

Mojàcar Spanje 2012



“Cadavers in Murcia”



Mojàcar Spanje 689,84 km – 121005 t/m 121012

Met: Kortweg Cycling Travel



De ervaringen uit 2010, met een groep gelijkgestemden in een mooie omgeving bij een beter klimaat dan in Nederland, hebben weer geleid tot een fietsweek dit jaar in Spanje.



Dit keer gekozen om een fiets te huren i.p.v. twee dagen heen-en-weer te rijden om mijn fiets te brengen en te halen. Dit scheelde enorm veel tijd en sores. Ter plekke was een fiets aanwezig, een gloednieuwe Eddy Merckx (EM) met wat kleinere maten. Ik zat daardoor wat rechtop, maar verder reed het prima.

Zo reed ik in het begin van de middag naar Charleroi met nagenoeg geen opstoppingen. Jan gaf aan dat hij dit keer niet meeding (dinsdag-woensdag even kort heen-en-terug) en dat op één collega fietser na was iedereen al ingecheckt. We zouden uiteindelijk met een groep van 11 vertrekken, waarvan 3 partners die niet mee zouden fietsen. Pas nadat we in Spanje aangekomen waren werd de groep bekend bij het ontvangst aldaar van Geert en Marnix.

De vliegreis was op het oponthoud bij het vertrek na (de piloot zat wel in een file rond Brussel) vlot verlopen – prachtig om boven het wolkendek te komen en de ondergaande, rode zon over deze deken te zien schijnen.

De temperatuur was bij aankomst in Spanje al meteen aangenaam, zo'n 25 gr. C in de avond. Na nog 1,5 uur met de bus naar Mojàcar te zijn gereden was het meteen naar het restaurant om een prima diner te nuttigen. Daarna inchecken en naar de kamer voor de nodige nachtrust.

121006: warming-up in 't vlakke



Rond 10:00 uur vertrokken we met 9 fietsers en een volgwagen voor de eerste tocht. Meteen al een stevig tempo, later bleek dat Geert op 'vermogen' fietste en dat het liefst boven de 220 watt hield, en hier bleek al meteen dat ik een "slow-starter" ben. Het carbonzadel van de EM was wel wennen, maar van het leeftijdsverschil was gelukkig niets te merken bij het fietsen.

Het vreemde was wel dat de beddingen van de stromen alweer nagenoeg droog stonden, terwijl er op sommige wegen nog modderbaden en water stond. Slechts twee klapbanden – stenen, terwijl anderen niets hadden – en een andere route dan gepland door de wegopbrekingen waren de enige verstoringen van deze eerste fietstocht.



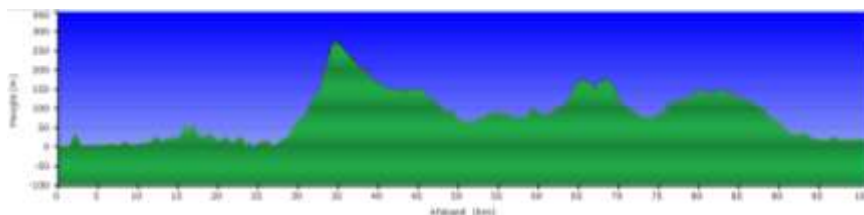
TV-bericht die avond: "Cadavers in Murcia".

Onze ervaring: In het gebied waarin wij fietsten was de week ervoor een drama geweest, de kracht van water zichtbaar. Een storm had het water uit de bergen in een grote stroom naar beneden gejaagd. Het gevolg was 10 doden en 170 wagens die op het strand gegooid waren en het dorpje Garrucha dat geheel afgezet was. In de omgeving waren ook vele plekken die aan dit voorval herinnerden: wegafzettingen, bemodderde wegen, ondergespoelde landerijen ook vol met modder, bomen en takken langs de wegen en tegen pijlers van de bruggen, stukken weg verdwenen, bruggen weggeslagen, zelfs de snelweg was over een groot stuk volledig afgezet.

N.B. Zie foto's op voorblad.

route 1:

afstand	101,49	km
tijd	4:01:55	uur
pauze	0:39:28	uur (16,3%)
gereden	3:22:27	uur
gemid.	30,8	km
max.	52	km/u
hoogte	936,5	hm (0,9%)



121007: klim-etappe

De dag ervoor toch wat gedaan, het opstaan was moeilijk ondanks het vroege naar bed gaan (23:30 uur, dit in tegenstelling met 2 jaar eerder). Marnix had al vroeg mijn fiets weer geheel opgeknapt, waarna in de zitbotjes om 9:45 uur weer mocht pijnigen aan het carbonzadel. Blijft wennen.



Zoals gebruikelijk was Geert weer geheel monter en nog voor we allen de poort uit waren had hij zijn tempo al opgeschroefd. Ook nu moest ik weer een uurtje op temperatuur komen, zodat het eerste heuveltje weer een serieuze aanhanger werd. Gelukkig kun je later met een krachtinspanning weer bijkomen, want "What goes up, must go down" en daar valt weer winst te halen. Zeker met het gewicht dat ik meer in de schaal kan leggen dan de meesten onder ons.

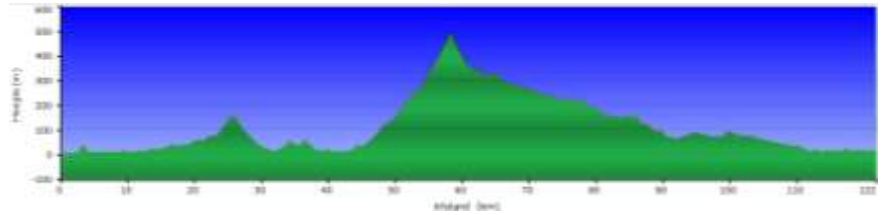


De geplande, serieuze klim werd na 44 km begroet, waarbij ik warm gedraaid was en dus aardig mee omhoog kon komen. Daarna full-speed naar beneden, wat op een onbekende fiets – die ook nog eens wat zwabbereffecten vertoonde, vooral in de bochten - wederom een aparte ervaring opleverde. Dus geen risico's en gecontroleerd afdalen. De wind stak gaande weg op, wat in deze streken steeds voorkomt. Daarbij komt ze dan altijd vanuit de kust, dus de terugweg is veelal met wind tegen, hier 'verantwoordelijkheid' genomen en vaak mee op kop getrokken. Heerlijk, de poldertochten bewijzen hun nut.

Opm Vandaag (vermoedelijk) Sanchez van de Rabobank tijdens een trainingstocht tegengekomen. Was hij niet in Columbia (nieuws vrijdag 26102012)?

route 2:

afstand	121,87	km
tijd	4:49:28	uur
pauze	0:42:24	uur (14,6%)
gereden	4:07:04	uur
gemid.	29,6	km
max.	64	km/u
hoogte	1130	hm (0,9%)



121008: woestijngebied en bergjes

Al bij het opstaan het gevoel dat het weleens een zware dag zou kunnen worden. Zere bovenbenen, net boven de knieën en algehele stramheid in de beenspieren. Afijn, ik wilde het zelf toch?

Na eerst weer van wiel gewisseld te zijn door een leegstaande band gingen we weer op weg. De temperatuur is 's morgens zeer aangenaam met zo'n graadje of 20.

Ook nu was het begin weer pijnlijk, het zitten komt steeds later maar onherroepelijk moet je letterlijk door de pijngrens heen. Later op de dag zit het zadel verder prima. En Geert laat er geen gras over groeien, vanaf het begin op de pedalen!



De eerste klim kwam nog wat te vroeg, maar de rangordes bergop zijn inmiddels ook al duidelijker. 'De benen die het doen' en kennelijk goed genoeg. Doordat er toch wat verschillen in het fietsen binnen de groep was, werd op het eind de keuze om de rit langs rustiger terrein te nemen of de groep op te splitsen. 3 Man bogen af naar Mojàcar en de overige 6 maakten een extra lusje. Hierin zaten twee wat langere klimmen. Op hoog tempo gingen we verder in het schitterende woestijngebied ten zuiden van Mojàcar.

Heerlijk rustig, geen verkeer, prachtige vergezichten, mooie klimmetjes en superafdalingen lagen in het verschiet. De EM was op de langere rechte stukken snel genoeg, in de bochten bleef het harken. Op de laatste klim naar het dorpje Mojàcar blies ik mezelf op na een flink stuk op tempo mee op kop te hebben gereden. Aanzetten op de korte maar heftige klim enpffff volle benen! Al met al goed voor de conditie en het op vermogen rijden.



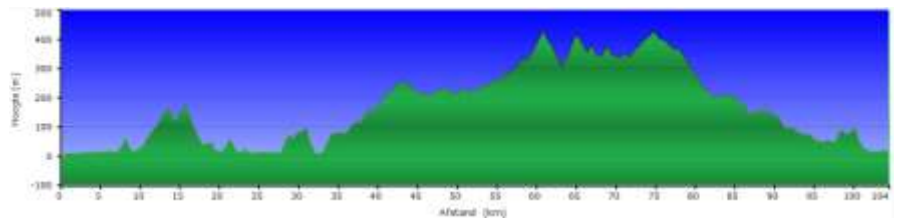
Na afloop op het terras buiten.



Mojàcar bij avondlicht.

route 3:

afstand	104,48	km
tijd	4:33:13	uur
pauze	0:44:21	uur (16,2%)
gereden	3:17:39	uur
gemid.	27,4	km
max.	63	km/u
hoogte	1451	hm (1,4%)



121009: rustdag

De spieren “los rijden”. De profs doen het ook in blokken trainen, 3 dagen op, rust en zo verder.



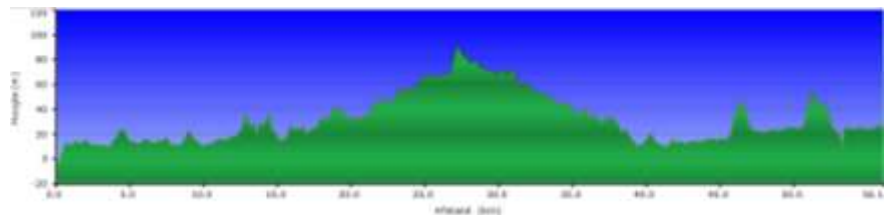


Na gisteren een massage van Marnix gehad te hebben om het melkzuur af te voeren was dit meer dan nodig. Je zou zeggen dat alles los zou zitten, maar niets was minder waar. Zwarte benen om te starten, maar inderdaad minder pijnlijk als de dag tevoren. De andere verzoeking, het zitten op het zadel, bleef intact. Inderdaad een relaxte dag, niet teveel kilometers, niet te hard en op het eind een kop koffie in Mojàcar zelf, de dames zaten ons al op te wachten. Marnix vandaag niet in de volgauto maar mee op de fiets (gehele groep zie foto).

Daarna rust in en om het hotel Marina Playa.



afstand	56,11	km
tijd	2:26:28	uur
pauze	0:29:28	uur (20,1%)
gereden	1:57:00	uur
gemid.	28,8	km
max.	50	km/u
hoogte	401,5	hm (0,7%)



121010: Koninginnerit

The day after, altijd de rit waar het om draait. Alles tot in extremes.



Al bij het opstaan was het niet prettig, slechte nacht en vele malen stoelgang. Meestal een teken dat krachten afnemen en zo

Meteen bij vertrek mee kop gepakt, wind tegen maar de spieren moesten getest worden en zeker niet het eerste uur nodig hebben om warm te draaien. Precies 1,2 km tot het keerpunt en toen gauw achteraan harken naar de eerste klim op 20 km. Kansloos moest ik de helft van de groep vooruit laten gaan.

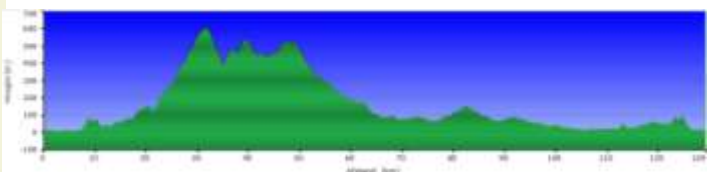
Na 2 uur fietsen kwamen dan eindelijk de ‘normale’ krachten terug wat ik dus aangreep om mee beulswerk op kop te doen. Na een tijd was duidelijk dat dit niet meer door de gehele groep getrokken kon worden en zijn we deels teruggereden richting Mojàcar. Op een splitsing kon een keuze gemaakt worden en terwijl een aantal meteen terugkeerden naar het hotel, zijn we met 5 man doorgereden om nog een lusje te pakken. Geert had nog wat leuks in petto: op de klimmetjes staand op de pedalen (50 x 23) naar boven, een training als een soort spinningles. KILLING. Dit trok ik dus niet meer, maar uiteindelijk toch een fijne tocht gereden in de mooie bergstreek die we passeerden, weids, rust en mooie wegen.



Vanuit boven net voor het laatste stukje klim (op 45 km).



afstand	129,25	km
tijd	5:12:40	uur
pauze	0:34:42	uur (11,1%)
gereden	4:37:58	uur
gemid.	27,9	km
max.	68	km/u
hoogte	1503,5	hm (1,2%)



De route met het teruggereden deel bovenin de kaart; rechts onderin de splitsing direct terug en het extra lusje.

121011: Maximaal test - bungelen

Na een goede nachtrust weer zin om wederom een lange fietsdag te maken, plan nu 4,5 uur fietsen.

Vandaag met 8 man de fiets op. De tocht beloofde al op voorhand prachtig te worden met een lange klim (bekend van 2 jaar terug). Dit blijft een mooie klim om te doen, gelijkmatig stijgend en niet al te steil. Natuurlijk wel weer te snel begonnen en dus even een tandje terug moeten doen, maar wel mee vooraan naar boven. De afdaling was fantastisch, lange rechte stukken en dus goed om te “laten gaan”. Soms een licht klimmetje erin op volle power doortrekken, wat meteen weer voelbaar was in de benen, zeker om aan te blijven klampen. Dus liepen de benen langzaam maar zeker leeg en na een aantal keer op “extra reserves” toch aangesloten te zijn, was het op een gegeven moment toch op. Ik had al een vermoeden dat ze op de volgende kruising zouden pauzeren, wat ook geschiedde. Daar weer even op adem gekomen en de laatste 13 km weer de aansluiting kunnen houden.



Geert, Koen, Kees, Toine,
Jornas, Kris, Erwin, Jorgen.

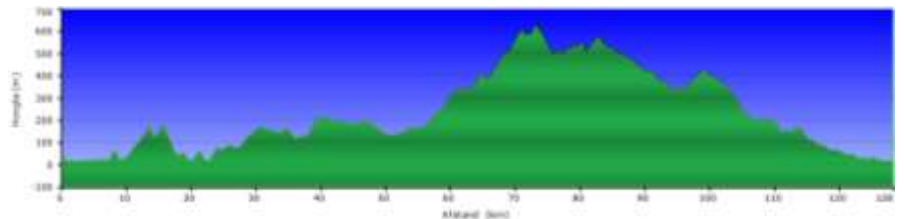


Peter (eerder
opgenomen)
en Marnix.





afstand	128,38	km
tijd	5:16:21	uur
pauze	0:41:58	uur (11,1%)
gereden	4:34:23	uur
gemid.	28,1	km
max.	62	km/u
hoogte	1503,5	hm (1,2%)



121012: uitfietsen

De laatste dag alweer.

Nog even uitfietsen, aldus Geert, Eigenlijk weet je het dan wel, maar met een tochtje van 2 uur kan toch niet zoveel gebeuren? Weer met 8 man vertrokken, omdat 1 zich compleet uitgeleefd voelde.



Zie de bekende wegopbreking weer, waar we rechtsomkeer moesten.

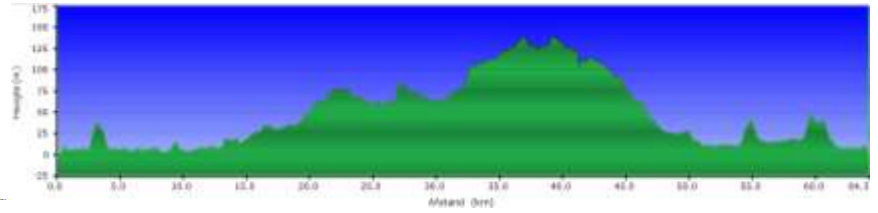
Het eerste heuveltje, het zou niet waar zijn, moest ik nu volledig passeren. Volle bak er tegenaan en dus weer in de afdaling er achteraan om bij te komen. Dat zou verder de hele weg zo blijven, ja oudjes herstellen kennelijk toch wat minder van een week inspanningen.

Op het vlakke kon ik nog ‘moeiteloos’ mee op kop rijden (soms tegen 42 km/h), maar zodra het iets omhoog ging was het breken. Toch met een zeer hoog gemiddelde geëindigd, waar iedereen toch een ander beeld van “rustig uitfietsen” voor ogen had gehad. Toch blijft ook dit wel genieten, zeker achteraf.

Na het soppen van de fiets, weer puik op orde, konden we douchen, lunchen en de dag uitzitten. Om 16:30 uur met de bus naar Murcia en om 1:30 uur viel ik thuis in de

boter met een bierfeestje van Thomas. Op de vloer lag net zoveel als zij al binnen hadden gehad, maar goed het spel was geslaagd hoorde ik de volgende dag.

afstand	64,27	km
tijd	1:59:41	uur
pauze	0:01:28	uur (1,2%)
gereden	1:58:13	uur
gemid.	32,6	km
max.	57	km/u
hoogte	434,5	hm (0,7%)



Overall Beeld:

Na een aarzelend begin werd de groep steeds hechter. Het fietsen was met elkaar een uitdaging en de verschillen waren klein. Meeste kopwerk door Jornas, Kees, Koen, Erwin en Toine, waar Geert natuurlijk altijd het voorste wiel voerde (liefst het vermogen boven de 200 Watt). Marnix sloot de rij meestal met de volgwagen, alleen op de rustdag fietste hij mee.



De eerste dagen was er na afloop geen groepsvorming en zagen we elkaar weer bij het diner. De derde dag werd dit hechter, al snel werd de groep om een borreltje op het terras te drinken steeds groter. De dames in het gezelschap bleken ook een welkome aanvulling waardoor de stemming vrolijk en niet alleen op het fietsen gericht was.



Een fijne week dank zij:



Schilderij in het hotel.