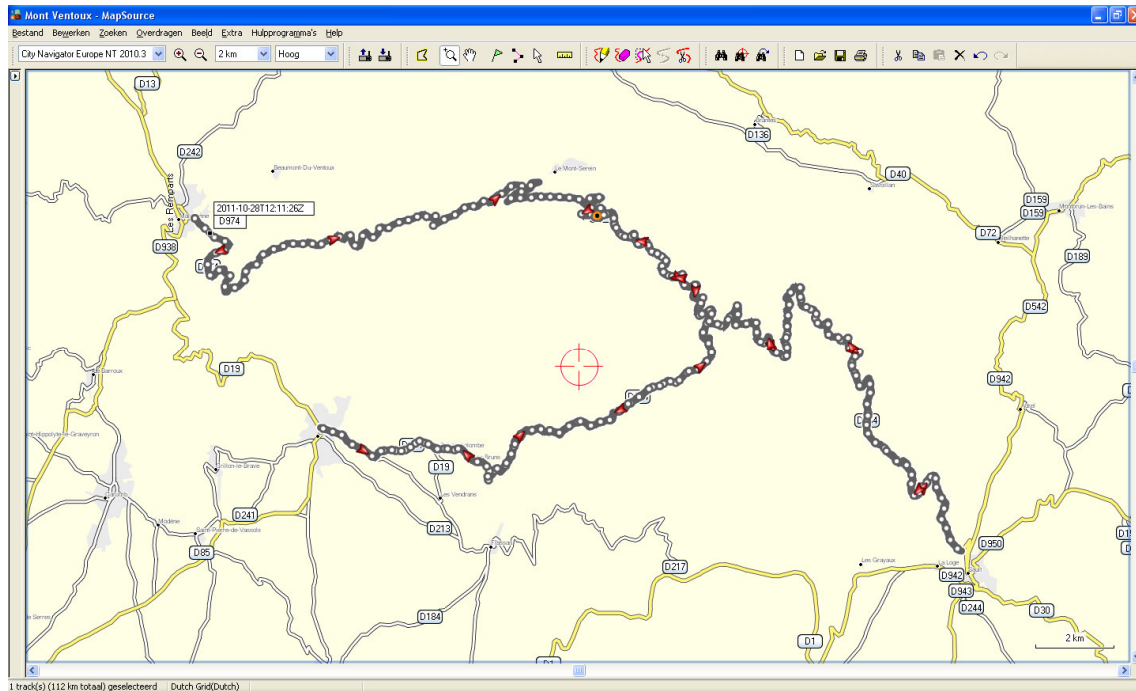


## Ad van Hellemond fietst 3 keer de Mont Ventoux op voor stichting de Lotgenoten

Deze stichting maakt het mogelijk dat kinderen, waarvan een van de ouders ziek is, een welkome afleiding krijgen tijdens de verwendag. Dit is een moment waarop ze weer baas zijn over hun eigen situatie en weer even 'echt' kind zijn.

Donderdag 27 oktober zijn we met de bus naar Frankrijk afgereisd om de Mont Ventoux te gaan beklimmen.

Ik kan jullie mededelen dat ik mijn doel (3 keer de Mont Ventoux op fietsen) heb behaald. Hiermee heb ik de Cingles du Mont Ventoux, ofwel de mafkezen van de Ventoux behaald door de drie routes naar de top van de Mont Ventoux op 1 dag te rijden, dus vanaf Malaucène, Bèdoin en Sault



Vrijdag konden de liefhebbers alvast een voorproefje nemen, toen zijn we 1 keer naar boven gefietst vanuit Bèdoin . Hierbij merkte ik al snel dat ik niet te overmoedig moest beginnen en mijn krachten goed moest verdelen om de top te halen. Het gaf me een ontzettende kick om alleen door het maanlandschap de top te bereiken. Die dag stond er veel wind, en was het boven ontzettend koud.



Zaterdag was de dag dat het allemaal moest gebeuren. De weergoden waren ons goed gezind. Na een stevig ontbijt ben ik samen met Jeroen van Veen ( hij ging voor 2 keer) vanaf ons verblijf ± 20 km naar de voet van de Mont Ventoux in Malaucène gefietst , om daar om 9.10 uur samen te beginnen aan deze uitdaging. Al snel verloren we elkaar uit het oog, het was ieder voor zich. Om 10.55 uur bereikte ik eenzaam voor de eerste keer de top. Het was nagenoeg windstil en een stuk behaaglijker dan een dag eerder. Het was echt genieten van de rust. Na een prachtige afdaling naar Bèdoin, kwam ik de overige deelnemers al zwoegend tegen. Deze waren beneden gestart aan de halve marathon, zowel fietsend als lopend. Zij werden vergezeld door een zwerfhond, waardoor het wel even oppassen geblazen was tijdens deze afdaling



Na goed gedronken en voldoende gegeten te hebben ben ik aan de zwaarste beklimming van die dag begonnen vanuit Bèdoin.



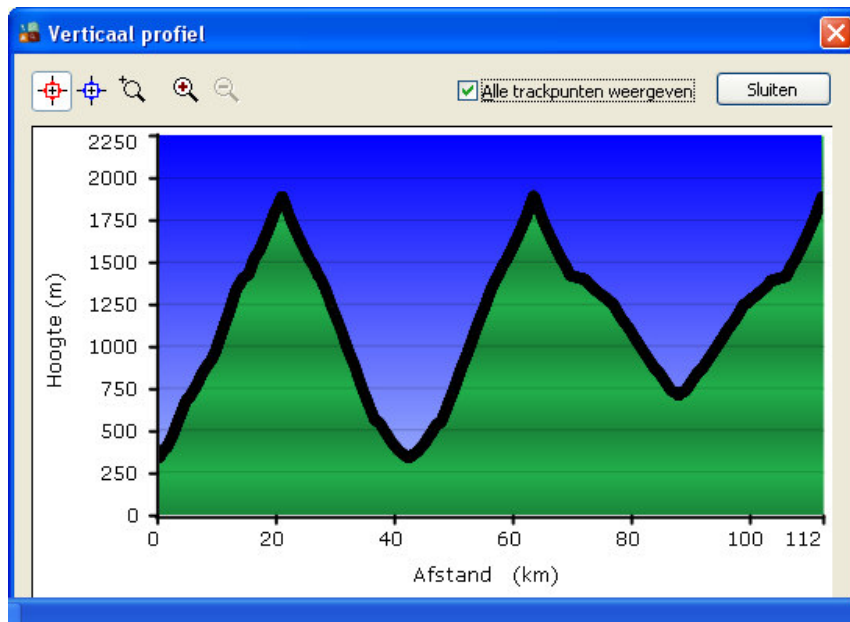
Deze zuid route is de moeilijkste, tussen km 7 en 14 is het in het bos bijna continue 9 a 10% steil. Het is er prachtig, de bomen in herfstkleuren, erg weinig verkeer en een graadje of 22. Alle bekende pijntjes beginnen op te spelen, de onderrug begint genoeg te krijgen van het getrek van de armen aan het stuur. Eenmaal aangekomen bij Chalet Reynard nog even wat eten en drinken bij de bevoorrading. Hierna kan ik beginnen aan het prachtige stuk naar de top door het kale landschap. Mijn ogen bemerkte de aanmoediging van mijn naam die door voorgangers op de weg geschilderd was. Al snel haalde ik enkele mededeelnemers in die net een lekke band hadden gerepareerd. Een kilometer voor de top bereikte ik het monument van Tom Simpson.



Nog een zware kilometer naar de top . Luid aangemoedigd door de andere deelnemers kwam ik boven. Nu dit geklaard was, moest de derde keer ook lukken.

Na weer voldoende gedronken te hebben ben ik naar Sault afgedaald. De rijbaan was een stuk slechter, dus even rustig aan doen. Eenmaal beneden angekommen regenjasje uit en voor de laatste keer omhoog. Deze kant was gelukkig minder stijl gemiddeld 5 tot 6 % tot aan Chalet Reynard De laatste 6 kilometer vanaf CR zijn wel weer zwaar, gemiddeld 8%. Het is inmiddels half vier 's middags en de wind is komen opzetten, onvermijdelijk op deze kale berg. Om 15.50 uur kwam ik voor de 3 de keer boven. De klus was geklaard.





Voor elke rit naar boven had ik een doel.

De eerste keer fietste ik naar boven voor mijn overleden vader, de tweede keer voor mijn overleden schoonvader en de derde keer voor een fietsmaat die een aantal jaren geleden zijn dochter aan kanker heeft verloren. Dit gaf me veel kracht om door te zetten.

Ik kan terug kijken op een geslaagd avontuur en hoop met de opbrengst van de sponsoring bij vele mensen het leed te verzachten. In totaal is er bijna €12.000,- bijeengebracht, waarvan ruim €700,- door mijn sponsors is gedoneerd.

Verdere info, foto's en verslagen vind je op [www.delotgenoten.nl](http://www.delotgenoten.nl)

Namens stichting De Lotgenoten wil ik alle sponsors hartelijk danken voor hun bijdrage.

groetjes, Ad van Hellemond