuren en natuurlijke nitraten uit spinazie en rode biet, krijg je extra zuurstof in de spieren voor topprestaties. Geschikt voor zowel recreatieve sporters als competitieve atleten. Voor extra belangrijke trainingen of wedstrijden kan je zelfs tot 1,5 portie gebruiken voor nóg meer effect.

Smaakopties:

- S-D-P AB: Zwarte bessensmaak
- S-D-P O: Tutti frutti (binnenkort ook in colasmaak!)

Gebruik:

S-D-P AB: tot 1,5 dopje in een half glas water, drinken 45 minuten vóór de inspanning.

S-D-P O: tot 1,5 dopje in een half glas water, drinken 1 uur tot 1u10 vóór de inspanning.

Prijs: €29,50 per fles.

Extra voordeel: Speciale kortingen voor sporters, clubs en teams

Voor meer info:
info@concap.be
www.concap.be



Selle Italia "White Range": Flite Boost, SLR Boost, SLR Boost 3d en Novus Boost Evo beschikbaar in wit

Selle Italia presenteert de nieuwe "White Range", een collectie die haar meest iconische zadels - Flite Boost, SLR Boost en Novus Boost Evo - een uniek uitzicht geeft door de elegante witte versie. De innovatieve versie van de SLR Boost met een 3D-geprint deksel is ook verkrijgbaar in het wit.

De nieuwe "White Range" bestaat uit de bovenvermelde vier modellen allen met een 'carbon rail' en 'superflow hole'. De meest opvallende versie van de collectie is de SLR Boost 3D, ontwikkeld met Carbon DLS technologie, met een speciaal 3D-geprint eigen patroon dat het zadel een unieke look geeft, 100% Made in Italy. Dit model is voorzien van zones die zorgen voor een progressieve gedifferentieerde demping over het hele oppervlak.

Door de uitbreiding van het assortiment combineert Selle Italia visuele aantrekkingskracht en



prestaties en biedt het fietsers de mogelijkheid om hun fiets aan te passen met een elegante touch.

De "White Range" zadels zijn verkrijgbaar bij hun officiële dealers en op de website van Selle Italia.

Adviesprijzen:

SLR Boost 3D Kit Carbonio Superflow Wit: €449,90



SLR Boost Kit Carbonio Superflow Wit: €314,90

Flite Boost Kit Carbonio Superflow Wit: €314,90

Novus Boost Evo Kit Carbonio Superflow Wit: €279,90

Meer info:

www.selleitalia.com/white-range/



Alé geïnspireerd door de kleuren van de aarde

Vijf op de natuur geïnspireerde aardetinten, geavanceerde technologieën en aerodynamica die klaar is voor wedstrijden: dat is volgens Alé de EARTHY STYLE, een nieuwe collectie uit de PR.E-cataloguslijn van het Italiaanse kledingmerk.

Gebaseerd op het kleurenpalet van de natuur, combineert de EARTHY STYLE jersey onderscheidende kleuren met innovatieve technologieën om een slanke race pasvorm en een compromisloos comfort te leveren.

De EARTHY STYLE collectie is gemaakt van hoogwaardige, ultralichte stoffen die perfect zijn voor ritten in warm weer en heeft volgende specifieke eigenschappen:

- * Jet Stripe mouwen: een driedimensionale stof die de luchtstroom kanaliseert om de aerodynamica te optimaliseren en luchtweerstand te verminderen. De ruwe snit versterkt de strakke, technische esthetiek.

- * Microgeperforeerde voor- en achterzijde voor een uitzonderlijk ademend vermogen en een tweede-huid pasvorm.



- * Minimalistische kraag en gebonden zoom zonder naden voor minder schuren en maximaal comfort tijdens elke rit.

- * Verkrijgbaar in vijf aardetinten (Comodoro Green, Gothic Purple, Kashmir Yellow, Namibia en White), verkrijgbaar in herenuitvoering.

Adviesprijs: vanaf €124.

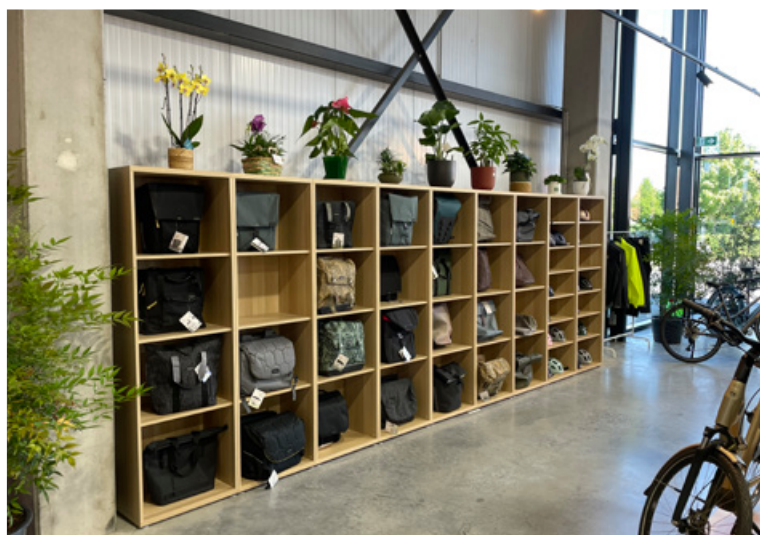


FD Bikes start een nieuw hoofdstuk op gloednieuwe locatie in Brecht



FD Bikes is al jarenlang een vaste waarde in de regio rond Brecht-Sint Lenaarts. Zaakvoerders Filip Carpentier en Chris Kerstens barsten echter van de ambitie om hun zaak en de service naar het hoogst mogelijke niveau te tillen. Daarom werd er serieus geïnvesteerd in een gloednieuwe, ruime en moderne locatie aan de Ringlaan 23 in Brecht. Om deze nieuwe mijlpaal te vieren organiseerde FD Bikes op zaterdag 10 en zondag 11 mei een feestelijk openingsweekend.





Een nieuwe locatie met dezelfde vertrouwde service.

De nieuwe vestiging biedt niet alleen meer ruimte, maar ook extra mogelijkheden om klanten nog beter van dienst te zijn. De nieuwe locatie is vlot bereikbaar, beschikt over voldoende parkeergelegenheid en werd volledig ingericht met het oog op comfort en beleving. Van een grotere showroom met een uitgebreid assortiment e-bikes, stadsfietsen, speed pedelecs en sportieve modellen van negen topmerken, tot een volledig uitgeruste werkplaats waar vakmanschap en service centraal staan. FD Bikes blijft trouw aan zijn kernwaarden: klantgerichtheid, expertise en passie voor fietsen.

"FD Bikes wil met deze verhuis niet alleen groeien als onderneming, maar ook haar band met de klant versterken. Een bezoek aan FD Bikes moet meer zijn dan een aankoop, het is een ervaring waarbij je als klant centraal staat. Daarom blijven we ook investeren in oplossingen op maat zoals fietslening voor particulieren, het FD Bikeplan voor bedrijven waarmee we een speciale leasingformule lanceren in de fietswereld, onze onderhoudspakketten of gratis bijstand na onderhoud." Aldus zaakvoerder Filip.

Geslaagd openingsweekend

Tijdens het openingsweekend werd de nieuwe vestiging in stijl voorgesteld aan het grote publiek. Met een drankje en een hapje in de hand maakten talrijke fietsliefhebbers kennis met de



Zaakvoerders Filip Carpentier en Chris Kerstens tijdens de openingsreceptie van hun nieuwe locatie



prachtige showroom en de ruime keuze aan fietsen en accessoires uit het FD Bikes gamma.

Fietsen is veel meer dan een hype. Iedereen kan tegenwoordig al fietsend genieten van de natuur, het goede weer en de endorfine van het bewegen. De elektrische fietsen maken dit genot voor iedereen toegankelijk.

Daarom is het zeker met het goede weer van de voorbije weken ook voor de lezers van Cyclelive Magazine een goed idee om kennis te maken met het team van FD Bikes.

Een nieuwe fiets? Trap samen met FD Bikes het nieuwe hoofdstuk op gang!

FD Bikes

Ringlaan 23, 2960 Brecht / Tel: 03.664.86.46

fdbikes.be



NIEUWE CITROËN C3 AIRCROSS

COMFORT TEGEN EEN ONWEERSTAANBARE PRIJS



Tot **8** jaar*
Citroën, We Care
garantie

GECombineerd verbruik: 5,6L/100 km · 126 g/km (WLTP)

Milieu-informatie (KB 19/03/2004): citroen.be

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. Contacteer uw concessiehouder voor alle informatie over de fiscaliteit van uw voertuig. Druk- en typefouten voorbehouden. Afbeeldingen niet bindend.

VU: Laurent Barria - Stellantis Belux NV - Bourgetlaan 20 Bus 2 - B-1130 Brussel België, ingeschreven bij de KBO onder het nummer 0403.461.107 - IBAN: DE 64512106990160000009 - Tel: +32 2 2066800.

*De gratis 8 jaar garantie Citroën We Care is een uitbreiding van de 2 jaar standaardfabrieksgarantie met 6 jaar op basis van 160.000 km / 8 jaar (of 96 maanden) (totdat een van beide termijnen is bereikt, hierbij verduidelijkt dat de wettelijke garantie niet wordt beperkt door deze termijnen). De uitbreiding van de fabrieksgarantie beperkt de rechten van de consument niet in het kader van zijn wettelijke garantie. Aanbieding geldig voor particulieren en professionelen (uitgezonderd Citroën Holidays, taxi's, voertuigen met chauffeur, ambulances en andere noodvoertuigen, rijsschoolwagens, medische voertuigen, voertuigen bestemd voor kortetermijnverhuur of betalend personenvervoer, brandweervoertuigen, voertuigen ingeschreven op naam van een Stellantis-retailer en voertuigen die worden gewijzigd of worden gebruikt in races of rally's) bij aankoop van een nieuwe wagen Citroën van 01/06/2025 tot en met 30/06/2025 in het Belgische Citroën netwerk van officiële verkooppunten, niet geldig voor online aankoop. Niet inwisselbaar voor een gelijkwaardige korting, contanten of andere voordelen. Voorwaarden beschikbaar in de Citroën verkooppunten in België.

 GEEF VOORRANG AAN VEILIGHEID.



CITROËN

Kom langs in één van onze verkooppunten:

Felix Herentals

Hemeldonk 4, 2200 Herentals
T 014 28 37 00

Felix Brecht

Heiken 66, 2960 Brecht
T 03 660 26 00

Van Gansen Ekeren

Leugenberg 105, 2810 Ekeren
T 03 660 09 00

KRONPLATZKING

Trofeeënjacht midden in de Dolomieten!



De mountainbikemarathon Kronplatz King is hét mountainbike-evenement bij uitstek in de Dolomietenregio Kronplatz. Elk jaar proberen ongeveer 800 enthousiaste mountainbikers uit de hele wereld om de felbegeerde titel van de nieuwe "Kronplatz King" in de wacht te slepen.

Op 30.08.2025 is het weer zover en gaat de strijd om de Kronplatz-kroon de volgende ronde in.

Naast de koningsdiscipline is er ook een lichtere versie:

Marathon King - 64 km
Prince Classic - 49 km



De "KINGMarathon" werd twee jaar geleden met bijna zeven kilometer ingekort tot een totale lengte van 64 km. Daarnaast werd ook het klimwerk teruggebracht tot een totaal van 3.150 hoogtemeters. Het verkorte parcours van de "KINGMarathon" betekent een kortere lijdensweg voor

de deelnemende mountainbikers, zoals organisator Maurizio Kastlunger uitlegt: "We hebben rekening gehouden met de wensen van de deelnemers. De totale tijd in het zadel zal nu korter zijn, maar het fietsplezier gaat nog hoger. We bieden minder kwantiteit maar nog meer kwaliteit."



2024 © Gianvito Coco

Om de plus in kwaliteit te garanderen, is er een nieuw deel van het parcours toegevoegd aan het parcours direct na de eerste klim van de start in St. Vigil naar Rit, om dan terug op het gekende parcours te komen naar de beroemde finish op de Kronplatz.

Het nieuwe deel loopt via Rit naar Wengen langs de boerderijen Biei - Rung voordat het omhoog gaat naar Forcela da Cians, een twee kilometer lange steile helling met 230 meter klimmen en een maximale stijging van 20%. Door deze uitbreiding werd het laatste deel van de oude route op de noordelijke flanken van de Kronplatz ingekort ten opzichte van 2018.



KRONPLATZKING
MTB MARATHON

SOUTH TYROL
ITALY





KRONPLATZKING MTB MARATHON

30.08.2025

KRONPLATZ - PLAN DE CORONES

King MARATHON - 64 km // 3,150m
Prince CLASSIC - 49 km // 2,130m



REGISTREER NU

www.kronplatzking.com
mtb@kronplatzking.com



Het fietsplezier, dat altijd synoniem is geweest voor de Kronplatz King, zal er echter niet onder lijden, zoals Kastlunger bevestigt: *"We hebben alle free-ride downhill's vanaf Piz de Plaies behouden, evenals die vanaf de Kronplatz via Furciatrail en dus zullen alle deelnemers de free-ride-afdelingen met een totale lengte van acht kilometer en een single track-aandeel van negen kilometer overwinnen. Dankzij de wijzigingen in het parcours van dit jaar kan je genieten van een aanzienlijke toename van panoramische uitzichten in de Dolomieten en het beroemde natuurpark Fanes-Sennes-Prags."*



Het **fietsplezier**, dat altijd synoniem is geweest voor de **Kronplatz King**, zal er niet onder lijden.



Afzien en genieten in de Dolomieten,... een nieuwe uitdaging en een geweldig avontuur wachten op jou!

Wil jij de handschoenen opnemen? Schrijf je dan in via: www.kronplatzevents.com



Tekst: Patrick Van Gansen



CYCLO LA MADELEINE

Ook een Madeleintje op jouw bord?



Wil je dit jaar wel eens wat anders dan de steeds weerkomende fietstochten in het thuisland? Of ben je op zoek naar een cyclo die je nog nooit gereden hebt en waar je de echte klimmersbenen kan testen? Bij de cyclo sportieve La Madeleine komen ze heel dicht in de buurt van een Tour de France etappe ervaring.

La Madeleine is meer dan een sportieve uitdaging, het is een kans om mythische bergpassen te bedwingen zoals de verbaazingwekkende Lacets de Montvernier of de majestueuze Col de la Madeleine. Het zijn die epische beklimmingen en panoramische uitzichten die je de inspanning (bijna) doen vergeten. Samen met fietsers van over de hele wereld voel je de energie van een peloton verenigd door dezelfde passie en gevoed door cafeïne gels.

De Maurienne-vallei, een waar juweeltje in de Franse Alpen, staat

bekend om haar ruige schoonheid en onherbergzame authenticiteit. Omringd door bergen is het een bolwerk van de Tour de France geworden dankzij schilderachtige beklimmingen zoals de Galibier, Croix-de-Fer, Télégraphe en nog veel meer cols. Qua natuur biedt de vallei een adembenemende diversiteit aan landschappen, van alpenweiden tot dichte sparrenbossen en besneeuwde bergtoppen. Het is de thuisbasis van het Parc National de la Vanoise, het eerste nationale park van Frankrijk, dat onderdak biedt aan een groot aantal bedreigde diersoorten zoals de steenbok, de marmot en de steenarend.

De wedstrijden :

De "Montvernier": deze 60 km lange gezinsvriendelijke cyclo is toegankelijk voor jong en oud. Met een hoogteverschil van 2400m is het de perfecte route voor iedereen die de prachtige omgeving wil ontdekken. Vertrek om 8u30 op 27 juli.



De "Madeleine": Over 80 km met 2800 hoogtemeters het perfecte parcours voor wie zichzelf wil testen als klimmer op de hellingen van Maurienne. Vertrek om 7u55 op 27 juli.

De "Sapey": met 4100 hoogtemeters verspreid over 125 km is deze gran fondo op maat gemaakt voor de sterke renners of de echte klimmertjes. Het is de perfecte route voor degenen die hun KOM willen toetsen aan de doorkomst van de Tour-de-France Femme op 2 augustus. Wil je even snel zijn als de dames? Begin dan alvast maar met vele uurtjes training! Vertrek om 7u45 op 27 juli.



GRAVELBIKE-HOLIDAYS.COM GAAT VAN START!



Eerste platform voor gravelbike vakanties in de Alpen is online

Gravelbike Holidays, het eerste gespecialiseerde platform voor gravelbike vakanties in Europa, werd gelanceerd op 29 april 2025. Gravelbiken is al lang meer dan een trend. Het is een nieuwe manier om, buiten de gebaande paden, outdooravonturen te

beleven die steeds meer fans krijgt. Als je op zoek bent naar gespecialiseerde fietshotels en de mooiste gravelbike regio's in Oostenrijk, Duitsland, Italië & Slovenië, dan ben je bij gravelbike-holidays.com aan het juiste adres.

Gravelbiken combineert het beste van twee werelden. Of het nu gaat om gravel, single trails of de weg, de multifunctionele gravel bike is de schakel tussen racefietsen en mountainbiken en biedt dankzij zijn veelzijdigheid compleet nieuwe mogelijkheden. Gravelbike Holidays is een sterk netwerk



© Andreas Vigl

van 35 gecertificeerde fietshotels en 20 gravelbike-regio's in vier landen die hun expertise bundelen. Achter de vereniging, die de passie voor off-road biking en de hoogste kwaliteitsnormen hoog in het vaandel heeft staan, staat het team van MTS Austria, de specialisten op het gebied van fietsvakanties. Martin





©2023 Tobias Köhler

Baumann, MA, Procurator & Marketingmanager von Gravelbike Holidays (en gecertificeerd fietsgids) vat het in een notendop samen:

"Met Gravelbike Holidays bieden we niet alleen het eerste internationale platform voor gravel fietsvakanties in Europa, maar ook de geconcentreerde fietsexpertise in het Alpengebied. Onze gastheren weten precies wat fietsgasten nodig hebben omdat ze zelf fietsers met hart en ziel zijn die zich inzetten voor de perfecte vakantie-ervaring."

Op stap met de specialisten

Bredere banden, bredere perspectieven: OFFRoad. AdventureON. is het motto van het nieuwe platform, want de beste avonturen beginnen buiten de gebaande paden. De community is nu aan het netwerken op gravelbike-holidays.com: samen het grind op is wat ze willen bereiken!

Naast de beste hotels en regio's in Oostenrijk, Duitsland, Italië & Slovenië vinden vakantiehongerige bikers op de blog ook eersteklas toertips, onbetaalbare insidertips, aantrekkelijke aanbiedingen en inspirerende verhalen. Het is dus de moeite waard om verder te kijken dan het asfalt. De geselecteerde hotels, op toplocaties van de Alpen tot de Adriatische Zee, zijn getest, gecertificeerd en houden zich aan een strenge



© 2024 Jens Scheibe

kwaliteitscode. Fietsen is hier een topprioriteit, met gegarandeerd ideale infrastructuur: GPS-routeplanning, fietsgarages met videobewaking, wasservice en rondleidingen met de gastheer inbegrepen. En omdat naast het fietsen er nog andere geneugten des levens bestaan, die een perfecte fietsvakantie nog een andere dimensie meegeven, vullen alpien-mediterrane wellness en gastronomische aanbiedingen de sportieve Bike And More ervaring aan.



© Andreas Vigl

"We blijven ons kwaliteitsaanbod uitbreiden en zijn blij partners te hebben die onze passie voor gravelbiken delen," voegt Baumann toe, *"Iedereen die deel wil uitmaken van de actieve en snelgroeiende community kan ons gemakkelijk vinden op gravelbike-holidays.com. We kijken ernaar uit om samen over heuvel en dal te reizen!"*



Nu online:

gravelbike-holidays.com





Fietsen rond het waanzinnig mooie Sun Moon Lake in Taiwan

Er zijn plaatsen waar de natuur zichzelf met griezelige gratie lijkt te hebben geregeld. Plaatsen waar water en bergen, planten en bomen, cultuur en rust moeiteloos in harmonie samenkomen in een echt paradijs. Het Sun Moon-meer in Taiwan is er zo een. Dit glinsterende waterlichaam ligt in de centrale hooglanden van Nantou County op 748 meter boven zeeniveau, omringd door mistige bergtoppen en bezaaid met tempels, pagodes en weelderige bossen. Voor fietsers is het niet zomaar een mooie plek op de kaart – het is een bestemming met een hart en ziel voor de tweewieler.

Een levensecht fietsparadijs

Het meer dankt zijn naam aan zijn

vorm: de ene kant lijkt op een zon, de andere kant op een maansikkel. Maar het is wat er langs de oevers ligt dat het onvergetelijk maakt. In 2012 plaatste CNN de Sun Moon Lake fietsroute in de “Top 10 Mooiste Fietspaden ter Wereld” – en het is niet moeilijk om te zien waarom. De 29 kilometer lange lus biedt gladde, goed onderhouden paden, hangbruggen, promenades langs het water en bospaden, allemaal in een landschap dat je zowel rust, actie als filmische scenes schenkt.

Je hoeft geen doorgewinterde fietser te zijn om ervan te genieten. Bij beide grote pieren – Shuishe

Het **meer** dankt zijn naam aan zijn **vorm**

en Ita Thao – kun je fietsen huren, waaronder racefietsen, hybride fietsen en e-bikes voor een rustigere rit. De route kan in drie tot vier uur worden afgelegd, maar de meeste bezoekers nemen de tijd en stoppen om de tempels te bewonderen, lokale lekkernijen te eten of gewoon van het uitzicht te genieten.

Vanaf Shuishe, het grootste dorp en belangrijkste verkeersknoop-



"Zweven boven het water"
het Xiangshan deel van het Sun Moon Lake
© SML, Yeh Shih-Hsien

punt, kan je het meer volgen in tegenwijzerzin. De Shuishe sectie zelf is een rustige warming-up - brede rijstroken met open uitzicht op het water en de Ci'en Pagode in de verte. Wie vroeg opstaat, kan de iconische mist van het meer opmerken die als zijde over het oppervlak zweeft, een natuurlijk geschenk dat verdampt bij de ochtendzon.

Verderop ligt de Xiangshan Bikeway, een 400 meter lang traject dat over het water loopt via een elegante, verhoogde brug. Hier weer-

spiegelt het smaragdgroene water waar de fietsers zo dicht langs de rand van het meer glijden dat het bijna lijkt alsof ze zweven. Vlakbij ligt het Xiangshan Visitor Center - een opvallend voorbeeld van hedendaagse architectuur, ontworpen door de architect Norihiko Dan - hier een koffietje drinken op één van de panoramische dekken is magisch.

De route slingert langs theeplantages en door schaduwrijke valleien naar de regio Ita Thao, waar



Xiangshan Visitor Center ©SML



Yongjie Bridge ©TTA

het Thao volk woont - een van de kleinste en oudste inheemse groepen van Taiwan. Hun dorp, ooit een geïsoleerde nederzetting, verwelkomt nu bezoekers met een levendige markt, culturele optredens en een promenade langs het water met kraampjes waar van alles wordt aangeboden, van bamboerijst tot everzwijnenspiesjes. Dit is een goede plek om even uit te rusten, de lokale tradities in je op te nemen en een kopje van de beroemde bergthee van het eiland te proeven.



De ingang van de Wenwu Tempel is een populaire fotospot en biedt grootse meergezichten ©TTA, SML



Zicht vanaf de Wenwu Tempel met zijn opvallende oranje daken © TTA



©SML
Ci'en Pagode op de top van de Shabalan berg

Een korte omweg van Ita Thao leidt naar de Sun Moon Lake Ropeway, een kabelbaan die het meer verbindt met het Formosan Aboriginal Culture Village. Dege- nen die op zoek zijn naar een mix van culturele onderdompeling en pretpark sensatie kunnen beide gemakkelijk combineren.

Als je hier verder fietst, begint de route licht te klimmen. Het Song- bolun gedeelte biedt een prachtig uitzicht over de westelijke oever van het meer en passeert



Shuishe Pier aan de Noordkust van het Sun Moon Lake
© SML, Lin Meiru

de grootse Wenwu Tempel – een architectonisch hoogstandje met rode zuilen, brede trappen en beelden van leeuwen. De tempel is gewijd aan Confucius en Guan Gong, die symbool staan voor wijsheid en krijgshaftigheid. De klim naar de tempel is steil, maar alleen al voor het uitzicht de moeite waard.

Doorheen de lus zijn strategisch geplaatste rustplaatsen met water, toiletten en schaduwrijke plekken geplaatst. Sommige bieden zelfs oplaadpunten voor e-bikes en picknickplekken met een prachtig uitzicht over het meer.

Voor de fietsers met een langere adem is er de grotere Tannan Route (ongeveer 55 kilometer), die de tocht verder van het meer voert naar kleine dorpjes als Toushe en Minhe. Deze stukken zijn minder druk bereden, met glooiende

landbouwgronden en rijstvelden omringd door beboste heuvels. Hier staat de rustige landelijke charme van Taiwan centraal.

Souvenir voor het leven

Het voltooiën van de volledige lus rond het meer is niet alleen een bucketlist-item – het is een souvenir voor het leven. Bij verschillende verhuurbedrijven, waaronder het bekende Giant-filiaal in Shuishe, kunnen fietsers hun GPS-logboeken of routestempels laten zien en een “fietscertificaat” ontvangen, een klein maar betekenisvol bewijs van hun avontuur.

Sun Moon Lake

Fietsroute in de “Top 10 Mooiste Fietspaden ter Wereld”

Natuurlijk is de wegfiets niet de enige manier om Sun Moon Lake te ervaren. Het gebied is ook een paradijs voor wandelaars en mountainbikers, met een verscheidenheid aan paden die een onderdompeling in het bos en panoramische uitkijkpunten bieden. De Hanbi Trail en de Maolan Trail langs het meer zijn ideaal voor ontspannen wandelingen/ritjes, slingerend door kamferbossen en langs schilderachtige uitkijkpunten. De meer uitdagende Shuishe Great Mountain Trail, die stijgt tot 2.059 meter, belooft je met geweldige uitzichten op een landschap dat wij in Europa niet kennen.

Een must-see in de buurt van de Xuanguang Pier is de Xuanzang Tempel, gewijd aan de monnik uit de Tang-dynastie die de inspiratie vormde voor de legendarische “Reis naar het Westen”.

Een **geweldige** fietsroute van 939,5 kilometer die het hele eiland **omcirkelt**

De avonden bij Sun Moon Lake zijn net zo magisch als de ochtenden. Als de schemering valt, weerspiegelt het meer de veranderende

hemel en beginnen lantaarns te gloeien op de avondmarkt van Ita Thao. Reizigers verzamelen zich om de zonsondergang te bekijken vanaf observatiedekken of tempelterrassen en het gezoem van scooters gaat over in vogelgezing.

Met zijn harmonieuze mix van toegankelijkheid, culturele diepgang en natuurlijke elegantie is Sun Moon Lake meer dan een bestemming -

het is een gevoel. Of je nu alleen reist op zoek naar rustige wegen of met je gezin op zoek bent naar een actieve ontsnapping, fietsen biedt hier een zeldzaam soort reis: een reis die je bijblijft lang nadat de wielen zijn gestopt met draaien.

Taiwan - Een paradijs voor fietsers voorbij Sun Moon Lake

Hoewel Sun Moon Lake onge-



twijfeld de meest iconische fietsbestemming van Taiwan is, is het eiland als geheel een verborgen juweeltje voor reizen op twee wielen. Taiwan heeft een opmerkelijk fietsvriendelijke infrastructuur, met uitgebreide netwerken van fietspaden, goed onderhouden wegen en een cultuur die fietstoerisme van harte verwelkomt. (lees verder op p.62)

Mystieke vergezichten op Sun Moon Lake © TTA



Reisinformatie Sun Moon Lake:

- **Bereikbaarheid:** Sun Moon Lake is per bus of auto bereikbaar vanuit Taichung City in het westen van Taiwan (ongeveer 1,5 uur). Er rijden regelmatig Taiwan Tourist Shuttle bussen vanaf het Taichung High-Speed Rail Station.
- **Beste tijd om te bezoeken:** Maart tot mei en oktober tot december bieden het meest aangename weer. De zomer kan heet en vochtig zijn, de winter koel en mistig.
- **Waar te verblijven:** Accommodatie varieert van luxe resorts aan het meer tot meer budgetvriendelijke pensions en berghutten. Terwijl beroemde hotels zoals Fleur de Chine Hotel of The Lalu de grootste luxe bieden, zorgen kleinere herbergen in Ita Thao voor de beste culturele ervaringen.
- **Insidertip:** Probeer de beroemde "President Fish" (een lokaal karper gerecht) en als de timing het toelaat, laat je reis dan samenvallen met het Sun Moon Lake International Fireworks and Music Festival dat elke herfst wordt gehouden.
- **Fietsevenementen:**
L'Étape Sun Moon Lake
Datum evenement: 18 oktober 2025
<https://letapesunmoonlake.com/event-info>
- **Fietsliefhebbers** die op zoek zijn naar een echte competitieve uitdaging kunnen deelnemen aan L'Étape Sun Moon Lake, een prestigieus wielerevenement dat de geest van de grote profwedstrijden naar Taiwan brengt. Dit evenement biedt renners de kans om wedstrijdstandigheden op professioneel niveau te ervaren te midden van de prachtige achtergrond van Sun Moon Lake. Ga voor meer informatie naar de officiële website: L'Étape Sun Moon Lake.

Meer info over Taiwan:

TAIWAN TOURISM ADMINISTRATION
c/o Taipei Tourism Office
Bleichstrasse 52 , 60313 Frankfurt
Tel. +49 (0)69-610743
E-Mail: info@taiwantourismus.de
 <https://eng.taiwan.net.tw>



Voor degenen die op zoek zijn naar een meer ambitieuze uitdaging biedt Taiwan Cycling Route Nr. 1 (環島1號線) het ultieme avontuur: een lus van 939,5 kilometer die het hele eiland omcirkelt. De route, die

in december 2015 officieel werd gelanceerd om recreatief fietsen te promoten, is duidelijk aangegeven met bruine borden met het logo van het Taiwanese toerisme en kan met de klok mee of tegen de klok in

worden gereden. Onderweg komen fietsers de verbazingwekkende diversiteit van Taiwan tegen – van dramatische kustlijnen en rijstvelden tot bruisende stedelijke centra en rustige plattelandstadjes.



Wandelen langs de oevers © TTA

Of je nu een gelegenhedfietser bent of een fietsliefhebber met een voorliefde voor uithoudingsvermogen, Route Nr. 1 biedt een meeslepende manier om de landschappen en culturen van het eiland in je eigen tempo te ontdekken. Een uitgebreide Engelstalige fietsgids met kaarten, tips en routesuggesties is online beschikbaar via de officiële website voor toerisme van Taiwan.

TAIWAN
WAVES OF WONDER



**Vlieg met China Airlines naar Taiwan en/of beyond
en neem uw fiets kosteloos mee**
(als een van uw FBA met max. gewicht van 23 kg*).



*Voor meer informatie, gelieve contact op te nemen met China Airlines klantenservice center of uw reisagent.

www.china-airlines.com

 **CHINA AIRLINES** 

from TAIWAN since 1959



JOUW VAKANTIES

roadbike-holidays.com/nl



HOTELS | REGIO'S

gravelbike-holidays.com/nl



GRAVELBIKE
HOLIDAYS

Het Meer en de Alpen in Oost-Zwitserland – Een paradijs voor sportieve fietsers



In de vroege morgen met de zon laag over het Bodenmeer maken we ons op voor een lange tocht. De eerste pedaalslagen brengen ons al snel buiten St.Gallen en tien kilometer verder fietsen we al langs de boorden van het Bodenmeer. Langs appelboomgaarden en glooiende heuvels rijden we een eindje verder omhoog naar het Appenzellerland waar we genieten van prachtige uitzichten op het meer. Oost-Zwitserland laat zich van zijn beste kant zien - eenzame wegen, adembemende panorama's en weinig verkeer. Iedereen die hier ooit is geweest, weet dat deze regio een insider tip is voor wie van fietsen houdt. Dit gedeelte van Zwitserland is de perfecte regio voor racefietsers, gravelbikers en sportieve e-bikers.

E-Biken in Elgg © Herzroute, Christof Sonderegger



Appenzellerland Tourism by Lake and Alps

Een regio die verbindt

Oost-Zwitserland biedt een onge-looflijke verscheidenheid aan routes: rustige wegen langs de meren, het zachte Appenzellerland, de Bodensee, de Zürichsee en de stad Zürich, de Walensee en het pittoreske Toggenburg met daar bovenop een aantal verborgen beklimmingen met meer dan 1.000 hoogtemeters. Met al dat moois mogen we zeker ook de prachtige stad St.Gallen niet vergeten te vermelden. Alles is met de fiets in een paar uur te bereiken. Dankzij een eersteklas infrastructuur met gespecialiseerde hotels, cafés en servicepunten is de regio perfect afgestemd op de sportieve fietsers.

Lake and Alps Adventure - een originele en nieuwe kijk op het fietsen

Van april tot oktober hebben fietsers de kans om de regio op een leuke manier te ontdekken door punten te verzamelen, deel te nemen aan evenementen of speciale uitdagingen aan te gaan. Al wie meedoet, wordt beloond voor zijn inspanningen!

Wie ijverig punten verzamelt, kan zich kwalificeren voor de grote finale.

De hoofdroute: 540 kilometer puur fietsplezier

Het middelpunt van de fietsregio is de nieuwe hoofdroute langs het meer en de Alpen. Een route van 540 kilometer met meer dan 9.000

E-Biken in Bühl nabij Turbenthal
© Herzroute, Christof Sonderegger



© Lake and Alps

Säntis the mountain by Lake and Alps



Een route van 540 kilometer met meer dan 9.000 hoogtemeters

hoogtemeters die heel Oost-Zwitserland met elkaar verbindt. De route loopt over zes etappes, elk met een eigen karakter: van een ontspannen rit langs het Bodenmeer

door het heuvelslandschap van Toggenburg tot de langere uitdagingen van de Schwägalp (9.3 km – 475 HM – top op 1300m) of de Vordere Höhe.

Maar deze route is veel meer dan een sportief avontuur – het is een ontdekkingsreis door het spectaculaire landschap van Oost-Zwitserland. Als je de route eenmaal hebt afgelegd, begrijp je waarom

Oost-Zwitserland geen insiderstip meer zou moeten zijn.

En wat ook mooi is: als je de hele hoofdroute rijdt, heb je al 40 van de 100 Adventure-punten verzameld – een grote stap op weg naar de finale!

Dat Stefan Küng en Stefan Bissegger, twee huidige Zwitserse renners van wereldklasse, hier vandaan komen, is een extra pigment waarmee het fietstoerisme in Oost-Zwitserland zich sterk maakt een waar fietsmekka te zijn.

Tekst: Patrick Van Gansen



Appenzellerland Tourismus by Lake and Alps

StGallen
Bodensee



KLOOSTER & BIER IN ST.GALLEN

Het „RheinWelten“ fietspad loopt langs de Rijn van de Oberalp Pas tot aan de grens in Bazel. Fietsenthousiastelingen kunnen hier op hun e-bike regionale, culinaire en culturele hoogtepunten ontdekken in 15 avonturenwerelden – met inbegrip van St.Gallen. **Geniet van de mooiste fietstrips op deze fraaie route.**
www.rheinwelten.com/erlebniswaelten/kloster-bier

St.Gallen-Bodensee Toerisme
Bankgasse 9 | 9001 St.Gallen
Telephone 071 227 37 37

info@st.gallen-bodensee.ch
www.st.gallen-bodensee.ch

Oost-Zwitserland kreeg er in mei 2025 een vrijetijdsjuweel bij



Na drie jaar plannen en uitvoeren werd op 10 mei 2025 de Herzschlaufe Wil geopend. Tijdens het evenement werd gevierd dat Zwitserland een buitengewoon land is en dat de schoonheid ervan, het beste te voet of op de fiets kan worden ontdekt.

De drie toeristische regio's St. Gallen-Bodensee, Thurgau en Zürioberland hebben samen met de stad Wil en de Herzroute een nieuw toeristisch project opgezet: De 'Herzschlaufe Wil'.

De leuke rondfietsroute vanuit Wil maakt de hoogtepunten van dit afwisselende gebied rond Wil, Tössdal en Hinterthurgau op een rustige manier toegankelijk. Vanaf mei 2025 kun je met de fiets of e-bike weg van het verkeer genieten van de rust en geweldige

uitzichtpunten. Fietzers zullen verrast worden door grote en kleine bezienswaardigheden langs de route. Het klooster Fischingen, de historische herberg Girenbad en de commanderie Tobel stralen elk hun eigen charme uit. Daarnaast zijn het de landschappelijke hoogtepunten die nooit falen om te inspireren: de hoge ligging van de Sitzberg, de gezellige Altbach bij Kirchberg of het panoramische uitzicht op de Säntis bij Braunau zijn indrukwekkend.

De rondweg is 95 kilometer lang en wordt in beide richtingen bewegwijzerd als Veloland-route nr. 999. Als "hartlus" geniet de route een speciale status en zal worden opgenomen in het portfolio van de bekende Herzroute, die staat voor de mooiste fietsroutes in Zwitserland.

Als je de route niet in één dag of in één stuk wilt fietsen, kun je dankzij de goede treinverbindingen ook op- en afstappen in Rikon, Wila, Guntershausen of Elgg. Er is een e-bike verhuurservice gepland in Wil om bezoekers van buiten de regio de mogelijkheid te geven om van de regio te genieten op een huurfiets.

De route is geschikt voor iedereen met fietservaring, maar een e-bike is voor velen aangewezen omdat er lange en zware beklimmingen in zitten. Ongeveer 10% van de route gaat over gravel- en natuurlijke wegen. Er zijn oplaadpunten langs de route. Een gratis routegids met alle informatie en tips kan worden besteld bij de Herzroute.

herzroute.ch/bestellen



De nieuwe Wil Heart Loop loopt over 95 kilometer, verkeersarme zijwegen en landweggetjes door de drie kantons SG, ZH en TG



De route biedt prachtige hoogten en uitzichten, zoals de bergkam bij Sitzberg boven het Tössdal.



Vanaf het voorjaar van 2025 zal de Herzschlaufe Wil, fietsers veel onbekende plekjes laten zien.



Met de stad Wil als begin- en eindpunt biedt de route een nationaal erkende attractie.

De ene na de andere zware uitdaging vanuit Wittenbach/St.Gallen

Echte uitdagingen hoeven voor ons niet altijd de gekende bergen uit de Tour, Giro of Vuelta te zijn. Omdat we enorm houden van het onbekende en omdat het bijgevolg zeer avontuurlijk is, zijn we niet zelden op zoek naar beklimmingen die er fel inhaken, maar waar we de weg niet moeten delen met duizenden andere wielertoeristen. Vanuit de regio St.Gallen waar wij verbleven in Hotel Garni Rössli in Wittenbach heb je ze voor het uitkiezen. Wij geven je hier enkele van die geweldig(e) - zware beklimmingen waar we genoten hebben van het afzien, de uitzichten en de eenzaamheid op weg naar de top(pen).

Stoss: 6,6 km - 7,24% Gemiddeld - 13,5% steilste 100 m - 478 hoogtemeters

Als opwarmertje stond op de eerste dag een tochtje van 85 km vanuit Wittenbach met de beklimming van de Stoss op het programma.

Vanuit Altstätten is dit een constante beklimming met bijna geen steile stukken en dat in tegenstelling tot bijna alle andere beklimmingen die je in deze regio zal aantreffen. De weg slingert gestaag omhoog en je ziet Altstätten steeds kleiner worden. Dit is echt een mooie klim om de klimmersbeentjes aan het werk te zetten en je voor te bereiden op wat komen zal. Boven heb je een schitterend uitzicht over het Rijndal en de Oostenrijkse Alpen.

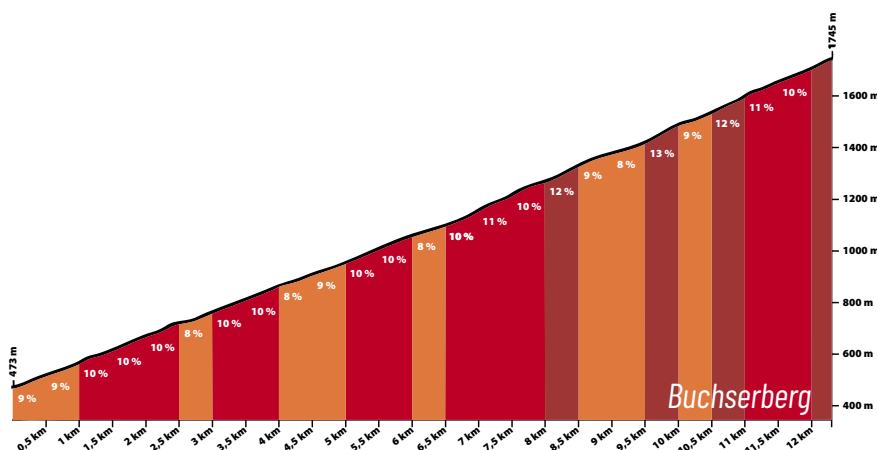
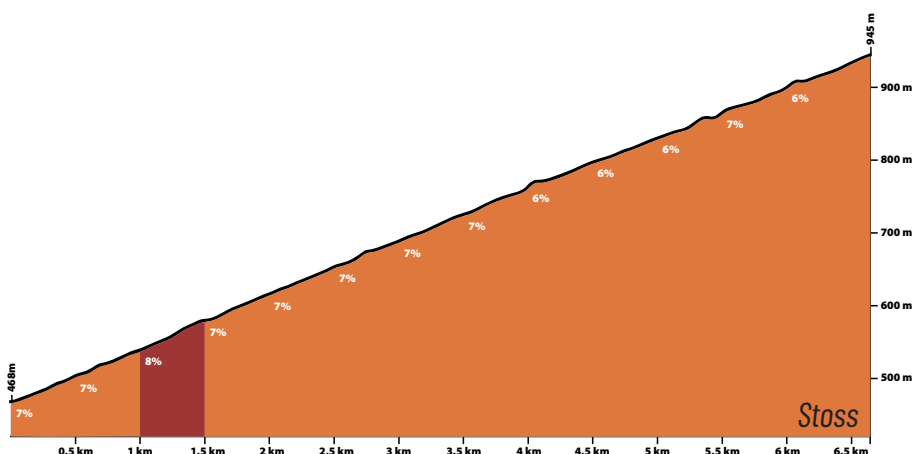
De Buchserberg: 12,3 km - 10,35% gemiddeld - 17,6% steilste 100 m - 1.272 hoogtemeters - 20 haarspeldbochten

Vanuit Wittenbach gaat het vandaag naar het 62 km verder gelegen



Buchs, want we willen de Buchserberg aan ons palmares toevoegen. Vanuit Buchs is deze beklimming 12,3 kilometer lang, overbrugt 1.273 hoogtemeters met een gemiddeld stijgingspercentage van 10,4%. De beklimming gaat over een rustige weg met adembenemend mooi landschap. Onderweg heb je ge-

weldige uitzichten op het Rijndal, Liechtenstein en Oostenrijk. De top van de beklimming ligt op 1.745 meter hoogte. Wanneer we terug in ons hotel aankomen hebben we een zware rit van 152 km achter de kiezen. Moe, voldaan en vol met mooie foto's op het netvlies en de iPhone ploffen we neer op onze matras.



**De Furt: 7,8 km – 13,12% gemiddeld
22% steilste 100 m – 1.024 hoogtemeters – 18 haarspeldbochten**

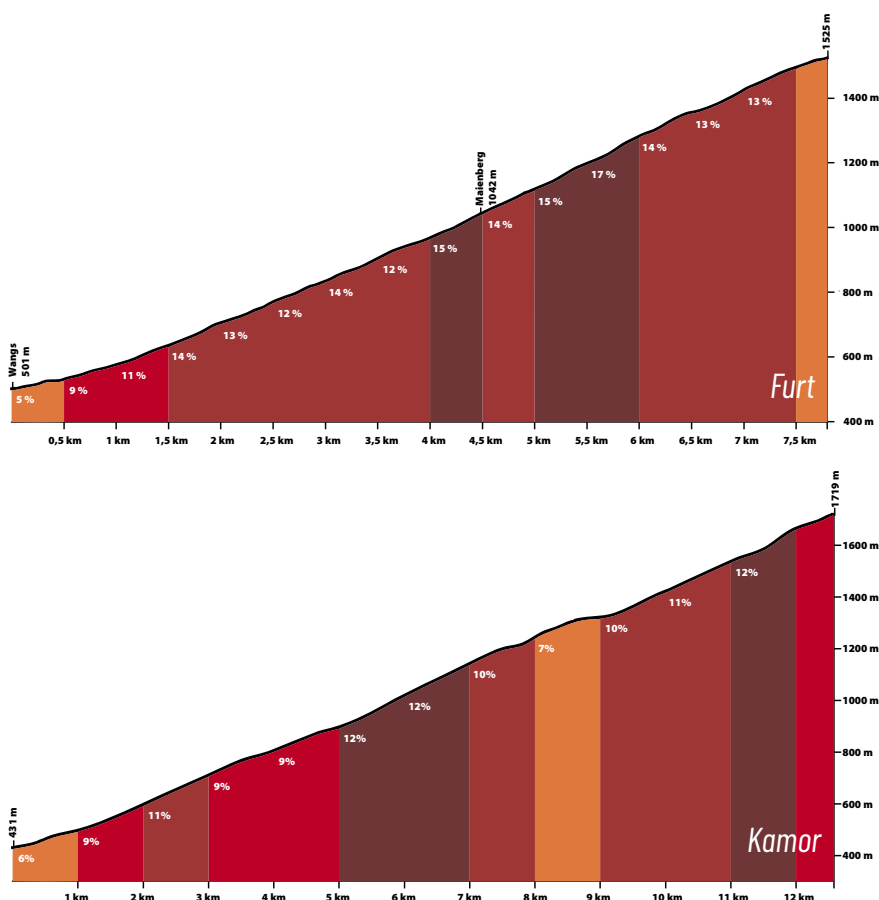
De Furt kan je aanvatten vanuit Wangs. Deze klim is gekend als de zwaarste uit de regio en stond met stip op ons programma. We moeten wel bekennen dat we om deze uitermate zware beklimming te doen, een beetje vals gespeeld hebben. Wangs ligt op een 77 km van Wittenbach en dat vonden we net te ver om de volledige trip met de fiets te doen. We zijn dan met de auto een eind op weg gereden en hebben onze fietsrit gestart vanuit Rüthi zodat de totale afstand net iets meer dan 100 km bedroeg. De Furt is 7,8 kilometer lang en overbrugt 1.024 hoogtemeters met een gemiddeld stijgingspercentage van 13,1%. Na 5 km klimmen staat er je een verschrikkelijke beproeving te wachten, want de volgende kilometer gaat het tegen 16,4% gemiddeld omhoog met een piek van 22% als steilste 100 meter van de beklimming. Dat er daarna nog 1,5 km aan bijna 14% volgt, is – we moeten het eigenlijk niet vertellen – ook nog een zeer harde noot om te kraken. De top van de beklimming ligt op 1.525 meter hoogte en jouw beloning is een mooi uitzicht over Lichtenstein en de Walensee.

Kamor: 12,6 km – 10,22% gemiddeld – 18,8% steilste 100 m – 1.288 hoogtemeters – 21 haarspeldbochten – gravel en slecht wegdek

Dat we fans zijn van graven kunten we niet onder stoelen of banken steken. Daarom konden we de Kamor niet links laten liggen. vanuit Rüthi / Reinthal – 39 km van Wittenbach is de beklimming 12,6 kilometer lang, overbrugt 1.288 hoogtemeters met een gemiddeld

stijgingspercentage van 10,2%. Over een slecht wegdek en gravel gaat het naar de top die op 1.719 meter hoogte ligt. Wanneer we terug in ons hotel Garni Rössli aankomen, hebben we er alweer een geweldig avontuur en training opzitten. Morgen plannen we een rustig ritje langs de oevers van de Bodensee, want het hele lichaam schreeuwt om recuperatie...

Tekst & Beeld: Patrick Van Gansen



Uw fietshotel, perfect gelegen tussen de Bodensee en de binnenstad van St.Gallen. Fietsgarage, e-bike oplaadstation en een kleine fietsreparatiewerkplaats aanwezig. Wij kijken uit naar uw bezoek.



**5%
PromoCode
fiets25**

Romanshorneerstrasse 10
CH- 9300 Wittenbach (St.Gallen)

www.hotelroessliwittenbach.ch

Het beste van Zuid-Tirol

Als je op zoek bent naar het beste van Zuid-Tirol, dan ben je bij Valdaora/Olang op de Kronplatz aan het juiste adres.

Wildromantisch is het woord dat het kleine Alpendorp Olang in het hart van het Pustertal het best omschrijft. Wie op zoek is naar een originele, ongerepte, authentieke Zuid-Tirolse ervaring, vindt die hier. Want dit is Zuid-Tirol zoals je het je voorstelt en zoals wij mountainbikers het graag zien: glooiende middelgebergtes met ontelbare almhutten op gemiddelde hoogte tot aan de hoge Dolomieten-toppen. Hier ben je in de heuvelachtige uitlopers van het UNESCO-werelderfgoed Dolomieten. Vrijtijdsbikers vinden gegarandeerd hun geluk. En als je op zoek bent naar een beetje adrenaline, ligt de Kronplatz op een steenworp afstand.

Als je aan de Dolomieten denkt, denk je aan afdalingen en adrenaline, een stormloop van hoogtemeters en bleke, steile bergtoppen. Maar het Zuid-Tirolse Alpendorp

Olang is op de een of andere manier anders. Groener, minder ruig, meer ontspannen, gezinsvriendelijker. Hier ben je weg van de mainstream, weg van de toeristische drukte, enigszins gedecentraliseerd maar nog steeds goed verbonden en in het centrum van het Pustertal. Het bergdorp Olang am Kronplatz heeft zijn authenticiteit behouden en is ondanks zijn centrale ligging verborgen gebleven voor het massatoerisme. De moderne gondellift Olang 1+2 brengt je in een mum van tijd naar de Kronplatz. Hier vind je een bike-park en de mooiste singletrails.

Vier gehuchten aan de voet van de Kronplatz

De gemeente met ongeveer 3.000 inwoners bestaat uit de vier gehuchten Oberolang, Mitterolang, Niederolang en Geiselberg. Drie van de dorpen liggen direct op de





dalbodem en zijn verbonden door de Pustertaler Radweg; Geiselberg daarentegen ligt op de flank van de Kronplatz. De valleifietsroute leidt je in alle richtingen - bijvoorbeeld naar het idyllische Braiesdal, het Anterselvadal, het ongerepte natuurpark Fanes-Sennes-Braies en, aan de andere kant van het dal, het natuurpark Rieserferner-Ahrn en richting Bruneck. Dit maakt het dal-fietspad tot een soort hoofdslagader van de regio, de vertakte zijdalen tot synapsen en de MTB-hotspot Kronplatz onbetwist het wild pulserende hart. Of het nu gaat om rustige bospaden of vloeiende natuurspaden, plezierige almtochten, zijdalen of singlet-rails, Zuid-Tirolse lekkernijen of

architecturale hoogtepunten: de ontdekkingsdrang kent hier nauwelijks grenzen. Beginners en gezinnen worden aangetrokken door het MTB Skill Area in Oberlang met zijn gevarieerde 500 m lange natuurlijke parcours met verschillende oefenelementen waaronder zachte sprongen, haarspeldbochten en gemakkelijke bermen om de belangrijkste MTB-vaardigheden te oefenen. Een kleine trail bergop rondt het aanbod af.

Omringd door fietsexperts

Het glooiende middelgebergte trekt rein blijkt ideaal te zijn voor fietsende gezinnen en is over het algemeen perfect voor plezierfietsers die op zoek zijn naar trails in plaats

van afdalingen en plezier in plaats van adrenaline. Valdaora draagt terecht de titel "actief gezinsdorp nr. 1 in Zuid-Tirol" en heeft veel initiatieven genomen om deze reputatie waar te maken. Fietsers verblijven hier uitsluitend in familiehotels, zoals het Alpinhotel Keil, waarvan de baas en gastheer Lukas Brunner zelf een fervent mountainbiker is. De geschiedenis van het hotel is typerend voor het dal en gaat bijna 400 jaar terug. Vandaag de dag getuigt de eigen fietsgarage van de specialisatie van het hotel. En natuurlijk is de traditionele Zuid-Tirolse keuken hier ook erg belangrijk. Maar ook op het bergplateau van de Kronplatz gaan de harten van fijnproevers en berglief-

hebbers sneller kloppen. De Alpin van Norbert Niederkofler bevindt zich immers ook op 2.275 meter boven de zeespiegel. Het restaurant in het LUMEN-museum op het bergplateau combineert het Dolomietenpanorama met de Zuid-Tirolse gastronomische keuken van de 3-sterrenchef. Een echte culinaire traktatie.

Fohr mo augn auf 2.275m!

De moderne kabelbanen Olang 1+2 brengen je in een mum van tijd van Olang bergopwaarts naar de zonovergoten top van de Kronplatz – en meteen naar beneden! Eenmaal aangekomen op de Kronplatz, waken de Marmolada, de Drei Zinnen, de Rosengarten en de Geisler over ons, terwijl de zoete kwelling van de trailkeuze zich voor ons uitspreidt: de Gassl Trail, de trillende Herrnsteig, de Furcia Trail, de Piz de Plaies en de familie- en beginnersvriendelijke Dragon Trail. Het Kronplatz Bike Park heeft het allemaal – met 18 verschillende trails, van kort tot lang, van glooi-



end tot steil, van wortelachtig en rotsachtig tot glad, van met de hand aangelegd tot uitgegraven, van makkelijk tot uitdagend, van schaduwrijk naar het noorden tot zonnig naar het zuiden en oosten. Elk van deze paden heeft – net als elke boerderij in de vallei – zijn eigen verhaal. En zijn eigen karakter. Maar liefst vijf liften maken het mountainbikeplezier hier van half mei tot begin november gemakkelijker.

Klaar voor de legende?

Met 32,4 km en 1.410 hoogtemeters is de Herrnsteig niet alleen de meest legendarische single trail van Zuid-Tirol, maar ook een echte legende. De natuurlijke alpine trail op de noordhelling geldt als de bakermat van het mountainbiken op de Kronplatz. Hij scoort bij ervaren bikers hoog dankzij de vele variaties, waarmee elke afdaling kan worden nagebootst. Zoals bij Franz – de eerste handgebouwde trail op



de Kronplatz. Of met Hans, die ons meeneemt op een technisch uitdagende route door het dichte bos. De trajecten danken hun naam aan de landeigenaren of aan de bijzonder hardwerkende parcoursbouwers. Welke splitsing je ook kiest, de trails met een lengte van ongeveer 9 km en 1.300 hoogtemeters zijn doorspekt met lekkernijen zoals bermen, sprongen en snelle bochten met de belangrijkste Alpenhoofdkam in zicht.

Easy going op de Gassl Trail

Als "Wahl-Olanger" moet je zeker je zinnen zetten op de Gassl Trail: De langste en meest beginnersvriendelijke route van Plan de Corones/Kronplatz slingert zich over een lengte van 24 km en een hoogteverschil van 1.190 meter over de oostelijke helling - van het middenstation van de OLANG 1 + 2 kabelbaan over ontelbare bochten tot in Gassl. Langs fantastische panoramische uitzichten op de Dolomieten wordt de afdaling gekenmerkt door zachte sprongen, zachte bermen en gevarieerde lijnen. Beginners en fietsende gezinnen kunnen hun eerste singletrail sporen verdienen op de blauwe draak, die wacht bij het middelste bergstation van de OLANG 1+2.

De gemakkelijke Dragon Trail is een spannende singletrail van 2 km lang en perfect voor beginners. Vanaf de top van Plan de Corones/Kronplatz kronkelt het langs de zacht glooiende helling naar het middenstation van OLANG 1+2 over weelderige groene weiden. Het is vloeiend en kronkelend bergafwaarts tot over "de zwemmende brug" in de zogenaamde "Schafslacke". Met een geweldige mix van flauwe bochten en gemakkelijke afdalingen garandeert het pad puur rijplezier en onvergetelijke landschapservaringen voor iedereen.



Bestemming

Tourismusverein Olang / olang.com



Trailinfo

Gemoedelijkheid is het motto op de blauwe Gasslweg. De gemakkelijke en heerlijk vloeiende 6 km lange singletrail op de oostelijke helling van de Kronplatz leidt van het middenstation van de OLANG 1 + 2 bergbaan over 883 m naar beneden naar Gassl. De ontelbare bochten, de gemakkelijke sprongen en de zacht glooiende bermen zijn perfect voor je eerste freeride testritjes - inclusief een panoramisch uitzicht op de Dolomieten voor gevorderde rijders.

Family biking in Oberolang

Het MTB Skill Area in Oberolang ligt direct naast de Kinderwelt en aan de panoramaroute van de Pustertal fietsroute en biedt een 500 meter lang natuurlijk parcours met veel verschillende oefenelementen voor beginners en kinderen.

Overnachten bij bike-experten

Alpinhotel Keil****, alpinhotel.it/bike

Voor meer mtb-hotels en regio's

Signature-trails.com/olang

bike-holidays.com

#MyPlace2Bike



Fietsen ver weg van de drukte in volle natuur?

SLOVENIË!

Slovenië,...het kleine land vol met wielertalent. Het land van Tadej Pogačar, Primož Roglič, Jan Tratnik, Matej Mohorič, Urška Žigart, maar ook en vooral het land van de eindeloos mooie fietsmogelijkheden.

Slovenië heeft vooral voor racefietsers veel in petto en scoort hoog met zijn ongerepte natuur, weelderige bossen, imposante bergketens, authenticiteit en een heel eigen charme. Daar waar het oosten van de Middellandse Zee de uitlopers van de Alpen in het noordwesten ontmoet, gaan de zeer rustige zijwegen over in langeafstandsfietspaden en leiden de routes van de Alpen naar de Adriatische Zee.

Hier moet je zijn als je fietser bent! Als Slovenië nog niet op je fiets-bucketlist staat, breng je daar



best snel verandering in. In het tijdperk van Instagram & Co zijn er niet veel insidertips meer te ontdekken. In Slovenië zijn er echter nog een paar lege plekken op de Europese fietskaart die ieder fietser zullen doen kirren van plezier. Op de een of andere manier is alles hier groener, authentieker en natuurlijker, m.a.w. dit is precies waar de meeste fietsers naar op zoek zijn: weg van de drukte, de mensenmassa's en de mainstream.

Van de Alpen tot de Adriatische Zee

Avontuurlijke fietsers zullen hier elke dag een andere regio in het vizier nemen en de dynamische landschappen in een mum van



tijd ontdekken. Het mediterrane oosten en zuidoosten worden gekenmerkt door vlaktes, glooiende heuvels en wijngaarden; het noordwesten door de uitlopers van de Alpen en de hoge Alpen. Halverwege de Alpen en de Adriatische Zee biedt het heuvelachtige landschap van Brda de perfecte omgeving voor een fietsvakantie in de Soča-vallei. Dankzij de milde temperaturen duurt het wielerseizoen hier bijna 365 dagen per jaar. En niet te vergeten de gletsjermere van Bled en Bohinj..., vergeet hier zeker niet een Bled cream cake te verorberen om de verloren energie weer aan te vullen. Ook in de Savinja vallei fiets je door hop-

velden, over bos- en grindpaden langs de Savinja. De imposante toppen van de bergen Posavje en Pohorje bieden ook geweldige uitzichten vanuit het zadel. Het hoogtepunt is en blijft echter de panoramaweg van Solčava. Hier fiets je, ver van de toeristische paden, over 37 pittoreske kilometers langs prachtige gletsjerdalen, alpenweiden en boerderijen in het hooggebergte – met uitzicht op de Kamnik-Savinja Alpen.

Tussen de zee en de Karst

Ook het zuiden van Slovenië heeft veel te bieden: Het Sloveense Istrië combineert mediterrane flair met uitdagende fietsroutes. Van de

zoutpannen van Sečovlje via glooiende olijfgaarden en wijngaarden naar de karstheuvels die tot meer dan 1.000 meter hoog oprijzen.

De kustplaatsen Piran, Koper en Izola zijn ideaal voor een ontspannen tussenstop voordat je weer via verborgen zijwegen door de natuureservaten van het achterland fietst.

Ons oordeel over Slovenië?

Iedereen die Slovenië nog niet op zijn racefiets bucketlist heeft staan, moet daar snel verandering in brengen. Dankzij het dynamische landschap is Slovenië verrassend gevarieerd en heeft het elke dag iets



Ongerepte natuur, weelderige bossen,
imposante bergketens, authenticiteit en
een heel eigen charme

nieuws te bieden. Het is een land waar de fietscultuur begint te ademen zoals dat in België het geval is.

In het land van de kampioenen

Het grote enthousiasme van het land voor wielrennen op de weg is natuurlijk geen toeval. Slovenië heeft een aantal fantastische professionele wielrenners voortgebracht.

Het verhaal van **PRIMOŽ ROGLIČ** schrijft als een roman. De voormalig schansspringer, werd een absolute wielergrootheid met zijn overwinningen in de Vuelta a España (2019, 2020, 2021, 2024) de Giro d'Italia (2023), Luik-Bastenaken-Luik (2020).

TADEJ POGAČAR is van zijn kant dan weer op weg om het grootste palmares sinds Eddy Merckx op zijn naam te schrijven. Hij wordt dan ook met recht en reden vergeleken met de grootste wielrenner aller tijden.

Een greep uit zijn huidig palmares:

- 3 x Tour de France (2020, 2021, 2024)
- 1 x Giro d'Italia (2024)
- 1 x Wereldkampioen op de weg (2024)
- 4 x Ronde van Lombardije (2021, 2022, 2023, 2024)
- 3 x Strade Bianche (2022, 2024, 2025)
- 3 x Luik-Bastenaken – Luik (2021, 2024, 2025)
- 2 x Ronde van Vlaanderen (2023, 2025)
- 1 x Amstel Gold race (2023)
- 2 x Waalse Pijl (2023, 2025)

Beide atleten hebben Slovenië op de wereldkaart van het wielrennen gekatapulteerd en de passie voor wegwielrennen in hun thuisland tot een absolute climax gebracht.



Primož Roglič © Konstantin Kleine (ccbyas4)



Tadej Pogačar © LaPress

Meer info over deze fietsbestemming:

Slovenia Tourist Board / slovenia.info
Slovenia Outdoor / slovenia-outdoor.com

Overnachten bij wielerspecialisten:

Hotel & Glamping Ribno Alpine Resort****, Bled, hotel-ribno.si
Hotel Vila Robida***, Črni Kal, vila-robida.si
Hotel Grof****, Vranska, grof.eu

Voor meer fietshotels en -regio's:

roadbike-holidays.com
#MyPlace2Bike



LJUBLJANA

Hoofdstad van een echt wielerland



Fietserveringen in en buiten Ljubljana

Fietsen is een essentieel onderdeel van de identiteit van Ljubljana. De stad beschikt over een uitgebreid netwerk van fietspaden, goed onderhouden themapaden en fietserveringen die de topattracties laten zien. In Ljubljana en omgeving kun je kiezen uit korte fietstochten of een hele dag fietsen, zelfs meerdere dagen. Met ongeveer 230 kilometer aan speciale fietsroutes is Ljubljana en omgeving een van de meest fiets-





© Zveza Karata Film



© Zveza Karata Film

vriendelijke steden. Het platteland en de bossen rondom de stad zijn doorweven met talloze verkeersarme wegen en grindpaden, perfect om te fietsen. Voor degenen die meer veeleisende fietsuitdagingen zoeken, bieden de nabijgelegen heuvels genoeg steile beklimmingen en uitdagingen die uw conditie op de proef zullen stellen.

Ljubljana, de MTB-hoofdstad

Slovenië is een van Europa's topbestemmingen voor mountainbiken. Het land staat bekend om zijn uit-

stekende natuurlijke MTB-parken met diverse trails en technische uitdagingen, maar heeft ook steeds meer moderne pomptracks. De hoofdstad biedt een uitstekende infrastructuur, waaronder goed onderhouden MTB-routes en -parken dicht bij het stadscentrum, downhill-tracks, pomptracks, BMX-parcoursen en oefenterreinen die geschikt zijn voor zowel beginners als ervaren rijders.

Wil je je fiets achterlaten in de vallei?

Wist je dat Slovenië ook wordt doorkruist door de beroemde Jakobsroute, die zich buiten de landsgrenzen uitstrekt tot een van de bekendste pelgrimsoorden ter

wereld – Santiago de Compostela in Spanje? Het netwerk strekt zich uit over een groot deel van het land en verbindt 67 kerken gewijd aan Sint Jakobus in Slovenië. In Ljubljana fungeert het als knooppunt of kruispunt van de drie belangrijkste routes: de Šentjakob-route (vertakkingen vanuit Dolenjska en Primorska), de Svetovišarska-route (vertakkingen vanuit Gorenjska) en de Prekmurje-Štajerska-vertakking, met voortdurend nieuwe zijroutes naar de kerken van Sint-Jakob.

Tijd voor een culinaire break

Ljubljana is een wereld op zich en biedt avontuurlijke fijnproevers een gevarieerd en kleurrijk aanbod voor



© Zveza Karata Film



© Maratona Franja BTC City

alle smaken en budgetten. Of je nu op zoek bent naar de traditionele lokale keuken of lekker eten, een trendy brunchplek of een klassiek ontbijt, een romantisch toevluchts-oord of een levendige locatie voor een avondje uit met vrienden, je

vindt het hier. De Sloveense keuken wordt gekenmerkt door verse, hoogwaardige en biologisch geproduceerde ingrediënten, die zowel de lokale bevolking als de meeste topkoks gaan halen bij de bruisende markten van Ljubljana.

een actieve manier. De stad heeft niet alleen uitstekende fietsmogelijkheden, maar is ook een perfect startpunt om de andere fietsbestemmingen van Slovenië te verkennen. De fietstochten in de regio zijn door de toeristische diensten zo ontworpen dat ze naar verschillende attracties leiden, met voorgestelde routes langs verkeersluwe wegen die prachtige uitzichten en een geweldige ervaring bieden. In Ljubljana en omgeving heb je keuze te over tussen korte fietstochten met cultuurervaringen of lange ritten om de conditie optimaal op punt te zetten. Welke keuze je ook maakt, je zult al snel merken dat je in een fietsparadijs bevindt. Laat je niet misleiden door de kleine omvang van Slovenië – de diversiteit die je in dit kleine land tegenkomt vind je in geen enkel ander land. Waar anders heb je zee, strand, meren, moerassen, heuvels, midden- en hooggebergte op een zakdoek bij elkaar?

© Darko Pavlovic



© Zveza Karata Film



Slechts een kort ritje vanaf Ljubljana

Ontdek de topattracties van Ljubljana buiten het stadscentrum op

Mis de topevenementen niet

Ben je deelnemer of toeschouwer? Bekijk de grootste wielerevenementen in Ljubljana en omgeving.

De grootste en bekendste is de Ronde van Slovenië, die je kan volgen op Eurosport. De Franja BTC City Marathon biedt routes voor iedereen, van professionals tot recreatieve renners en gezinnen, en omvat ook de Barjanka Hervis, die fietsers door de schilderachtige moerassen van Ljubljana voert. Mountainbikefans komen jaarlijks bijeen voor het Ljubljana MTB Weekend, dat rijders uit verschillende disciplines samenbrengt, evenals voor BMX Race Ljubljana, de grootste BMX-race in Slovenië. Cross-country bikers kunnen hun vaardigheden testen tijdens XC Rašica, onderdeel van de SloXcup-serie.

Ljubljana is een echt fietshub met een uitgebreid netwerk van fietspaden, goed gemarkeerde routes voor recreatief rijden en routes die de belangrijkste bezienswaardighe-



den van de stad laten zien. De stad markeert het begin en einde van de Sloveense toerfietsroute, terwijl de regio ook verbonden is door langeafstandsfietsroutes. We fietsen hier zo graag door de adembenemende natuurlandschappen en genieten

van de onvergetelijke uitzichten en ervaringen.

www.visitljubljana.com



RIJD DOOR HET GROENE HART VAN EUROPA

Of je nu liever een korte trip of een meerdaags avontuur wil, Ljubljana is een van Europa's meest fietsvriendelijke bestemmingen.

Ride through the Green Heart of Europe

Whether you prefer a short trip or a multi-day adventure, Ljubljana is one of Europe's most bike-friendly destinations.



Arhiv Zveza Karata Film



Mestna občina Ljubljana
City of Ljubljana



unesco



VIBRANT. VIVID. #VISITLJUBLJANA

De nieuwe Kia EV3.

De kracht van vooruitgang.



Movement that inspires

Met de EV3 slaat Kia een gedurfde weg in. Onder zijn compacte buitenkant biedt deze familie-SUV je een van de ruimste interieurs in zijn klasse. Qua rijbereik haalt de EV3 tot 605 km⁽¹⁾ met één lading. En hij heeft nog veel meer geavanceerde technologie aan boord, die hij deelt met zijn gerenommeerde grote broer, de Kia EV9. Je ziet hun verwantschap ook aan de robuuste en tegelijk dynamische lijnen. Zelfs als de EV3 stilstaat, straalt hij de kracht van vooruitgang uit. Want boven alles maakt innovatie het verschil.

Bestel nu al de nieuwe Kia EV3 bij Kia Van Gansen.

VAN GANSEN

EKEREN - ANTWERPEN

Noorderlaan 85, 2030 Antwerpen
T. 03 609 55 10

Leugenberg 105, 2180 Ekeren
T. 03 660 29 40

info@garagevangansen.be
garagevangansen.be

13,6 kWh/100 km • 0 g CO₂/km (WLTP)

Contacteer uw concessiehouder voor alle informatie over de fiscaliteit van uw voertuig.  GEEF VOORRANG AAN VEILIGHEID.

(1) 600 km volledig elektrische actieradius. 2WD Long range model met een 81,4 kWh batterij, geschat volgens WLTP.

* 7 jaar garantie of 150.000 km (wat het eerst wordt bereikt, zonder kilometerbeperking gedurende de eerste 3 jaar). ** Foto ter illustratie.



Koolhydraten: de sleutel tot topprestaties

Tijdens intensieve of langdurige inspanningen zijn koolhydraten dé brandstof waarop sporters draaien. De exacte behoefte verschilt per sporter en discipline, maar bij duursporters kan de opname van koolhydraten zelfs oplopen tot 150 gram per uur om hun prestatie te maximaliseren. Slimme koolhydraatname – via bijvoorbeeld sportdranken, energierepen of gels – zorgt ervoor dat je lichaam precies krijgt wat het nodig heeft, zonder ballast.

De juiste combinatie van koolhydraten, zoals glucose en fructose, verbetert bovendien de opname en voorkomt maag- en darmklachten. Producten zoals **Concap Isotonic**, **Concap Fruity Bars** en **Concap Energy gels** zijn ideaal om snel je energieniveau aan te vullen en optimaal te blijven presteren.

Met Concap Isotonic kun je zelfs tot 2 porties per 500ml drinken om eenvoudig extra koolhydraten binnen te krijgen. Verkrijgbaar in verfrissende smaken zoals lemon, orange en watermelon, en in handige verpakkingen van 770g, 1kg of 5kg.

Ontdek wat het beste werkt voor jouw lichaam en doelen – en til je prestaties naar een hoger niveau!

