



IJclub Voorwaarts Katwijk  
Afdeling Wielersport

## INTRO

Aan al het goede komt een eind. Voor de meesten van ons zit de vakantie er al weer op. Helaas betekent dat ook dat het half september al weer zo vroeg donker wordt dat we de avondtrainingen op de weg moeten stoppen. Maar niet getreurd: de komende tijd zullen we nog op zondag blijven rijden op de racefiets en in deze nieuwsbrief vind je ook meer informatie over onze andere activiteiten: het mountainbiken en het strandfietsen en hebben we serieuze plannen om een zaterdaggroep te starten. Het doet ons veel plezier te kunnen melden dat de redactie van de nieuwsbrief versterking heeft gevonden in de persoon van Chris Weegink. We hebben Chris bereid gevonden om als razende reporter annex redacteur aan de slag te gaan. Veel plezier met het lezen van de nieuwsbrief en vergeet niet je aan te melden voor de afsluitavond op 30 september!

## VAN DE VEURZITTER



Gaat het goed met de club? Jazeker. Er zijn sinds 1 januari 2016 in totaal 39 nieuwe leden bijgekomen (onder meer dankzij Start2Bike en de **Lid Worden**-knop op de nieuwe website, die werkt als een vliegenvall) en slechts een enkeling is afgehaakt. Met 134 leden zijn we groter dan ooit en de rek is er nog niet uit. De D-groep is onder leiding van Jan Peppelenbos uitgegroeid van een zeltogend gezelschap met 'heren van een zekere leeftijd' tot een bloeiende kraamkamer van toerfietstalent en –plezier, waar ik zelf ook graag mag vertoeven. Er zijn

allerlei plannen om de club een 'boost' te geven (zie ook elders op deze pagina) en hoewel dat een zaak van lange adem is, ben ik er heilig van overtuigd dat het ons gaat lukken.

Gaat het goed met de club? Nou, er zijn wel wat zorgen. De club is geen sportschool waar betaalde krachten de boel draaiende houden op voorwaarde dat je je (riante) lidmaatschapsgeld overmaakt. De club zijn we met elkaar. De voorzitter, de bestuursleden, de wegkapiteins en de leden van de commissies zijn ook maar leden die elk jaar trouw hun contributie betalen, maar daar wel wat voor teruggeven. De praktijk is dat veel taken neerkomen op steeds dezelfde mensen en dat maakt ons kwetsbaar. Wanneer iemand – om volkomen legitieme redenen – na een tijdje de fakkel wil overgeven, vallen er opeens wel heel veel taken vrij. En die komen dan weer terecht bij de mensen die toch al (te) veel op hun bordje hebben.

Gaat het goed met de club? Jazeker. Maar de basis moet breder en de structuur moet steviger. Oproepen aan leden om zich te melden voor vrijkomende taken, hebben tot nog toe onvoldoende resultaat opgeleverd. Vandaar dat we – Rob Onderwater en ik – zijn begonnen om mensen persoonlijk – al dan niet via hun zaakwaarnemer - te benaderen. Die gesprekken zijn niet alleen bedoeld om leden over de streep te trekken, maar ook om voor onszelf te bepalen welke richting we (als in: 'we' met z'n allen) met de club op willen. Uiteindelijk komen 'we' daar ook gezamenlijk over te spreken, maar om te voorkomen dat we beginnen met een Poolse Landdag doen we in elk geval wat voorwerk. Dan hebben we tenminste iets concreets om over te praten.

Als je (nog) niet bent benaderd, maar toch je ei kwijt wilt, schiet ons gerust aan. Of stuur een mailtje. Wil je wat doen voor het technisch beleid, als wegkapitein, voor sponsorwerving, de organisatie van informatieve (wielers)avonden in de winter, de opknapbeurt van het clubgebouw en alles waarvan je denkt dat het de club vooruit helpt, schroom niet. Alle input is welkom. En als we met 'veel' zijn, valt meteen ook het meest gehoorde argument ('ik heb geen tijd') weg, want dan kun je functies en taken opsplitsen.

Het wielerseizoen loopt op het eind, we hebben even de tijd om te 'herbronnen' en als herboren aan het wielersjaar 2017 te beginnen.

Gaat het goed met de club? Jazeker. En ik heb er alle vertrouwen in dat dat zo blijft.



## VAN DE TECHNISCHE COMMISSIE

### Einde avondtrainingen op de racefiets

Aangezien het steeds vroeger donker wordt, zullen we op donderdag 15 september de laatste avondtraining op de racefiets hebben. De ritten op de racefiets op zondagochtend zullen nog wel doorgaan gedurende de wintermaanden, natuurlijk afhankelijk van de weersomstandigheden. We blijven natuurlijk beschaafde wielrenners en geen moddermuizen of zandhappers.

### Interesse zaterdagochtendgroep?

Wielrennen in het weekend is heerlijk, maar niet al onze leden kunnen en willen aansluiten bij een van de groepsritten op zondagochtend. Daarom willen we de interesse peilen voor een groep die op zaterdagochtend wil gaan rijden. Als we een vaste kern van een man/vrouw of 5-10 op de been kunnen brengen dan zou dat mooi zijn. En natuurlijk mogen de zondagochtendrijders switchen en andersom. Mocht je geïnteresseerd zijn, meld je dan aan bij Jan Peppelenbos op [pep1951@xs4all.nl](mailto:pep1951@xs4all.nl).

### MTB Activiteiten

De wielrenners zakken vanaf september/oktober in hun winterslaap, maar de herfst is bij uitstek de periode voor de mountainbikers. Wind, modder of regen, niets kan deze echte mannen en (hopelijk ook) vrouwen ervan weerhouden op de fiets te stappen. Overigens fietsen de mountainbikers het hele jaar door! Iedere dinsdag- en donderdagavond starten wij om 19 uur bij de Goerie. Op dinsdagavond rijden we een rondje Landgoederen (bijvoorbeeld [www.strava.com/activities/454635209](https://www.strava.com/activities/454635209)) of een variant daarop en op donderdag rijden wij meestal een rondje over het MTB parcours van Noordwijk. Het Landgoederen rondje is met zijn brede paden wat makkelijker om mee te beginnen. Gouden regel bij de mountainbikers is dat de langzaamste het tempo bepaalt!!

Om aan te kunnen sluiten op een van deze avonden dien je te beschikken over een mountainbike met noppen banden. Daarnaast is normale verlichting noodzakelijk plus een goede lamp. Deze kun je vinden bij bijvoorbeeld [www.led247.nl/mtb-led/](http://www.led247.nl/mtb-led/) of een van de lokale fietswinkels zoals Nico's Fietsen of Bike Totaal Luyten. Aan te raden is om de lamp te monteren op je helm zodat je altijd verlichting hebt op de plek waar je naar toe kijkt.

Aangezien het weer het niet altijd toe laat om een rondje te fietsen hebben we hiervoor een whatsapp groep in het leven geroepen. Wil je graag toegevoegd worden aan deze groep neem dan contact op met Michel Langmuur (06-27402796). Tot snel op de mountainbike!

Michel Langmuur

### Strandfietsen

Het eind van het wegseizoen betekent voor veel van onze leden het begin van het strandfietsseizoen. Uiteraard met als grote doel de Katwijk Fietst strandrace op 12 november, georganiseerd door onze eigen club! Check voor meer info [www.katwijkfietst.nl/strandrace-katwijk/](http://www.katwijkfietst.nl/strandrace-katwijk/). Maar ook de monstertocht Hoek van Holland –Den Helder staat weer op het program op samen te rijden.



Als het tij het toelaat gaat er op dinsdag- en donderdagavond en zondagochtend een groep het strand op voor een retourtje Scheveningen of Zandvoort. Als het tij minder gunstig is, wordt gekozen voor een combinatierit. Bijvoorbeeld heen via de landgoederenroute en terug over strand (dinsdag/donderdag) of heen via duin naar Hoek van Holland en terug over strand. De communicatie over de trainingen loopt via de beachbike app groep waarvan Rob Lagendijk de beheerder is.

Wat heb je nodig? Een MTB (liefst een 29-er) uitgerust met de juiste banden. Dit zijn bijvoorbeeld Speed Kings, Supermoto's of Big Apples. Daarnaast is een stevige LED-lamp noodzakelijk, te bevestigen op je helm. Te bestellen op [www.MTB-led.nl](http://www.MTB-led.nl) of bij onze vrienden van Aliexpress. Dus snel aanschaffen en tot op het strand!

Jaap Zwaan

## VAN DE ACTIVITEITENCOMMISSIE

### Ladies Ride op zaterdag 17 september

Een zichzelf respecterende wielersclub kan er niet meer omheen: een echte Ladies Ride, georganiseerd voor en door onze vrouwelijke clubleden. De Ladies Ride voor dit seizoen staat gepland op zaterdag 17 september. Vertrek half 9 vanaf de Goerie voor een tocht van zo'n 100 kilometer. Inschrijven hoeft niet, wie er om half negen staat gaat mee en uiteraard rijden we het tempo van de langzaamste. Alle dames krijgen nog een individuele uitnodiging via de mail.

### Ladies Ride op zaterdag 17 september

Een mooie tocht vanaf de Goerie voor onze dames.  
Lengte rit: 100 kilometer  
Vertrek: om half negen vanaf de Goerie

### Afsluitende rit van 200 kilometer voor de A/B en C/D rijders

De afgelopen jaren hebben we met een rit van meer dan 200 kilometer het seizoen afgesloten. Twee keer de zogeheten Fortenroute en een keer een variant op de Joop Zoetemelk Classic. Dit jaar hebben wij een rit bedacht door het prachtige Zeeland, met als hoogtepunten het bekende eiland Neeltje Jans, de Zeelandbrug en de Brouwersdam.

Wij willen deze rit gaan rijden op zaterdag 17 september, nadere bijzonderheden over de vertrektijd en dergelijke volgen nog. Deze slotrit hebben wij de beschikking over een professionele ploegleiderswagen, een Mercedes die beschikbaar is gesteld door Pascal Vergeer van onze kledingleverancier Zaes, waarvoor nu al onze dank. We zullen bekijken of we deze auto als volgwagen kunnen inzetten tijdens de rit, met andere woorden: wij zoeken nog een chauffeur.

### Afsluitende 200+ rit zaterdag 17 september

Een lange tocht door Zeeland voor de AB- en CD-rijders.  
Lengte rit: 200+ kilometer  
Vertrek: volgt

Deze rit is niet alleen bedoeld voor de snelle rijders onder ons ( AB-groep ) maar we willen ook de CD-rijders van harte uitnodigen mee te gaan. Het is de bedoeling twee groepen te maken zodat een ieder de rit kan volbrengen op zijn/haar niveau. Natuurlijk zal een rondje koffie (twee keer een stop) niet ontbreken. Wil je mee, stuur dan een e mail naar: [roboever@gmail.com](mailto:roboever@gmail.com) of [phjmeester@casema.nl](mailto:phjmeester@casema.nl).  
Rob van den Oever en Peter Meester

## SLOTAVOND MET INDISCHE HAP EN AKOESTISCHE ROCK



De slotavond van het wegseizoen wordt gevierd op vrijdag 30 september met de traditionele Indische Hap. Maar dat niet alleen: als lid van de band The Unusual – onlangs nog op Haringrock te beluisteren – geeft penningmeester Hans Dijkhuizen met zijn maten een akoestisch optreden: er wordt een nieuwe set uitgeprobeerd, dus zowel voor de band als voor de luisteraars is het spannend. Sport, cultuur en culinaire genoegens gaan hand in hand. Komt dat zien en

### Slotavond vrijdag 30 september

Met Indische hap en een akoestisch optreden van *The Unusual*.  
[Aanmelding uitsluitend via de website](#)

proeven.

Opgeven voor deze slotavond, die begint om 19.30 uur, kan **UITSLUITEND** via de agendafunctie op de nieuwe website. Dat heeft een praktisch en organisatorisch nut: we hoeven ons niet door talloze ja/nee/toch niet/misschien-mailtjes te worstelen en jullie raken weer een beetje vertrouwd met het inloggen op de website en het reserveren. Dat zal in de toekomst vaker gaan gebeuren, namelijk, al dan niet in combinatie met de Ideal-functie. De deelname voor de slotavond is nog steeds gratis, maar je moet er wel wat voor doen!

Opgeven overigens vóór 16 september, want onze kok wil bijtijds weten waar hij aan toe is. Tot slot nog een verzoek: loop na afloop niet allemaal tegelijk naar buiten, maar help even met opruimen.



## OVERIG NIEUWS

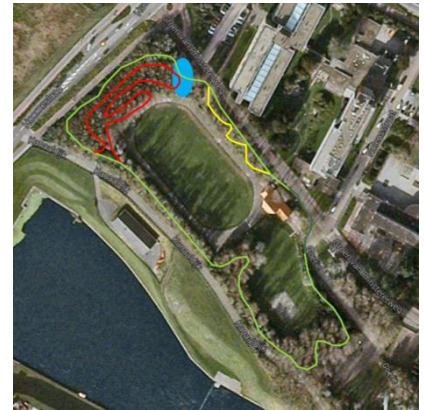
### Plan voor Bikepark rond de Goerie

Nu het plan voor een mountainbikebaan aan de zuidzijde van Vliegkamp Valkenburg een droeve dood lijkt te sterven, richten we onze pijlen op een – in onze ogen wel haalbaar – project: een Bikepark rond de Goerie. Patrick Jansen van het bedrijf Tracks & Trails heeft op ons verzoek een ontwerp gemaakt, dat we inmiddels ter beoordeling naar de gemeente Katwijk hebben gestuurd. De kosten bedragen grofweg 35.000 euro, maar aangezien voor 'Valkenburg' enkele jaren geleden 100.000 euro is gereserveerd, verwachten we niet dat dit een probleem vormt. Maar ongetwijfeld zullen er weer apen en beren op de weg verschijnen, die we – met of zonder jachtvergunning – de komende maanden moeten elimineren.

Uit het ontwerpvoorstel van Patrick:

Bikepark Katwijk is vooral gericht op het trainen en testen van technische vaardigheden en bevat daarvoor allerlei technische elementen (Technical Trail Features –TTF). De primaire doelgroep is de jeugd, maar er zullen ook enkele TTF's worden gebouwd voor volwassenen. Dat heeft twee uitgangspunten tot gevolg, namelijk dat het parcours allerlei typen technische hindernissen van verschillende moeilijkheidsgraden moet bevatten. Maar het parcours moet ook voor iedereen te rijden zijn zonder dat technische hindernissen genomen hoeven te worden. Daarom is er voor gekozen om een basispad van zo'n 80-100 cm breed te creëren zonder uitdagende technische hindernissen en om op parallelle paden technische hindernissen te bouwen.

In de figuur hiernaast is het ontwerp voor het bikepark globaal weergegeven. De aanleg is een creatief proces, dus aanpassingen naderhand zijn mogelijk (binnen het bestaande budget en materiaal). Lichtgroen is het te creëren basispad en donkergroen is het stuk dat over bestaande verharding heen gaat. Om iets meer hoogteverschillen te creëren zal in de noordoosthoek een grondlichaam worden opgeworpen (blauwe ovaal). Geel is de zone waarin de pumptrack wordt gebouwd en rood de zone waarin nort shore wordt gebouwd met elementen als gap ride, zaptaps, drop off, wipwap, skinnies en dergelijke. Deze zone start met een kuipbocht.



Het basispad loopt door de groenstrook rondom het terrein. Op het talud aan de zuidwestzijde van het terrein moet een vlak pad gegraven worden. Dit betekent dat er een kleine hap uit het talud genomen wordt. Als dit niet toegestaan is in verband met het waterkerende karakter, dan zal er grond moeten worden aangevoerd om een vlak pad te maken. Bij de ingang van de Goerie loopt het parcours eerst een stuk over de weg en dan voor de ingang langs. Dit is de meest veilige oplossing.

Op de bredere stroken is voldoende ruimte aanwezig om enkele parallelle paden te creëren met technische hindernissen. Hiervoor zullen wellicht enkele bomen en struiken gekapt moeten worden, maar zo min mogelijk. Het groenelement zal daardoor vrijwel dezelfde aanblik blijven houden. In het noordelijke deel zullen houten elementen worden gebouwd. In verband met de beschikbare ruimte is er voor gekozen om alleen north shore elementen aan te brengen. North shore is de naam die binnen de mountainbikewereld is gegeven aan houten hindernissen. Zo worden skinnies, gapride, zaptaps, bunny hops en een wipwap aangelegd.

Op de strook aan de oostzijde wordt een pumptracklijn (zie foto hiernaast) gebouwd. Een pumptrack is een korte baan van zo'n 1,5-2 meter breed waarin kleine heuveltjes en kuipbochten elkaar snel opvolgen. De bedoeling is om de bike niet voort te bewegen door middel van het trappen op de pedalen, maar door met de armen en benen pompende bewegingen te maken. Een pumptrack is zeer aantrekkelijk om op te rijden voor jong en oud en is relatief zeer veilig. De pumptrack wordt gebouwd van hout, omdat dit minimaal onderhoud nodig heeft. De pumptrack loopt niet rond in verband met de beperkte ruimte, maar loopt rechtdoor met enkele flauwe kuipbochten.



Het werk wordt volledig uitgevoerd door Tracks & Trails in samenwerking met vrijwilligers.

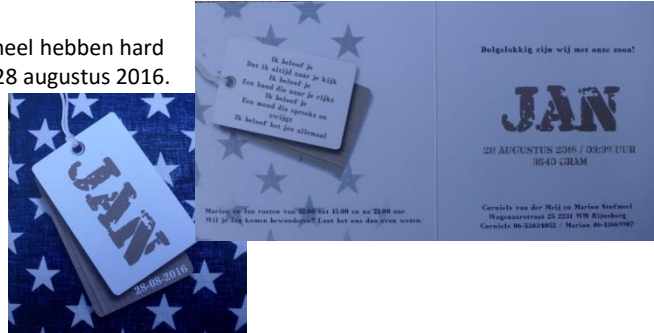
Om een beetje een idee te krijgen van hoe het gaat worden, kun je ook een kijkje nemen op [www.wilddukes.nl](http://www.wilddukes.nl), dat ook door Patrick Jansen is ontworpen.

Dick van der Plas

### Geboren: Jan van der Meij/Stofmeel

Onze enthousiaste leden Corniels van der Meij en Marion Stofmeel hebben hard gewerkt aan de toekomst van de club. Zoon Jan is geboren op 28 augustus 2016. We weten het niet zeker, maar vermoeden dat hij is vernoemd naar wielerlegende Jan Janssen.

Beste Marion en Corniels: namens de gehele club van harte gefeliciteerd met de geboorte van jullie zoon!



### Nieuw gezicht bij de bardienst

Onze donderdagavond-barman Jesse Dubbeldam heeft ons helaas verlaten; de training voor Quick Boys was niet langer te combineren met zijn werk voor de club. Gelukkig is er een vervangster: Jente van den Herik (16), een buurmeisje van Hans Ruigrok. In principe draait zij de dienst van donderdag en is Geertje Meester er voor de dinsdag. Maar er kan onderling worden geruild en ze springen ook voor elkaar in. Nog een verzoekje: zeker als het vroeg donker is (in september, maar straks ook in april), kijk even om naar de meiden als je het clubhuis als laatste verlaat. Het is voor hen best een beetje eng om alleen af te sluiten. En er zijn genoeg grote en sterke kerels om even mee te lopen naar het hek. Bij Geertje wacht vader Peter altijd even op haar, maar laat Jente (en ook Geertje, als Peter er niet is) er niet alleen voor staan.



### TOT SLOT: NOG EVEN ALLE ACTIVITEITEN OP EEN RIJTJE

- Donderdag 15 september: laatste avondtraining wielrenners.
- Zaterdag 17 september: Ladies Ride.
- Zaterdag 17 september: 200+ rit AB- en BC-groepen in Zeeland.
- Vrijdag 30 september 19.30 uur: Afsluitavond seizoen 2016 op de Goerie. Aanmelding uitsluitend via de website.
- Zaterdag 12 november: Katwijk Strandrace.

### ADVERTENTIE

## Vacature

De IJclub Voorwaarts Katwijk bestaat sinds 1893 en is daarmee één van de oudste verenigingen van Katwijk. De club onderhoudt en beheert een natuurijsbaan op het complex De Goerie in Katwijk, maar telt ook afdelingen schaatsen/skeelers en wielrennen. Momenteel wordt gewerkt aan de uitvoering van een pakket maatregelen om de vereniging toekomstbestendig te maken en De Goerie multifunctioneel als sportcomplex te gebruiken. Een uitbreiding met andere sporten is mogelijk.

Om leiding te geven aan dit proces is het hoofdbestuur van de IJclub Voorwaarts Katwijk op zoek naar een

## VOORZITTER

Van deze vrijwilliger verwachten wij:

- Bestuurlijke ervaring, al dan niet opgedaan in het verenigingsleven
- Affiniteit met de sporten die binnen de ijsclub worden beoefend
- Het vermogen om de verschillende geledingen binnen de vereniging te verbinden
- Het talent om de club op een positieve manier naar buiten te vertegenwoordigen
- De kwaliteit om leiding te geven aan het proces van verandering waarvoor de ijsclub staat.

Reacties graag via een e-mail naar Mark de Laaf, secretaris van het hoofdbestuur:

[markdelaaf@outlook.com](mailto:markdelaaf@outlook.com)

## VERSLAG MARMOTTE 2016

Door: Raymon Hoek

De wekker gaat om 06:00. Het is zaterdag 2 juli en we sluipen zachtjes naar de 'woonkamer' van onze luxe blokhut. We willen ons reisgezelschap - oom Rinus en neef Elmer - niet wakker maken. Zij zullen wel bij de start staan, maar hoeven geen hele Albert Heijn weg te werken bij hun ontbijt. De fietsen staan klaar en de tafel is de vorige avond al gedekt. Gelukkig hebben we genoeg kunnen oefenen met het stapelen van het eten. Toch gaat het eten nu wat lastiger. Lichte wedstrijdspanning zorgt bij ons voor een mindere eetlust. Ik ga voor een gouden medaille en Marita hoopt de rit levend te voltooien. Marita start om 07:50 en ik mag in het dorp om 07:30 vertrekken. Aan de voorbereiding heeft het niet gelegen. Een nieuwe fiets voor Marita en het rijden vele lange tochten moeten ons naar de finish helpen. Die nieuwe fiets is overigens te danken aan het 'gezeur aan mijn kop' van Peter, Dirk en Hugo tijdens en na de clubrit in Limburg. Marita is jullie hier eeuwig dankbaar voor.

Het geheim van de Marmotte is om als een gestoorde testo (ik leen het woord even van Mart) naar de voet van het stuwmeer voor de Glandon te rijden. Ik observeer mijn startvak en kijk of ik mensen zie met wie ik over de mat van de tijdregistratie wil rijden. Ik loop achter twee jonge Belgen aan met mijn fiets. Vlak voor de start komt er een versmalling in de weg. De Belgen staan nu opeens ver voor me. Dan maar als een idioot over die mat knallen. Ik hoor mijn neef en oom nog snel roepen. Ik zie ze aan het einde van de middag weer terug.

Net bij het uitrijden van het dorpje Le Bourg-d'Oisans trek ik vol door. Gelukkig schiet er direct een testo in mijn wiel. Na een kleine kilometer de kop afgeven en hopen dat er meer debielen meerijden. We spuiten snel voorbij de twee jonge Belgen die ik had gezien. Nog een keertje op kop dan. Tot vlak voor het stuwmeer rijden we kop over kop. Met een gemiddelde van 41.1 per uur komen we aan bij de eerste klim. Na het stuwmeer pak ik snel een groepje naar de voet van de Glandon.



Op de Glandon is het een kwestie van rustig beginnen en je ritme zoeken. De goedkope armstukken uit China kan ik hier weggooien. De Glandon is een lange klim van ruim 20km naar 2000m hoogte. Als eerste klim is hij goed te doen. Bovenop snel tussen alle mensen slalommen en als eerst over de mat van de tijdregistratie rijden. De afdaling is door de vele ongelukken in het verleden uit de registratie

gehaald. Nu naar beneden en in de afdaling al een groepje formen voor het vervelendste stuk van de dag. Het stuk valsplat naar de voet van de Telegraph. Een stuk van 20km met gemiddeld 1% stijging. Net genoeg om je hele Marmotte te verpesten. Gelukkig zit achterin het groepje en kan ik makkelijke profiteren. Als het tempo zakt is de verleiding groot om een stuk op kop te sleuren, maar gelukkig is er altijd wel een ander die dan net de kop over wil nemen.

Op de Télégraphe begint het behoorlijk heet te worden. Gelukkig loopt deze klim lekker en gaan deze 12km behoorlijk vlot. Bovenop kijk ik naar mijn bidon. Ik zie aan mijn tijdschema dat ik 1 minuut achter lig op het schema van 2011. Dit is ruim voldoende voor goud.

Nu het stuk waar ik al sinds januari tegenop zie. Ik stort de Télégraphe af en begin aan de 18 loodzware kilometers naar de top van de Galibier. Het is een lelijke klim en hij loopt voor geen meter. De Galibier en ik zullen nooit vrienden worden. Nu waait het ook nog eens verschrikkelijk hard op 8km voor de top. Ik bel 2km voor de top naar mijn oom en vertel welke repen ik nog wil hebben aan de voet van de Alp d'Huez. Ik hang snel op en hark het laatste stuk naar de top. Ik zie dat ik wat tijd heb verloren op het schema van 2011.

Nu snel afdalen en proberen geen tijd te verliezen, maar ook zoveel mogelijk te profiteren van anderen. Het laatste stuk van de afdaling gaat ook weer een stukje omhoog. Hier pak ik een groepje op en ga in het wiel zitten. Het laatste vlakke stuk richting de Alpe d'Huez doe ik een goede aflossing. Als niemand over wil nemen gooi ik er een paar stevige krachttermen uit en roep: 'Rijden, samenwerken, draaien!' Blijkbaar verstaan buitenlanders dit ook als je het maar hard genoeg schreeuwt. Onderaan de Alpe d'Huez begint het te regenen (lees: storten). Oom Rinus geeft mij

nieuwe repen en Crystal Clear met prik. Ik vroeg hem om water, maar dit is nu eigenlijk best lekker. Neef Elmer springt op mijn reservefiets.

Het laatste stuk van de Marmotte is niet leuk, maar we rijden redelijk door. Terwijl er een waterval aan regenwater naar beneden komt zetten halen we heel veel renners in. Neef Elmer heeft mijn GoPro op zijn zadelpen zitten en kan deze lijdensweg in beeld brengen. Halverwege de klim bel ik snel naar Marita. Zij zit in de afdaling van de Galibier. Na 1 uur en 12 minuten komen we meer dood dan levend boven. Ik lever mijn chip in en zie dat het gelukt is: Goud! Ik had met mijn tijd 07:39 nog 14 minuten over voor goud. Ondanks de slechte omstandigheden toch maar 7 minuten langzamer dan in 2011.

Nu volgt het grote wachten op Marita. Neef Elmer en ik zitten inmiddels zwaar onderkoeld aan de warme chocomelk. Oom Rinus belt dat hij Marita heeft gezien, zij heeft de wolkbreek in de afdaling van de Galibier gehad en 'mag' de Alpe d'Huez droog beklimmen. Voor haar is het de eerste keer Marmotte en de ervaring leert dat dan alleen uitrijden al een prestatie is. Helemaal leeg komt ze aan met een gouden tijd! Met 09:02 Heeft ze ruim 25 minuten over op goud.



Na het ophalen van Marita's medaille en certificaat besluiten we om snel af te dalen. Door de regenbui en het wachten hangen er nog net geen ijspegels aan mijn neus. Bij iedere haarspeldbocht wordt de verbazing groter over de omvang van het slachveld op Alpe 'd Huez. Hoe halve lijken op de vangrail zitten, lopen of omhoog slingeren. Marita kijkt vol verbazing naar sterk ogende jonge renners met een laag startnummer die omhoog kruipen. Zij waren 50 minuten eerder gestart en zullen ruim anderhalf uur later finishen. Een aanrader voor iedereen om een keer te doen, maar voor mij nooit meer!