

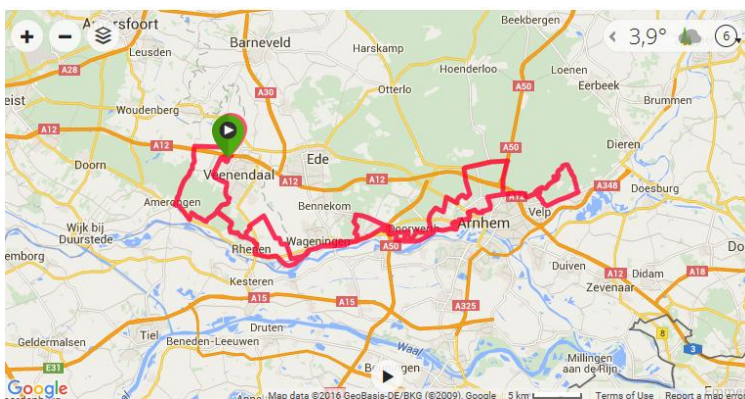
Veenendaal-Veenendaal 160409

met: Anja



Gezellig weer een tochtje samen gepland. Het wordt wel trainen voor Anja, maar de lange route was nog net te vroeg (35 km), daarom gaat ze de 105 km doen.

Lekker in Nederland, dus niet zo vroeg op en toch om 8:00 uur ongeveer bij de start. Een kwartiertje voor kaartjes, koffie en plassen, maar dan toch op weg. Tot de Amerongse Berg samen opgefietst en daar al snel afscheid genomen om toch redelijk bijtijds weer terug te zijn, zodat Anja niet al te lang zou hoeven wachten.

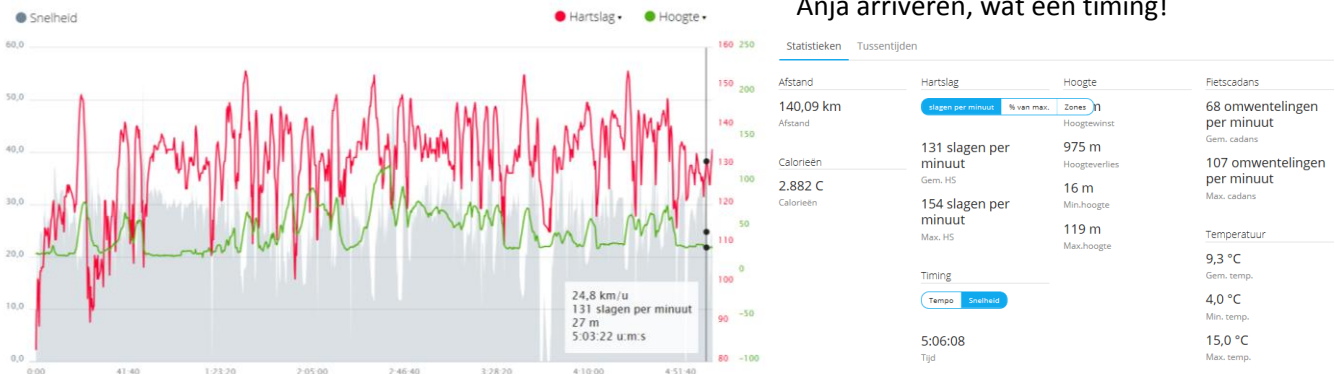


Het was prachtig fietsweer, zonnig en niet al te koud. Warm is weer wat teveel gezegd. De route geheel bekend en dat fietst toch wel makkelijk. In het begin nog even aansluiting gezocht bij een groep tot aan de Defensieweg en toen op eigen tempo gestaag verder. Niet over de kop rijden en lekker fietsen, ondanks de Principia. Ook dat went.

De pleisterplek ben ik doorgereden. Bij Retro stapvoets omhoog en weer terug, in de rij voor appelgebak en koffie sprak me vandaag niet aan. Bovendien zou dat het verschil met de terugkomst van Anja weer kleiner maken. Het bleek later dat zij wel lekker in het zonnetje boven van een pauze had genoten en ook nog met Adri (Marathona des Dolimtes 2015) had zitten kletsen.

Wel een break gehad bij Heelsum, een plasmoment en banaan+koek. Daarna de laatste 30 km terug, waar ze deels een andere, leukere route naar de Wageningse berg hadden verzonnen via Nol in het Bosch. Daarna de laatste stuip trekkingen over de dijk, waar behoorlijke wind tegenstond, de Grebbeberg en de Defensieweg tegengesteld aan vanmorgen. Uitrijden door Veenendaal en net even na

Anja arriveren, wat een timing!



Snel omkleden en naar huis, want nog veel te doen voordat Hans en Shirley bij ons zouden komen.

Nr	Na (km)	Heuvel	Zwaarte (kip)	Hoogte (m)	van-tot (m)	Helling max van 300 m (%)	Helling gem (%)	Lengte (m)
1	7	Amerongse berg-noord	37	57	7-64	6.8	4.3	1330
2	16	Defensieweg-west	11	17	38-55	5.3	3.2	530
3	19	Grafheuvel	14	23	21-44	5.0	3.7	620
4	42	Italiaanseweg	30	42	14-56	7.0	5.4	770
5	51	Heijenoordseweg	39	64	17-73	6.0	2.9	2190
6	55	Kluizeweg	21	34	43-77	6.2	3.7	920
7	60	Emmapiramide-west	25	44	41-83	5.2	3.3	1330
8	68	Posbank	44	67	23-88	8.7	3.1	2180
9	74	Emmapiramide-oost	33	41	42-83	7.8	6.3	650
10	100	Holleweg	35	44	12-56	7.7	5.0	880
11	112	Wageningsche berg-oost	14	33	10-43	4.8	3.0	1100
12	120	Grebbeberg	23	36	5-41	6.5	3.5	1040
13	128	Defensieweg-oost	12	34	18-49	3.5	2.1	1620

