

Afzien op de fiets in de Franse Alpen

Op naar Alpe d'Huez

Wie Tour de France zegt, zegt Alpe d'Huez. Al acht keer heeft een Nederlandse wielrenner deze zware bergetappe gewonnen. Daarom heet de berg tijdens de Tour ook 'De Nederlandse Berg'. Wat beweegt mensen om in hun vakantie diezelfde berg ook een keer te 'nemen'?

TEKST: KEES BREGMAN



De groep van Laus Houtman (rode helm in het midden) voor de training.

Nergens worden triomf en lijden van de profwielrenner zo treffend in beeld gebracht als bij de Tour de France. Als de winnaar allang boven is en met een drankje en een knuffel door de rondemiss is onthaald, duurt de marteling voor de mindere goden nog lang, heel lang voort.

Eenentwintig bochten

Le Bourg d'Oisans is een vriendelijke plaats tussen Grenoble en Briançon. Bij dit dorpje gaat een weg omhoog. En 'omhoog' heet bij de Alpe d'Huez, een-

entwintig haarspeldbochten met een gemiddelde stijging van 8% en uitschieters tot 12%. Het hele traject is slechts 13 kilometer lang, maar door het hoogteverschil van 1141 meter wordt elke fietser die dat binnen het uur weet af te leggen, met gepaste eerbied bekeken.

Hoewel dit gedeelte van de Franse Alpen onlosmakelijk is verbonden met het fietsen, is het voor de gewone toerist beslist af te raden om hier een fietstochtje te maken. Er zijn enkele campings, die als startpunt voor een bergwandeling of autotocht uitstekend geschikt zijn. Parapenten en wildwatervaren zijn erg populair, en er zijn op veel plaatsen mountainbikeroutes uitgezet. Voor de getrainde amateurfietser komen er steeds meer uitdagende tochten bij, maar de echte *cols* zijn voor de specialisten. Wat te denken van 'la Marmotte', een jaarlijkse prestatietocht van 175 kilometer over de Glandon, de Galibier en als toetje de Alpe d'Huez... Hoezo afzien?

De voorbereiding

Een kilometer of zeven buiten Le Bourg d'Oisans trek ik op camping Le Château een groepje in wieleroefuit. Er heerst een wat nerveuze spanning. Het materiaal wordt nauwgezet geprepareerd, want bij het bergfietsen staat de veiligheid voorop. 'Reken maar', zegt Laus Houtman, die als groepsoudste de meute van zeker twintig man/vrouw aanvoert. 'Je moet op een steil stuk niet plotseling van je trapper afschieten, dus kijken we de bevestiging van de schoen met de clip aan de trapper extra goed na. Hetzelfde gebeurt met de ketting en het versnellingsmechaniek.' Laus, die op de fiets gewoonlijk Lorenzo wordt genoemd, weet nog wel meer tips. 'Veel drinken meenemen, water of sportdrink, en >



TIP VAN SANDER: 'Ben eigenlijk niet zo'n echte fietser, maar als je door het prachtige berglandschap van Zuid-Frankrijk een toer maakt, is het helemaal niet zo'n straf. Naast de zadelpijn, kramp en verzuurde bovenbenen van al die bergen kun je heerlijk genieten van de vrije natuur wat op een bepaalde manier toch verzachtend werkt. En hoe stoer is het niet om op de camping tegen iedereen te vertellen dat je als een bikkel al die bergen op bent gellist?'

ONTSPANNENDE FIETSLECTUUR

- **De Renner** door Tim Krabbé
Geen wedstrijdverslag, maar een gemakkelijke kijk op de wielrenner.
Prijs € 15, Prometheus, ISBN 9035125630.
- **Stoempwerk en andere verhalen** door Peter Winnen
Als oud-winnaar op Alpe d'Huez een kenner. Als auteur een openbaring.
Prijs € 10, De Bezige Bij, ISBN 9060054628.
- **De Klimmers** door Martin Ros en Wout Koster
Anekdoten en biografieën van 21 wielrenners, kleurrijk beschreven.
Prijs € 19,90, De Bezige Bij, ISBN 9060054296.
- **Alpe d'Huez en andere wielerverhalen** door G. Hutting
De aantrekkingskracht van de Tour, leuk beschreven in een selectie wielerverhalen.
Prijs € 10,95, Allmedia, ISBN 9080619922.
- **Parisi is nog ver** door P. Ouwwerker
Leuke anekdotes uit de geschiedenis van 100 jaar Tour de France.
Prijs € 17,95, Arbeiderspers, ISBN 9029536551.

CAMPING LE CHÂTEAU****

Aantal plaatsen: 132 toer, 27 vaste.

Faciliteiten: Verwarmd zwembad met apart kleuterbad, winkel, bar, pizzeria en restaurant, Nederlandstalige animatie.

Beschrijving: Comfortabele, schaduwrijke camping op 7 kilometer van Le Bourg d'Oisans. De camping is gebouwd rond een oud kasteeltje. Ideaal uitgangspunt voor bergwandelingen of tochten naar de bekende cols.

Prijsindicatie*: € 32.

Meer informatie: www.vacansoleil.nl, pagina 192 van de Vacansoleil vakantieids 2004 of bel: 0900 - 9899 (€ 0,10 p/m).

CAMPING LE BOIS JOLI**

Aantal plaatsen: 88 toer, 28 vaste.

Faciliteiten: luxe zwembad, bar, snackbar, afhaalgerechten, restaurant en een Nederlands animatieteam.

Beschrijving: Gezellig, kindvriendelijk kampeerterein in het Mauriennedal tussen de Col de la Madeleine en de Col du Glandon, gelegen in een oud eikenbos. Op diverse plaatsen kan zuiver bronwater getapt worden. Het intieme restaurant heeft als specialiteit: kaasfondue!

Prijsindicatie*: € 22,60

Meer informatie: www.vacansoleil.nl, pagina 193 van de Vacansoleil vakantieids 2004 of bel: 0900 - 9899 (€ 0,10 p/m).

*Richtprijs per nacht in het hoogseizoen voor een gezin met twee kinderen, inclusief kampeerplaats voor auto en tent/caravan, elektra en toeristenbelasting.



ook zout - dropjes mag ook. En regelmatig eten. Als je wacht tot je trek krijgt, is het meestal te laat.'

Na het stijgen komt het dalen. Anticiperen is dan het belangrijkste. Je moet een bocht 'lezen', want met een snelheid van dik 60 kilometer op twee dunne bandjes valt er weinig te corrigeren. 'Hou je zwaartepunt laag, rem altijd op je achterwiel, en probeer te luisteren naar eventueel tegemoetkomend verkeer', waarschuwt Laus. Alle deelnemers aan de beklimming dragen tijdelijk de namen van hun helden. Alleen Joop mocht Joop blijven, naar tweevoudig winnaar Zoetemelk. Naast Laus staat Fred zijn bril te controleren. Onderweg heet hij Fausto, naar de beroemde Italiaan Fausto Coppi, winnaar op Alpe d'Huez in 1952.

Als ik aan het einde van de middag even op de camping ga kijken, tref ik het hele gezelschap in opperste stemming achter een koel glas bier. 'Om het vochtverlies te compenseren', verduidelijkt Lorenzo, die nu weer gewoon Laus heet. 'We zijn allemaal boven geweest. Schitterend.' En morgen? Laus kijkt aandachtig naar zijn biertje. 'Dan zijn we de hele dag niet ver van het zwembad, denk ik. Ik heb nog een leuk boekje over fietsen in de bergen.'

NEDERLANDSE WINNAARS OP ALPE D'HUEZ

1976 Joop Zoetemelk	1977 Hennie Kuiper	1978 Hennie Kuiper
1979 Joop Zoetemelk	1981 Peter Winnen	1983 Peter Winnen
1988 Steven Rooks	1989 Gert Jan Thaunisse	

Op 21 juli 2004 doet de Tour weer Alpe d'Huez aan. Op 19 juli is er de jaarlijkse amateurbeklimming o.l.v. oud-winnaar Hennie Kuiper. Vorig jaar reed oud-premier Dries van Agt (76 jaar inmiddels!) de tocht in 2.26 uur.

Win een geweldige **Giant racefiets** t.w.v. € 1499

Altijd al een echte racefiets willen hebben? Dan is dit uw kans. Maak de slagzin af en win deze Giant T-Mobile TCR 244. Deze supersnelle racefiets is een replica van de originele teamfiets van het T-Mobile Tour de France team, dat door wielervederleer Giant wordt gesponsord. Het is het nieuwste-van-het-nieuwste Giantmodel met een Shimano-derailleur met 3 x 9 versnellingen en een lichtgewicht aluminium frame waar u als een vorst(n) op zit en de steilste hellingen mee kunt bedwingen. Op naar de volgende Alp!

Maak de volgende slagzin af:

Op een racefiets van Giant rijd ik



Stuur uw slagzin voor 15 augustus 2004 naar Redactie CampingLife, Postbus 19, 1000 AA Amsterdam of mail hem naar redactie@campinglifemagazine.nl.