

fie+ssport

OVERAL & NERGENS Dichtbij huis of naar het einde van de wereld



Routes & reizen

Op ontdekkingstocht
in Spanje, Limburg en
langs de eigen kust

Verborgene parels

Vijf favoriete
fietsspots van lezers

Training

De zin en onzin van
lange ritten

PREMIUM 90 BRIL
STRADALE HELM



EKOI



gedragen door NICK SCHULTZ

HELM

EKOI

Stradale



SHOP ONLINE | [EKOI.COM](https://www.eko.com)



Col du Bisselt

Wordt een klim dankzij een Franse naam nou echt leuker om op te fietsen?



Bram de Vrind, hoofdredacteur van Fietssport magazine, introduceert het thema van elke editie.

@bdevrind@fietssport.nl
@defietsjournalist

Foto Ton van Til

Vroeger stond er bij ons altijd 'Pain de Boulogne' op de ontbijttafel. Nee, dit was geen rustiek Frans brood met knapperige kost, maar gewoon een bruinbrood van Albert Heijn. In Frankrijk kennen ze geen Pain de Boulogne. De naam is een marketingspinsel van de supermarkt. Een aantal Franse vrienden lachten dan ook kostelijk toen ik vertelde dat wij ermee ontbeten. Nooit van gehoord!

Net zo kostelijk lachten deze vrienden toen ik ze foto's stuurde van de nieuwe 'col-borden' in het Rijk van Nijmegen. Daar vind je tegenwoordig de 'Col du Bisselt' (Groesbeekseweg) en 'Col du St. Jean' (Sint-Jansberg). Gekke Hollanders!

Franstalige borden op Nederlandse bulten. Het begint een trend te worden. Eerder werden de VAM-berg (Col du VAM) en Cauberg (Col du Cauberg) in het Frans omgedoopt. Op zichzelf zijn borden op Nederlandse beklimmingen leuke initiatieven. Maar waarom in het Frans?

Neem de 'Col du Bisselt'. De streek van deze klim heeft geen enkele connectie met Frankrijk. Eerder met Duitsland dat eraan grenst. Deze naam wordt bovendien niet onder wielrenners (in de volksmond) gebruikt. En wordt een klim dankzij een Franse naam nou echt leuker om op te fietsen?

Er is niks mis met Nederlandstalige borden. Daarmee kun je ook extra beleving toevoegen. Het mooiste voorbeeld daarvan staat te prijken in het Drentse Emmen. De oude vuilstort aldaar is omgedoopt tot de 'Muur van Emmen'. Een klim met die naam wil je gedaan hebben! De hoogte-aanduiding in centimeters op die klim, overigens ook een trend, vind ik dan weer wel grappig. Dan lijken de Nederlandse bulten nog wat.

Enfin, ik raad je zeker aan om eropuit te trekken om de Nederlandse bulten te beklimmen. De zomer is natuurlijk hét seizoen om overal en nergens te fietsen! Deze editie zit dan ook tjokvol inspiratie voor het ontdekken van mooie fietsplekken. Van de LF Kuistroute langs de Noordzee en Waddenzee (pagina 22) tot de nieuwe Amstel Gold Racelus (pagina 36). Laat je inspireren door clubheld Maartje Verhagen die 40.000 kilometer per jaar fietst (pagina 42). Of door MTB-prof Jeroen van Eck die in één week in alle Nederlandse provincies bikete (pagina 52).

Overigens heeft de Pain de Boulogne op onze ontbijttafel inmiddels plaatsgemaakt voor Boeren Volkoren Meergranenbrood. Van de Aldi. Klinkt minder chic, maar smaakt net zo goed. •

Double the
power when
you need it,

BBB
cycling

half the size
when you don't.

Discover **the DoubleShot**,
world's smartest mini pump.
in-store and on bbbcycling.com



reddot winner 2023



DESIGN
AWARD
2023



CANE CREEK®

Langer comfortabel in het zadel

Voeg een vleugje comfort toe aan je rit met
de eeSilk van Cane Creek. De vernieuwde zadelpen biedt
naast 20 millimeter veerweg nu een nog betere laterale
stabiliteit en is zowel in aluminium als carbon verkrijgbaar.

CANECREEK.COM - COSMICSPORTS.COM



In deze editie



Gewoontedier VS avonturier - 12
Interview met twee tegenpolen



Limburgse nieuwkomer - 36
Reportage nieuwe Amstel Gold Race route



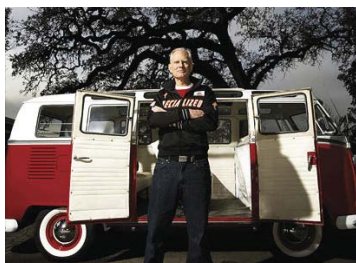
Ultieme roadtrip - 52
12 provincies in 1 week op de MTB



Taiwanese troonopvolger - 18
Test: tiende generatie Giant TCR



40.000 kilometer per jaar - 42
Clubheld Maartje zit liefst hele dag op de fiets



Verhaal achter het merk - 56
Hoe Specialized zijn naam vestigde

Ambitie en focus - 11

Column Sander Kool

Ontdekkingsreis langs de kust - 22

Reizen: LF Kustroute

Comeback-clubs - 32

Uit het veld: clubs die herrezen

Waarom we MTB-routes soms verleggen - 45

Column Petra Strijdhorst -
Natuurmonumenten

Toeren over afgesloten Erasmusbrug - 46

Toertocht: Tour de Femmes

Bijzondere fietsplekken - 50

5x spots van lezers

De (on)zin van lange trainingen - 60

Training: Jim van den Berg

Op naar 15 miljoen duurzame banden - 62

Schwalbe Fair Rubber

Trap van God - 64

Reizen: Catalonië op de gravelbike

Totale chaos - 70

Column Bram Tankink

Kalender juni t/m september - 71

Ledenadministratie

NTFU Uniebureau
Postbus 326, 3900 AH Veenendaal
0318 581 300, info@ntfu.nl

Hoofd- en eindredactie

Bram de Vrind, bdevrind@fietssport.nl

Bladmanager

Erik Tolboom

Productie

NTFU
Postbus 326
3900 AH Veenendaal
0318 581 300

Advertenties en campagnes

Harry Brands, hbrands@ntfu.nl

Vormgeving

Morrow
Dirk van Eck, DvE Prepress en DTP

Coverfoto

Bram de Vrind

Aan dit nummer werkten mee

Jim van den Berg, Bram Berkien, Thomas Braun, Jonah van de Burgt, Troy Corsen, Ellen Dobbelaar, Merijn Heijne, Maarten 't Hoen, Johan van Leipsig, Michiel Maas, Sander Kool, Ard Krikke, Astrid Olde Olthuis, Peter van Rooij, Erwin Reijneveld, Hellen Slijpen, Remco Smits, Petra Strijdhorst, Edward Swier, Bram Tankink, Erik Tolboom, Corine Toussaint en John de Vries.

Abonnementen

Inbegrepen bij het hoofdlijdmaatschap van de NTFU. Losse abonnementen zijn af te sluiten via fietssport.nl

Copyright

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt op welke wijze dan ook zonder voorafgaande toestemming van de redactie. De redactie werkt op basis van onafhankelijkheid van het hoofdbestuur en/of de NTFU. Slechts voorzover de artikelen door of namens het hoofdbestuur zijn ondertekend, vertegenwoordigt de inhoud ervan het standpunt van het hoofdbestuur.

Content

Persberichten zijn altijd welkom. Content voor Fietssport Magazine nummer 2 graag uiterlijk 30 april 2024 aanleveren bij de redactie via redactie@fietssport.nl

Beeldmateriaal dient een resolutie te hebben van minimaal 300 dpi. Bestanden groter dan 5mb bij voorkeur verzenden via wettransfer.com

powered by
ntfu

Partner in Fietssport



Supplier



Wegdromen

De zomer is het uitgelezen seizoen om overal en nergens te fietsen. Samen met je vrienden tijdens die fietsvakantie waar je maanden naar uit hebt gekeken. Of alleen, met tassen op de fiets. Op weg naar plekken om bij weg te dromen, zoals deze machtige afdaling naar de Middellandse Zee in Catalonië, Spanje. Lees het reisverhaal op pagina 64.

Beeld Bram de Vrind



fietsflits



DOE MEE Clubshirt van het Jaar-verkiezing

Maakt jouw club de blits met een spiksplinternieuw clubshirt-design? Of is jouw clubshirt zo iconisch dat het al jarenlang ongewijzigd is? Doe dan mee aan de Fietssport Clubshirt van het Jaar-verkiezing 2024! Tijdens de verkiezing kunnen alle clubs die zijn aangesloten bij de NTFU hun clubshirt inzenden. Wil je meedoen? Stuur een duidelijke foto van jouw clubshirt, van voren genomen op neutrale achtergrond, onder vermelding van je naam en de naam van de club naar redactie@fietssport.nl. Wees er snel bij: inzenden kan tot en met 15 juni.

INDEKKEN.NL Inspiratie voor smoesjes

"We zijn dit jaar vier weken vroeger met onze fietstrip, dus ik heb veel minder kilometers kunnen maken." Of: "Ik word pas goed na 200 kilometer. Deze tocht is te kort voor mij." Fietzers zijn goed in het verzinnen van smoesjes voor het feit dat ze te weinig hebben getraind, een slechte dag hebben of de bordjessprint niet winnen. Wil je jezelf ook indekken? Op de website indekken.nl staan vele 'indekkers' verzameld. Zo heb ook jij straks het perfecte excuus voor een dag wielteszuigen bij je fietsvrienden.

INDEKKEN.NL



Foto Remco Smits

30 METER Vlonder in Zoetermeer

Een houten vlonder van maar liefst 30 meter met twee rollers ligt er in Zoetermeer dankzij het NTFU Bosch eBike Systems Trailfund. Tot om over te mountainbiken, om over de dubbele roller te jumpen en voor de vrijwilligers van MTB Zoetermeer dé oplossing tegen grote plassen water onder aan de waterdichte puinstortberg. Jeroen van Eck – professioneel mountainbiker met diverse Europese en World Cup titels – opende officieel deze nieuwe aanwinst. Sta je nu te trappelen om deze vlonder uit te testen, ga dan eerst kijken voordat je eroverheen rijdt. Zo weet je beter wat je te wachten staat en verklein je de kans op een valpartij.

500 Meer dan 500 NTFU-verenigingen kunnen meedoen aan de verkiezing Clubshirt van het Jaar 2024

FIETSSPORT ON TOUR Fiets jij met ons mee?

We gaan iets nieuws doen: Fietssport on Tour. Klinkt leuk, is leuk. We gaan 'het land in' om toertochten te fietsen. Zo doet Bart mee aan de Jubileum toertocht Last Gear (21 sept), Harry aan de Mergelheuvelland 2-Daagse (21-22 sept) en Ard aan de Strade Bianche Achterhoek (29 sept). Ellen doet mee aan The Gravel Pit (6 okt) vanuit Goirle. Niks nieuws onder de zon? Toch wel. Jij kunt namelijk met ze meefietsen! Lijkt het je leuk om bij één of meerdere van deze social rides aan te haken? Samen op pad te gaan en gezellig over fietsen te kletsen? Stuur dan een mailtje naar akrikke@ntfu.nl. Wacht niet te lang; het aantal plekken is beperkt.

**BONT PALET 100 routes met kleurcode**

Langs 100 mountainbikeroutes kom je ze inmiddels tegen: de bordjes die met een kleurcode aangeven of de route makkelijk of moeilijk is. Dat is goed nieuws, want zo weet je op steeds meer plekken of de route past bij jouw niveau. Er zit nog een voordeel aan: de routes worden uitdagender. Trailcrews leggen langs 'blauwe routes' (gemiddeld niveau) vaker een rode lus (moeilijk) aan. Rijd je met vertrouwen over een blauwe route, daag jezelf dan eens uit om zo'n rode lus te rijden. Vind je het niks? Dan ben je ook zo weer terug op je vertrouwde blauwe paden.

[FIETSSPORT.NL/KLEURCODES](https://fietsport.nl/kleurcodes)

‘Mijn aerosokken
zaten nog in de was’
- Arjen Kuipers na
weer een verloren
bordjessprint.

Bron: indekken.nl

**THE RIDE Gratis webinar**

Ben je in voor een epische fietsuitdaging? Doe dan mee aan The Ride 2025! Je fietst van 1 t/m 8 juni 2025 van de Stelvio in Italië naar de Cauberg in Nederland. Heb je nog vragen? Op maandag 1 juli is er een online webinar in samenwerking met de NTFU waarin alles uit de doeken wordt gedaan over dit avontuur. Meld je aan via onderstaand adres.

[FIETSSPORT.NL/THERIDEWEBINAR](https://fietsport.nl/theridewebinar)



- De nummer 1 stuurhouder op de markt
- Voor alle type sturen en GPS-merken

ontwikkeld en geproduceerd in Nederland 

Wout kiest voor HideMyBell met stijlvolle fietsbel integratie*

Hoe fiets jij veilig?

* Voor de koers klinkt Wout de bel eraf




CloseTheGap
reinventing bike parts

Eagle Five

Bifocale sportbrillen met leesgedeelte

Navigatie, smartphone etc. weer scherp zien zonder de bril te hoeven wisselen. Bruine, gele en transparante glazen in diverse sterktes (+1.5 t/m +3.0).

Eindelijk alles weer scherp zien!



Vanaf
€64,95

- Inclusief drie sets glazen, meekleurende glazen optioneel
- Drie neussteunen in verschillende kleuren
- Microfiber doek/tas
- Etui met rits



www.leds-sport.nl





WEDSTRIJD Breng jouw ode aan de natuur

Fietsen is net zo normaal als ademen. We denken er niet over na, we doen het gewoon. Maar misschien moeten we dat wél doen: erbij stilstaan waarom we zo graag door het bos rijden en precies dat ene paadje induiken? Daarom dagen routebouwer Patrick Jansen, Specialized en Fietssport je uit. Schrijf een verhaal van maximaal 700 woorden waarin je uitlegt waarom de natuur zo belangrijk is voor jou als mountainbiker of gravelbiker. Het beste verhaal verschijnt in Fietssport Magazine. Plus: je kunt een Specialized-prijzenpakket winnen, inclusief twee kaartjes voor de MTB Trail Summit op het hoofdkantoor van Specialized in Arnhem.

[FIETSPORT.NL/VERHALENWEDSTRIJD](https://fietsport.nl/verhalenwedstrijd)

KIJKEN 6x tips om veilig in een groep te fietsen

Samen fietsen is leuker: je passie delen, nieuwe routes ontdekken en elkaar uitdagen. Ga je met een groep op pad, maak dan voor vertrek een aantal afspraken met elkaar. Op deze manier voorkom je ongelukken. Op ons YouTube-kanaal vind je daarom zes korte video's. We laten zien hoe je in een groep 'draait' en van kop af gaat, leggen de belangrijkste gebaren uit en je leert hoe je als groep veilig ritst zodat je kunt inhalen of tegemoetkomend verkeer kan laten passeren.

[FIETSPORT.NL/VIDEOVEILIGFIETSEN](https://fietsport.nl/videoveiligfietsen)



Ambitie en focus



De NTFU heeft sterke verenigingen, die goed georganiseerd zijn. In staat om in te spelen op de veranderende wensen en behoeften van de sportieve fietser. Afgelopen jaar hebben we samen 345 wegkapiteins en MTB-begeleiders opgeleid.

180 verenigingen hebben advies op maat gekregen. Inmiddels zijn 100 MTB-routes geïdentificeerd volgens het nieuwe classificatiesysteem. Zomaar een greep uit de resultaten van afgelopen jaar. Waarvan akte.

Toch is het niet allemaal rozegeur en maneschijn. Het ledenaantal is in 2023 namelijk licht gedaald. Dat strookt niet met het toegenomen bereik van de NTFU en de toegenomen populariteit van het fietsen. Met onder andere Fietssport heeft de NTFU een prachtig en krachtig medium in handen om de sportieve fietser aan zich te binden. Belangrijk dus voor onze vereniging om ambitieus te blijven en onze focus niet te verliezen. Zonder ambitie en focus ben je overal en tegelijk nergens.

MTB Noordwest kreeg na dertien jaar juridisch gesteggel groen licht voor mountainbikeroute Schoorl 2.0

De mountainbike- en gravelbikevisie, de inzet met diverse partners rondom de klucht van Vaals en de samenwerking op het gebied van vergunningverlening zijn mooie, recente voorbeelden van ambitie en focus. Maar een briljant voorbeeld van focus en ambitie vind ik vereniging MTB Noordwest. Na dertien jaar juridisch gesteggel, u leest het goed: der-tien jaar, kregen zij groen licht voor mountainbikeroute Schoorl 2.0. Samen met Staatsbosbeheer en vele vrijwilligers kunnen nu eindelijk de laatste werkzaamheden worden verricht. Winst voor de mountainbiker en winst voor de natuur. Inspirerend.

Wat is onze ambitie? De Nederlandse Toer Fiets Unie is hét startpunt voor sportief fietsen. Iedere sportieve fietser weet ons te vinden voor een vereniging, goed aanbod of een toertocht. Organisaties binnen en buiten de sport zien wielersportbond NTFU als belangrijke partner. Dat is onze ambitie.

En onze focus? We richten ons er op de fietssport toegankelijk te houden en, niet onbelangrijk, op een positief imago van de fietssport. We zetten ons in voor de sportieve fietser, toertochten en de vereniging. Dat is onze focus.

*Sander Kool, voorzitter NTFU-hoofdbestuur
skool@ntfu.nl*



AVONTURIER VERSUS GEWOONTEDIER



Het contrast kan niet groter. Bas (rechts) rijdt áltijd hetzelfde rondje: 37 kilometer en hij heeft ‘m al zeker 70 keer gedaan, want zo vaak is zijn routineklus online geregistreerd. Eric (links) wil steeds wat anders en heeft inmiddels door álle gemeenten van Nederland gefietst. Snappen ze elkaar?

Bas Driessen is 40, werkt bij de gemeente Eindhoven op de afdeling Energietransitie en legt zijn werk uit als 'het verduurzamen van de stad'. Hij heeft twee jongens, van acht en negen. Eric te Velde is wat jaartjes ouder, 56, heeft drie volwassen kinderen, doet in- en verkoop van kruiden en specerijen en zijn racefiets staat 's nachts in Hoogeveen. We beginnen bij Bas. De man van hetzelfde rondje. Is dat niet vreselijk saai? "Nee, dat hoeft helemaal niet", laat hij weten. "Het ligt op de eerste plaats aan het rondje zelf, dat gewoon een mooi stukje Brabant is. En het ligt er ook aan hoe je hem indeelt, wat je motiveert. Vroeger gebruikte ik het rondje als tijdrut, raffelde ik hem steeds zo snel mogelijk af. Nu gebruik ik de trainingsapp JOIN. Een VO2max-training waarbij je flink in het rood gaat, geeft een compleet andere beleving dan een rustige D1-training op het rondje."

Eric hoort zijn collega belangstellend aan. Niks voor hem, steeds hetzelfde rondje? "Ik moet er niet aan

dénken." Beiden schieten in de lach. Eric vervolgt: "Ik heb het min of meer ook wel eens gedaan hoor, een rondje een paar keer achterelkaar. In de winter bijvoorbeeld, als het al donker was en ik maar een uurtje had. Dan is het wel makkelijk en veilig als je weet wat je te wachten staat en je weet hoelang ie duurt. Maar dat zijn uitzonderingen, ik probeer eigenlijk altijd nieuwe routes te zoeken. Er is er bijna geen één hetzelfde. Ik kijk waar de wind vandaan komt en die kant ga ik dan op, omdat ik terug meewind wil hebben. Heb ik twee uur, dan keer ik na een uur om. Ik bepaal van tevoren welke hoek ik ongeveer inga, maar halverwege kan ik zomaar iets anders bedenken als ik ineens een mooi weggetje zie liggen."

1021 gemeenten

En dus heeft hij al in veel gemeentes gereden? "Álle", zegt hij met een glimlach. "Ik heb meegedaan aan de 'Long Term NL Challenge', een toepassing waarmee



je kunt laten registreren door welke Nederlandse gemeenten je hebt gefietst. Daar ben ik enorm door geïnspireerd. Ik fiets al sinds mijn veertiende en had al veel gemeentes aangedaan, die ben ik gaan uitbreiden tot ik ze allemaal had.” En dus slaapt hij soms een paar dagen in Limburg of Zeeland? “Nee, meestal ben ik daar een dag en doe ik een rondje van 200 kilometer, dan pak ik zoveel mogelijk gemeentes mee.” Eén keer ging hij de mist in. “Dat was ergens in de buurt van Eindhoven, toen miste ik op een haar een gemeente. Maar ik was gelukkig nog redelijk in de buurt dus ik ben er met mijn auto heengereden en heb nog een uitrijdrondje gedaan van drie kilometer om die ene gemeente binnen te halen.”

Bas: “En dan word ik autistisch genoemd... Nou, dit gaat anders ook best ver.” Weer lachen de twee tegenpolen. “Ik heb ook de retroversie volbracht”, vertelt Eric. “Daarin is Nederland verdeeld over 1021

gemeenten die er in 1950 bestonden. Nu gaat het om nog maar 355 gemeenten. Maar ik hou gewoon van avontuur en nieuwe weggetjes ontdekken, verschillende landschappen bekijken.”

Nieuw elan

Bas laat weten dat hij ook al vanaf zijn veertiende fietst. “Ik reed toen al altijd in mijn eentje een vast rondje. Dat probeerde ik zo hard mogelijk te doen. Door dat JOIN leerde ik via schema’s ineens te sprinten, in tempoblokken te rijden, cadansoefeningen te doen en op kracht te trainen. Zo kreeg mijn rondje een nieuw elan. Voorheen fietste ik elke keer op dezelfde manier.”

En dat al 26 jaar lang? “Nou, vanaf mijn veertiende heb ik heel lang een vast rondje gereden in de buurt van Helmond, waar ik met mijn ouders woonde. In Eindhoven stippelde ik een nieuw rondje uit, maar

Bas Driessen: ‘Ik heb in 26 jaar wel drie verschillende rondjes afgedraaid!’





Eric te Velde: ‘Tijdens een ronde van 200 kilometer pak ik zoveel mogelijk gemeentes mee’

voorbij een spoorwegovergang werd ik een keer door een scooter aangereden. Ik besloot dat dit traject toch niet veilig genoeg was en dus heb ik de route weer veranderd, dus ik heb in 26 jaar wel drie verschillende rondjes afgedraaid!” De overeenkomst: er zitten in alle drie veel kanalen in het traject. “Ik heb altijd iets met kanalen gehad. Dan kun je lekker rechtdoor fietsen, weinig stoplichten en dat is in Brabant wel een dingetje, als je van een stad naar een dorp rijdt.”

Control-freak

Bas lijkt een controlfreak met zijn vaste rondjes, maar dat weerspreekt hij. “Ik zou dat niet zo willen stellen. Ik heb laatst meegedaan aan de Amstel Gold Race, de 150 kilometer, en dat vind ik ook hartstikke leuk. Maar mijn tic, als je dat zo wil noemen, is pragmatisch ingegeven. Ik heb twee jonge kinderen en uren eropuit trekken is thuis lastig te verkopen. Ik doe dus

een korte route en dan is het prettig dat ik niet hoeft na te denken of ik links of rechts moet gaan. Plus: ik kan me op trainingsoefeningen focussen, zonder gestoord te worden door stoplichten of verkeer van rechts.” Eric knikt zowaar. “Als je op snelheid wilt rijden moet je wel echt een goede en bekende route hebben. Met zo min mogelijk verkeer, waar je niet een ander tot last bent, en zelf geen gevaar loopt. Wat dat betreft snap ik je wel.”

En snapt gewoontedier Bas zelf ook iets van avonturier Eric? “Wat hij doet is een heel andere manier van fietsen. Als je daar de tijd voor hebt en de kinderen zijn wat ouder, dan is het misschien ook wel wat voor mij. Ik weet ook niet of ik over zestien jaar nog steeds hetzelfde rondje van 37 kilometer blijf kachelen. Maar als ik nu op woensdagavond wil gaan fietsen kan dat pas na acht uur en dan rijd ik in het donker toch liever



een uurtje op bekend terrein. En op zaterdag moet ik op tijd terug zijn, want dan breng ik de oudste naar de scouting. Mijn manier van fietsen heeft een directe link met het familieleven. Wellicht koop ik ooit nog eens een gravelbike en ga ik op avontuur, ik sluit niks uit. Maar ook de liefde voor snelheid speelt bij mij een rol. Op mijn veertiende kreeg ik de oude Motobécane van mijn oom, daar sloopte ik de bagagedrager vanaf en reed dan zo hard mogelijk, zonder verstand van trainen, want ik heb nooit bij een club gefietst. Ik probeerde andere wielrenners net voor een plaatsnaambordje in te halen, terwijl zij gewoon wat om zich heen keken. Een soort wedstrijd tegen niemand dus eigenlijk. En dat zit er nog steeds in, het geeft nog steeds voldoening als ik iets sneller ben dan de vorige keer." En altijd alleen? "Ja, met een groepje fietsen is me nooit gelukt. Ik ben te spontaan, een echte lastminute-fietser. Ik plan zelden iets en ik had wel contact met van die

los-vastgroepjes, maar die vertrokken meestal om half zeven en dan zit ik te eten."

WSV De Peddelaars

Eric is wel een echte clubman. Fietst al decennialang bij WSV De Peddelaars in Hoogeveen. Toch fietst hij de laatste jaren ook geregeld alleen, omdat ook hij graag zijn eigen tijd en afstand indeelt. Voor hem is fietstochten plannen veel makkelijker, omdat zijn drie kinderen in de twintig zijn. En als hij nu in groepsverband fietst, mag hij tevens de routes doen. "Omdat ik zoveel mooie weggetjes weet." Zou hij niet heel graag een keer dat ene rondje van Bas willen doen? Is hij niet bloednieuwsgierig geworden? "Ja, dat zie ik wel zitten." Bas: "Maar die gemeentes van mij heb je allemaal al." En andersom? Wil Bas een keer op avontuur met Eric? "Als we dat kunnen inplannen samen, lijkt me dat echt leuk." Eind goed, al goed. •



Taiwanese troonopvolger

Tekst Erwin Reijneveld Beeld Michiel Maas

De iconische TCR draait al decennia mee in de kop van het spreekwoordelijke peloton. Met zo nu en dan een versnelling om in de kopgroep te blijven. Het populaire raspaardje van het Taiwanese Giant slaagt daarin door te verjongen, te versterken en af te vallen.



Een schuin oog verlaat het beeldscherm en ziet twee TCR-fietsen tegen een muur staan. Zie ik dubbel? Kleurverschil, het zijn er echt twee. Zelfde model dan? Ook niet, want de ene fiets onderscheidt zich met kabels die het stuur verlaten en het frame induiken. Mijn verwaarloosde zoek-de-verschillen-vaardigheid wordt langzaam weer geactiveerd. Bingo, nog eentje gevonden. De staande achtersvork mist een driehoekje bovenin. Dan stopt het.

Die zonder kabels is de tiende afstamming van de eerste TCR uit 1993, een iconisch model in het wielrennen. Bijna alle moderne racefietsen zijn schatplichtig aan die eerste 'Total Compact Road', ontworpen door Mike Burrows. Een revolutie: tot die tijd stond de bovenbuis horizontaal en was de staande achtersvork een stuk langer. Burrows bedacht een compact frame, met aflopende bovenbuis en een kleine driehoek voor de achterbruggen. Productiekosten gingen enorm omlaag (men kon terug naar drie maten, in plaats van tien) en gewicht, stijfheid en rijgedrag verbeterden.

Van Ullrich tot Dumoulin

Velen onder ons herinneren zich de Giro-eindzege van Tom Dumoulin in 2017. Maar geldt dat ook voor dezelfde trofee, voor Raborenner Dennis Menchov in 2009? Al moeilijker hè? De eerste sprintzege van Mark Cavendish in de Tour van 2008? Nog wat jaren terug: Jan Ullrich



strijdend tegen zichzelf bij T-Mobile. Wie zit nog in het spel? Vingers graag! Joseba Beloki, tweede in de Tour van 2002 achter die ene Amerikaan uit Texas. Allemaal deden ze dit op een TCR, die al sinds de Tour van 1998 (ONCE-ploeg) te zien is in het profwielrennen (als je dit allemaal wist, complimenten!).

Andere tijden, terug naar de onze. De laptop is verlaten, ik zit gehurkt voor de negende en tiende generatie TCR. Ik schop niet als een amateur auto-aankoper tegen de banden, maar ga voelen. De fietsevolutie is meer tastbaar dan dat deze zichtbaar is. De welbekende 'druppelvorm'

van het frame heeft plaatsgemaakt voor een 'D-vorm', een rechte achterkant in plaats van een punt richting het achterwiel (vooral bij zadelpen en zitbuis). Er is nog een rits met kleinere veranderingen, ook intern. Volgens Giant is de fiets zo nog enkele procenten stijver en sneller, een besparing van 4.19 watt bij 40 kilometer per uur bij het topmodel.

De afwerking is puntgaaf, van de lak tot de kleinste details. Voorzichtig bij het afstellen van de zadelhoogte; het systeem werkt goed maar het eerste krasje zit zo op de zadelpen. Nieuwsgierig naar het gewicht hang ik hem schoon, zonder accessoires,

CUSTOM
CUSTOM
CUSTOM



Op zoek naar custom wielerkledij
voor jouw club of bedrijf?
Kies jouw kleuren, patronen en logo's
en creëer samen met onze designers
een wielero utfit die je club/bedrijf
laat stralen op de fiets.

Meer info op **Bioracer.nl**



BIORACER

aan de haak; 7,75 kilo (maat L), ongeveer tien gram lichter dan z'n voorganger.

Veel fietsers kiezen een fiets aangekleed met Shimano 105-onderdelen. In de hiërarchie van de Japanse fietsonderdelenreus de eerste groepset die is gericht op presteren. Waar betaalbaarheid en duurzaamheid het winnen van een lager gewicht en de nieuwste snuffjes. Bovendien druppelt de innovatie naar beneden, van het vlaggenschip Dura-Ace, via Ultegra, naar 105. Elektronisch schakelen (Di2) kwam in 2009 voor de snelste bak-kies. Getrouw de traditie is deze techniek nu doorgedruppeld naar de waar-voor-je-geld-groep 105 en daarmee wat budgetvriendelijker geworden. Ik ben een tikkie jaloers op de mensen die hierdoor kennis gaan maken met razendsnel en moeiteloos schakelen. Die sensatie beleef je maar één keer, waarna je voor eeuwig verkocht bent. Deze 105 kruipt qua gevoel en prestaties zelfs dicht tegen de veel duurdere Ultegra-variant aan.

Loslaten

Naar buiten ermee. Door de open deur, want dit snelle bakkie wil vermogen voelen. Meteen af te lezen op de fietscomputer dankzij de geïntegreerde

Is dit de fiets die je koopt na het rijden van een instapmodel, dan weet je niet wat je meemaakt

vermogensmeter. Accelereren, strak bochtenwerk, rake trappen; de stijfheid zit waar het moet zitten. Een feest om mee te fietsen. Ook bij lange ritten blijft ie lekker voelen, ondanks de kneiterstrakke voorvork geeft een beetje flex van de zadelpen comfort. Als dat nog niet genoeg is kunnen er banden tot 33 millimeter in.

Even ga je in het 'pro' van deze 'Advanced Pro 1' geloven. Toch zal die prof het 7.500 euro duurdere topmodel pakken. 'Advanced' is hij zeker, met de goede wielen, de vermogensmeter en het elektronisch schakelen geavanceerd genoeg om geen upgrade meer te wensen.

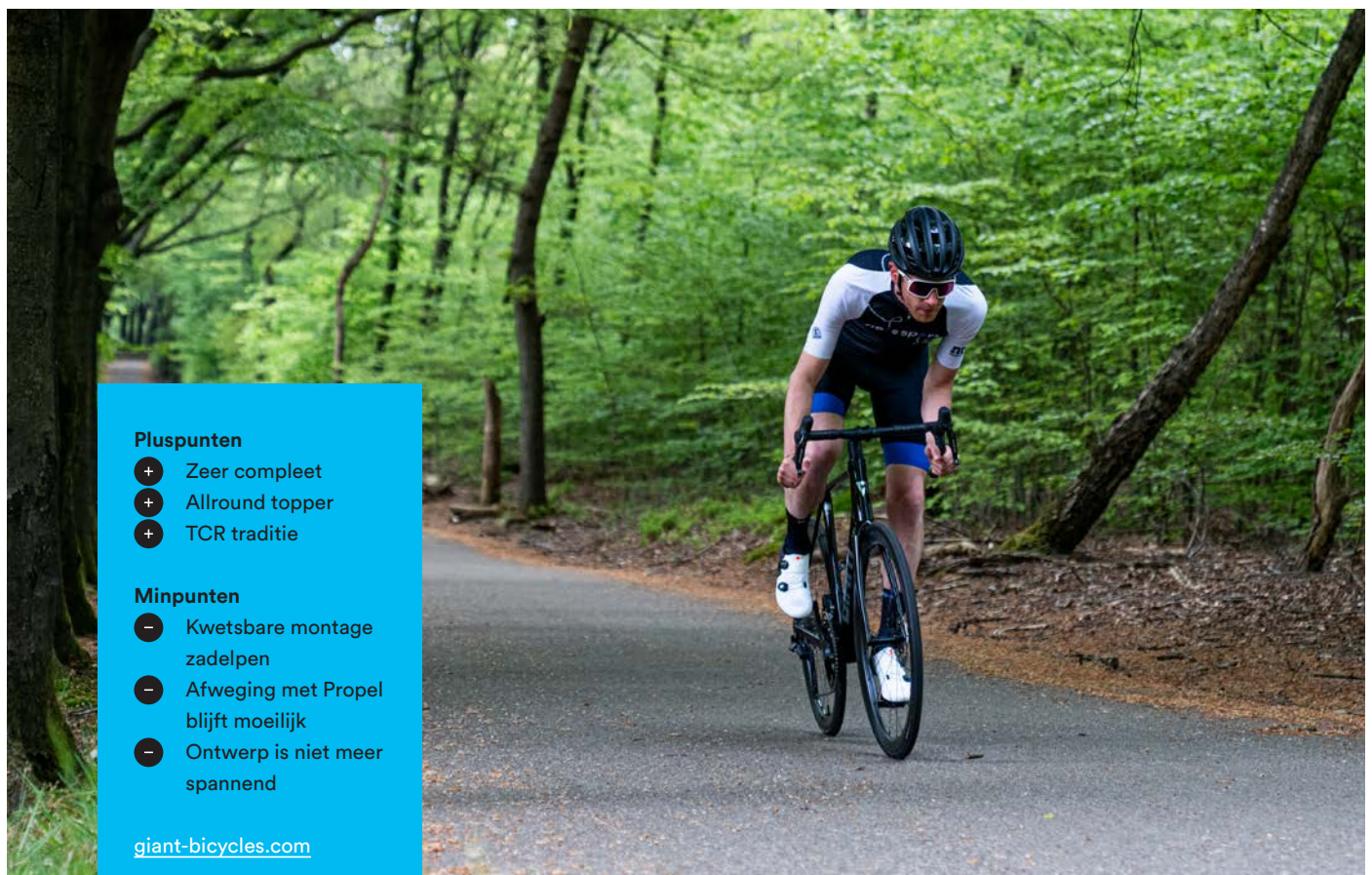
De grootst voelbare verandering is het 'flare stuur'. Dat geeft meer controle onderin de beugels en minder luchtweerstand op de remhendels. Andere verschillen met z'n voorganger zijn moeilijk

waarneembaar, mijn sierlijk wapperende laboratoriumjas ten spijt.

Troonopvolger

De troonopvolger is weer net iets beter dan de al zo sterke voorganger. Hoewel je voor deze uitvoering een stevig bedrag (€4.899) moet neerleggen, noemt men dit het middensegment. Klimmen, sprinten of lange ritten, deze complete allround racer wedijvert met de top in het segment. Is dit de fiets die je koopt na het rijden van een instapmodel, dan weet je niet wat je meemaakt.

Toch heeft Giant met de Propel een stevige concurrent in eigen huis. Ietsjes zwaarder, maar een tikje aerodynamischer en met dezelfde geometrie. De keus hangt af van je wensen, al blijft er weinig te wensen over. Zeker met de meest geavanceerde 105-groep ooit. •



Pluspunten

- + Zeer compleet
- + Allround topper
- + TCR traditie

Minpunten

- Kwetsbare montage zadelpen
- Afweging met Propel blijft moeilijk
- Ontwerp is niet meer spannend

giant-bicycles.com



ONTDEKKINGSREIS LANGS DE KUST



De LF Kustroute strekt zich uit langs de Nederlandse kustlijn, van Zeeland tot Groningen. Met onderweg prachtige natuur, levendige stadsgezichten en de verfrissende geur van de zee. Merijn Heijne ging op een vijfdaagse ontdekkingsreis.



Ons avontuur begint op de grens van Nederland met België. En zal na ruim 600 kilometer eindigen in het Groningse Bad Nieuweschans, het oostelijkste punt van Nederland. De langeafstandsfietsroutes, beter bekend onder hun korte naam: LF-routes, bestaan al tientallen jaren. Rond 2020 zijn vier LF-routes vernieuwd. Zo ook de LF Kustroute, die met bordjes is gemarkeerd.

De route begint officieel in Cadzand-Bad. Deze Zeeuwse badplaats is een paar pedaalslagen verwijderd van natuurgebied Het Zwin. We fietsen erlangs vanuit het wat zuidelijker gelegen Sint Anna ter Muiden. Daar zijn we vanochtend begonnen, op het westelijkste puntje van Nederland. Na een klein stukje Belgisch binnenland fietsen we na een paar kilometer al langs de kust,

de Zeeuwse kust. We hadden nu graag willen zeggen dat de zon ons verwarmde en een zacht briesje onze fietsen relaxed naar het noorden duwde. Maar helaas, het miezert en er staat een frisse noordenwind. Echt kustweer. Toch genieten we op het fraaie fietspad langs het water van het weidse uitzicht.

Bijzondere fietsplek

Bij Breskens pakken we de Westerschelde Ferry naar Vlissingen. Deze veerdienst tussen Zeeuws-Vlaanderen en Walcheren is er speciaal voor fietsers en voetgangers. En handig: de boten varen het hele jaar door. Het zou voor ons niet de eerste keer zijn dat we in het voorjaar bij een pont aankomen, die nog niet blijkt te varen. Gelukkig wordt ver omfietsen ons dit keer bespaard. Vanaf Vlissingen stoempen we verder. Het wordt wat droger en een waterig zonnetje staat op het punt van doorbreken. We komen langs Zoutelande, waar we een mislukte poging wagen om niet met het bekende nummer van BLØF mee te zingen. Maar waarschijnlijk doe jij dat nu ook bij het lezen, toch?

Ons plan is om in vijf dagen de hele Kustroute te fietsen. Op de handige website is de route ingedeeld in tien overzichtelijke etappes, kies dus vooral je eigen tempo. Wijzelf fietsen graag door, maar Domburg is zeker de moeite waard om even te stoppen. In deze oude kunstenaarskolonie vonden beroemde schilders als Piet Mondriaan hun inspiratie in de zilte zeelucht. Walcheren is ook de poort naar één van de meest bijzondere fietsplekken van Nederland: de indrukwekkende Oosterscheldekering, onderdeel van de Deltawerken. Over Neeltje Jans fietsen we verder, vol tegen de wind in.



Overweldigend

De Kustroute leidt ons door het heuvelachtige duinlandschap van Westerschouwen, het grootste bos van Zeeland. Maar je kunt de route onderweg altijd aanpassen naar eigen inzicht. Dan zou je ook langs De Plompe Toren kunnen fietsen, een kerktoeren ten zuiden van Burgh-Haamstede. Deze toren van 23 meter hoog is het enige restant van het verdwenen dorp Koudekerke.

Graag gebruiken we hier nu een 'disclaimer'. Want de Kustroute is te mooi en te lang om alle hoogtepunten te noemen. Om een opsomming te voorkomen van iedere prachtige plek onderweg, maken we af en toe een sprong in afstand en tijd. Vandaar onze welgemeende excuses aan onder meer de indrukwekkende Brouwersdam, het Zuid-Hollandse Goeree-Overflakkee en het fraaie duinlandschap van (schier)eiland Voorne-Putten.

De Kustroute kent vele contrasten, van natuurlijke rust tot industrieel spektakel. Zo fietsen we plots over de intrigerende Maasvlakte. Ondanks de overweldigende aanwezigheid van Rotterdam als één van 's werelds grootste havens, blijft ook hier de schoonheid van de route fier overeind staan. De volgende dag fietsen we alweer door een oase van rust en stilte in de buurt van Noordwijk. Ben je hier in het voorjaar, maak dan zeker een omweggetje langs de kleurrijke bollenvelden.

Afgesloten Afsluitdijk

Het is droog en de wind is gedraaid in ons voordeel. Het avontuur gaat maar door en we zijn nog niet eens halverwege. Wat ons onderweg opvalt is hoeveel prachtige natuur er ligt in de drukke Randstad. Ingeklemd tussen de kust en drukke bebouwing liggen de Amsterdamse Waterleidingduinen en Nationaal Park Zuid-Kennemerland, een landschap van oude duinen, strandwallen en



De LF Kustroute is te mooi en te lang om alle hoogtepunten te noemen





Handig om te weten

- De LF-Kustroute heeft een eigen fietsgids, gratis app en website vol inspiratie.
- De Kustroute is geschikt voor de racefiets, hoewel je enkele gravelfietspaden zult tegenkomen.
- In de route zitten smalle en drukke fietspaden. Dat maakt hem minder geschikt voor groepen.
- Er zijn ook LF-weekendtochten om in 2-3 dagen af te leggen. Leuk als kennismaking met het fietsen over meerdere dagen.

Meer informatie:
nederlandfietsland.nl/lf-routes



Natuurlijke rust en industrieel spektakel: de Kustroute kent prachtige contrasten



dichte bossen. Met onze tip voor IJmuiden: neem hier het fietspad over de enorme zeeluis en verbaas je over de industrie in dit gebied.

Langzaam maar zeker komen we aan het eind van het Noord-Hollandse vasteland. Onderweg genieten we van de rust in de duinen bij Schoorl. En na een heuse haarspeldbocht fietsen we magnifiek buitendijks richting Den Helder. Hier lijkt de tijd te vertragen, terwijl de wereld om ons heen verdwijnt in water en lucht. We moeten kiezen: wordt het de boot naar Texel, daarna door naar Vlieland en komen we weer aan wal in het Friese Harlingen? Of fietsen we door in de richting van Den Oever? Wij kiezen voor deze tweede optie.

Na het Amstelmeer, waar het water rustig rimpelt in de ochtendzon, doorkruist de Kustroute een bijzonder stukje Nederland. Wieringen, ooit een eiland in de Waddenzee, werd hier in 1930 verenigd met het vasteland door het inpolderen van de Wieringermeer. Vanaf Den Oever, ooit gelegen aan de woeste Zuiderzee, waren we graag over de Afsluitdijk gefietst. Helaas! Naar verwachting kan er pas op z'n vroegst in 2026 weer over deze machtige dijk gefietst worden. Niet getreurd, met de fietsbus worden we netjes afgezet in Kornwerderzand. Daarna fietsen we door naar Harlingen, de enige van de Friese elf steden die we aandoen op de Kustroute. We hebben er inmiddels 400 kilometer opzitten.

Buitendijks fietsen

De route kronkelt verder langs de Friese noordkust. In dit land van terpen en kwelders wordt de stilte slechts doorbroken door het geluid van vogels en de verrassend zachte bries van de Waddenzee. Waar eens de

slikwerkers hun ruggen kromden ligt nu Noard-Fryslân Bûtendyks. Dit unieke natuurgebied tussen Zwarte Haan en de pier van Holwerd is een van de grootste kwelders in Europa. We verwonderen ons ter plekke opnieuw over het geweldige buitendijks fietsen.

We merken wel dat de afgelopen dagen er stevig inhaken. Niet zozeer fysiek, het fietsen gaat prima. Maar wel mentaal door de voortdurende diversiteit aan indrukken. En nog houdt het niet op, want na Nationaal Park Lauwersmeer wacht het verrassende Groningen nog om ons over te verbazen. Over het 'halve fietspad' in de buurt van Warffum bijvoorbeeld (waarvan letterlijk één helft is afgesloten omdat het over privéterrein loopt). Of het schattige zeehaventje bij Noordpolderzijl. En wat een geluk als een paar zeehonden nieuwsgierig opkijken vanuit het water.

Na Delfzijl laten we de historische Batterij Fiemel, het bijzondere landschap van de Punt van Reide en de stille wateren van de Dollard achter ons. Het einde van onze ontdekkingsreis langs de kust komt in zicht. In deze uithoek van Nederland, waar de wind weer vrij spel heeft, stoppen we in Bad Nieuweschans, op de grens met Duitsland.

We kunnen verder fietsen want de North Sea Cycle Route, waarvan de LF Kustroute deel uitmaakt, strekt zich uit langs de hele Noordzee. In zesduizend kilometer door Duitsland, Denemarken, Zweden, Noorwegen, Schotland, Engeland, Frankrijk en België, terug naar het punt waar onze reis begon. Dus wat wordt het? Terug naar huis vol met verhalen of op zoek naar nieuwe avonturen? De keuze is aan jou. •



LF Kustroute
620 kilometer
880 hoogtemeters
fietssport.nl/lfkustroute



fietsshop

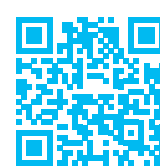
BBB CYCLING Dubbelloops fietspomp

Licht van gewicht, compact van formaat en krachtig genoeg om er een raceband mee op te pompen. Dat zijn de kenmerken van de ideale fietspomp voor onderweg. Een onmogelijke combinatie? Niet volgens de Nederlandse producent BBB Cycling. De ontwerpers gingen de uitdaging aan en ontwikkelden de DoubleShot. En wonnen er ook nog eens twee internationale designprijzen mee. Wij onderwierpen de pomp aan de test. Is 'ie een keiharde knaller of worden de prestaties zelf vooral opgeblazen? Scan de QR-code voor de hele review!

€59,95



Foto Koen Mol



Scan mij!



€3.350,-

SRAM Lichter dan DURA-ACE

Het paradepaardje van SRAM, de RED AXS-groep, is vernieuwd. Belangrijkste verandering is het nieuwe ontwerp van de shifters. Dat zou je meer comfort én remkracht moeten geven. Tot 80 procent met de handen op de remgrepen. Daarmee wordt 'remmen met één vinger' realiteit, aldus het Amerikaanse onderdelenmerk. Voor de 'weight weenies' onder ons: de groep is 153 gram lichter dan zijn voorganger en daarmee volgens SRAM de lichtste groep in de markt. Je kunt tegen je fietsmaatje met Shimano DURA-ACE toch maar mooi zeggen dat jouw groepset 10 gram lichter is. Uiteraard is 'ie volledig draadloos en elektronisch. Met een prijs van 3.350 euro (inclusief Hammerhead Karoo-fietscomputer) is deze groep voorbestemd voor een select clubje liefhebbers. [SRAM.COM](https://www.sram.com)

BIORACER Perfecte gadget

Fietsvakantie in de bergen gepland deze zomer? Dan is de Fietssport-bandido de perfecte gadget om je nek warm te houden tijdens een afdaling. Hij is multifunctioneel, want hij kan je ook hoofd koel houden tijdens de klim. De bandido heeft een polyester bovenkant en fleece onderkant. Voor NTFU-leden kost 'ie nog geen tientje. In de webshop kun je meteen ook een voordelige Fietssport-kledingset scoren. [FIETSSPORT.NL/KLEDING](https://www.fietssport.nl/kleding)

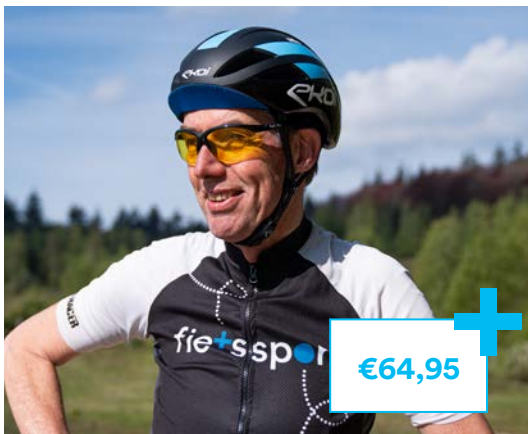


€9,95

CERVÉLO Nieuwe gravelracer

Cervélo heeft zijn gravelracer, de Áspero, voorzien van een update. Het frame is opnieuw ontworpen om de fiets comfortabeler en aerodynamischer te maken. En waar je op het vorige model uit 2019 nog kabels zag lopen, zijn deze in de nieuwe versie volledig geïntegreerd. Je kunt er bredere bandjes insteken: tot 45 millimeter. De fiets is voorzien van een T47-A trapas met schroefdraad. Dat is praktisch bij het plegen van onderhoud. Afgemonteerd met een SRAM APEX XPLR groepset en Alexrims Boondocks 7D wielen kost 'ie 3.699 euro. Zoals op de foto, uitgerust met SRAM Rival XPLR AXS en Reserve-wielen (nee, geen reservewielen, maar wielen van het merk Reserve!), komt 'ie op 5.799 euro.



 €3.699,-


 €64,95
LEDS SPORT Twee in één

Een sportbril mét leesgedeelte. Voor fietsers zoals onze medewerker Erik is het een uitkomst. Hij onderwierp de Leds Sport Eagle Five bifocale sportbril aan de test. Het ontwerp voelt misschien wat 'oldskool' aan in tegenstelling tot de grote sportbrillen die tegenwoordig op de markt zijn. Maar met mijn normale sportbril kan ik de minuten en wattages op het scherm van mijn fietscomputer maar moeilijk lezen. Met de Eagle Five daarentegen, blijft mijn blik scherp. Scan de QR-code voor de hele review!



Lees de review!


FORTO CYCLING Utrechtse vermogensmeter

De markt voor vermogensmeters wordt gedomineerd door multinationals, zoals Garmin, Stages, 4iiii, SRAM en Shimano. Dit zorgt er ondanks de concurrentie voor dat de prijzen hoog blijven, aldus Lucas den Otter uit Utrecht. Bovendien krijg je volgens hem in het geval van reparatie en garantie te maken met gedoe en lange wachttijden. De afgestudeerde econoom en fanatiek fietser zag markt voor een wattagemeter met een betere prijs-kwaliteitverhouding. Inclusief snelle service, twee jaar garantie en 'niet tevreden, geld terug'. De vermogensmeter is verwerkt in de crank en verkrijgbaar vanaf 219 euro. [FORTOCYCLING.NL](https://fortocycling.nl)



 €219,-

NUROAD C:62

THE FREEDOM TO CHOOSE
YOUR OWN PATH



CUBEBIKESNL



CUBE-BIKES.NL



SCHWALBE Duurzame gravelband

Ben je geen fan van bandenplakken? Dan is een tubeless lekbestendige band misschien wel een goede oplossing voor je komende graveltrips. Wij laten het 'oldskool' bandenplaksetje ook liever thuis in de schuur liggen en hebben de Schwalbe G-One Tubeless Easy Overland-banden voor je getest op de gravelwegen rond Valencia. De lekbestendigheid van de sloffen met Addix Speedgrip-rubber is op de grove paden goed op de proef gesteld. Is deze gravelband de go-to optie voor de Nederlandse avonturier die ook graag eens over de grens (van het mogelijke) gaat? Lees de review via de QR-code!



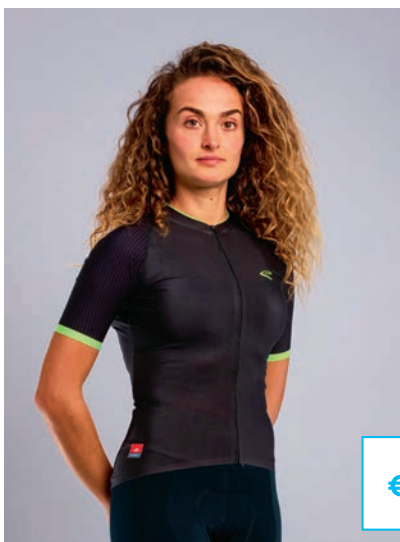

€64,90


Scan mij!


CLOSETHEGAP Alleskunner

CloseTheGap heeft met de HideMyBell Raceday DM een stijlvolle oplossing voor je fietsbel- en navigatie-montage. De houder is net als de houders die het Nederlandse bedrijf aan Visma | Lease a bike levert, gemaakt van een met carbon versterkt kunststof. Hiermee is er een lichtgewicht en sterke constructie. De DM monteer je aan de bouten van je stuurpen. Zonder klem rondom je stuur oogt dit type houder strakker op je stuur. De afklikbare bel kun je veilig bedienen vanaf het stuur. Mocht je nog een plek voor je lamp zoeken? Deze kan onder de houder worden gemonteerd. [CLOSETHEGAP.CC](https://closethegap.cc)




€62,-
**EKOI Thermoregulerend shirt**

Tijdens de Tour de France van 2023 trokken de renners van Israel Premier-Tech de aandacht van de concurrentie en de media. De reden: zij waren de enigen die de hoge temperaturen trotseerden met gesloten truien. Met Michael Woods' overwinning op Puy de Dôme, met gesloten shirt, werd het bewijs geleverd van de waarde van de Outlast-technologie, aldus de Franse kledingfabrikant Ekoï. Deze thermoregulerende technologie zorgt ervoor dat je lichaam op de juiste temperatuur blijft. Het Outlast-shirt koelt wanneer het warm is en verwarmt wanneer het koud is. Het zorgt voor een behoorlijke vermindering van transpiratie van 30 tot 50 procent, aldus Ekoï. Verkrijgbaar voor mannen en vrouwen.

[EKOI.COM](https://ekoï.com)


€151,24

Comeback-clubs

Tekst Johan van Leipsig Beeld Jonah van de Burgt

Wat doe je als je club in onrustig vaarwater terechtkomt? De Tweewielers en WV Holten herrezen als een fenix uit de as, met een beetje hulp van de NTFU.





De club was een mini-samenleving met alles wat erbij hoort

Cor van Triest werd twee jaar geleden lid van De Tweewielers uit het Brabantse Cuijk en trad al vrij snel toe tot het bestuur. Oud-bestuurslid Erik Lammers loopt al wat langer mee bij De Tweewielers en vertelt over de periode waarin zijn club in het slop belandde. “De club was een soort mini-samenleving met alles wat daarbij hoort. Dus ook mensen die elkaar wel of niet liggen, discussies over te hard dan wel te zacht rijden, gevaarlijk rijgedrag. De club bestond ook vooral uit oudere leden en alles verliep wat routinematig. Leden wilden vasthouden aan oude zaken en stonden niet echt open voor vernieuwing. De sfeer werd bovendien nog eens nadelig beïnvloed door een dodelijk ongeval tijdens het fietsen van één van onze leden. De spanningen die er al heersten over het onderwerp veiligheid werden daardoor verder uitvergroot. Met als gevolg dat de motivatie om samen te fietsen verminderde en er steeds minder leden kwamen opdagen.”

Vier S'en

Het bestuur kwam voor de vraag ‘wat nu?’ te staan, zegt Lammers. “We hebben onszelf de vraag gesteld of we nog wel wilden doorgaan en hoe de club dan opnieuw georganiseerd moest worden. Die vragen hebben we ook aan onze leden voorgelegd. Daaruit bleek dat de leden door wilden met elkaar, het fietsplezier was er nog steeds. Dat wilden ze ook weerspiegeld zien in de club. Het moest geen puur servicegerichte club worden die alleen maar randzaken zoals verzekering en contributie regelt en verder alles overlaat aan de leden.”

Het resultaat was dat het bestuur samen met de leden een nieuwe basis legde voor De Tweewielers. “Een heldere visie als bestuur, behouden wat goed gaat, niet willen groeien om het groeien en zorgen dat iedereen enthousiast lid is en zo ambassadeur van de club wordt naar de buitenwereld. Daar zijn de vier ‘S’en’

uitgekomen: Samen, Sportief, Sociaal en Safe. We maakten duidelijke afspraken over die thema’s, communiceerden alles op een positieve manier naar de leden. Langzamerhand werkte dat en zo kwamen er ook zonder te werven nieuwe leden bij. Mond-tot-mondreclame werkt dus echt.”

Basale vragen

Er kwamen bij De Tweewielers duidelijke regels over fietsen in een groep, de route en de snelheid. De club stelde wegwagkapiteins aan. Elkaar aanspreken en afspreken wie verantwoordelijkheden heeft, is ook een belangrijk aspect van de nieuwe cultuur”, zegt Van Triest. “Het is nu een hele fijne groep om mee te rijden. Regels worden nageleefd maar ook up-to-date gehouden en aangepast indien nodig.” Ook aan het sociale deel werd gewerkt door onder andere het opzetten van een WhatsApp-groep, het organiseren van clubweekenden en barbecues. In de tussentijd werkte de Cuijkse club veel samen met de NTFU,



met name Martine van de Veen, om zich opnieuw uit te vinden.

Lammers en zijn collega's bezochten regionale bijeenkomsten van de NTFU, om te zien wat er te leren viel van andere clubs. "Dat heeft veel geholpen, maar we hebben het meeste gehad aan de ledenenquêtes die we vanuit de NTFU hebben gehad met fundamentele vragen die we ons als vereniging moesten stellen om een nieuwe koers te bepalen. Samen fietsen kwam daar als een belangrijke wens uit vanuit de leden, evenals het elkaar aanspreken op rijgedrag. Daar hebben we ons dan ook op gericht. Gelukkig met veel succes, want

het ledenaantal groeit gestaag en de sfeer is een stuk verbeterd!"

Leden zijn het fundament

Voorzitter Erik Huzen van Wielervereniging Holten in Overijssel richt zijn blik het liefst vooruit. Toch kijkt hij kort terug op de periode waarin het bergafwaarts ging met de wielervereniging. "In 2020-2021 is er behoorlijk wat tumult geweest waardoor het animo en de sfeer binnen de vereniging deuken hebben opgelopen. We vroegen ons toen af hoe we de club een nieuwe start konden geven. Want we vonden het allemaal van de gekke dat er in een dorp waar een berg (de Holterberg

op de Sallandse Heuvelrug, red.) en een triatlon is, en waar veel toeristen komen, geen bloeiende wielervereniging bestaat."

Genoeg dadendrang dus, waaruit een continuïteitscommissie ontsprong met mensen die niet bang waren om externe hulp te vragen en rond te kijken hoe clubs elders in het land bestuurd worden en daarvan te leren. "Daar waren we wel verbaasd over eigenlijk, hoe weinig clubs de blik naar buiten gericht hadden. De NTFU heeft daarbij ook geholpen in de vorm van Rabo Clubsupport. Met de hulp van Dorien Willems en Matthijs van den Berg hebben we een heel traject doorlopen op



‘We vonden het van de gekke dat er in het dorp van de Holterberg geen bloeiende wielervereniging bestaat’

weg naar een nieuw begin. Dat duurde een jaar, waarin we hebben gekeken naar de visie, missie en vooral de wensen van de leden. Want daar begint het. Een gezonde club floreert door betrokken leden. We zien dat bijvoorbeeld ook bij het onlangs in gebruik genomen clubhuis dat we delen met de lokale hockeyclub. Het zorgt voor veel verbinding, zo hebben we gemerkt. De energie vanuit de leden was er, maar de richting die we op moesten was een tijd lang onduidelijk.”

Durf hulp te vragen

“Het was vooral Matthijs die ons erop wees dat het succes van een club afhangt

van de leden en het bestuur slechts faciliteert”, constateert lid Andrea Groenewegen. “Gelukkig is er een groepje leden opgestaan om het bestuur te vormen, vooral gedreven vanuit de gedachte dat Holten toch echt een wielervereniging moet hebben. Alle bestaande commissies die zich met het organiseren van een specifiek evenement bezighouden, zijn opnieuw in kaart gebracht en deels nieuw geformeerd. De grote evenementen dit jaar, zoals de Beemd en Bergtoer en de Holterbergtoer, zijn met vol enthousiasme georganiseerd. Een kleine oproep leverde voldoende vrijwilligers op, zelfs van buiten de vereniging. Mensen willen er echt aan bijdragen en het is fantastisch om te merken dat nieuwe energie zich hierin vertaalt.” Erik Huzen vult aan: “Het motto van de transitie van onze vereniging is samen te vatten in ‘Durf buiten je bestaande kaders te denken en hulp te vragen, er komt gegarandeerd een beter antwoord.’” WV Holten wil na het veranderproces bekend staan als een vereniging waarin het plezier van fietsen vooropstaat en iedereen zich veilig voelt. “Hierin omarmen we de richtlijnen op het gebied van sociale veiligheid die we aangeboden krijgen van NOC*NSF.”

Procesbegeleiding

De NTFU ondersteunt verenigingen op twee manieren, vertelt Luuk Berends. “Aan de ene kant door collectieve diensten die lastig zijn voor clubs om zelf te regelen, zoals verzekeringen, inschrijfsys-

temen en apps. Aan de andere kant zetten we in op persoonlijke begeleiding als er iets speelt binnen een vereniging. Het gaat dan om ondersteuning op maat door bijvoorbeeld een procesbegeleider of een juridisch expert, maar op zo’n manier dat de vereniging inhoudelijk betrokken is en zelf de basis legt om structureel verder te kunnen. De ondersteuner legt verbindingen, houdt sessies met de leden en bestuur en geeft richting aan het veranderproces door actief op zoek te gaan naar de oorzaak van een probleem. We hebben inmiddels een aardig netwerk opgebouwd met partijen die kunnen helpen zoals Rabo Clubsupport maar ook vanuit het Sportakkoord, lokale subsidies of bijdrages vanuit de NTFU. Vanuit de NTFU kunnen we ook verbinder zijn tussen hulpvragen en het inzetten van passende ondersteuning en aanvragen van mogelijke bijbehorende subsidies.” •

Lid worden van TC de Tweewielers in Cuijk of WV Holten? Ga naar fietssport.nl/detweewielers of fietssport.nl/wvholten





**LIMBURGSE
NIEUWKOMER**



De Amstel Gold Race heeft een nieuwe bordjesroute geopend. Hoofdredacteur Bram de Vrind testte de route en ontdekte onbekende hellingen weg van het wedstrijdparcours.



Het is een soap die bijna net zolang loopt als ‘Goede Tijden Slechte Tijden’ dat al 33 jaar op de buis is: de drukte in het Zuid-Limburgse Heuvelland. Met hoofdrollen voor bewoners die hun rust verstoord zien en wielrenners die massaal naar Limburg trekken om er lekker te fietsen.

Dat leidt, zoals het een goede soap betaamt, al jaren tot conflicten tussen beide groepen. Bijvoorbeeld met het voorstel om het aantal toertochten in de gemeente Vaals terug te schroeven. De nieuwste aflevering is er echter één van verzoening. De organisatie van de Amstel Gold Race vernieuwt zijn bordjesroutes, die sinds 2009 vanuit Valkenburg te fietsen zijn. Doel: eraan bijdragen dat het wielertoerisme in de streek wordt gespreid, met als gevolg minder ‘overlast’ voor de bewoners.

Flow

Belangrijkste verandering is de vierde lus (91 kilometer, 750 hoogtemeters) die is toegevoegd. Deze nieuwe lus cirkelt in oostelijke richting rondom de Parkstad-regio met plaatsen als Heerlen en Kerkrade. Het landschap golft er ook daar op los, zoals je van Zuid-Limburg gewend bent. Maar de klimmetjes zijn wat korter dan in het zuidelijke Heuvelland, waardoor

het profiel minder zwaar is. Omdat de route deels door stedelijk gebied loopt, zijn er een paar drukke tussenstukken. Houdt dat te veel op of zit er voldoende de ‘flow’ in de route? Op naar Zuid-Limburg om het parcours te testen. We zijn benieuwd!

De lente knalt deze ochtend nog uitbundiger dan een vuurwerkshow op nieuwjaarsnacht. Felgele paardenbloemen en spierwitte madeliefjes glimlachen ons toe vanuit de bermen. De lentebloesems zijn op hun hoogtepunt en aan de bomen zit vers blad dat bijna fluogroen kleurt. Een veulen huppelt in de weide en de geur van bloesems dwarrelt ons tegemoet als we de heuvels in fietsen.

Om de drukte in Valkenburg te mijden, pakken we de route iets noordelijker op in Wijnandsrade. We zijn eigenwijs geweest en hebben de route hier en daar aangepast met rustiger wegen en gepeperd met een paar extra klimmetjes. Via het Mulderswegske duiken we naar de Geleenbeekvallei en fietsen langs de Alfabrouwerij. We laten het bier staan om via het buurtschap Thull naar de Krekelberg te klimmen. Het klimmetje (800 meter, 4 procent) stelt niet veel voor, maar de



omgeving is grandioos. We klimmen langs oude boerderijen en verlaten het buurtschap om onze weg te vervolgen tussen de gaarden. Er ontvouwt zich een panorama met het buurtschap in de kom van het dal, de gaarden op de hellingen die doen denken aan een Franse wijnstreek, bloeiende bloesems in de weides en een bos op de heuvel. De eerste spreekwoordelijke ansichtkaart steken we in de zak.

Zwoegen

Op het Plateau van Doenrade vermaken we ons op een aaneenschakeling van glooiende landwegen, doorkijkjes en vergezichten, pittoreske dorpjes en bescheiden klimmetjes. Anders dan in het Heuvelland zijn de hellingen zo kort dat we ze op de macht kunnen nemen. Op de Schatsberg is het even zwoegen op het stukje holle weg tussen de bomen om vervolgens hup, te versnellen als de weg afvlakt op het plateau. Heerlijk! Vanaf de getrapte klim van het Wintrakerpaadje hebben we fraai uitzicht op het voormalige klooster Watersley, dat tegenwoordig een pleisterplaats is voor wielersprofs en andere topsporters.

Bij Bingelrade genieten we nog eens van het uitzicht op de golvende wegen. Maar flatgebouwen aan de horizon kondigen dan al de naderende stad aan. In de omgeving van Brunssum volgt een stedelijk 'tussenstuk'. Op hoofdwegen langs een NAVO-basis en een vuilverwerkingsbedrijf maken we tempo om er zo snel mogelijk vanaf te zijn.

Verborgene parel

Gelukkig leidt het tussenstuk naar een verborgene parel. We belanden in de streek rond het Wormdal, die met slingerende landwegen, pittoreske dorpen en fraaie klimmetjes, is ingeklemd tussen de Parkstad en de Duitse grens. We dalen af naar het dorpje Rimburch (geen typefout!), met zijn volle terrassen, en klimmen via de Lindegracht terug naar het plateau. Het uitzicht wordt gedomineerd door de oude watertoren die bijna 100 jaar geleden werd gebouwd door de voormalige



Een veulen huppelt in
de weide en de geur van
bloesems dwarrelt ons
tegemoet als we
de heuvels in fietsen



LET THE JOURNEY BEGIN.

Ontdek de perfecte rit met Rompelberg Cycling Holidays.
Premium fietshuur voor volledige fietsvakanties!



steenkolenmijn 'Laura en Vereeniging'. Tegenwoordig is er een restaurant in gevestigd. Prima pauzeplek halverwege de route! We bestellen een koffie, colaatje erbij voor de suikers en hydratatie, en smullen van een riant stuk Limburgse vlaai.

We springen weer op de fiets en vangen een glimp van de Eifel op in een afdaling – Aken is niet ver. Dat we in een voormalige mijnstreek zijn, bewijzen de huizen voor mijnbeambten, een foto van de voormalige mijn en een koepel die ons aankijkt vanaf zijn sokkel in Eygelshoven.

Zwaarste helling

De route manoeuvreert zich behendig voor stedelijk gebied. We fietsen door de Anstelvallei en langs de Cranenweyer, het enige stuwmeer van Nederland. Vervolgens volgen we de Ring Parkstad rondom Heerlen. Bij Simpelveld steken we terug het bekende Heuvelland in. Daar krijgen we veruit de zwaarste helling van de dag voorgeschoteld. De Oude Huls: een kilometer klimmen, met stukken tot twaalf procent! Er zit nog wel wat in de tank, dus we knallen de heuvel op en werpen zo nu en dan een blik richting de Parkstad die onder ons ligt.

De route duikt dan opnieuw richting Heerlen via een lus die we niet helemaal begrijpen. Het parcours had Heerlen en Kunrade/Voerendaal makkelijk kunnen mijden. Gelukkig wordt dat goed gemaakt in de 'finale'. We beklimmen de verstopte Koulenberg, genieten van het uitzicht vanaf de hoogtes en suizen dan via de Goudsberg richting Valkenburg. In de vallei slingert een



landweg naar een oude boerderij, in de verte prijkt de markante Wilhelminatoren met kruis boven de stad.

Of deze lus kan opboksen tegen de andere lussen over bekende hellingen in het Heuvelland? Ons antwoord is: nee. Daarvoor heeft de route te veel stedelijke stukken. Maar als je Amstel Gold Racelus twee of drie met de Cauberg, Keutenberg en Gulperberg inmiddels kunt dromen, is deze nieuwkomer zeker een goed alternatief. Of als je een clubweekend in Limburg plant en niet steeds over dezelfde wegen wilt fietsen. Het Plateau van Doenrade en de streek rond het Wormdal zijn parels waar je zeker eens gefietst wilt hebben. Daarmee draag je ook nog eens bij aan het spreiden van de Limburgse recreatiedruk. •



Parcours:
 88 kilometer, 885
 hoogtemeters
 Let op: de
 Fietssport-versie
 wijkt deels af van de
 bordjesroutes.
[Fietssport.nl/agrlus4](https://fietssport.nl/agrlus4)

Pluspunten:

- + Alternatieve Amstel Gold Racelus, door mooi gebied
- + Onbekende hellingen
- + Route manoeuvreert handig door stedelijk gebied

Minpunten:

- Meer stedelijk gebied dan de andere Amstel Gold Racelussen



De vrouw van 40.000

Tekst Merijn Heijne Beeld Michiel Maas

Clubhelden zijn de motor van fietsend Nederland. Van de wegkapiteins en trailbouwers tot koffieschenkers en andere NTFU-leden met een inspirerend verhaal. Maartje Verhagen, lid van WSV de Zwaluwen uit Deventer, is zo'n onmisbare schakel.

De weg naar de liefde voor de fiets is soms een rechte lijn. Bijvoorbeeld wanneer je als kind al je eerste racefietsje kreeg van fietsende ouders. Maar fietsgeluk kent ook veel kronkelige wegen. "Ik kom uit een echte hockeyfamilie", vertelt Maartje Verhagen (37). Na twee operaties aan haar knie moest Maartje noodgedwongen stoppen met hockeyen. "Daar baalde ik enorm van. Ik had zoveel energie en die moest ik ergens in kwijt. Ik ben toen als een malle gaan fitnesssen en ik deed vaak spinning."

Van de stilstaande spinningfiets maakte Maartje zo'n tien jaar geleden de overstap naar de mountainbike. Bij één van haar eerste ritten kwam ze flink ten val. "Heel m'n been was blauw, daar moest ik wel even van herstellen. En misschien was mountainbiken toch niet de juist fietssport voor mij."

Amstel Gold Race

Collega's van Maartje hadden al enkele keren de Amstel Gold Race gefietst. "Ze vroegen of ik zin had om mee te gaan naar Limburg. Nou, graag! Maar dan wilde ik wel de toertocht van 150 kilometer fietsen. Bij de eerste training in de winter heb ik alles bij elkaar gevloekt. Ik fietste namelijk nog op m'n mountainbike. En dat ging natuurlijk voor geen meter tegen hun racefietsen. Na die training heb ik meteen een racefiets gekocht."

'Ondanks mijn breuk ga ik door met trainen'

Maartje woonde toen nog in Arnhem, haar niet-fietsende vriend in Deventer. Daar werd ze lid van De Zwaluwen, bekend van de traditionele roodgroene clubkleding. "Ik was nog maar net lid toen ik werd gevraagd om secretaris te worden. Dat heb ik gedaan. Ik vond het fijn om na een fusie de club juridisch te kunnen helpen. Bovendien is het gezellig om samen te fietsen. Ik ben namens De Zwaluwen ook afgevaardigde voor de Unieraad van de NTFU."

Maartje fietste regelmatig mee met de wekelijkse clubritten. En van Arnhem naar Deventer en Zutphen, waar ze

werkte. De dagelijkse kilometers liepen aardig op. "Het ging vrij gemakkelijk en ik had er veel plezier in. Het klinkt raar, maar bijna ongemerkt had ik binnen een jaar 29.500 kilometer gefietst."

In weer en wind was Maartje op pad. Ze droomde zelfs van het fietsen. Het jaar daarop haalde ze 30.000 kilometer, daarna zelfs 40.000 kilometer. "Ik vind lange afstanden fietsen echt geweldig. Het liefst zit ik de hele dag op de fiets. Het maakt m'n hoofd leeg en helpt me om helder te denken over dingen die op het werk spelen."

Onderuit

Begin april ging het mis. Maartje is lid van Randonneurs NL. Ter voorbereiding op een langeafstandstocht in Zwolle zou ze nog een rondje fietsen met De Zwaluwen. Op weg naar de gezamenlijke startplek ging ze in een bocht hard onderuit. Met als resultaat een gebroken sleutelbeen. Maar dat vond ze zelf niet het ergste. "Ik had net een nieuwe fiets en die was kapot. Daar moest ik vooral om huilen in het ziekenhuis. Ik moet nu even rustig aan doen, maar zit binnen toch alweer op de fiets. Ik heb onwijs veel zin in de Hanze 6-9-6 in september, een tocht van 2100 kilometer. Ondanks mijn breuk ga ik dus gewoon door met trainen." •

Lid worden van WSV de Zwaluwen uit Deventer?
Scan de QR code.





VAUDE

T-PAD



Met broekzeem voor elk terrein TRAIL & TRAVEL-tochten.

Active tight fietsbroek

Ergonomisch gesneden fietsbroek met T-Pad zeem

Waarom we MTB-routes soms verleggen

Op de meest kwetsbare plekken verleggen we routes om ruimte te geven aan beschermde soorten zoals de zandhagedis, adder, hazelworm, boomleeuwerik, nachtzwaluw en draaihal.



Petra (39) is enthousiast fietser en werkt bij Natuurmonumenten. Ze is regelmatig op fietsvakantie geweest en tegenwoordig gaat ze graag op pad met haar twee kinderen die beiden op wielrennen zitten.

@petrastrijdhorst

Wellicht heb jij hem al van je bucketlist gestreept: de MTB-route Veluwezoom, een prachtroute van 49 kilometer over 'ons' gebied. Uiteraard zijn mountainbikers welkom om deze route vanaf de Posbank te komen fietsen. Wel even een vignet kopen natuurlijk. Maar om de natuur te beschermen, maken we soms keuzes die van invloed zijn op routes van wandelaars, toerfietsers en in dit geval: mountainbikers.

Daarom is de route op de Ramenberg verlegd. Voorheen fietste je langs de heide, terwijl het pad nu door het bos loopt. Jammer voor jou als mountainbiker? Misschien wel, want het uitzicht over de golvende heide was natuurlijk fraai. Maar we doen dit niet zomaar.

Over de hele Veluwe werken we aan het rustiger maken van sommige delen van de natuur. Onder andere door het aantal paden terug te brengen en routes anders te laten lopen. Hoe meer afstand er is tussen de verschillende paden, hoe meer rust en hoe waardevoller het gebied is voor dieren. Op de meest kwetsbare plekken - vooral op de heide en de overgangen van heide naar bos - verleggen we paden en routes om ruimte te geven aan beschermde soorten zoals zandhagedis, adder, hazelworm, boomleeuwerik, nachtzwaluw en draaihal. In de Loenense bossen worden de routes iets verlegd en sommige andere paden worden opgeheven.

De context van deze maatregel is een droevige: het gaat niet goed met de natuur. Op veel plekken gaan soorten achteruit, of ze verdwijnen zelfs helemaal. Er zijn door de provincie Gelderland zogenaamde herstelprogramma's opgesteld. Een onderdeel daarvan is recreatiezonering. Kort samengevat: wat kan waar wel, en wat kan niet? We weten dat de overgang tussen heide en bos aantrekkelijk is voor bezoekers, maar dit is voor de natuur ook een heel belangrijke plek. Hier is de soortenrijkdom groot.

Vogelsoorten, zoals de boomleeuwerik, nachtzwaluw en de draaihal (Natura 2000-doelsoorten), broeden daar graag. De boomleeuwerik en nachtzwaluw maken hun nesten op de grond en zijn extra kwetsbaar. Bij verstoring worden de vogels die op de grond broeden verjaagd en hun kuikens overleven dat niet. Reden voor ons om juist op dat soort overgangen rust te creëren.

We zijn in gesprek gegaan met de vrijwilligers die de MTB-route onderhouden. Samen met Geldersch Landschap en Kastelen (aangrenzende terreinbeheerder van de Loenermark) en vrijwilligers hebben we gekeken wat wel een geschikte plek is, waar zij ook blij van worden. Daar hebben we uitgebreid de tijd voor genomen. Daarna hebben we andere belangenpartijen gesproken en geïnformeerd. Daardoor is het hele proces soepel verlopen. Dus als je op de Ramenberg fietst, bedenk je dat we de route ten faveure van de natuur een stukje om hebben gelegd. En laat je er vooral niet door weerhouden: de overige 48 kilometer van de MTB-route is nog altijd net zo aantrekkelijk! •

Toeren over autovrije Erasmusbrug

Altijd al (een stuk) op het parcours van een Grote Ronde willen rijden? Zondag 11 augustus is je kans. Dan wordt in het kader van de start van de Tour de France Femmes, de vrouweneditie van de Tour de France, een toertocht in Rotterdam en omgeving gehouden. Behalve in Rotterdam zijn er ook opstappunten in Den Haag en Dordrecht.

Tekst Edward Swier **Beeld** Shutterstock, Jonah van de Burgt, Peter van Rooij

Wie van buiten de Randstad komt, denkt bij Rotterdam en omgeving al snel aan veel bebouwing, industrie en drukte. Maar dat hoeft niet. Central Events heeft een vijftal routes uitgewerkt, van 25, 40, 70, 110 en 150 kilometer. Blijven de twee kortste logischerwijs dicht in de buurt van Rotterdam, de langste tocht tikt ook de kustlijn aan. Grote stukken gaan bovendien door het groen en langs de Oude Maas. Speciaal voor dit evenement wordt de binnenstad van Rotterdam autovrij gemaakt en kun je - net als de profs - over het officiële tijdritparcours fietsen. “Die 6,3 kilometer zitten in de toertocht. Zodat je dinsdagavond 13 augustus, als je tv kijkt, kunt zeggen: daar reed ik zondag ook”, aldus organisator Laurens Hillmann. Start en finish van de toertocht liggen bij de iconische Erasmusbrug, maar opstappen (en finishen) in Den Haag en Dordrecht is ook mogelijk.

DTC de Mol

Hoewel natuurlijk iedereen welkom is, hoopt de organisatie juist voor deze toertocht veel vrouwen te kunnen verwelkomen. Want alle betrokkenen zijn het erover eens dat de toertocht én de Tour de France Femmes een mooie aanleiding zijn om het (vrouwen)wielrennen in de regio te promoten. Juist dat was ook de reden voor DTC de Mol en de gemeente Dordrecht om aan te haken. “De betrokken gemeentes gebruiken het evenement om de breedtesport aan te jagen. Een toertocht kan een prachtige ‘legacy’ zijn. Zo organiseren we er in Utrecht al sinds de Giro-doorkomst jaarlijks één. Dat heeft



De binnenstad van Rotterdam wordt
autovrij gemaakt en je kunt over het
officiële tijdrithparcours fietsen



veel mensen geïnspireerd om te blijven fietsen”, zegt Laurens Hillmann.

Central Events organiseerde dus voor het eerst rond de Utrechtse Giro-etappefinish in 2010, een toertocht. En de Tour De France (2015) en Vuelta (2022) volgden nadien. “Maar een toertocht ter ere van een grote vrouwenronde, is nog niet eerder gebeurd in ons land. Dat is echt uniek.”

Leontien van Moorsel

Hoewel de routes van 25 en 40 kilometer aangemerkt staan als Ladies Rides, een initiatief dat overigens ooit door het Rotterdamse boegbeeld Leontien van Moorsel werd genomen, is de toertocht van 11 augustus bewust geen women only-evenement geworden. “Waarom zou je? Bij de toertochten rond de mannenrondes zijn toch ook niet alleen maar mannen welkom? Wel zetten we er natuurlijk op in dat zich meer vrouwen dan gemiddeld aanmelden.” Dat hoeft geen punt te zijn, als je ziet hoeveel vrouwen vandaag de dag – de meest recente Wielersportmonitor van de NTFU geeft het ook aan – fietsen.

Laurens Hillmann: “We zien bij onze evenementen een enorme toename in het aantal vrouwen dat

start. Dat is een goede ontwikkeling. Waar vrouwen zich in het verleden vaak vooral voor de kortere afstanden inschreven, zien we ook nu juist meer animo voor de langere tochten.”

Parkeren bij de club

De organisator denkt bovendien dat de keuze om niet alleen in Rotterdam te starten, maar ook Den Haag en Dordrecht als opstapplaats aan te merken, een positieve impuls is. Ada uit de Bosch, bestuurslid van DTC de Mol uit Dordrecht, heeft dat idee ook. “We maken het mensen die van buiten komen hiermee toch een stukje makkelijker. Die hoeven nu bijvoorbeeld niet met hun auto de binnenstad van Rotterdam in. Ze kunnen nu makkelijk parkeren bij onze club in Dordrecht.” Ook Trias in Den Haag biedt die mogelijkheid.

Central Events en de verenigingen sloegen, na enig overleg, de handen ineen toen bleek dat er van meerdere kanten initiatieven waren om ‘iets’ te organiseren rond de Tour de France Femmes. Hillmann: “We kunnen nu profiteren van elkaars kracht. Het is goed als professionele organisaties en clubs elkaar vinden voor evenementen als deze. De Tour de France Femmes is toch een festijn voor de hele regio natuurlijk. In zowel Den Haag als



‘Het is goed als professionele organisaties en clubs elkaar vinden voor evenementen als deze’

Dordrecht zijn ook veel ‘side events’ gepland, dus is het wel logisch alles en iedereen met elkaar te verbinden. Starten vanuit meerdere plaatsen brengt natuurlijk wel extra logistiek met zich mee, maar we krijgen veel hulp van de verenigingen.” Zo is er bij de clubs ook een rustplaats ingericht voor de fietsers die in andere steden zijn opgestapt.

Start2Bike

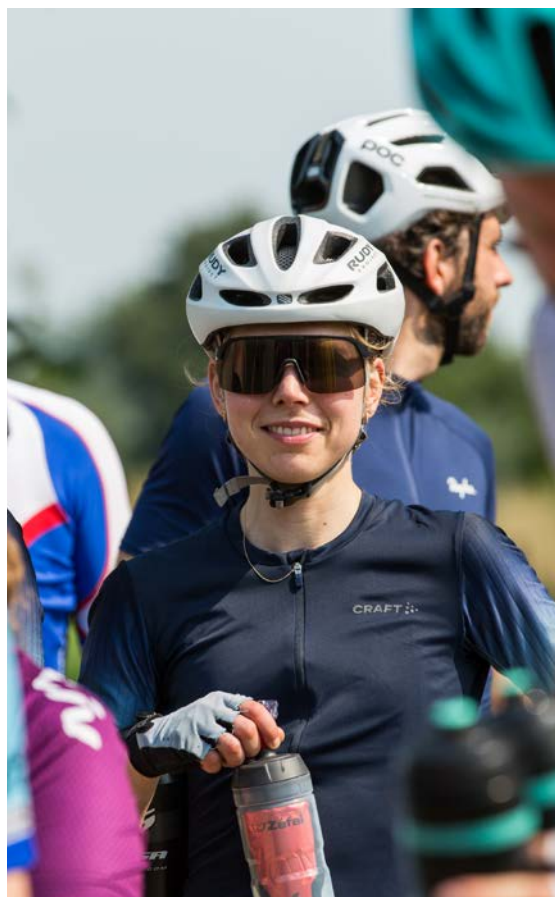
In Dordrecht heeft Ada uit de Bosch al de nodige vrijwilligers warmlopen. Zij helpen onder meer bij het verwelkomen van deelnemers, de bewegwijzering en de inschrijving. In aanloop naar het evenement worden bovendien alle registers opengetrokken. Er is een tweetal edities van de NTFU-cursus Start2Bike, waarvan één specifiek voor vrouwen, gestart.

De Mol hoopt aan de toertocht en overige activiteiten nieuwe (vrouwelijke) leden over te houden. Uit de Bosch: “Als je ons ledenbestand ziet, dan kan ik niet anders dan constateren dat dat vooral veel oudere mannen zijn. Wij willen ons graag inzetten om meer vrouwen te enthousiasmeren. Nu is dat nog net geen tien procent van ons ledental. Je ziet wel dat veel meer vrouwen zijn gaan fietsen, maar veel daarvan zijn nog niet georganiseerd. Ze melden zich niet zo snel bij een vereniging aan. Dankzij een evenement als dit, en dus ook een Start2Bike speciaal voor vrouwen, hopen we ze wel over de streep te trekken.”

Uit de Bosch is zeer te spreken over de samenwerking met de gemeente. “Het is heerlijk om te merken dat Dordrecht heel ambitieus is, de sportclubs ondersteunt en ons ook enthousiasmeert om zoveel mogelijk mensen in beweging te krijgen.”

Lucinda Brand

Willem-Jan Molleman verzorgt, in opdracht van de gemeente Dordrecht, de coördinatie van de diverse fietsgerelateerde side events rond de Tour de France Femmes. Hij kent de toekomstplannen van de stad. “De gemeente Dordrecht heeft de sportieve ambitie uitgesproken om in 2030 bij de tien sportiefste gemeenten van Nederland te horen, en op nog iets



langere termijn de meest sportieve jeugd van Nederland te hebben. Dat is natuurlijk een hele uitdaging, maar Dordt Sport trekt daar, samen met de verenigingen en een aantal buurtsportcoaches, hard aan.”

De Tour de France Femmes kan als vliegwiel dienen om in ieder geval het aantal sportieve fietsers in de stad flink op te krikken. “Er is niks mooiers om zo’n evenement als kapstok te gebruiken. Met name jonge mensen hebben voorbeelden nodig.” Mede daarom wordt in aanloop naar half augustus ook Lucinda Brand, zelf prominent renster én inwonerster van Dordrecht, ingezet. Zij zal onder meer een aantal ‘challenges’ doen, met zowel verenigingen, het bedrijfsleven in de regio als de basisscholen in de stad. “Zij zal iedereen uitdagen meer te bewegen.”

Daarnaast zal, in samenwerking met wielerploeg Visma-Lease a Bike, onder meer een viertal dikkebandenraces worden georganiseerd, in de wijken waar juist wat minder sportieve kinderen wonen. Ook zijn er fietslessen voor scholieren op het terrein van De Mol. Bovendien komt er een e-sport-evenement, waarbij een tijdrit wordt uitgezet en je op een fietstrainer ‘de kilometers wegtrapt’. De hoop van de gemeente is dat die deelnemers zo niet dit jaar, dan toch in de toekomst ook eens meedoen aan een toertocht. Molleman: “Dat is toch wat we met z’n allen nastreven, dat je aan zo’n evenement als dit een gezondere generatie overhoudt.” •

Meefietsen met de Tour de Femmes toertocht? Scan de QR code!



Bijzondere fietsplekken

In de rubriek 'Spot' schotelen we je al jaren de leukste, mooiste en meest bijzondere fietsplekken voor. Voor deze editie was het de beurt aan onze lezers om hun favoriete spot in te zenden. Dank voor jullie reacties!

De favoriete spot van
Alice v/d Kloo-Hatzmann:

Gasselternveld

MTB-route Gieten is altijd genieten, mede omdat vrijwilligers de trail goed onderhouden en ieder jaar iets nieuws toevoegen. Het is een technisch parcours met het nodige klimwerk, maar ook met veel mooie singletracks om weer op adem te komen. De grote heuvel bij het Gasselternveld staat bij mij met stip op een. Het azuurblauwe water geeft je altijd het gevoel dat je op vakantie bent! Deze hometrack verveelt nooit.



De favoriete spot van Adrie Nillesen:

Trompenburgh

Op één van mijn vele fietsroutes door Het Gooi richting Hilversum rijd ik vaak langs de 's Gravelandsche Vaart. Onderweg kom ik van alles tegen: statige gebouwen, mooie tuinen en parken, veel ooevaars. Het markante gebouw dat je hier ziet heet Trompenburgh. Dit was de buitenplaats van zeevaarder Cornelis Tromp en is gebouwd rond 1675. Het valt echt op tussen de andere riante onderkomens, met name omdat het in bijna originele staat bewaard is gebleven.



De favoriete spot van Frank Peters:

Emmapiramide

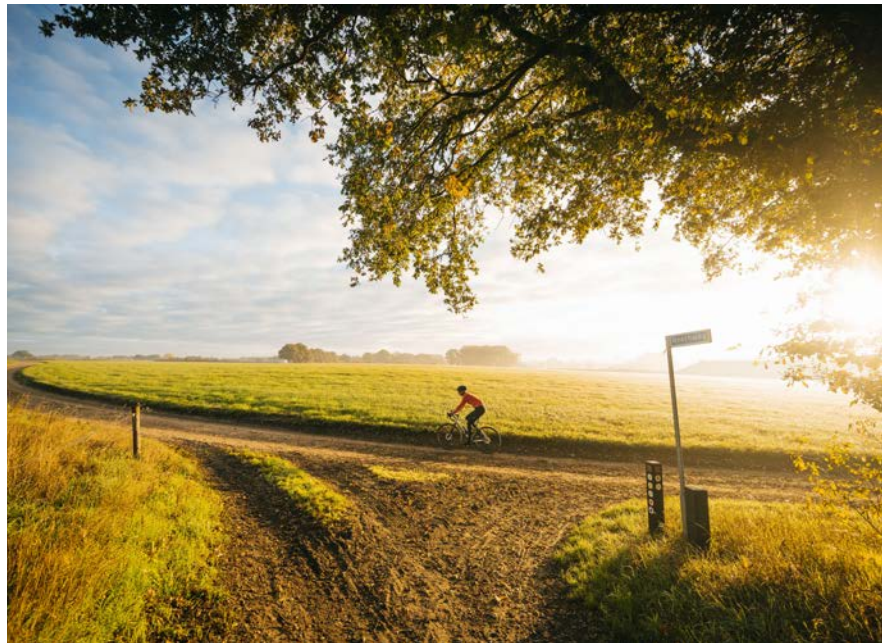
Hoewel ik geen klimmer ben, klim ik wel graag. Daarom zit de Veluwe Emmapiramide standaard in een van mijn vaste ritten. De 'berg' oefent een bepaalde aantrekkingskracht uit: klimtrainingen niet al te ver van huis. Hoe vaak ik de piramide met zijn haarspeldbochten heb beklommen, weet ik niet, maar dat is heel vaak geweest. Ik weet wel dat ik iedere keer geniet van de natuur en het geluid van de vogels: een gelukkig gevoel.

De favoriete spot van
Herlinda ter Maat:

Barlose es

De Achterhoek staat bekend om het afwisselende coulisselandschap. Hier vind je na elke bocht een ander decor terwijl je over eeuwenoude zandpaden, karrensporen en gravelpaden fietst, én je continu de lichte hoogteverschillen aan je benen voelt. De onverharde weg die bovenop de es in Barlo – een es is een hooggelegen akker – loopt, is hier een mooi voorbeeld van. Op de foto zie je goed de kromming en de glooiing van het pad. Een waar gravel-walhalla!

Beeld Sven Scholten



De favoriete spot van Jur de Groot:

Sluis bij Nieuwe Statenzijl

Nieuwe Statenzijl in de kop van Groningen is het meest noordoostelijke puntje van Nederland. Dus helemaal aan het einde van ons land, of aan het begin. Het is maar net hoe je het bekijkt. Ik kom de sluis tegen tijdens één van mijn vaste fietsrondjes. Hiervoor fiets ik onder andere langs de Dollard. Even bij helder weer een blik op Emden én de Kiekkaaste, een buitendijkse vogelhut. Daarna door de polder via Hongerige Wolf terug naar huis. Een rondje van ongeveer 35 kilometer.

Meer spots vinden?
Download onze
Fietssport app:
[FIETSSPORT.NL/APP](https://fietssport.nl/app)





In zeven dagen 450 kilometer aan MTB-tracks in alle twaalf Nederlandse provinciën fietsen. Professioneel MTB-rijder Jeroen van Eck deed het afgelopen april. Zijn inspiratie? Nieuwsgierigheid naar nieuwe routes.

ULTIEME ROADTRIP

Tekst

Astrid Olde Olthuis

Beeld

Remco Smits

Samen met Jeroen blikken we terug op de Grand Tour die hij tussen 22 en 28 april voltooid heeft. Doorgaans traint hij rondom Nijmegen: “Maar hoe mooi dat ook is, ook dat gaat vervelen. En als er dan toch zoveel mooie routes zijn, waarom dan niet een tour door heel Nederland?” Het zaadje was geplant.

Het uitgangspunt van de Grand Tour: een hele week fietsen én in die zeven dagen alle provincies aandoen. Jeroen lacht: “Zo begint het vaak: Jeroen heeft een idee, maar daarna moet er nog een hoop worden geregeld. Bij de voorbereidingen realiseerde ik me dat Nederland twaalf provinciën kent, twee per dag dus. Daarmee werd de tour ook een logistieke uitdaging. Toch wilde ik niet van het oorspronkelijke plan afwijken.” Met zijn bevlogenheid en passie ging hij aan de slag en na drie maanden had de Grand Tour de vorm die hij voor ogen had.

Routes uitzoeken

Nederland telt bijna 270 MTB-routes. Die rij je niet in zeven dagen, ook niet als je Jeroen van Eck heet. Welke tracks kies je dan? “Deels was het mijn persoonlijke voorkeur,” vertelt Jeroen, “Veel routes ken ik, maar ik liet me ook inspireren op mtbroutes.nl en de Facebookgroep ‘MTB praat’. Ik heb erover gedacht om mijn volgers de routes te laten kiezen, maar dat zou het logistieke proces teveel beïnvloeden. Het leek me leuk dat mensen zouden meefietsen. Ik wil graag iedereen

erbij betrekken, een goede gastheer zijn. Zo kwam het project tot leven op de socials met mooie respons van echte fietsliefhebbers.”

Zeeuwse drie seconden

De MTB-prof kreeg tijdens de Grand Tour nog meer respect voor de trailcrews die de routes bouwen, zeker voor de crews die actief zijn op lastig terrein. “In Flevoland moeten ze creatiever omgaan met de mogelijkheden. De routebouwers daar moeten telkens op zoek naar oplossingen om tot mooie tracks te komen, ook al is de omgeving beperkt. Daar heb ik echt respect voor. Wanneer er locals meerijden, hoor je van alles over de achtergrond van het parcours. Het parcours dat ik reed in Zeeland is kort met zes kilometer, maar er zit wel van alles in. Dat was een mooie dag, waarin veel jeugd meereed. Leuk om rustig met ze rond te fietsen en tips te geven.” Alleen maar rustig fietsen was niet het doel in Zeeland. Op de agenda stond om KOM-houder Milan Vader te verslaan. “Helaas was ik drie seconden te langzaam, wel jammer, maar de enthousiaste reacties van de kids maakten veel goed.”

Toch een KOM?

De mooiste route? “Iedere track heeft z’n eigen charme en uitdaging. De rollercoaster van Rijssen was genieten. In Lochem was het hard werken met een mooie afdaling als beloning. De combi met Vorden is een echte aanrader.”

De MTB-kunstenaar verdwijnt dansend uit zicht en tikt 'en passant' een takje met z'n voorwiel weg

In het wiel

Op de track van Appelscha, mét poging om de KOM op de Bosberg te pakken, fietsen we met Jeroen mee. Alhoewel mee? Het duurt niet lang of de MTB-kunstenaar verdwijnt dansend op de fiets uit zicht en tikt 'en passant' een takje met z'n voorwiel weg om het pad te plaveien. De Bosberg dient zich aan. Een korte maar technische track. Of de ondergrond met wat plasjes ideaal genoeg is voor een hotlap? De klok blijft steken op elf minuten en vijf seconden. Genoeg om de eerste plaats van het segment met ene Ruben te delen. Uitrusten is er niet bij, want hetzelfde rondje wordt met de e-MTB gedaan. "Gewoon leuk om te vergelijken of je met een e-bike harder kunt. De fysieke inspanning lijkt dan wel minder, maar je skills moeten op topniveau zijn anders zet je niet een snellere tijd", grijnst Jeroen. De e-MTB blijkt ettelijke seconden sneller.

Meer dan fietsen

Het klinkt als het ultieme MTB-droomleven: lekker met een camper door Nederland toeren en een beetje fietsen. "Dat is het ook. Maar het was ook soms uitdagend. We moesten ons houden aan een strakke

planning en ik vind het vanzelfsprekend om de tijd te nemen voor iedereen die meefietst. Van alle tracks maakte ik filmopnames die steeds dezelfde dag nog geëdit en online geplaatst moesten worden. Rond half zes waren we klaar en na het eten reden we door naar de bestemming van de volgende dag. Maar ik kreeg goede hulp van mijn vader en zusje." Overnachten gebeurde veelal op de oprit van kennissen, waar de Van Ecks konden mee-eten en een wasje konden draaien.

Vlonder op vuilnisbelt

In Zoetermeer werd een extra stop ingelast om de nieuwe route te openen. Het bestaande bikepark, gebouwd op een vuilnisbelt, kampte met langdurige wateroverlast. Er werd een houten vlonder van 30 meter aangelegd waardoor de route ook technisch uitdagender werd. Deze aanpassing werd mogelijk gemaakt met hulp van het NTFU Bosch eBike Systems Trailfund. Dit fonds geeft trailcrews de kans hun route te verbeteren. Jeroen buigt zich samen met de NTFU en Bosch eBike Systems over de inzendingen.

Feestje in Veenendaal

Saamhorigheid, samen fietsen met enthousiastelingen. Jeroen kijkt terug op een prachtige week. In de finaleplaats Veenendaal werd een mooi feestje gevierd. "Het was zo gaaf om zoveel mensen te mogen motiveren. Voor mij de absolute kers op de taart. Of ik deze tour anderen zou aanbevelen? Zeker! Zorg voor een logische routing. Een camper is natuurlijk ideaal, maar Nederland heeft zoveel leuke B&B's en andere overnachtingsmogelijkheden. Je kunt de tour natuurlijk ook opsplitsen in een aantal weekenden. Voor mij was het een onvergetelijke, ultieme roadtrip, ik zou het zo nog een keer doen." •

Europees kampioen Jeroen van Eck (31) is fabrieksrijder voor Ghost Bikes en rijdt voornamelijk e-MTB wedstrijden. Hij won onder andere de Worldcup e-MTB. Daarvoor hoorden hij tot de besten in de Cross Country Eliminator (XCE). In die klasse werd hij twee keer Europees kampioen, vier keer Nederlands kampioen en haalde twee keer de wereldbeker in het overall klassement.





‘Het was gaaf om mensen te mogen motiveren. Voor mij de absolute kers op de taart’



Hoe Specialized zijn naam vestigde



Tekst Ard Krikke Beeld Specialized

Specialized werd in 1974 opgericht door Mike Sinyard, een Amerikaan die zijn VW-bus verkocht om Italiaanse fietsonderdelen in Californië aan de man te brengen. Niet veel later bracht hij zijn eigen fietsband op de markt, gevolgd door de allereerste mountainbike die je in de winkel kon kopen. De rest is geschiedenis.

De kans is klein dat je nog nooit van Specialized hebt gehoord. Of je nu racefietser, mountainbiker of gravelaar bent: het Amerikaanse merk loop je overal tegen het lijf. Het logo, een grillige gevormde S, prijkt niet alleen op fietsen, maar ook kleding, onderdelen en accessoires zoals wielen, banden, helmen en schoenen.

Dat was 50 jaar geleden wel anders. Toen had nog nooit iemand van Specialized gehoord. Dit zou snel veranderen. Mike Sinyard besloot namelijk in 1976, twee jaar na de oprichting van zijn in Italiaanse fietsonderdelen gespecialiseerde bedrijfje, om eigen onderdelen te ontwikkelen. Te beginnen met banden. Hoewel de 'Specialized tires' gretig aftrek vonden bij fietsenzaken in de omgeving van San Francisco, kwam de echte klapper pas na de introductie van de Stumpjumper: de eerste productie mountainbike. De naam Specialized was voorgoed gevestigd.

Italiaanse specialista

Nu we het toch over de naam hebben: Specialized komt van 'specialista', het woord waarmee in Italië gespecialiseerde vakmensen worden aangeduid. Mike kwam op het idee voor zijn bedrijfsnaam na een maandenlange fietsreis door Europa – om aan geld voor deze trip te komen verkocht Mike in 1973 zijn Volkswagenbus voor 1500 dollar. Op het einde van zijn tocht regelde hij in Milaan een afspraak met een aantal lokale fietsmerken, waaronder Cinelli. De 24-jarige Amerikaan had het vage plan om bij thuiskomst 'iets' met fietsen te gaan doen. Mike – slank postuur, lange haren, baard – wist Cino Cinelli ervan te overtuigen dat hij de aangewezen persoon was om Cinelli-sturen en -stuurpenen in Californië te verkopen. Fietsonderdelen van Italiaanse makelij waren in die tijd namelijk zeer

De Specialized Stumpjumper was in 1981 de allereerste mountainbike die je gewoon in de winkel kon kopen

gewild onder Amerikaanse fietsliefhebbers, maar nauwelijks verkrijgbaar.

Fietsende verkoper

Met een bootlading vol onderdelen keerde Mike terug naar de VS. Omdat hij geen geld had voor een nieuwe auto bracht hij zijn sjeke koopwaar al fietsend aan de man (met een fietstrailer die hij kon afsluiten met een canvas doek). De eerste jaren waren geen vetpot. Om zijn hoofd boven water te houden, woonde Mike met twee vrienden in een krappe stacaravan in San Jose, een stad ten zuiden van San Francisco. De nieuwbakken zakenman trapte zich een slag in de rondte zonder dat zijn business echt van de grond kwam.

Dit veranderde pas toen hij met een zelfontwikkeld product, de Specialized Touring Tire, op de proppen kwam. Het was hem opgevallen dat er in Amerika geen goede banden voor toerfietsers voorhanden waren. Dus besloot hij om er zelf eentje te ontwikkelen. Mike verdiepte zich in rubbersamenstellingen, deed onderzoek naar verschillende profielen en liet de band uitvoerig testen door bevriende kilometervreter. In 1976 kwam de Touring Tire op de markt. De band was een doorslaand succes.



LIKE FATHER.
NED OVEREND WORLD CHAMPION 1990. RHYLER OVEREND WORLD CHAMPION 2013.

LIKE SON.
THE STUMPJUMPER EPIC ULTIMATE. AND THE ROCKHOPPER MEGA FOR KIDS.



**YOU SAW IT
HERE FIRST.**

Over the past nine years Specialized has lived by those words. By building a bike that each year pushed the limits of mountain bike technology. Stumpjumper®. This year is no exception. The 1989 Stumpjumper Comp. and Team unequivocally prove nobody's caught us yet. Our new DirectDrive™ fork is one of the many design breakthroughs you'll see here first. Using taller, oval blades with a gentle arc from the fork shoulder to our new, beefy forged dropouts, it delivers a smoother ride than run-of-the-mill straight forks. Absorbing shock rather than transmitting it. Our oversize double taper seat stays are another Specialized first. On other bikes, the stays bow and twist when the rear cantilever brakes are applied. Compromising braking control and feel.

On the Stumpjumper, our new stays resist flex and torque. For you, this means more powerful, more positive braking. From its Ground Control™ tires to its triple-butted frame, the Stumpjumper is a bike that's built to be ridden harder and faster than the rest.

To see the latest version of the bike voted "Bike of the Decade" by Bicycle Guide and one of Outside's "Ten Greatest Innovations," visit your Specialized dealer. And never settle for anything less than first again.

Stumpjumper

SPECIALIZED

1989 WORLD CHAMPION
Control each and every rider's motion
Performance. Jim Moe and Mark Duvall

© Copyright 1989 Specialized Bicycle Components, Inc.

FOLLOW FOR COLOR
VERWOOD

Sept 89 P-49

Plotseling was Specialized geen importeur meer, maar een echt merk. Het geld begon binnen te stromen waardoor nog een band (Turbo) en zelfs een eigen race- en toerfiets (Allez, Sequoia) gelanceerd konden worden. Specialized groeide langzaam maar zeker uit tot een merk dat bekend stond om zijn innovatieve en hoogwaardige producten.

Eerste mountainbike

Rond diezelfde tijd, eind jaren 70, werd offroad fietsen steeds populairder in Californië. Durfals doken met zelfgemaakte 'terreinfietsen' de heuvels rondom San Francisco in. Veel van deze eerste mountainbikes waren uitgerust met onderdelen die Specialized had geleverd. Mike had instinctief door dat dit wel eens the next big thing kon gaan worden. Maar dan moesten deze bikes wel beter bestand zijn tegen een stootje én beschikbaar worden voor het grote publiek.

In 1981 rolde de Specialized Stumpjumper in Japan van de band. Het was de allereerste mountainbike die je gewoon in de winkel kon kopen (voor 750 dollar), dus niet bij een of andere custom framebouwer. De fiets met dikke noppenbanden vloog niet meteen over de toonbank. Veel mensen dachten in eerste instantie dat het om een de kluiten gewassen BMX-fiets ging. Mike liet zich niet door de tegenvallende verkoopcijfers uit het veld slaan. Hij zag mountainbiken niet alleen als sport, maar

ook als lifestyle, vergelijkbaar met surfen. Daarom zette Specialized vol in op originele advertenties die vooral het leuke en het laagdrempelige van de nieuwe sport benadrukten. Het duurde niet lang voordat deze inspanningen zich uitbetaalden; de Stumpjumper was halverwege de jaren 80 niet meer aan te slepen. Zowel in Amerika als ver daarbuiten was de 'Stumpy' een verkoophit. Hiermee stond Specialized aan de basis van een compleet nieuwe fietsdiscipline.

Innovatief

In de decennia de volgden bleef het innovatieve merk uit het Californische Morgan Hill voortdurend nieuwe wegen inslaan. Het bedrijf was één van de eersten in de fietsindustrie dat serieus geld stak in de ontwikkeling van carbon frames en -onderdelen. Zo lanceerde Specialized al in 1989 carbon racewielen (Composite Wheel) en kwam het in 1990 met een carbon mountainbikeframe (Epic). Andere baanbrekende innovaties uit de Specialized-koker: een full suspension MTB (FSR), een racefietsband met anti-lek laag (Armadillo), een eigen windtunnel (Win Tunnel), een vering die zelf denkt (Brain) en ergonomische accessoires (Body Geometry).

Anno 2024 heeft Specialized's slogan 'Innovate or Die' nog niets aan kracht ingeboet. De nieuwe

In de decennia de volgden bleef het innovatieve merk uit Californië voortdurend nieuwe wegen inslaan

Tarmac SL8 is hier een goed voorbeeld van. De razendsnelle racefiets ziet er niet alleen strak uit, maar zit ook tjokvol technologische vernieuwingen. Zo zorgt het aerodynamische design ervoor dat hardrijders secondes van hun snelste tijd afsnoepen. Ging dit vroeger ten koste van comfort, bij deze fiets is dit niet het geval. Door slim gebruik van carbon zoekt de SL8 soepeltjes over het asfalt. Niet verwonderlijk dat toppers als Demi Vollering en Remco Evenepoel de ene na de andere overwinning op een Specialized behalen. •

In samenwerking met Specialized



De (on)zin van lange trainingen



Tekst Jim van den Berg Beeld Ard Krikke en Peter van Rooij

Heb je een meerdaags fietsavontuur op de planning, of ga je deze zomer je grenzen verleggen tijdens een epische toertocht? Zo zorg je ervoor dat je het tot het einde volhoudt.

Voor recreatieve fietsers hebben trainingen van vijf uur of langer weinig meerwaarde

Lange trainingen worden ook wel duurtrainingen genoemd. Het doel van duurtrainingen is vooral de duur of afstand goed aan te kunnen. Het gaat er dus niet om dat je harder een berg opfietst, maar vooral dat je het lang(er) volhoudt. Om het lang vol te houden heb je vooral een goed ontwikkeld vetverbrandingssysteem nodig. Op lage intensiteit is je lichaam namelijk goed in staat met de aanwezigheid van voldoende zuurstof vet te verbranden. Gaat de intensiteit omhoog, dan ga je vooral meer koolhydraten verbranden. Op zich geen probleem, maar de voorraad koolhydraten is beperkt, net als de opnamecapaciteit per uur. Wil je het dus lang volhouden dan moet je de vetverbranding trainen.

De aerobe drempel

Dit doe je door duurtrainingen steeds langer te maken en de intensiteit tot de aerobe drempel te trainen. De aerobe drempel is namelijk het punt waarop de vetverbranding het maximale aandeel in de energielevering heeft bereikt. Komt de intensiteit boven de aerobe drempel dan ga je dus vooral meer koolhydraten verbranden en neemt de totale hoeveelheid vetverbranding zelfs af. De aerobe drempel ligt onder het omslagpunt of FTP en meestal tussen de 75 en 90 procent van het omslagpunt. Hoe beter je duurvermogen is getraind, des te hoger ligt deze drempel.

Eerst duur, dan intensiteit

Maar hoe bouw je deze duurtrainingen tot de aerobe drempel nu op? Het begint ermee te kijken welke duur je op dit moment goed aankan. Goed aankunnen betekent dat je hetzelfde tempo vast kan houden over de hele inspanning, terwijl de hartslag niet toeneemt of het voor het gevoel niet zwaarder wordt. Als dat op dit moment drie uur is, dan begin je daarmee. Afhankelijk van de lengte van het doel bouw je deze duur uit, waarbij het van belang is te blijven checken of het nog steeds goed uit te voeren is.

Als vuistregel is het uitbouwen van de duurtraining met vijftien minuten per week een goede maat. Daarnaast is het verstandig zogenaamde tempoblokken toe te voegen op een intensiteit rond de aerobe drempel. Op deze manier wordt de maximale vetverbranding getraind en gaat ook de snelheid omhoog. Het doel is telkens eerst op lage intensiteit de duur langer te maken en daarna weer



tempoblokken toe te voegen en zo stap voor stap de duurtrainingen uit te bouwen.

Train niet te lang!

Het is verstandig om minstens één keer per week een lange(re) duurtraining te doen. Maar hoe lang is lang genoeg? Dat is natuurlijk afhankelijk van je doel. Als je doel niet langer is dan vier à vijf uur, dan kan je een keer zes uur trainen, maar eigenlijk volstaat het om wekelijks een lange rit van vier uur te maken. Ook als je een doel hebt dat veel langer is, is het toch niet verstandig je wekelijkse rit te lang te maken. Het probleem hiervan is namelijk dat het herstel zo lang duurt dat de andere trainingen in het gedrang komen. De vermoeidheid is dan zo groot dat de totale trainingsbelasting van die week eigenlijk te laag wordt. Je moet bijvoorbeeld na het weekend dan drie dagen herstellen en houdt op die manier te weinig trainingstijd over. Als vuistregel mag je ervan uitgaan dat het voor recreatieve fietsers heel weinig meerwaarde oplevert om trainingen langer dan vijf uur te maken.

Generale repetitie

Toch wil je misschien voor een fietsvakantie echt een keer een hele lange tocht gemaakt hebben. Om er zeker van te zijn dat het materiaal het houdt,

als mentale training of om je voedingsstrategie te testen, kan je een keer als 'generale repetitie' de lengte van je doel trainen. Dit kan ook het vertrouwen en de rust geven dat je het aankan, maar doe dit dus zeker niet te vaak. Met een lang doel in het verschiet kan je er het beste voor kiezen om maximaal één keer per maand echt lang te trainen, van vijf tot zes uur, en dan iedere week een lange duurrit van 3,5 tot 4,5 uur. Mits je natuurlijk langzaam jezelf eerst tot deze vier uur hebt getraind. •

OVER DE AUTEUR

Jim van den Berg is oprichter en CEO van JOIN Sports, het bedrijf achter de JOIN Cycling training app. Hij maakt samen met voormalig profwielrenner Laurens ten Dam en Stefan Bolt de Beter Worden Podcast.

Join de App!

Wil je jezelf verbeteren, maar niet vastzitten aan te strakke trainingsschema's? Download de trainingsapp JOIN! Voor NTFU- en Fietssport PLUS-leden is deze beschikbaar met een korting van maar liefst 25 procent. Ga naar FIETSSPORT.NL/JOIN

Op naar 15 miljoen duurzame banden

Tekst Edward Swier Beeld Schwalbe



Iedereen kent ze wel, die speciale logo's. In je supermarkt vind je bijvoorbeeld Fairtrade-koffie en chocola met een Max Havelaar-keurmerk. Ook in de fietsenwinkel bestaat een dergelijk keurmerk. Fietsbanden van Schwalbe hebben het Fair Rubber-logo.

Maiko Bakker, werkzaam als marketing-salesmanager bij Schwalbe Benelux, weet alles van het Fair Rubber-programma en de recyclingprogramma's van de bandenfabrikant. "Ieder jaar wordt verder opgeschaald. Totdat we niet anders dan duurzame banden leveren." Schwalbe is de eerste en tot nu toe enige bandenfabrikant die werkt met het fair trade-label voor rubberproductie. "Fietssers hebben in de zoektocht naar een nieuwe band volop keuze, maar het duurzame aanbod is beperkt."

Fair Rubber e.V. is een onafhankelijke stichting die toezicht houdt op een beter betaalde, en vooral ook voor mens en milieu eerlijkere rubberproductie. Inmiddels hebben zich zo'n 2500 boeren aangesloten, waarvan het merendeel natuurrubber produceert in landen als Indonesië, Vietnam en Sri Lanka. "Fair Rubber is een fair trade-label voor natuurrubber, zoals dat ook al bestaat voor cacao en koffie. Als fabrikant van banden is het moeilijk om zicht te hebben op de keten, mede omdat rubber verbouwd wordt door veel kleine boeren. Zij verkopen hun rubber aan coöperaties. Fair Rubber e.V. houdt daar toezicht op. Doordat we erbij aangesloten zijn en per kilogram natuurrubber een extra bedrag betalen, hebben we nu meer inzicht in onze productieketen en dragen we bij aan een betere toekomst voor de boer."

Voor eigen rekening

Voor iedere kilo natuurrubber betaalt Schwalbe een premie van pakweg 50 procent van de marktprijs aan de boeren en tappers. Dit komt neer op pakweg 1,50 euro in plaats van 1 euro per kilo. Zij kunnen zo hogere lonen betalen, aandacht geven aan biodiversiteit en de leefomstandigheden van werknemers verbeteren. "Die extra investering nemen we voor onze eigen rekening, omdat we dat belangrijk vinden. De consument betaalt niet extra voor zijn band, omdat wij duurzaamheid belangrijk vinden." Ook wil Maiko Bakker nog wel benadrukken dat de keuze voor eerlijker rubber 'geen enkele invloed heeft op de kwaliteit van het product.'

Al in 2019 kwam Schwalbe op de markt met de eerste band die het Fair Rubber-label droeg. "We zijn voorzichtig begonnen, met twee modellen, de Marathon E-plus en de Pick-Up. Het was

'De consument betaalt niet extra voor zijn band, omdat wij duurzaamheid belangrijk vinden'

aanvankelijk vooral ook zoeken naar boeren die op een duurzamere manier wilden werken. Dat was best een omschakeling. Het is ook niet zomaar een papieren kwestie. Boeren moeten laten zien dat ze zich willen committeren, er zit een strenge selectieprocedure aan vast. Het geld dat wij extra betalen, moet ook echt gebruikt worden om de leefomstandigheden van het personeel te verbeteren. Scholing, het verbouwen van de gewassen op een milieuvriendelijke manier, beperking van het gebruik van pesticiden; het zijn de soort verbeteringen die wij willen zien. Dat soort verbeteringen maken het verschil, maar je kan ze vaak alleen op gang brengen door een extra financiële prikkel te geven."

Magic Mary

Het aantal boeren neemt snel toe. Velen zien de voordelen voor mens en milieu er wel in. Zodoende kan een intensivering van het productieproces van 'groenere' banden plaatsvinden. "We produceren inmiddels zestien modellen met fair rubber, ofwel ongeveer de helft van onze productie. Onder meer alle gravelbanden uit de G-One serie, de racefietsmodellen Pro One Tubeless en de mountainbikebanden Nobby Nic, Magic Mary en Big Betty. Uiteindelijk willen we al onze productie, dat zijn nu wereldwijd ongeveer vijftien miljoen banden per jaar, 100 procent fairtrade maken."

Schwalbe merkt dat de duurzame keuze meer en meer door de consument wordt omarmd. "Vanuit de consument komt steeds meer interesse voor onze



initiatieven. Maar het kan nooit kwaad mensen er bewuster van te maken. Vandaar ook dat we onze dealers in het verhaal meenemen, zij verkopen de Fair Rubber-banden. We merken dat zij ook bewust hun klanten een duurzame én kwalitatief hoogstaande optie willen bieden. Schwalbe heeft al in 2013 het doel gesteld om compleet circulair te worden. Maar dit moet nog harder gaan rollen, totdat de consument niet anders meer wil en ook onze collega-merken meedoen in het verhaal." •

In samenwerking met Schwalbe

Schwalbe zamelde al 10 miljoen gebruikte banden in

Parallel aan de ontwikkeling van duurzamere banden loopt ook een inzamelingsprogramma van Schwalbe. Een groot aantal fietsmakers en dealers, 800 alleen al in de Benelux, zamelt gebruikte banden van het merk in, om deze te recyclen. "Dat programma draait inmiddels in tien landen, we hebben inmiddels al 10 miljoen banden gerecycled." Vooralsnog zijn dat louter binnenbanden, vanaf 2025 wil Schwalbe ook in Nederland buitenbanden gaan inzamelen. "We gebruiken de oude banden als grondstof voor nieuwe banden. Zo wordt de Green Marathon al geproduceerd met gerecycled rubber. Daarin zijn we overigens vooralsnog uniek, geen enkel ander merk heeft zo'n inzamelingsprogramma lopen."



TRAP VAN GOD

Tekst en beeld Bram de Vrind



Van de ruige paden over de 'heilige bergrug' van Montsant tot de golvende routes tussen de olijfgaarden bij de kust. Op de gravelbike kun je aan de Costa Daurada in Catalonië alle kanten op.



Bijna duizend jaar geleden stichtten monniken in Catalonië een klooster op de plek waar een herder had gedroomd over engelen die naar de hemel klommen via een trap die tegen de stam van een pijnboom stond. Ze noemden het klooster 'Escaladei', ofwel de 'trap van god'.

De ruïnes van het klooster staan nog altijd overeind. We sturen onze gravelbikes langs de eeuwenoude zandstenen gevel, met een beeld van Maria met kind Jezus op de arm. De vallei wordt afgebakend door de rotswanden van de Serra de Montsant, 'de heilige bergrug'. Het lijkt alsof we door de filmset van een serie als Game of Thrones fietsen.

De beklimming die volgt, heeft wel wat weg van een 'trap van god'. De gravelstrook wurmt zich enerzijds door een hemels decor, langs de duizend meter hoge rotsformaties. Anderzijds zijn sommige hellingen zo steil, dat we het gevoel hebben bijna letterlijk een trap te beklimmen. De heilige bergen geven zich niet zomaar gewonnen!

Pizza eten

Deze week verkennen we met de gravelbike de highlights van de Costa Daurada in Catalonië. De streek ligt op dik een uur rijden ten zuidwesten van Barcelona

Het lijkt alsof we door de filmset van een serie als Game of Thrones fietsen

en met name het gebied achter de kust is bij de meeste toeristen tamelijk onbekend.

Daar gaan gids Jaume en zijn vriend Jefe deze dagen verandering in brengen. Oud-zwemleraar Jaume is al jaren fanatiek fietser en heeft vele granfondo's zoals de Marmotte afgevinkt. Tijdens het lange seizoen, dat hier loopt van februari tot november, begeleidt hij groepen op de racefiets. Het is zo druk dat hij de fiets in de winter aan de haak hangt om te gaan wandelen in de bergen. "Het is met fietsen net als met pizza eten. Ik houd van pizza, maar als je elke dag pizza moet eten, wil je op een gegeven moment wat anders."

De gids begeleidt met zijn bedrijf Cycling Costa Daurada al jaren fietsgroepen. Dat doet hij meestal vanuit Cambrils met zijn vele restaurants, winkels en terrasjes langs de kust, waarop je na je fietsrit met een drankje kunt neerploffen. Als je meer de rust wilt opzoeken, kun je net zoals wij, Montbrió del Camp tien kilometer landinwaarts als uitvalsbasis kiezen.

Gravel is in de regio nog opkomend, maar Jaume ziet er de potentie van in. "We hebben prachtige gravelwegen, maar ook veel historische plekken en cultureel erfgoed. Op de gravelbike kun je – nog beter dan op de racefiets – deze bijzondere plekken ontdekken."

Moorse koningin

Onze graveltrip is dan ook een parade langs historische hoogtepunten. Natuurlijk is er het markante klooster van Escaladei, waar we op dag twee langsfietsen. Tijdens die tocht klimmen we ook naar het rotsplaatsje Siurana, waarvan de historie net zo indrukwekkend is als de vergezichten. Siurana was de laatste vesting van de Arabische Moren in de streek. Toen de stad in 1153 viel, besloot de Moorse koningin een einde aan haar leven te maken door zich met haar paard in de afgrond te storten. De hoefafdruk van het paard zou nog altijd in de rotsen te zien zijn.

Tijdens de eerste tocht is het letterlijke en figuurlijke hoogtepunt het kasteelklooster Castell Monestir d'Escornalbou. Dat biedt spectaculair uitzicht op het Prades-gebergte en de kustplaatsen aan de Middellandse Zee. Het start- en eindpunt van onze laatste rit is het klooster van Poblet, één van de grootste abdijen in





De taferelen zijn zo idyllisch dat je bijna zou denken dat ze in scène zijn gezet



Spanje en rustplaats van verschillende Spaanse koningen. Het complex is UNESCO Werelderfgoed.

Backroads tussen de olijfbboomgaarden

Qua zwaarte is de omgeving divers: uiteenlopend van beginner tot gevorderd. In het golvende achterland van de kuststreek, fietsen we met de handjes bovenop het stuur over een combinatie van golvende gravelwegen en 'backroads' van grof beton tussen de olijfbboomgaarden. Jefe wijst ons de weg. 'Caución!', roept hij als er een obstakel op ons pad ligt. We vangen een glimp op van een dorpsgezicht en zakken af richting de kust over een gravelweg die bijna als een tunnel is uitgesleten in het landschap. Een pittoresk dorpje volgt met smalle straten die worden opgefleurd door kleurrijke bloemen. We fietsen langs een kerkje en begroeten twee oudere dames die op straat een praatje maken. De taferelen zijn zo idyllisch dat je bijna zou denken dat het Catalaanse verkeersbureau ze in scène heeft gezet.

De bergen in de regio Priorat zijn daarentegen ruig, net als de routes. Op de klim vanaf het klooster Escaladei rijzen de percentages boven de twintig procent (niet voor het eerst vandaag). Ik moet afstappen omdat ik de pedalen niet meer rondkrijg (ook niet voor het eerst). Een enkele afdaling pak ik ook te voet; te technisch

gezien mijn skillniveau. Als je in de bergen gaat fietsen, plan dan je route naar gelang je skills. Ben je minder ervaren? Kies dan vaker de verharde weg, om slopende beklimmingen en technische afdalingen te vermijden.

Bloeiende klaprozen

Maar sla de onherbergzame streek (er wonen slechts 9000 mensen op een gebied zo groot als een derde van de provincie Utrecht) vooral niet over. Je wordt er beloond met prachtige vergezichten en geweldige gravelwegen. Die kronkelen tussen de wijngaarden die op terrassen tegen de bergflanken zijn aangelegd – de wijnbouw werd hier ooit door de kloosterlingen geïntroduceerd. We zwoegen op een steile klim en puffen uit op de top, terwijl een wijnboer met zijn witte pick-uptruck stopt om een praatje te maken. We dalen af tussen de wijngaarden met bloeiende klaprozen en de bergwand van de Montsant die op de achtergrond ligt te pronken. In de vallei steken we een eeuwenoude brug over richting een dorp. Een bejaard echtpaar hobbelt op een trekker door de straten. “De enige taxi van het dorp!”, grapt Jefe. Het is wederom een tafereel zo idyllisch dat het bijna in scène lijkt gezet.

Besneeuwde Pyreneeën-toppen

De laatste tocht van onze reis leidt vanaf het reusachtige klooster van Poblet (zeker even binnenlopen!) naar de hoogste fietsklim van de regio: de Coll de la Mola (1010 meter). De serene sfeer van het klooster blijft op de klim bewaard; we horen niets dan het knisperen van gravel en het ruisen van het naaldbos, terwijl we fietsen onder de beschutting van de bomen. De elf kilometer

lange helling wordt nergens echt steil of technisch en is dus voor alle niveaus geschikt.

Het toetje van onze reis volgt als de gravelweg op het hoogste punt langs de bergwand begint te kronkelen. We maken tempo terwijl zich panorama's over de besneeuwde toppen van de Pyreneeën in de verte ontvouwen. We struinen over de markt van het oude stadje Prades. Vervolgens maken we de bochtige afzink terug naar het klooster van Poblet. Vijftien kilometer free-wheelen van de ene haarspeldbocht naar de andere. In het restaurant bij het klooster sluiten we de reis af met een vorstelijke maaltijd. •



Praktische info

Voor routes, fietsspots en praktische informatie over Catalonië, neem een kijkje op onze Ontdekpagina: fietssport.nl/ontdek/catalonie



Slapen

Hotel Termes de Montbrí is rustig gelegen in het plaatsje Montbrí del Camp. Het heeft een spa en serveert ontbijt, lunch en diner

Gids

Jaume Rué van Cycling Costa Daurada laat je graag de mooiste gravelplekken van de regio zien. cyclingcostadaurada.com



Totale chaos

De arts suggereert nog dat 360 kilometer fietsen geen handig idee is, maar de wielrenner in mij is naar boven gehaald.



Oud-prof wielrenner Bram Tankink organiseert toertochten als de Grenspalenklassieker en verkent de mooiste paden op de gravelbike.

@bramtankink

“Een, twee, drie... laten zakken!”, zeg ik tegen Vera, doelend op een werktafel die we op een muurtje getild hebben. Het volgende moment stort de tafel naar beneden, op mijn tenen. Als ik ze verlost heb en mijn sok uittrek, zie ik in eerste instantie totale chaos. Niet veel later gevolgd door bloed. “Oh mijn tenen, oh mijn tenen.” Een moment later kruip ik over de grond. Een speenvarken is er niks bij.

Eenmaal in het ziekenhuis worden we pijlsnel geholpen. “Je hebt goed je best gedaan. Vijf gebroken tenen. Dat gaat wel een tijdje pijn duren”, zegt de radioloog, terwijl op dat moment de ergste pijn al weg is, vanwege zware pijnstillers. “Geen gips toch?”, vraag ik. Dat heeft weinig zin, volgens de arts. “Zes tot tien weken rustig aan doen”, zegt hij. “Dat gaat niet, want over vier weken rijd ik The Traka”, zeg ik. “Een graveltocht van 360 kilometer”, vult mijn vrouw aan die al weet hoe laat het is. De arts begint wat te fronsen en suggereert nog dat dat geen handig idee is, maar de wielrenner in mij is naar boven gehaald.

Na een week zit ik weer op de fiets. Eerst voorzichtig, maar al snel blijkt dat de fietsschoen de beste schoen is, als je je tenen gebroken hebt. Twee weken na het ongeval is de Grenspalenklassieker de eerste echte test en de 150 kilometer gaat goed. Gevolgd door een 200 kilometer graveltraining onder zware omstandigheden. Ook goed. Bij terugkomst verstop ik me en schiet het in mijn enkel. Ongetwijfeld een gevolg van het ontlasten van mijn zere tenen. De welbekende kettingreactie.

Ik besluit het te negeren en vertrek naar Spanje met twee van mijn dochters. Een kus, een doe en de auto starten. De auto is echter niet in beweging te krijgen. Wat blijkt: een kapotte accu, nadat ik de auto volledig heb laten doorlichten voor de reis. Ik weet niet zeker of dat een schakeltje in de keten is, maar de symboliek lijkt er vanaf te stralen. Uiteindelijk gaan we eind van de middag op pad. Onderweg blijkt ook nog de handrem versleten. Iets met Murphy? De chaos van mijn lichaam is overgeslagen op de auto en komt samen in mijn hoofd. We pikken maar twee liftende Poolse studenten op die toevallig ook naar Girona moeten. Misschien brengen zij geluk.

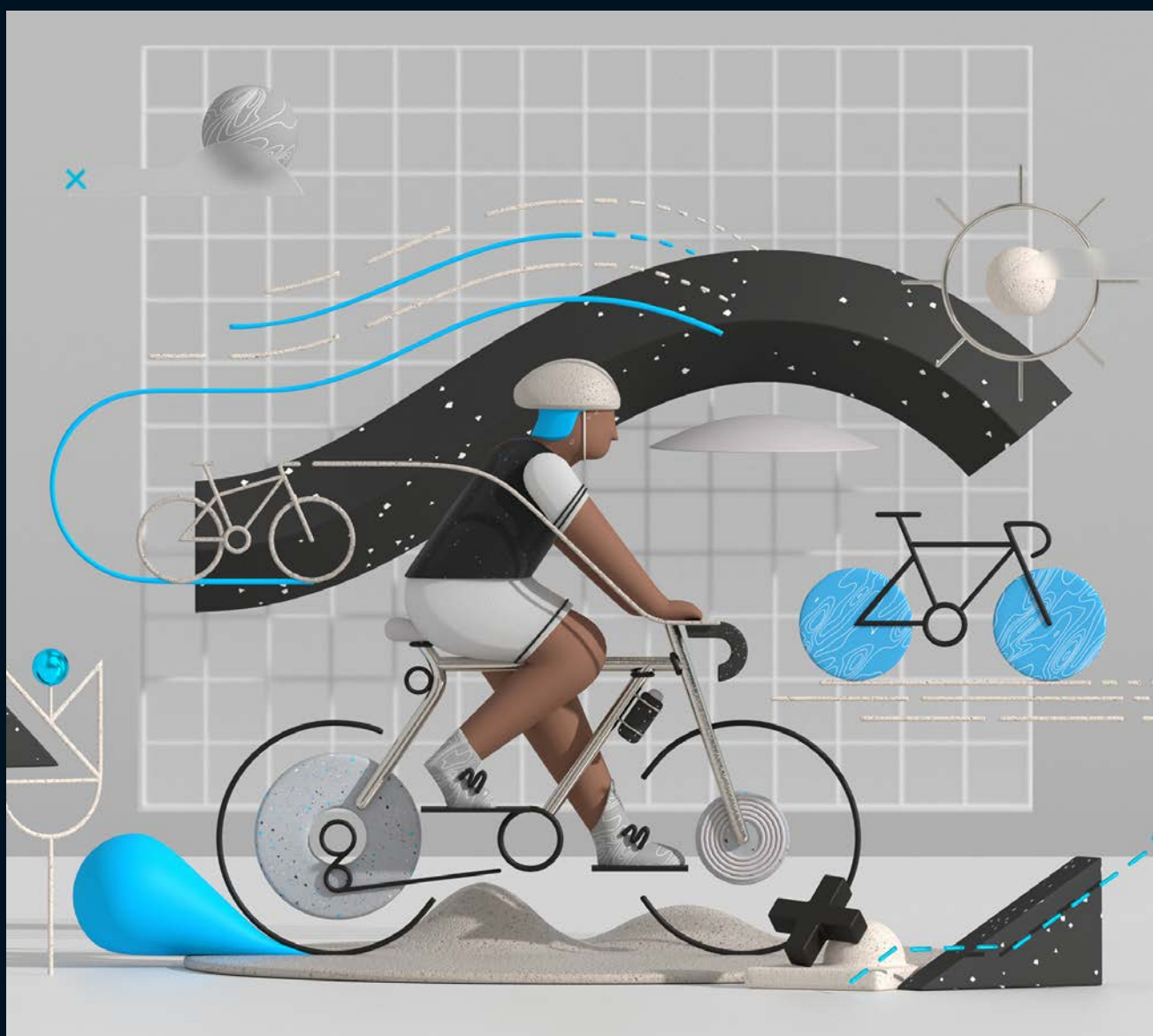
De kaarten liggen op tafel, wat kan er nog mis gaan in The Traka 360? Ik heb het evenement afgelopen winter als doel gesteld en mijn vader roept nog altijd in mijn hoofd: “Als je ergens aan begint, maak je het af!” Iets wat met mijn ADD-brein heel moeilijk is, behalve als het sportieve doelen betreft. •

fie+s sport

Kalender

juni t/m

september 2024



De meest complete NTFU-kalender met toertochten en evenementen voor racefiets, mountainbike en gravelbike.

Fiets de mooiste toertochten

Of je nou rustig met je vrienden hoogtemeters wilt maken in Limburg of wilt genieten van een prachtige rit door de polder. Van de Friese dijken bedwingen tot uitkijken naar dat welverdiende biertje. En van rustig peddelen en bijkletsen tussen de molens tot in een gecontroleerde groep met strak tempo naar de tussenstop knallen.

Nederland barst van de prachtige toertochten. En bij Fietssport beschikken we over het grootste aanbod toertochten van heel Nederland; voor iedereen zit er wat tussen! Allemaal met passie georganiseerd door fietsers zoals jij en ik. Van lokale tochten met honderd deelnemers tot het grote Limburgs Mooiste.

Ontdek meer op onze online kalender

Op deze kalender vind je alle toertochten die de aankomende maanden plaatsvinden. Wil je alle toertochten zien die dit jaar plaatsvinden? Bekijk dan de online kalender op [Fietssport.nl](https://fietssport.nl) of download onze app. Daarin kun je eenvoudig zoeken en filteren zodat je de perfecte tocht vindt. Ook vind je meer informatie, sfeerimpressies en reviews van andere deelnemers over de tocht én kun je jezelf online inschrijven. Handig!

[FIETSSPORT.NL/TOERTOCHTEN](https://fietssport.nl/toertochten)

Veel voordeel als lid

- + Sneller inschrijven met Scan + Go
- + Tot € 3 euro korting op je inschrijving
- + Speciale voorinschrijvingen voor populaire toertochten
- + Met een zeker gevoel op pad met onze fietsverzekering

Kwaliteitskeurmerk

Iedere toertocht op onze Fietssport kalender is NTFU Erkend. Dat betekent dat alle basiseisen voor een goed georganiseerde tocht zijn afgetikt. Word je extra in de watten gelegd met snelle inschrijving, gratis bevoorrading of een bewaakte fietsenstalling? Dan komt de tocht in aanmerking voor het vinkje 'Extra Goed Geregeld'. Meer informatie over dit keurmerk lees je op [FIETSSPORT.NL/KWALITEIT](https://fietssport.nl/kwaliteit).

Legenda

-  Racefietsochten
-  Mountainbiketochten
-  Gravelbiketochten

 Tocht is Extra Goed Geregeld.

FIETS JIJ MEE OP 20. 11 AUG 2024

TOUR
de
france™

FEMMES
AVEC **ZWIFT**

**GRAND DÉPART
ROTTERDAM 2024**

**TOERVERSIE
ROTTERDAM**



**VOOR
MANNEN &
VROUWEN**

**STARTEN IN
ROTTERDAM,
DORDRECHT OF
DEN HAAG**

**OFFICIEEL
PARCOURS
TDFF TIJDRIJ**

AFSTANDEN | 25 | 40 | 70 | 110 | 150
KM KM KM KM KM

**DE OFFICIËLE TOERTOCHT VAN DE
TOUR DE FRANCE FEMMES**



WWW.TOERVERSIEROTTERDAM.NL





za 1 jun 20e Jean Nelissen Classic Driebergse Tour Club 70 • 90 • 125 • 135 • 145 • 165 • 180 • 220 km	Vianden, Luxemburg	zo 2 jun Ronde van de Stelling van Amsterdam Uitgeest Stichting Le Champion 65 • 120 • 170 km	Uitgeest	za 8 jun Grensheuvelen Classic Toerclub HWV Hardenberg 85 • 135 km	Hardenberg
za 1 jun 22e 4 Windstrekentoertocht Fiets Vrienden Lauwersland 40 • 90 km	Burum	zo 2 jun Ronde van de Stelling van Amsterdam Uithoorn Stichting Le Champion 65 • 120 • 170 km	Uithoorn	za 8 jun Groene Harttocht WTC Huizen 80 • 100 • 150 km	Huizen
za 1 jun Chouffe Classic Golazo Cycling NL B.V. 65 • 115 • 165 km	Hoogeveen	zo 2 jun Rondom Stad Lamp Classic TC Het Trapstel 80 • 120 km	Groningen	za 8 jun Kokkeveld festival VOEK Toerfietsclub Nijkerk 57 • 58 • 86 • 97 • 130 km	Nijkerk
za 1 jun Fietstocht 4 Duchenne Toerclub Kloosterzande 25 • 50 • 75 • 100 km	Hengstdijk	zo 2 jun Sprakeltoer race WV Lonneker 85 • 125 km	Enschede	za 8 jun Magical Mystery Tour Hoorse Ren-en-toerclub 85 • 105 km	Hoorn Nh
za 1 jun Gemeententocht TFK Bergum 60 • 100 km	Burgum	zo 2 jun TCA toertocht Tourclub Arendskerke 80 • 110 km	's-Heer Arendskerke	za 8 jun Mond tot Kont Challenge Maag Lever Darm Stichting 250 km	Egmond aan Zee
za 1 jun Kalmthoutse heide DTC De Mol 125 • 175 km	Dordrecht	zo/zo 2-9 jun The Ride Ventoux Moev 1300 km	Bédoin	za 8 jun Tour de Force WV Tour de Force 30 • 60 • 110 • 150 km	Barneveld
za 1 jun Klimmetjestocht Tempo Soest 95 • 135 km	Soest	zo 2 jun THM Zomerclassic TWC Asten 75 • 115 km	Asten	zo 9 jun Berne Abdijbier Kachelders Toer TWC De Kachelders 40 • 75 • 105 km	Heeswijk Dinther
za 1 jun Laatste dag evenement Joustra ronde van NL Het Pijnlijke Zadelkje 50 • 100 km	Steenwijk	zo 2 jun Zeven voor Leven Zeven voor Leven 20 km	Berg en Dal	zo 9 jun De Acht van Chaam Classic WV Smeekens-Chaam 80 • 130 km	Chaaam
za 1 jun Theo de Rooij Classic Tourclub Rijssen 80 • 110 • 150 km	Rijssen	di/vr 4-7 jun Heuveland Fiets 4-daagse The PEPr Company 25 • 40 • 60 km	Berg en Terblijt	zo 9 jun De Meet Hanzekoers Fietslokaal De Meet 76 • 119 • 207 km	Deventer
za 1 jun Vael Ouwe - Veluwe, Posbank & IJsselvallei RTC De Veluwerijders 60 • 90 • 125 • 160 km	Dieren	di/vr 4-7 jun Maashorstfiets4daagse Stichting Fietsevents Maashorst 35 • 60 km	Schaijk	zo 9 jun DELTA Ride for the Roses Zeeuws Vlaanderen DELTA Ride 25 • 50 • 80 • 120 km	Terneuzen
zo 2 jun Centro Ollands Mooiste WTC Gerry van Gerwen 75 • 100 • 140 km	Olland (Gemeente Sint-Oedenrode)	vr 7 jun DELTA Ladies Night Ride DELTA Ride 15 • 30 km	Goes	zo 9 jun Hollandse Kroontocht Westfriese Toerclub 68 • 94 • 115 km	Hoorn
zo 2 jun Grenslancklassieker by Risto Regeltechniek WTC Grenslanck 75 • 100 • 140 km	Stein	za/zo 8-9 jun BRM 600 Amsterdam: Noord Holland en meer Randonneurs Nederland 600 km	Amsterdam	zo 9 jun Oost Achterhoek Wielertocht Veloce Toerclub Zieuwent 30 • 50 • 60 • 80 • 110 km	Zieuwent
zo 2 jun Hilvertocht RTC Hilvarenbeek 60 • 90 • 135 km	Hilvarenbeek	za 8 jun DELTA Ride for the Roses Midden Zeeland DELTA Ride 25 • 50 • 80 • 120 km	Goes	zo 9 jun Prevermo Omloop Flevoland Toerclub Flevoland 25 • 65 • 95 • 125 • 175 km	Lelystad
zo 2 jun Lady's Ride Westbeemster Westfriese Toerclub 65 km	Hoorn	za 8 jun Fietsturfoute Gorredijk St. Gorredijk Vooruit 50 • 60 • 100 • 110 • 150 km	Gorredijk	zo 9 jun The Line - Ronde van Italië in Brabant Stichting Organisatie Wielergala 95 km	's-Hertogenbosch
zo/za 2-8 jun Le Petit Tour de France Wielervereniging Cycling Mates 590 • 725 km	La Petit Pierre Frankrijk	za 8 jun Gerrit Oomkens/Duinentocht RTC Express 60 • 100 km	Amsterdam	zo 9 jun Verkorte VVV Clubke van Nix 75 • 115 • 150 km	Valkenswaard



di/do 11-14 jun Avondfietsvierdaagse Recreatieve tocht Tourclub Rijssen 25 km	Rijssen	do/za 20-22 jun Rondje Nederland (Cycle for Hope) Stichting Vrienden van De Hoop 1200 km	Dordrecht	zo 23 jun Toertocht Ronde van de Achterhoek Stichting Wieleropromotion Gendringen 95 • 120 • 140 km	Eibergen
za 15 jun BRM 300 Maasland: Linge en Waal Randonneurs Nederland 300 km	Maasland	vr 21 jun Climate Classic Central Events BV 40 • 90 • 125 • 250 • 375 km	De Bilt	ma/do 24-27 jun Avondfiets4daagse TC Voorne Putten 8 • 15 • 25 • 35 km	Spijkenisse
za 15 jun Evelo - Biesboschtocht TWC Zevenbergen 100 • 150 km	Zevenbergen	za/zo 22-23 jun BRM 400 Boekelo: Meppen en Münster Randonneurs Nederland 400 km	Enschede	di/vr 25-28 jun Internationale Fiets4daagse Winterswijk Stichting WFevenementen 25 • 40 • 60 km	Winterswijk
za 15 jun Gerben Löwik Classic Wielierclub Twenterand 78 • 94 • 140 km	Vriezenveen	za 22 jun De Ronde van Arnhem powered by Mantel Central Events BV 45 • 70 • 110 • 150 km	Arnhem	vr 28 jun Heavensride Stichting Heavensride 65 • 200 • 400 km	Vorden
za 15 jun Leekstertaktocht SFC Westerkwartier 70 • 120 km	Leek	za 22 jun Decathlon Kortrijk Classic Go4Cycling 20 • 50 • 80 • 100 • 135 km	Kortrijk	za 29 jun BRM 200 Heerlen: Mariawald Randonneurs Nederland 200 km	Landgraaf
za 15 jun Rainbow Ride I Care Producties B.V. 50 • 100 • 200 km	Amsterdam	za 22 jun IJsselmeer Challenge Velomanagement BV 150 • 200 • 300 km	Lelystad	za 29 jun Gejo Betuwse Kersentocht Toerclub De Bataauwers Tiel 50 • 80 • 120 km	Tiel
za 15 jun Ride To Remember Stichting Ride To Remember 70 • 85 • 100 • 140 km	Gouda	za 22 jun Kastelentour Golazo Cycling NL B.V. 65 • 100 • 140 km	Haarzuilens	za/zo 29-30 jun HomeSport Events I Care Producties B.V. 120 • 240 • 500 km	Arnhem
zo 16 jun Berne Abdijbier Kachelders Toer TWC De Kachelders 40 • 79 • 103 km	Heeswijk-Dinther	za 22 jun Luxemburg - Etten-Leur Tourclub DSE 315 km	Esch sur Sure	za 29 jun HTFC in actie voor Alzheimer Haaksbergse T en F Club 365 km	Haaksbergen
zo 16 jun Cycling Zandvoort: Kom fietsen op het circuit! Stichting Endurance Sports 100 • 200 km	Zandvoort	za 22 jun Rondom Staphorst WTC Staphorst-Rouveen 80 • 120 km	Staphorst	do za 29 jun L'Étape Rotterdam by Tour de France /Tour de R'dam Erasmus MC Foundation - Daniel den Hoed 25 • 45 • 80 • 105 • 125 km	Rotterdam
zo 16 jun Giro Di Stelvio Wielervereniging Cycling Mates 700 km	Gottmadingen (D)	do zo 23 jun Bockenreijderstocht FTC Rosmalen 70 • 110 km	Rosmalen	za 29 jun NTFU Ronde van Friesland RTC Rally 140 km	Sneek
zo 16 jun Oranje Ride Velomanagement BV 75 • 100 • 125 km	Volendam	zo 23 jun De Kempenaer Pukkeltocht TWC 't Verzetje Bemmelt 60 • 90 • 120 km	Bemmel	za 29 jun Ronde van Friesland TFK Bergum 135 km	Burgum
zo 16 jun Vijfheuvelentocht (race) WTC Markelo 85 • 125 km	Markelo	zo 23 jun De Ronde van WTC Café Wilhelmina WTC Café Wilhelmina 50 • 80 • 85 • 120 km	Eindhoven	za 29 jun Ronde van Friesland Fietsfriezen 85 • 145 km	Leeuwarden
ma/do 17-20 jun Avond Fiets 3 daagse te Dalfsen Toerclub Dalfsen 15 • 30 km	Dalfsen	zo 23 jun Jo de Rootocht Zeeuwse R&TC Theo Middelkamp 45 • 93 km	Goes	za 29 jun Ronde van Friesland FTC Stiens 138 km	Stiens
ma/vr 17-21 jun Stede Broecse Fiets4Daagse TC Grootebroek 15 • 30 • 60 km	Grootebroek	do zo 23 jun PreZero Grunnens Alternatief FTC Toer '80 80 • 120 km	Scheemda	za 29 jun Ronde van Fryslân FTC Smallerland 140 km	Drachten
di/vr 18-21 jun Fiets4daagse Markelo Stg. Wielersport Markelo 30 • 45 • 60 km	Markelo	do zo 23 jun Rijsbergen Demarreert Stichting Wielersport Rijsbergen 25 • 55 • 60 • 100 • 160 km	Rijsbergen	zo 30 jun Bert Oosterbosch Classic TC Wilhelmina 75 • 100 km	Eindhoven



zo 30 jun Blokje Om Bandencentrum en Eikenaar FTC Heikera 60 • 100 • 150 km	Heino	zo 7 jul Baumbergtocht FTC Winters 100 • 130 km	Winterswijk	za/ma 13-15 jul BRM 600 Boekelo: Sauerland Randonneurs Nederland 600 km	Boekelo
zo 30 jun Cycle NL Nederlandse Hartstichting 30 • 60 • 110 • 120 • 180 km	Apeldoorn	zo 7 jul Grenstocht T.C. Axel 60 • 65 km	Absdale, Hulst	za 13 jul Rivieren en Kanaalomloop RTC Express 60 • 100 km	Amsterdam
zo 30 jun Groene Hart Classic TTC De Merel 45 • 75 • 105 km	Mijdrecht	zo 7 jul Haren-Haren Stichting Haren-Haren 50 • 105 • 165 km	Haren	zo 14 jul Ronde van de Westfrie Omringdijk Alkmaar Stichting Le Champion 50 • 80 • 135 km	Alkmaar
zo 30 jun Hollands mooiste Molentocht Westfrie Toerclub 71 • 91 • 120 km	Hoorn	zo 7 jul Jan Raas route Zeeuwse R&TC Theo Middelkamp 55 • 101 km	s'Heerenhoek	zo 14 jul Ronde van de Westfrie Omringdijk Enkhuizen Stichting Le Champion 50 • 80 • 135 km	Enkhuizen
zo 30 jun Markermeer Toertocht TFC Weesp 60 • 80 • 160 km	Weesp	zo 7 jul Ladies Ride Westfriesland Hoorse Ren-en toerclub 65 • 95 km	Hoorn	zo 14 jul Ronde van de Westfrie Omringdijk Hoorn Stichting Le Champion 50 • 80 • 135 km	Hoorn
zo 30 jun Steenwijks Mooiste Het Pijnlijke Zadelkje 60 • 120 • 180 km	Steenwijk	zo 7 jul Omloop der Zevenheuvelen Stichting Wielerevenementen Mercurius 40 • 75 • 115 • 140 • 160 km	Nijmegen	zo 14 jul Ronde van de Westfrie Omringdijk Medemblik Stichting Le Champion 50 • 80 • 135 km	Medemblik
di/do 2-4 jul Fiets3daagse WTC Boekel 40 • 60 km	Boekel	zo 7 jul Sallands Mooiste Toertocht Haarlese Wielersclub SaMo 75 • 100 • 140 km	Haarle	zo 14 jul Ronde van de Westfrie Omringdijk Schagen Stichting Le Champion 50 • 80 • 135 km	Schagen
di/vr 2-5 jul Fiets4daagse St.Fiets-4-daagse Wolvega 40 • 60 km	Wolvega	zo 7 jul Tour d'Utrecht Central Events BV 70 • 110 • 150 km	Utrecht	zo 14 jul Rondje Middenmeer Westfrie Toerclub 65 • 87 • 115 km	Hoorn
di/vr 2-5 jul Laura fiets-4-daagse Stichting Alphen Rijkswielvierdaagse LAURA 40 • 60 • 80 • 100 km	Alphen aan den Rijn	zo 7 jul Zomerfestival Ride - powered by Fietz RTC Twente 75 km	Denekamp	di/vr 16-19 jul Rooifietst Stichting Rooise Fietsvierdaagse 30 • 45 • 60 km	Sint-Oedenrode
wo 3 jul Laura kinderfietsstocht Stichting Alphen Rijkswielvierdaagse LAURA 15 km	Alphen aan den Rijn	ma/do 8-11 jul 24e Lauwersland Fietsvierdaagse Fiets Vrienden Lauwersland 35 • 70 km	Burum	za 20 jul BRM 200 Bunnik: Kris Kras op en af Randonneurs Nederland 200 km	Bunnik
vr/za 5-13 jul Tour de Pyrenees Wielervereniging Cycling Mates 800 km	Bayonne, Frankrijk	di/vr 9-12 jul 16e Wilhelmina Fiets-4-daagse TC Wilhelmina 60 km	Eindhoven	za 20 jul Pieter Weening Classic TFC Surhuisterveen 25 • 40 • 60 • 100 • 150 km	Surhuisterveen
za 6 jul Grenstocht T.C. Axel 60 • 65 km	Absdale, Hulst	di/vr 9-12 jul Fiets4Daagse De Peel startplaats Deurne St. Fiets4daagse De Peel 30 • 45 • 60 km	Deurne	di/vr 23-26 jul Bladel Fietsvierdaagse Stichting Wielerevenementen Bladel 40 • 65 km	Bladel
za 6 jul Ster van Huizen WTC Huizen 45 • 60 • 61 • 105 • 106 • 120 • 165 km	Huizen	di/vr 9-12 jul Fiets4Daagse De Peel startplaats Meijel St. Fiets4daagse De Peel 30 • 45 • 60 km	Meijel	za 27 jul Bauke Mollema Tocht Noordelijke Wiel Vereniging N.W.V.G. 90 • 150 km	Groningen
za 6 jul Toertocht Wielerronde Het Scherpe Woud 50 • 100 km	Scherpenzeel	di/vr 9-12 jul Fiets4Daagse De Peel startplaats Stiphout St. Fiets4daagse De Peel 30 • 45 • 60 km	Stiphout (Helmond)	za 27 jul BRM 300 Bergen: Van Eijdsen tot Mookerhei Randonneurs Nederland 300 km	Bergen
zo 7 jul 1KRide Velomanagement BV 80 • 120 • 145 • 165 km	Oosterbeek	za 13 jul Boerderijen tocht Toerclub Heerde 50 km	Heerde	za 27 jul De Ronde Venen Route TTC De Merel 40 • 70 • 110 km	Mijdrecht



za 27 jul Duinentocht Vereniging Le Champion 50 • 75 • 100 km	Castricum (Bakkum)	di/vr 13-16 aug Eibergse fiets4 daagse TC Eibergen 45 • 60 km	Eibergen	za 24 aug Gildetocht Tempo Soest 50 • 90 • 130 km	Soest
zo 28 jul Fortenroute Westfriese Toerclub 68 • 92 • 130 km	Hoorn	za 17 aug BRM 300 Valkenswaard: Fietsen doe je in het zuiden Randonneurs Nederland 300 km	Valkenswaard	za 24 aug Goede Doelen Molentocht DTC De Mol 45 • 80 • 120 km	Dordrecht
zo 28 jul Gouden Pijl Stichting Goede Doelen Valthé 35 • 85 • 125 km	Emmen	za 17 aug Willy Vannitsen Classic, powered by Naqi Go4Cycling 25 • 47 • 78 • 109 • 135 • 161 km	Sint-Truiden	za 24 aug Grote Rivierentocht Kromme Rijn, Lek en Waal WTC Huizen 85 • 110 • 150 km	Huizen
di 30 jul/vr 2 aug 41e Hardenbergse Fiets4daagse Toerclub HWV Hardenberg 40 • 60 km	Hardenberg	zo 18 aug Beemster Toertocht TFC Weesp 70 • 95 • 130 km	Weesp	zo 25 aug Bike+ toer Toerclub De Windmolens 40 • 60 km	Oss
vr/zo 2-4 aug Heezer Fietsweekend TC Heeze 30 • 45 • 60 km	Heeze	zo 18 aug BIKE-BEER-BBQ roadride zomer RTC Groenlo 60 • 80 km	Groenlo	zo 25 aug Hunebed Highway Classic Stichting Goede Doelen Valthé 65 • 95 • 125 • 155 km	Valthe
za 3 aug BRM 200 Heerlen: Ardennentrip Randonneurs Nederland 200 km	Landgraaf	zo 18 aug Hollands Venetië Tocht RTV Steenwijk 40 • 60 • 80 • 120 km	Steenwijk	zo 25 aug Kastelentocht Vereniging Le Champion 60 • 80 • 130 km	Baarn
za 3 aug Evelo Ster van Moerdijk TWC Zevenbergen 23 • 41 • 57 • 85 • 110 km	Zevenbergen	zo 18 aug Leyetocht St. De Leyetocht 70 • 100 km	Helvoirt	zo 25 aug Molentocht WV Lonneker 90 km	Enschede
za 3 aug JHVM 2024 TC Heerde Toerclub Heerde 75 • 100 • 150 km	Heerde	zo 18 aug Toertocht Servaas - Servaas La Rochelle Wielervereniging 75 • 125 km	Nunhem	zo 25 aug TGV toertocht Toerclub Goes Vooruit 85 • 113 km	's Heer Hendrikskinderen
zo 4 aug Hel van de Heuvelrug Driebergse Tour Club 35 • 60 • 80 • 100 • 145 • 180 km	Driebergen	zo 18 aug Westerscheldetocht TC Hulst TC Hulst 65 • 100 km	Hulst	zo 25 aug Waterlandroute Westfriese Toerclub 66 • 97 • 122 km	Hoorn
di/do 6-8 aug 44e Fietsdriedaagse Asten St. Activiteiten TWC Asten 35 • 45 • 60 km	Asten	di/vr 20-23 aug 48e Euregio Fiets-4-daagse Denekamp RTC Twente 25 • 40 • 60 • 100 km	Denekamp	di/vr 27-30 aug fiets4daagse Dwingeloo Beheer "Over Entinghe" 30 • 45 • 60 km	Dwingeloo
di/vr 6-9 aug Fietsvierdaagse De Roerstreek St. Fietsvierdaagse de Roerstreek 30 • 45 • 60 km	Sint Odiliënberg	di/vr 20-23 aug Fiets4Daagse Appelscha St. Fiets-4-daagse Appelscha 30 • 45 • 65 km	Appelscha	vr 30 aug/zo 1 sep Veluwetoer Vereniging Le Champion 80 • 100 • 120 km	Hulshorst
za 10 aug Drie Provinciëntocht Fietstoerclub Avanti 70 • 90 • 130 km	Alphen aan den Rijn	di/vr 20-23 aug Utrechtse Fietsvierdaagse Central Events BV 25 • 40 • 60 km	Zeist	za 31 aug Acht van Terneuzen FTC Terneuzen 55 • 110 km	Terneuzen
za 10 aug Vecht en Vuurschetocht RTC Express 60 • 100 km	Amsterdam	za 24 aug Alternatieve Diekirch-Valkenswaard Stichting Wielervierdaagse Wim Kemps 150 km	Valkenswaard	za 31 aug Biesboschtocht Tourclub De Waardrenner 45 • 75 • 125 • 160 km	Alblasserdam
zo 11 aug Drie Provinciëntocht Fietstoerclub Avanti 70 • 90 • 130 km	Alphen aan den Rijn	za 24 aug Diekirch-Valkenswaard Stichting Wielervierdaagse Wim Kemps 255 km	Diekirch in Luxemburg	za 31 aug Sallandse Heuvelen Tocht Toerclub Nieuwleusen 50 • 80 • 120 • 160 km	Nieuwleusen
zo 11 aug Tour de Rotterdam Femmes Central Events BV 25 • 40 • 70 • 110 • 150 km	Rotterdam	za 24 aug Germania Klimtocht TC Wageningen '79 100 • 158 km	Wageningen	za 31 aug Strelvio FlowTing 50 • 100 • 150 km	Prad am Stilfserjoch



za 31 aug Toertochten (Cycle for Hope) Stichting Vrienden van De Hoop 70 • 120 • 180 km	Hoenderloo	za/wo 7-11 sep LRM 1200 Deventer: Hanze 6-9-6 Randonneurs Nederland 1200 km	Deventer	za 14 sep De Juweel FTC Stiens 40 • 110 km	Stiens
za 31 aug Woudentocht TFK Bergum 30 • 50 • 110 km	Burgum	za/ma 7-16 sep LRM 2100 Deventer: Hanze 6-9-6 Randonneurs Nederland 2100 km	Deventer	za 14 sep Huchiestocht Toertocht Veenendaal 110 • 160 km	Veenendaal
zo 1 sep Acht van Terneuzen FTC Terneuzen 55 • 110 km	Terneuzen	za 7 sep Nazomertocht WTC Huizen 80 • 120 • 155 km	Huizen	za 14 sep Nazomertocht RTC Express 60 • 100 km	Amsterdam
zo 1 sep Goarretocht St. Gorredijk Vooruit 55 km	Gorredijk	za 7 sep Noorder IJ-en Zeedijktoer Vereniging Le Champion 80 • 120 km	Uitgeest	zo 15 sep De Ronde van Utrecht Wielersplatform Utrecht 60 • 75 • 110 km	Utrecht
zo 1 sep Gooi- & Vechtstreektocht Dribergse Tour Club 35 • 55 • 80 • 110 • 140 km	Driebergen	za 7 sep Wielersfestival Cauberg The PEPr Company 40 • 80 • 120 • 160 km	Valkenburg	zo 15 sep Harbour Tour Golazo Cycling NL B.V. 60 • 80 • 100 • 140 km	Rotterdam
zo 1 sep Gran Fondo Veluwe Velomanagement BV 90 • 130 • 160 km	Vaassen	zo 8 sep Golftoer Westfriesse Toerclub 76 • 92 • 120 km	Hoorn	zo 15 sep Kickstarter Bikefest - Velo Heuvelrug & De Proloog Vélo Heuvelrug 28 • 40 • 70 • 80 • 106 • 107 • 125 • 141 km	Amerongen
zo 1 sep La Base Pizza toertocht TFC Weesp 100 • 200 km	Weesp	zo 8 sep Gran Fondo Rotterdam Velomanagement BV 80 • 120 • 160 km	Zevenhuizen	zo 15 sep Lady's Ride Twisk Westfriesse Toerclub 60 km	Hoorn
zo 1 sep Vuelta a Utrecht Central Events BV 70 • 110 • 150 km	Utrecht	zo 8 sep Roy Seine Stoppelveldrit FTC Heikera 60 • 100 • 150 km	Raalte	zo 15 sep TKP Tocht van Groningen Stichting Wielerevenementen Noord-Nederland 80 • 110 • 160 km	Groningen
za 7 sep Bridge to Bridge ride WV Reto 50 • 100 km	Arnhem	zo 8 sep Sponsortocht voor ALS TFC Weesp 65 • 90 • 120 • 160 km	Weesp	za 21 sep De Herinneringenrit I Care Producties B.V. 40 • 80 • 120 km	Amersfoort
za 7 sep Gelre ziekenhuizen Toertocht, start Apeldoorn Stichting Gelre Ziekenhuizen 40 • 70 • 110 km	Apeldoorn	zo 8 sep Toerversie La Vuelta Breda Central Events BV 35 • 70 • 100 • 130 • 160 km	Breda	za 21 sep De Langstraat Klassieker TC Waalwijk 20 • 40 • 60 • 90 • 130 km	Waalwijk
za 7 sep Gelre ziekenhuizen Toertocht, start Zutphen Stichting Gelre Ziekenhuizen 110 km	Zutphen	zo 8 sep WF Hamaland wandel- en fietstochten Stichting WFevenementen 40 • 60 km	Winterswijk	za 21 sep Groene Harttocht Fietstoerclub Avanti 60 • 90 • 120 km	Alphen aan den Rijn
za 7 sep Bruggentocht Toerclub Barrhopoort 75 • 115 km	Barendrecht	za 14 sep BRM 200 Heerlen: Drielanden Randonneurs Nederland 200 km	Landgraaf	za 21 sep Hollands Limes Classic I Care Producties B.V. 25 • 50 • 100 km	Alphen aan den Rijn
za 7 sep Col du Galibier - Alpentocht voor CliniClowns Stichting CliniClowns Nederland 17 • 35 km	Valloire	za 14 sep BRM 200 Maasland: Rivier de Mark Randonneurs Nederland 200 km	Maasland	za 21 sep Isonig Cyclo Wielervereniging Urk 80 • 123 km	Urk
za 7 sep Decathlon Roeselare Classic Go4Cycling 22 • 50 • 70 • 90 • 115 km	Roeselare	za 14 sep Buik Klassieker Maag Lever Darm Stichting 15 • 40 • 80 • 120 • 160 km	Hilversum	za 21 sep Mergelheuvelland 2-daagse (Mh2d - Race/Toer) WTC Sint Geertruid 60 • 90 • 120 • 160 km	Sint Geertruid
za 7 sep Grenspalenklassieker Brabantse Kempen Grenspalenklassieker BV 100 • 150 • 200 km	Reusel	za 14 sep Cols de Vallis TWC Vols 25 • 50 • 75 • 100 • 125 • 150 km	Vijlen	za 21 sep Theo Middelkamp Tocht T.C. Axel 40 • 60 • 90 km	Absdale



zo 22 sep Hoogland
Cycling Challenge Hoogland (race)
Snel Verzet Hoogland
80 • 115 • 170 km

zo 22 sep Alphen aan den Rijn
Groene Harttocht
Fietstoerclub Avanti
60 • 90 • 120 km

zo 22 sep Hoorn
Hel van de Wieringermeer
Westfriese Toerclub
70 • 93 • 119 km

zo 22 sep Kapelle
Kees Korstanje Toertocht + 60 km Graveltocht
TTC Kapelle'79
60 • 110 km

zo 22 sep Sint Geertruid
Mergelheuvelland 2-daagse (Mh2d - Race/Toer)
WTC Sint Geertruid
60 • 90 • 120 km

zo 22 sep Absdale
Opa de Koning Tocht
T.C. Axel
40 • 60 • 90 km

zo 22 sep Amsterdam
Saxo Dam tot Dam FietsClassic
Stichting Le Champion
40 • 60 • 85 • 105 • 150 km

zo 22 sep Diessen
Toertocht Diessen Race
Wieler Vereniging Diessen
85 • 110 km

zo 22 sep Den Dungen
van Mouwrik Waardenburg Race toertocht
WTTTC Vlugs Trug
56 • 74 • 100 km

za 28 sep Nijkerk
Bikeshoe4u Herfst Klassieker
VOEK Toerfietsclub Nijkerk
45 • 60 • 80 • 115 km

za 28 sep Eindhoven
OktoberFest Ride
Velomanagement BV
65 • 90 • 110 km

za 28 sep Ouderkerk aan den IJssel
Plassentocht
Tourclub De Waardrenner
50 • 90 • 125 km

zo 29 sep Ammerzoden
Dijk van een Tocht
WTC "De Rode Leeuw"
45 • 90 • 135 km

zo 29 sep Amsterdam
Gerrie Knetemann Classic
Golazo Cycling NL B.V.
75 • 120 • 165 km

zo 29 sep Dokkum
Kald Kletske Klinkerkoers
Stichting Promotie Wielrennen Noardeast Fryslan
50 • 60 • 90 • 100 • 150 km

zo 29 sep Aalsmeer
Ride For The Roses
I Care Producties B.V.
25 • 50 • 100 km

zo 29 sep Driebergen
Veluwe Herfsttocht
Driebergse Tour Club
35 • 50 • 75 • 100 • 140 km

**MEER INFO &
INSCHRIJVEN**
rondevanarnhem.nl



TOERTOCHT DE **RONDE** VAN **ARNHEM**

2024

ZAT 22 JUNI

10% KORTING VOOR NTFU LEDEN

POWERED BY

mantel



za 1 jun Theo de Rooij Classic MTB/Gravel Tourclub Rijssen 50 • 75 • 80 • 115 km	Rijssen	zo 18 aug ATB-Leyetocht St. De Leyetocht 30 • 45 • 65 km	Helvoirt	zo 22 sep Bioracer MTB/Graveltocht WTC Vlug Trug 33 • 40 • 48 • 57 • 65 km	Den Dungen
zo 2 jun THM Zomerclassic TWC Asten 40 • 60 km	Asten	zo 25 aug Gravel Omloop van Gorssel WTC Gorssel 60 • 100 km	Kring van Dorth	zo 22 sep Mergelheuvelland 2-daagse (Mh2d - MTB) WTC Sint Geertruid 35 • 50 • 70 km	Sint Geertruid
do 6 jun INTECHNEAU MTB Streetrace Ruinen WTC Ruinen 2 km	Ruinen	zo 25 aug Harm Baastocht FietsZe race & mtb club 35 • 55 • 75 km	Nijensleek	zo 22 sep Toertocht Diessen MTB Wieler Vereniging Diessen 30 • 45 • 60 km	Diessen
za 8 jun Sportdriewo MTB toertocht Sportdriewo 30 • 75 km	Wäterswäld	zo 25 aug Hunebed Highway MTB Stichting Goede Doelen Valthe 35 • 50 km	Valthe	za 28 sep De Hattermer Herfst ATB-tocht Toerclub Hatterm 30 • 45 km	Hatterm
zo 9 jun Hesseler Gravel ride De Hesseler Fietzers 60 • 90 km	Oosterhesselen	za 31 aug Streetrace Odiliapeel Toerclub de Peeltrappers 10 • 20 km	Odiliapeel	zo 29 sep ATBeetje Vals Plat Team Biking Neighbours Exloo 20 • 30 • 50 km	Exloo
zo 9 jun MTB Event De Kempervennen Center Parcs De Kempervennen 20 • 40 • 60 km	Westerhoven	zo 1 sep KOBRA Grenslandmarathon WTC Tubbergen 35 • 50 • 75 • 100 km	Tubbergen	zo 29 sep Eanske 3 maal EWV Het Oosten 20 • 40 • 60 km	Enschede
za 15 jun Streetrace Zijtaart Wieler Tourclub Zijtaart 10 • 15 • 25 km	Veghel	za 7 sep 25 jaar Last Gear Jubileumtocht Last Gear 35 • 50 • 75 • 100 km	Eerbeek	zo 29 sep Hel van de Peel Marmatrimmers 100 km	Liessel
zo 16 jun Vijfheuvlentocht (MTB) WTC Markelo 35 • 70 km	Markelo	za 7 sep Gelre ziekenhuizen MTB-tocht Stichting Gelre Ziekenhuizen 35 • 50 • 80 km	Apeldoorn	zo 29 sep MTB Stuifduinen Challenge Fietsclub de HerBerg 18 • 36 • 54 km	Bergharen
za 22 jun Decathlon Kortrijk Classic - Offroad Go4Cycling 55 • 95 km	Kortrijk	zo 8 sep Biking Odoorn toertocht Biking Odoorn 20 • 30 • 50 km	Odoorn	zo 29 sep Oldejuje Buffeltocht Schaats Trim Club Oldemarkt 30 • 50 km	Oldemarkt
za 22 jun Hel van Ede-Wageningen TC Wageningen '79 60 • 100 km	Wageningen	zo 8 sep Liempde Veldtoertocht L.T.C. 't Groenewoud 35 • 50 • 65 km	Liempde	zo 29 sep RoojTracks ATB-vereniging Mudhunters 40 • 50 • 65 km	Venray
zo 23 jun FPS Bouw MTB Cup Lochem LWC De Paaschberg 1 km	Lochem	zo 15 sep 20e Zeuv'mhuuster ATB Veldtoertocht Stichting ATB Zevenhuizen 30 • 55 km	Zevenhuizen	zo 29 sep Vasser Heuvelen Classic WTC Geesteren 35 • 45 • 55 • 65 • 95 km	Nutter (nabij Vasse)
za 6 jul de Hel van Harkema Stichting Recreatie Sport Harkema 33 • 66 • 99 km	Harkema	zo 15 sep Groesbeeks Gruwelijkste Stichting Road4Energy 50 • 75 • 100 km	Groesbeek	zo 29 sep Witrijttocht TWC De Contente 35 • 55 • 75 km	Eersel
za 20 jul Wiezo ATB Tour Stichting ATB Route Wierden 20 • 35 • 45 • 62 km	Wierden	za 21 sep Jubileum toertocht 25 jaar Last Gear Last Gear 35 • 50 • 70 km	Eerbeek		
za 17 aug Willy Vannitsen Classic, powered by Naqi - Offroad Go4Cycling 54 • 102 km	Sint-Truiden	za 21 sep Mergelheuvelland 2-daagse (Mh2d - MTB) WTC Sint Geertruid 35 • 50 • 70 • 100 km	Sint Geertruid		



1 jun MeinRide Fietsclub Parkzicht 75 • 110 km	Roermond	zo 23 jun Flatlands 300 True Grit Cycling Productions 300 km	Papenvoort	zo 15 sep Vredestein speed Graveltocht Oldenzaalse Wielclub 90 km	Oldenzaal
zo 2 jun Graveltoertocht tijdens Merida NL Gravel Series Fietsgroep 't Muurtje 35 • 45 • 80 km	Aalten	zo 30 jun Presto Gravel Ride Drunen Toerclub Presto 60 • 80 • 100 km	Drunen / Vlijmen	za 21 sep BRM 200 Zuidlaren: Gravel Randonneurs Nederland 200 km	Zuidlaren
zo 2 jun Sprakeltoer gravel WV Lonneker 85 • 115 km	Enschede	zo 7 jul Sallands Mooiste Graveltocht Haarlese Wielclub SaMo 45 • 80 • 120 km	Haarle	za 21 sep De Langstraat Klassieker TC Waalwijk 55 • 80 km	Waalwijk
zo 2 jun Zeven voor leven gravel toertocht Zeven voor Leven 77 km	Berg en Dal	zo 18 aug BIKE-BEER-BBQ gravelride zomer RTC Groenlo 45 • 70 km	Groenlo	za 21 sep Mergelheuvelland 2-daagse (Mh2d - Gravel) WTC Sint Geertruid 85 km	Sint Geertruid
vr/zo 7-9 jun Graveller Drenthe Stichting GreenHouse Productions 30 • 50 • 80 • 115 km	Odoorn	zo 25 aug Molentocht Gravel WV Lonneker 50 • 113 km	Enschede	za 21 sep Rose Backroad Gravel Toer Herfst editie Fietsgroep 't Muurtje 50 • 80 • 110 km	Bocholt
zo 9 jun Oost Achterhoek Graveltocht Veloce Toerclub Zieuwent 30 • 45 • 75 • 95 • 125 km	Zieuwent	zo 25 aug Gravel Omloop van Gorssel WTC Gorssel 60 • 100 km	Kring van Dorth	zo 22 sep Cycling Challenge Hoogland (gravel) Snel Verzet Hoogland 80 • 105 • 135 km	Hoogland
zo 9 jun Strade Bianche Flevoland Toerclub Flevoland 50 • 75 km	Lelystad	za 31 aug 1ste Graveltocht Int. Ver. De Wielertoerist 40 • 80 km	Maldegem	zo 22 sep Kees Korstanje Graveltocht TTC Kapelle'79 60 km	Kapelle
zo 9 jun The Line - Strade Bianche in Brabant Stichting Organisatie Wielergala 75 • 100 km	's-Hertogenbosch	za 31 aug Veluwe Gravel Tour TC Voorthuizen 83 • 95 • 115 km	Stroe	zo 22 sep Mergelheuvelland 2-daagse (Mh2d - Gravel) WTC Sint Geertruid 85 km	Sint Geertruid
za 15 jun Gerben Löwik Classic Gravel Wielclub Twenterand 35 • 77 km	Vriezenveen	za 7 sep Strade Bianche Nijverdal FTC CC '75 40 • 80 • 120 km	Nijverdal	za 28 sep BetBoss Graveltour FTC Smallerland 70 • 90 km	Drachten
zo 16 jun Vijf heuvelentocht (gravel) WTC Markelo 35 • 70 km	Markelo	zo/do 8-15 sep The rideGravel Moëv 500 • 600 km	Echternacherbrück	zo 29 sep Strade Bianche Achterhoek - Gijs Verdick memorial LWC De Paaschberg 65 • 110 • 150 km	Lochem
za 22 jun Gravelrit TC Hulst TC Hulst 70 • 100 km	Hulst	zo 15 sep Strada di Kokkie Cycling Lemelerveld 55 • 75 • 100 km	Lemelerveld		



DEFY LIMITS



DE GEHEEL NIEUWE DEFY

Ga verder, sneller en verleg je grenzen met de compleet vernieuwde Defy. De perfecte balans tussen comfort en high-performance stijfheid maakt de nieuwe Defy de beste keuze voor competitieve endurance cyclo's. De Marmotte, Tour du Mont-Blanc, Super Giro Dolomiti en Alpenbrevet wachten op je!

GIANT



A PLACE WHERE GREAT JOURNEYS START

Get there



SCHWALBE 

getthere.schwalbe.com