

De Mont Ventoux.

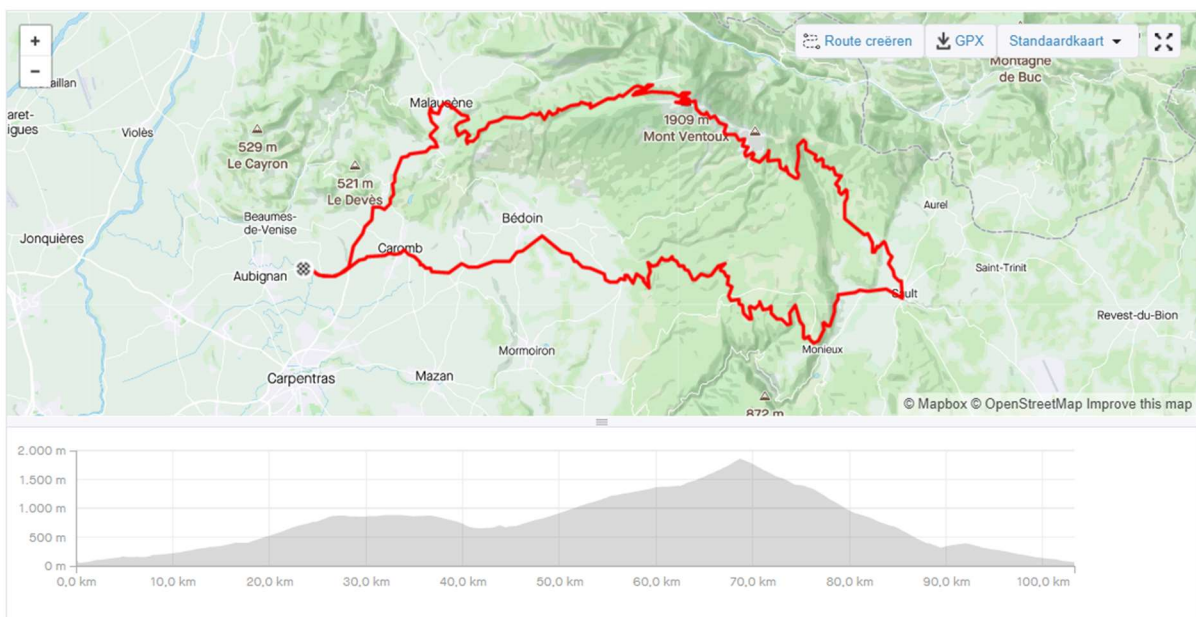
Mythisch / aantrekkingskracht / een killer, volgens de bedwinger Jan Mens.

20 t/m 27 september 2014, Fietsvakantie Frankrijk regio Mont Ventoux.

22 september 2014, De eerste ontmoeting op de top.

Als op en top platteland jongens een route uitgestippeld om via een omtrekkende beweging, via Col Notre Dame naar Sault (volgens de kenners de makkelijkste kant) de Mont Ventoux te beklimmen.

Helaas ging de lengte van de rit ons behoorlijk parten spelen tijdens de klim vanaf Chalet Reynard.



De statistieken.

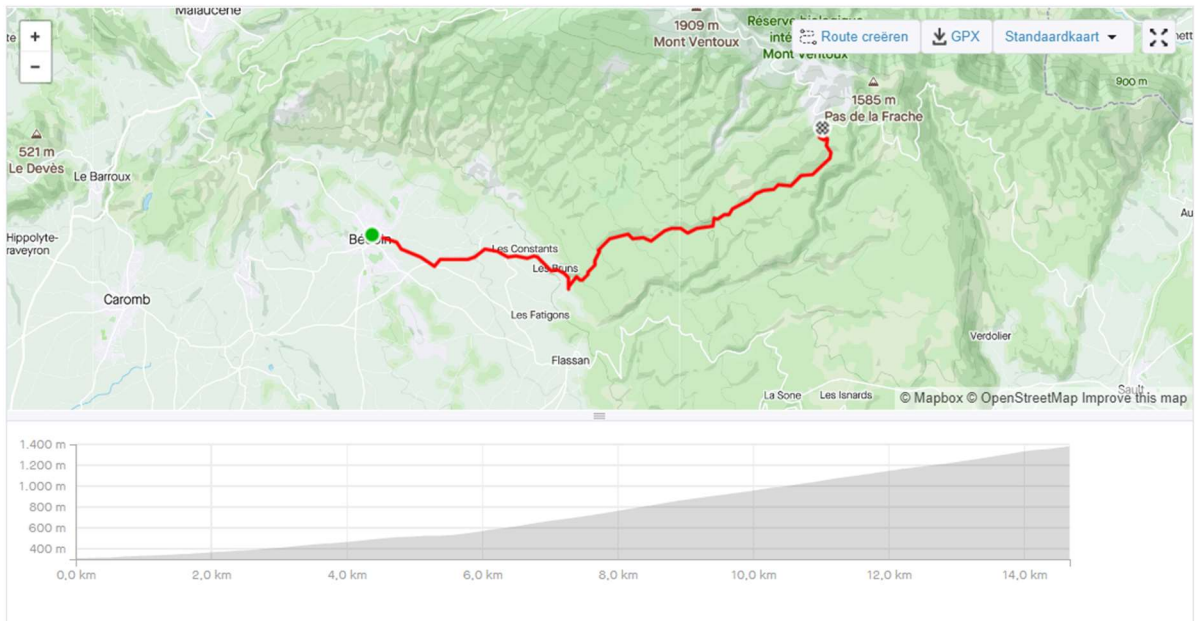
103,25 km 5:15:19 2.235 m
Afstand Beweegtijd Hoogte

146 W 2.770 kJ
Geschat gem. vermogen Gebruikte energie

	Gemid.	Max.
Snelheid	19,6 km/u	76,3 km/u
Hartslag	141 bpm	172 bpm
Cadans	73	121
Calorieën	3.089	
Temperatuur	20°C	
Verstreken tijd	6:10:51	

Moei, maar zeker trots en voldaan weer terug bij het vakantie huisje, net buiten Aubignan.

25 september 2014, de dag van de uitdaging, 3 keer de Mont Ventoux beklimmen, werd ook gelijk de dag van de teleurstelling.



Door een spaakbreuk waar ook de derailleur in vast sloeg, was de pret over 500 mtr voor Chalet Renayd.

F*ck/ Sh*t en nog van alles.

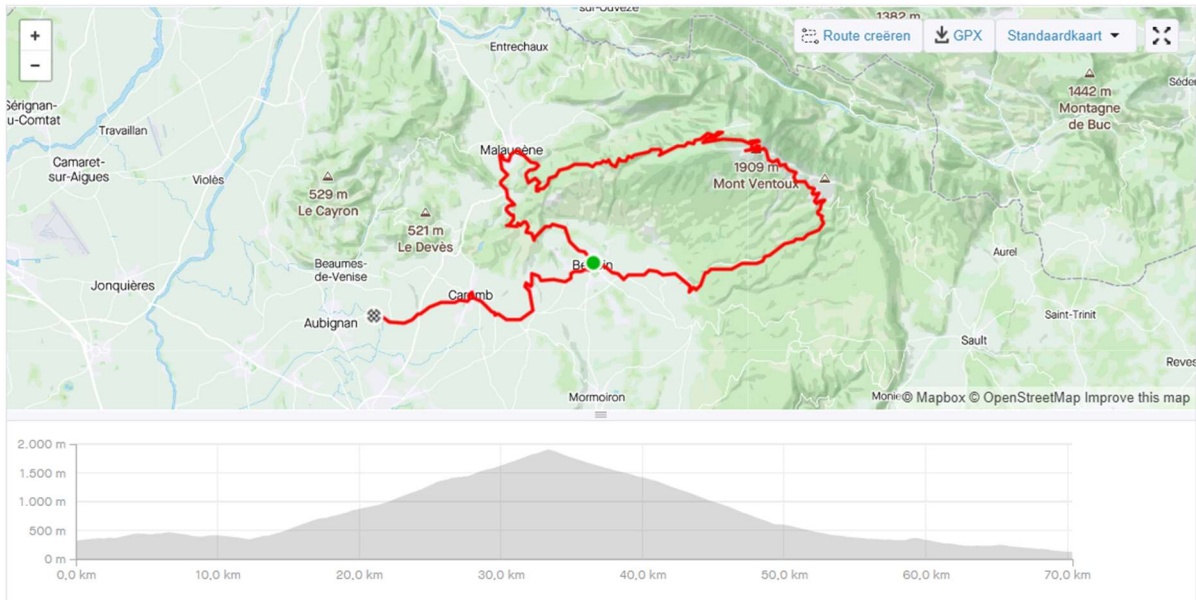
De statistieken.

14,67 km	1:32:52	1.074 m
Afstand	Beweegtijd	Hoogte
167 W	931 kJ	
Geschat gem. vermogen	Gebruikte energie	
	Gemid.	Max.
Snelheid	9,5 km/u	24,1 km/u
Hartslag	151 bpm	174 bpm
Cadans	65	112
Calorieën	1.038	
Temperatuur	8°C	
Verstreken tijd	1:33:46	

Hup met de auto naar beneden en naar de fietsenmaker. Dat werd toch wel een duur verhaal en de fietsdag naar de kloten. In overleg de fiets niet laten maken, maar een fiets gehuurd voor nog een dag fietsplezier te beleven.

26 september 2014, the day after de deceptie.

Om toch nog met een(beetje) goed gevoel de fietsvakantie af te sluiten, er voor gekozen om via Bedoin naar Malaucene te fietsen en daar de Mont Ventoux te beklimmen, dan toch in ieder geval al de drie de kanten beklommen. Afdaling dan maar via Bedoin weer terug naar het vakantie huisje.



De statistieken.

70,36 km	3:45:45	1.831 m
Afstand	Beweegtijd	Hoogte
143 W	1.936 kJ	
Geschat gem. vermogen	Gebruikte energie	
	Gemid.	Max.
Snelheid	18,7 km/u	80,6 km/u
Hartslag	140 bpm	176 bpm
Calorieën	2.159	
Temperatuur	13°C	
Verstreken tijd	4:42:05	

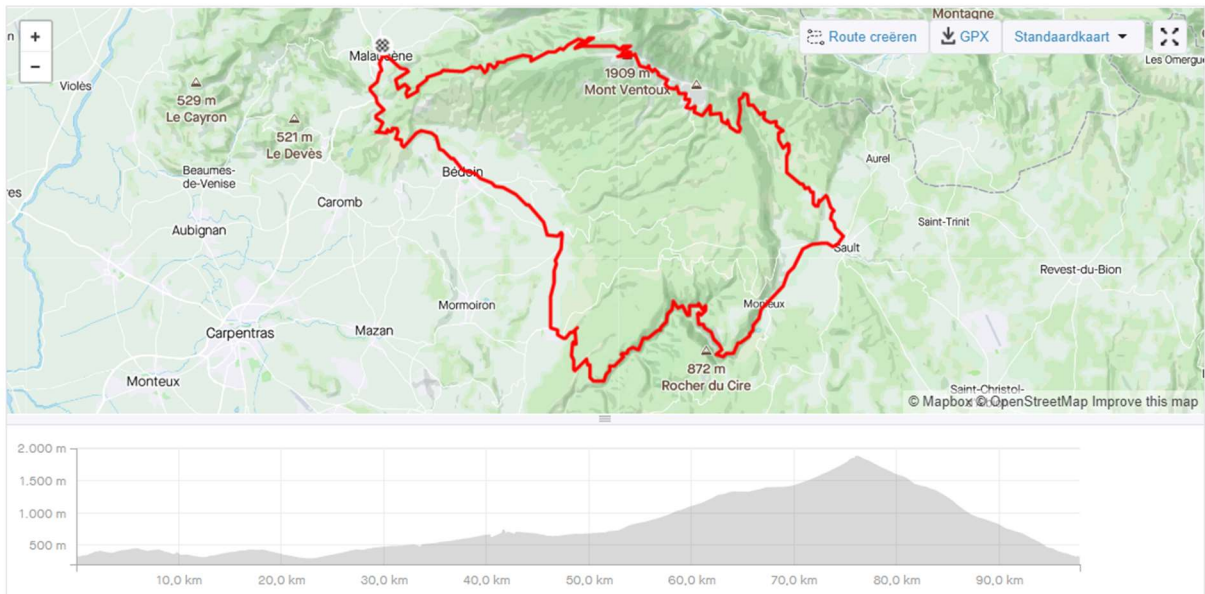
Dus de doelstelling gehaald, wel over meerdere dagen uitgesmeerd. Of dit een vervolg zou krijgen werd al snel overwogen, maar er is ook veel meer moois te ontdekken, dus toch maar laten voor wat het is.

Echter in het voorjaar van 2018, op een zomerse avond na een trainingsrondje, ging het gesprek over de Mont Ventoux en of wij nu beter of slechter zouden zijn, dit resulteerde in een tweede fietsvakantie richting Malaucene.

15 tot en met 22 september 2018 werd het hem, we vertrokken opnieuw naar de Mont Ventoux.

17 september 2018.

Het eerder beproefde concept weer maar uit de kast gehaald, wel een iets andere route naar Sault gekozen, door het nationaal park, dat is trouwens wel erg mooi om daar te fietsen.



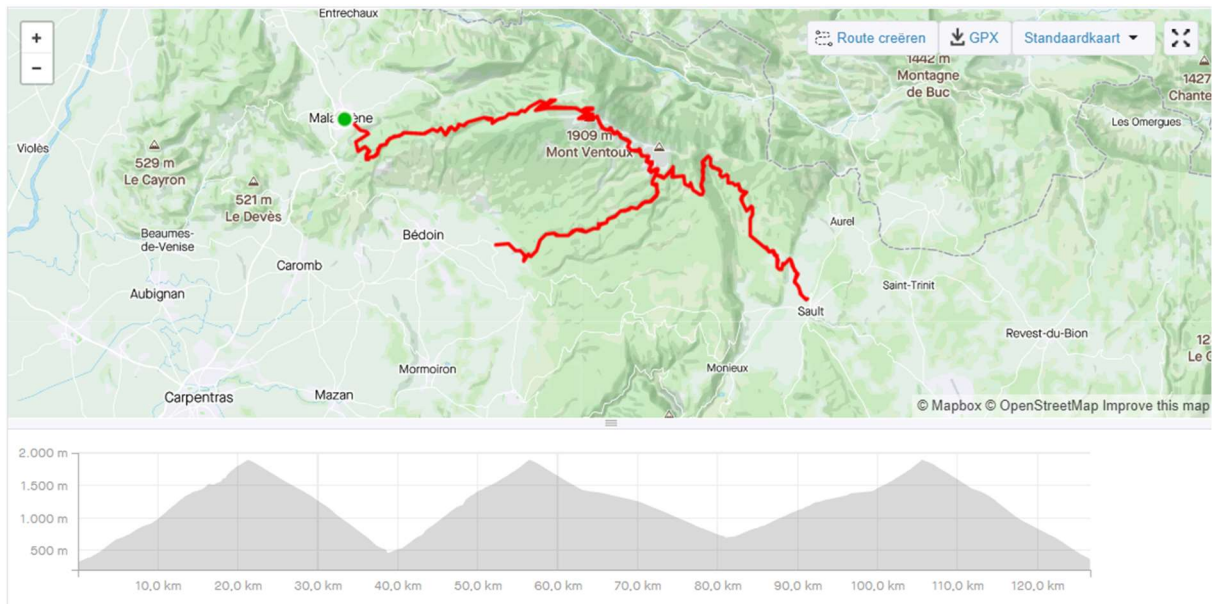
De statistieken.

97,88 km	4:31:24	2.310 m
Afstand	Beweegtijd	Hoogte
166 W	2.698 kJ	
Geschat gem. vermogen	Gebruikte energie	
Snelheid	Gemid.	Max.
Hartslag	21,6km/u	75,2km/u
Cadans	129bpm	153bpm
Calorieën	74	131
Verstreken tijd	2.702	
	5:15:59	

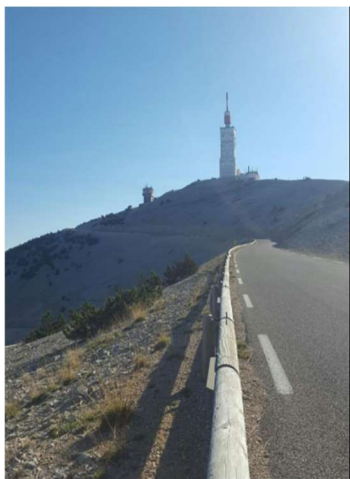
Snelheid hoger, hartslag lager, zouden we dan toch wat beter op conditie zijn, als 4 jaar geleden.

Al met al een heel mooie route en enorm genoten onderweg.

Na op 19 september nog een tocht (100 km) om de Mont Ventoux heen gedaan, de MV steeds aan de rechterhand houden, zou de 21ste september de nieuwe dag des oordeel gaan worden, poging twee om drie maal de Mont Ventoux te beklimmen op één dag. Dan mag je ook onder de "idioten" scharen.



De statistieken



126,61 km	7:38:10	4.161 m
Afstand	Beweegtijd	Hoogte
159 w	4.369 kJ	
Geschat gem. vermogen	Gebruikte energie	
	Gemid.	Max.
Snelheid	16,6 km/u	80,3 km/u
Hartslag	132 bpm	152 bpm
Cadans	63	125
Calorieën	4.609	
Verstreken tijd	8:32:24	

Na de laatste beklimming was het in één streep naar het vakantiehuisje om met fiets en al het zwembad in te rijden, duiken.

Dus na vier jaar dan toch gelukt en staat de Mont Ventoux iets harder in het geheugen gegrift.