

Luik Bastenaken Luik

Op 11 augustus hebben Martin, Gert, Sjouke, Miriam, Frank, Brunold, Richard, Ronald-B, Gerard, Bert, Jos en Cees deze rit gereden in de Belgische Ardennen, het is een zware tocht met 235 kilometer en ruim 3600 hoogtemeters.

Verslag : [Cees Tuytel](#)

Verslag : [Sjouke Posthuma](#)

Op en neer.....

Voor de 2e keer dit jaar Luik Bastenaken Luik, na op 1e Pinksterdag de profversie gereden te hebben vanuit Tilff was het nu tijd voor een vergelijkend warenonderzoek : de 'Nederlandse versie' van Le Champion.

Waar de andere vol spanning aan de start stonden - tja een eerste keer LBL met zoveel kilometers en hoogtemeters - waren Martin en ik redelijk ontspannen. Gewoon lekker rijden en hopen dat het droog blijft. De benen waren goed dus wat kan er verder mis gaan. Bij de start nog wat bekende een handje geven, je komt elkaar overal tegen in het kleine fietswereldje en hup op weg. Even wennen dat drukke Luik, eerste minpuntje.

De eerste 'klim' net buiten Luik gaat gelijk in vol galop naar boven, de groep spat uit elkaar en Martin en ik hebben afgesproken rustig door te rijden op eigen tempo en niet te wachten op de andere, wachten is in dit landschap funest voor de benen.

Heel toevallig komen we '2 oude bekende' tegen uit Lemelerveld, ook met Pinksteren hebben we met deze mannen meegereden en ook nu mogen ze ons de eerste uur uit de wind houden. Bij Aywaille - hier is de start van nog een versie Luik Bastenaken Luik die elk jaar eind Juli gehouden wordt. Volgens de kenners is dit trouwens de leukste versie van de 3 - krijgen we eindelijk een echte klim voor onze kiezen, rijden lekker stevig naar boven. Halen bijna iedereen in die voor onze wielen komt en tuffen lekker door.

De eerste 50 km zijn lekker relaxed en zonder problemen komen we bij de laatste klim voor de 1e stop aan. De Lemervelder kopman trekt er flink aan en ik blijf lekker in zijn wiel zitten, doseren en je benen sparen. Bij de stop staat vrouwlief al te stralen als manlief eerste binnen komt voor een stroopwafel en een krentebol.

Martin komt ook binnen en we doen een plas en eten een hap, zoeken naar de drankkraam....blijkt een oudere dame met tuinslang te zijn met heel veel ongeduldige mensen om haar heen die maar één ding willen : water en zo snel mogelijk. Uit ervaring weet ik dat Martin niet zo bescheiden is als ik dus die mag water halen. Binnen een paar minuten komt ie al terug, dikke smile op zijn gezicht, hij hoeft niet uit te leggen waarom ie zo snel terug was. We zijn ons groepje kwijt dus mogen we zelf aan het werk, we rijden weer door. De rest was nog niet binnen dus rijden maar - sorry Ronald maar we hebben je echt niet gehoord.

Het volgende stuk brengt ons naar Bastenaken, vorige keer had ik het toen erg zwaar en Martin moest ik laten gaan, deze keer is het andersom. Kan erg lekker blijven trappen. Bij Bastenaken haal ik nog een paar Wielertoeristen in die 40 km lang in mijn vizier hadden gezeten. We pakken een rijsthapje en Martin ziet op een bouwplaats een onbeheerde dixie staan, helemaal klaar voor gebruik. Andere fietsers zien zijn actie en in no-time staat er meerdere mensen te wachten. Arme bouwvakkers maandag.

De volgauto is nog niet aanwezig en we besluiten om maar verder te gaan, 60 km tot de volgende stop.

Martin is in slechte doen en moet alle zeilen bijzetten om het tempo te kunnen blijven volgen. Ik blijf een paar keer op hem wachten maar halverwege blijf ik rustig doorfietsen en ga op eigen tempo verder. Pak een wiel van een snelle kerel die mij voorbij komt zetten en tot de Wanne rijden we lekker door. Op de Wanne even volle bak omhoog, eigenlijk de eerste klim die ik vol naar boven pak. Blijft lastig die Wanne. Boven zitten tot mijn verbazing 2 dames in de zon bij de bevoorading, ze waren net aangekomen. Een lange rij voor de stempelpost en verzoring. Martin staat plots naast me, zo das rap gedaan !

Ik kom weer een bekend persoon tegen en we schuiven langzaam op in de lange rij. Krijgen 3 afgepaste tucjes en een halve banaan - nee daar kan je idd geen 240 km op rijden. We slaan de rij AA-drink maar over en doen de waterslang truk maar weer. Na veel oponthoudt gaan we eindelijk weer verder. Lekker in de zon rijden we verder naar de volgende klim : Côte D`Amermont, deze klim vind ik de zwaarste van het stel. Erger dan de gevreesde Redoute. Maar aan alles komt een einde en ook aan deze lijdensweg. Martin kruipt weer in mijn wiel en we rijden naar de volgende : Rosier. Echt een heerlijke klim.

Houdt me echter in rijdt rustig met Martin naar boven. Toch het laatste stuk even nog iemand terug pakken die ons inhaalde. Boven staat een hele groep mensen uit te blazen van de inspanning. Wij gaan direkt door op naar de volgende stop.

Net voor de volgende klim een drukte van belang, auto's en fietsen staan stil voor een politie auto met agenten die ons erg streng aankijken. Wat nu weer ? "Heb jij je paspoort bij je?" vraag ik aan Martin. Gelukkig is het geen ID controle maar moeten we wachten totdat er een wielervedstrijd voorbij is gekomen, moet toch niet gekker worden.

Na een klein kwartiertje wachten zien we auto's met zwaailichten aankomen en motoren, de koplopers vliegen als hazen de La Vecquee op omhoog. Het peleton er vlak achteraan. Een hele rij met volgauto's en wat achterblijvers.

Er staan inmiddels een paar 100 fietsers ongeduldig te wachten op vrijgave van onze koers. De klim naar de top van de Vecquee ziet er gevaarlijk steil uit. Wanneer we weg mogen is het dringen geblazen, geef mijn fiets de sporen en probeer zigzag naar boven te rijden. Haal erg veel mensen in en ik wil proberen om vooraan boven te komen. Bij de eerste 10 lukt het me om boven te komen en om zelfs nog 3 achterblijvers van de wedstrijd in te halen.

De wedstrijd mannen rijden door, ik kan lekker uitrusten.

Een pleintje is het toneel van de 4e stop, kopen bij gebrek aan eten maar een bak soep - nou ja rood warm water waar een tomaat doorheen gezwommen heeft. Slaan de lange rij bij het waterverzamelpunt maar over. Na 50 meter staat echter een illegale verzorgings wagen die van het 130 km parcours afkomt en wat spullen over heeft. We horen van mannen van Champion dat ze op dit punt geen eten en drinken mogen uitdelen omdat de eigenaar van het cafe daar geen toestemming voor gegeven heeft. We krijgen echter stiekem toch een banaan en een AA-drink. Was overgebleven van een eerdere post en het moet toch op.

De laatste 40 km, nog een stukje.

We rijden op volle snelheid naar beneden, Remonchaamps. Bekend gebied voor ons, even door het stadje heen, onder de weg door, rechtsaf en de klim van de Redoute is begonnen. Op karakter tuffen we naar boven, kijken even hoe andere meer dood dan levend boven komen.

Eten een appeltje en rijden weer door. Martin heeft er weer zin in en we rijden in een redelijke groep naar Luik. Laatste 5-6 km is het volle bak en we rijden met ruim 40 per uur Luik in, stoplichten zorgen ervoor dat we de groene trui niet winnen. Komen bij de finish aan, de dames van de volgploeg zijn er helaas nog niet om ons te ontvangen met zoenen en bloemen. We gaan dus maar een biertje drinken en krijgen via de sms te zien dat de dames via een omweg bij de finish staan.

Lopen er naar toe en zien Frank bij de dames zitten een fiets achterop de auto, aiii das even slikken. We overleggen even wat te doen. nog 2 uur wachten of terug naar Eijsden,

boodschappen doen voor het avondeten of toch maar een etentje buiten de deur? Wanneer we 3 minuten na sluitingstijd bij de winkel staan wordt het dus buiten de deur eten. De avond is gezellig, helaas geen diner met de hele groep. Puntje voor de volgende keer ! Horen via de telefoon dat iedereen verder binnen is gekomen, klasse! Verder een leuke dag gehad, lekker gereden. Minpunt was de matige verzorging onderweg en start-finish in Luik. Volgende keer de Tilff versie weer rijden.

Mijn polar gegevens :

1% in het rood gereden >164

6% in D3(intensief) zone 154-163

19% in D2 zone 141-153

39% in D1 (extensief)zone 124-140

35% in Herstel zone gereden < 124

hs 127 gem.

hs 176 max

26.5 gem gereden

8:45 ritafstand incl. stilstaan.

La Doyenne

La Doyenne oftewel Luik-Bastenaken-Luik 11 augustus 2007.

Het is kwart over vijf. Mijn mobiele telefoon wekt me. Vandaag moet het gebeuren. Eerst nog even onder de douche en dan goed ontbijten. We (Gert, Jeanette, Carolien en Sjouke) logeren bij Van der Valk in Maastricht. De verzorging laat niets te wensen over. Beneden in de lobby zit Gert reeds op me te wachten. Gerard, Helga, Miriam, Brunold en Frank zijn al vertrokken. Na een uitgebreid ontbijt gaan we nog even naar boven. Sanitaire zaken afronden en natuurlijk nog even afscheid nemen van Carolien.

Even voor half zeven vertrekken we met de bus van Gert naar Luik. Na 20 minuten arriveren we in de stad en zoeken we een parkeerplaats. We maken ons gereed en fietsen naar de start bij het Holiday Inn hotel. Voor het hotel krijgen we de controlestempel op de kaart en we vertrekken om 8 minuten over zeven.

Via brede wegen rijden we Luik uit en even buiten Luik moeten we gelijk klimmen (Cote d'Embourg). Gert heeft goede benen. Hij rijdt een mooi tempo omhoog. Het is bewolkt en de weg is nog nat. We hebben onze windstopper aan en dat is in de afdaling geen overbodige luxe.

In Aywaille na 23 km krijgen we de eerste serieuze klim de Côte de Kin. We komen hier op de foto. Gert geeft behoorlijk gas. Ik volg op ca. 20 m en probeer mijn hartslag onder de 150 te houden. De tocht is nog lang (235 km met 3600 hoogtemeters) en daarom wil ik de eerste klimmen op reserve rijden. Om goed 8 uur zijn we boven en niet lang daarna krijgen we Miriam en haar mannen in het vizier. Onder leiding van wegkapitein Gerard rijden ze door het Ardenner landschap. Na een korte groet gaan we verder en alleen Gerard pikt bij ons aan. Hij rijdt een stuk met ons mee maar na ca. een half uur wacht hij op zijn lotgenoten.

Gert en ondergetekende gaan verder en beginnen aan de klim naar Baraque de Fraiture. Dit is het hoogste punt van LBL en met 652 m de op twee na hoogste top van de Belgische Ardennen gelegen op het Plateau des Tailles. Er zijn hier zelf skipistes.

Links van de weg zie ik Helga en Mina bij de volgauto zitten maar ik rij nog even verder want 100 m verder is de controle- en verzorgingspost.. Na een sanitaire stop en een krentebol zie ik Ronald B. en Richard in de rij (voor water) staan. Even verderop staat Jos. Zij rijden met z'n drieën en gaan weer verder. Gert is inmiddels het café binnen gegaan. Hij komt even later zichtbaar opgelucht weer naar buiten. Inmiddels is de groep Gerard ook gearriveerd. Nog even Gert's rugzak bij de dames afgeven en daar gaan we weer richting Bastenaken.

Nog steeds rijden we met onze windstopper aan. Ik heb het kippenvel op mijn armen en trek ook mijn mouwstukken weer omhoog. We dalen nu voornamelijk zodat de km snel onder de banden doorschieten. Het beeld verandert van veel bos in een glooiend open landschap. Na goed 100 km rijden we Bastenaken (Bastogne) binnen. Deze plaats is bekend om het Ardennen offensief in december 1944. De Duitsers probeerden de geallieerde opmars te dwarsbomen met een aanval op Bastogne. Bastogne is een knooppunt van wegen en dus strategisch van groot belang. Overall in en rond de stad vind je oorlogmateriaal. Met name de Sherman tank in de stad is heel bekend.

Wij hebben echter vandaag geen tijd voor de historie. We komen bij het Centre Sportief waar de tweede controle/verzorgingspost is. Hier staat de volgauto ook weer. Ik krijg bij het stempelen een blikje rijst met vanille. Dat smaakt goed en we poseren voor de foto samen met Jos, Richard en Ronald. Met z'n vijven gaan we verder. Het is inmiddels mooi weer geworden de zon is gaan schijnen en de winstopper gaat uit.

Het tempo van de groep Jos ligt hoog. Vooral bij het klimmen gaat de hartslag richting 160. Ik overleg met Gert en we laten Jos en Richard gaan. Ronald keert bij het dalen telkens weer terug maar dat lukt hem na ca. 120 km koers niet meer.

Gert heeft het op de klimmetjes moeilijk. Samen met Ronald rij ik door vele mooie dorpjes. Het is net of je door een ansichtkaart rijdt, zo mooi. Behalve fietsers zijn hier nauwelijks mensen. De dorpjes lijken wel uitgestorven. Na 150 km komen we via Sart en Goronne in het plaatsje Vielsalm. Hier snuiven we de schoonste lucht van de Ardennen op en gaat het richting de zware finale van LBL. De eerste zware klim is de Côte de Wanne. Bij de kerk in Grand Halleux ga ik rechts af en schakel naar de kleinste versnelling. Na een steil stuk volgt een korte afdaling naar een riviertje. Over de brug begint de echte klim (2200 m met gemiddeld 8 % stijging). Deels door het bos kom ik uiteindelijk boven waar net na de top weer een controle- en verzorgingspost is.

Voor de post staat de volgauto rechts in de berm. Jos en Richard zijn reeds gearriveerd. Eerst even stempelen en een banaan halen en daarna achter een boom even aftappen. De klim ervaringen worden uitgewisseld en Gert en Ronald komen ook boven. Ik controleer mijn fiets en merk dat mijn achterband zacht is. Ik monteer een nieuw binnenbandje en check na het pompen nog even de buitenband. Tot mijn schrik zit er een diepe snee in. De binnenband is zichtbaar. Daar ga ik Luik niet mee halen. Gelukkig is er bij deze verzorgingspost ook een stand is met twee Belgische fietsmakers. Ze hebben ook banden bij zich. De fiets gaat in de standaard en na 10 minuten heb ik weer een nieuwe achterband. Gert heeft bij de dames 20 euro opgehaald en ik betaal de Belg en bedank hem voor de service. Samen met Gert en Ronald ga ik verder.

Sjonge dat valt niet mee. Na een gevaarlijke afdaling met slecht lopende bochten en veel remmen rijden verder we richting Stavelot. Dit is een mooi oud stadje waar we dwars door heen rijden over middeleeuwse kasseien. Gelukkig is het maar ca. 500 m en rijden we weer over asfalt de stad uit. Dan moeten we linksaf een smalle weg op. We schakelen gelijk naar het kleine blad want we zitten op de Côte D`Amermont. Het is een korte maar zeer steile klim

(max. 21 %). Niet forceren maar ik moet wel alles geven op deze steile klim. We dalen weer maar al vrij snel loopt de weg weer omhoog en beklimmem we de Côte de la Haute Levee. Dit gaat weer lekker. De klim is niet al te steil en ik ga op souplesse omhoog. Gert zit vlak achter me en gaat ook goed omhoog. Sinds de afdaling van de Wanne zijn we Ronald kwijt. Hopelijk hangt hij niet in het prikkeldraad roep ik tegen Gert als hij in de afdaling van de Haute Levee weer aansluit.

We arriveren in Ruy waar de beklimming van Le Rosier begint. Ik ga soepel omhoog. De helling van le Rosier is niet steil maar het is wel een klim waar geen einde aan lijkt te komen. Bijna 5 km lang met Gem. 5 %. Het is een rustige weg en ik rij het grootste gedeelte door het bos. Boven (top 564 m) gekomen heb ik een mooi uitzicht op het dal. Er volgt nu een lange afdaling naar La Gleize.

In het dorpje Stoumont ga ik rechtsaf. De weg loopt gelijk omhoog (La Vecquee). De eerste km is vrij steil en moet ik behoorlijk duwen op de pedalen maar daarna gaat de klim (lengte ca. 3.5 km) weer op souplesse. Na een laatste knikje na de top volgt een welverdiende afdaling naar La Reid.

Bij Café Le Crat in het dorp is weer een controle- en verzorgingspost. Jos en Richard staan een bakje tomatensoep naar binnen te werken. Daar heb ik ook trek in en even later neem ik plaats op een muurtje met mijn kop soep. Dat smaakt prima. Iets hartigs na al die zoetigheid een welkome afwisseling. Na enige tijd komen Gert en Ronald ook in La Reid aan. Na de nodige verzorging gaan we met vijf man weer door.

De laatste 35 km met als lastig opstapel Côte de la Redoute. We dalen af richting Remouchamps en fietsen onder een enorme viaduct door. Daarna rijden we door het stadje en gaan door een tunneltje onder de snelweg door. Dan begint de klim. Het eerste stuk, dat parallel aan de snelweg ligt, gaat nog wel maar daarna moet ik vol aan de bak. Jos rijdt bij ons weg. Het klimt super vandaag. Ook Gert gaat goed. Met moeite kan ik hem volgen. Op ca. 300 m voor de top, nadat we enkele joelende dames zijn gepasseerd, denkt Gert dat hij er al is. Maar we moeten nog ca. 300 m. Ik neem kop over maar even later komt Gert weer voorbij. Op wilskracht zoals hij later vertelt. We komen samen boven (top op 292 m) waar de laatste verzorging/stempelpost is.

Voor Richard was deze heling te steil (steilste stuk 22 %). Hij komt lopend naar boven. Hij is echter niet de enige. Even later komt Ronald (wel fietsend) uitgewoond boven. Hij ziet er getekend uit. We lappen hem op en beginnen aan het slotstuk.

Voorbij het plaatsje Sprimont krijgen we de laatste helling van de dag Côte du Hornay. Daarna gaat het volle bak richting Luik. Gert geeft gas en bijna gaat het nog fout. Ik moet vol in de remmen als we plots rechtsaf moeten. Verder op blijkt de weg te zijn voorzien van een nieuwe slijtlaag. Er ligt nog veel losse steentjes. Voorzichtig manoeuvreer ik naar beneden en daarna dalen we over goede wegen richting Luik. De groep wordt steeds groter. We rijden nu langs de Ourthe door Chaudfontaine.

Even later denderen we Luik binnen. Niet geheel zonder gevaar. Jos kan maar net een put ontwijken. Zelfs het stoplicht kan enkelen fietsers niet meer afremmen. Op ca. 1 km van de meet krijgt Richard nog een lekke band. Jos wacht op hem. En samen met Ronald zien Gert en ondergetekende ze 10 minuten later over de finish rijden. Inmiddels hebben we de oorkonde en T-shirt opgehaald. Nog even bij Helga op de foto en daarna gaan op zoek naar de bus van Gert. In de straat vlakbij een grote bouwkraan (herkenning) staat de trots van Gert nog ongeopend op ons te wachten. Even later verlaten we Luik, moe maar voldaan, richting Maastricht. Daar zitten Jeanette en Carolien reeds met smart op ons en de verhalen te wachten.

Gegevens van mijn Polar fietscomputer:

Starttijd 07.08

Totale tijd 11.55.13

Max. hartslag 167

Gem. hartslag 131

Limits 122/159

In zone 7.31.54

Boven 16.24

Onder 4.06.55

Kcal 7386

Afstand 236,7 km

Gem. snelheid 23.5 km/uur

Max. snelheid 61.9 km/uur

Fietstijd 10.03.03

Sjouke Posthuma

Marknesse, 19 augustus 2007