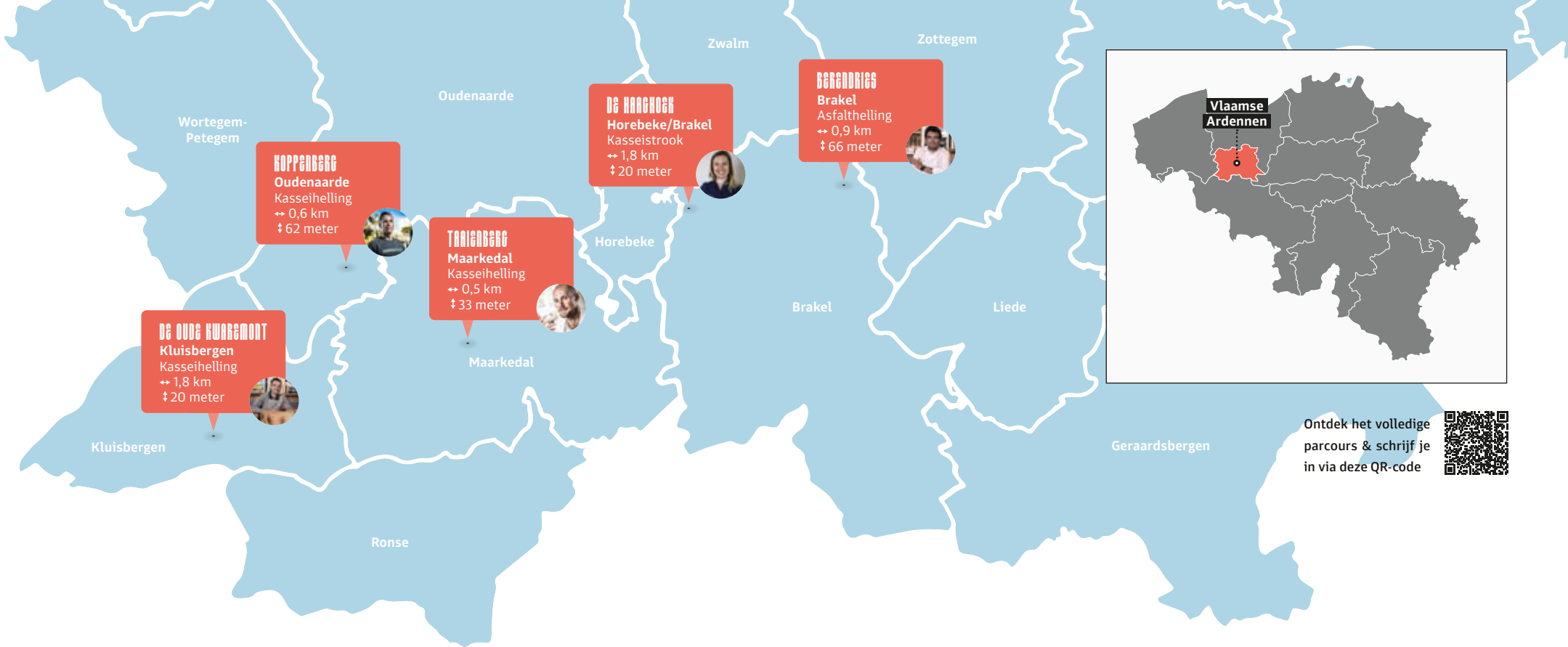


# WE RIDE FLANDERS

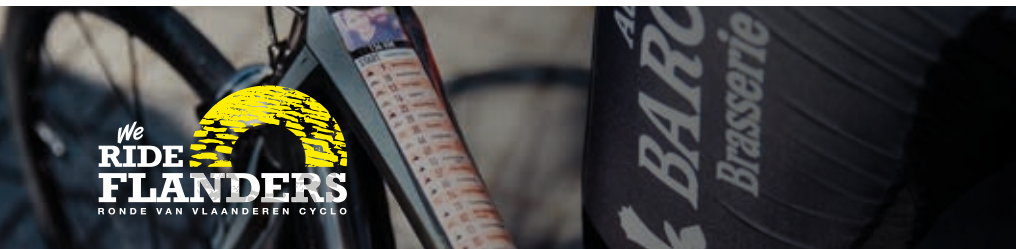




## DE HOTSPOTS VAN DRIES, PHIL, TOM, JOLIEËN & GREG

## ME, YOU, WE RIDE FLANDERS.

Weinig klassiekers die zo tot de verbeelding spreken als de Ronde van Vlaanderen. Geen wielervedstrijd waar meer wordt naar toegeleefd door een hele natie. Vlaanderen ademt altijd koersdag maar nóg meer in de weken voor de Ronde. Zondag is koersdag en is de absolute climax van een lang, zinderend en zenuwslopend voorspel. Voor duizenden fietsliefhebbers is de dag voordien echter al heilig. En terecht. We Ride Flanders laat iedereen toe om de 'bergs & cobbles' van Vlaanderens Mooiste te trotseren. Om zich te hijsen over de steilste pukkels in de Vlaamse Ardennen en om te denderen over de kilometers aan kinderkopjes. Om zich even Tadej of Lotte te wanen. En om dan, na afloop, verhalen uit te wisselen. Het ene al straffer dan het andere. En om al snel nieuwe plannen te maken en af te tellen... Volgend jaar opnieuw? Het zal wel zijn.



COLOFON: Dit WE RIDE FLANDERS-magazine is een uitgave van Grinta! Publicaties bv in opdracht van Peloton SAMENSTELLING Frederik Backelandt, Tim Janssens FOTO'S Belga Image, Peloton, Marco Mertens, Just Jean Media, David Stockman ARTDIRECTOR Cathy Schaubroeck VORMGEVING Amber Devreker / KIXX Concept UITGEVERIJ Grinta! Publicaties bv Smallendam 4, bus 01.01, 9700 Oudenaarde - T +32 55 61 63 06

# DE TAAIENBERG



## “Heb er zelfs mijn eigen monument”



TOM BOONEN

“Eigenlijk is er tijdens de Rondes van Vlaanderen die ik reed, zelden wat beslissends gebeurd op de Taaienberg. En toch. Toch wordt die zo'n beetje beschouwd als 'mijn' helling. De Boonenberg, zeggen ze wel eens. Ik kan me er wel in vinden. De keren dat ik 'm omhoog reed, kwam ik vaak als eerste boven. Weet je dat ik op de top nu zelfs mijn eigen monument heb? Mijn benen hebben ze daar in brons gegoten. De Taaienberg; dat was voor mij vooral de strijd die voorafging aan het moment dat we opdraaiden. Dat was, als er geen nadars stonden, het gevecht om als eerste het gootje op te knallen. Op het tweede stuk keerde de rust altijd terug en kon je dan de schade opmeten.”

“Wie de Taaienberg omhoog fietst, moet vooral alle zeilen bijzetten in het begin van de beklimming. In tegenstelling tot coureurs in koers bereiken wielertoeristen de voet aan een relatief lage snelheid. Meteen krijg je dan een vervelende partij kasseien voorgeschoteld. Die liggen daar echt slecht. Kan je het gootje rechts opzoeken, dat loopt het natuurlijk allemaal wat vlotter. Het blijft evenwel steil in het begin. Gedurende tweehonderd meter pieken de percentages toch naar 11 à 15 procent. Da's al wat. Daarna is er de uitloper waar je best nog wat overhoudt om wat vaart te kunnen maken. Wie wil, kan daar, op het einde van de kasseien, poseren bij mijn bronzen benen.”



# DE BERENDRIES



## “Zeker niet onderschatten”



GREG VAN AVERMAET

“De Berendries is een van mijn favoriete beklimmingen in de Vlaamse Ardennen. Het is een helling die me als puncher perfect lag: niet super lang (circa 1 kilometer), maar met de nodige steiltegraad (gemiddeld 7%, met een piek tot 14%) en een vervelende uitloper waar je extra verschil kan maken. Dergelijke inspanningen van 1,5 à 2 minuten, die typisch zijn voor de Vlaamse klassiekers, waren me op het lijf geschreven. Ook de Valkenberg is zo'n helling met goed asfalt die uiterst geschikt is voor een korte, explosieve prikkel.”

“Een belangrijke tip die ik aan de deelnemers van We Ride Flanders kan geven, is dat ze de Berendries vooral niet mogen onderschatten. Dergelijke hellingen lijken misschien kort omdat de top al vrij snel in zicht komt, maar vergis je niet: je kan serieus plafonneren als je je inspanning verkeerd doseert. Ik zou aanraden om pas voluit te gaan vanaf het steilste stuk en nog een beetje over te houden voor de uitloper. Als je het op die manier aanpakt, zal je het snelst de top bereiken.”

# DE OUDE KWAREMONT



## “Niet te voortvarend beginnen”



DRIES DEVENYNS

“Sinds de parcourswijziging in 2012 is de Oude Kwaremont een van dé ijkpunten op het parcours van de Ronde van Vlaanderen. Als man van de streek en inwoner van het bijhorende dorp ken ik deze iconische helling natuurlijk als mijn broekzak. De uitdaging zit ‘m vooral in de lengte van de klim (2,2 kilometer). De beste profs doen er circa 4 minuten over, recreanten nog een stuk langer. Vergis je ook niet in het deel voor de kasseien: op tv lijkt dat mee te vallen, maar in werkelijkheid begint het daar al aardig op te lopen.”

“Ga dus niet te voortvarend van start, zodat je altijd voldoende momentum behoudt en niet stilvalt. Fiets in het midden van de weg, waar de kasseien het best liggen. Als je de Oude Kwaremont nog niet kent, is het geen helling om meteen volle bak op te vlammen, maar angst hoeft je er ook niet voor te hebben. Het steilste stuk van circa 10% volgt al relatief snel en na de passage door het dorp loopt het nog maar lichtjes op, afgezien van een kort knikje op het eind. Kopje erbij houden, maar vooral ook genieten van de mooie klim en de prachtige omgeving, zou ik zeggen!”



## DE HAAGHOEK



## “Snelheid maken en vol tot boven”



“Wie Ronde van Vlaanderen zegt, zegt niet enkel pittige hellingen, maar uiteraard ook kasseien. Ik denk dan aan stroken als de Paddestraat, Lippenhovestraat, Mariaborrestraat en de Haaghoek.

Deze laatste is een speciaal geval, vermits de weg eerst naar beneden loopt en je nadien nog even stevig moet klimmen. Het is dus zaak om bij het opdraaien naar een zware versnelling te schakelen, stevig door te trappen in de afzink en gas te geven tot op de top.”

“Het devies voor de Haaghoek is hetzelfde als voor andere kasseistroken: handen losjes boven op het stuur leggen en je fiets het werk laten doen, ook in de afdaling. Als je je handen onderaan de beugels of op je shifters legt, is je houding te krampachtig en verlies je energie. Heb vertrouwen en maak zeker voldoende snelheid, want anders dreig je stil te vallen en is het harken tot je boven bent. Al is het allerbelangrijkste natuurlijk dat je het veilig houdt en geen onnodige risico's neemt.”

# DE KOPPENBERG



## “Soepel naar boven rijden”



“De Koppenberg is en blijft voor mij die ene mythische helling uit de Ronde van Vlaanderen. De legendarische beelden uit het verleden, met zwoegende renners die zich op een loodzware versnelling naar boven hesen en soms zelfs moesten afstappen, staan op mijn netvlies gebrand. En aangezien hij slechts één keer per jaar beklommen wordt, blijft de Koppenberg voor velen een mysterie. Toen ik in 2003 voor het eerst deelnam aan ‘Vlaanderens Mooiste’ lag hij op circa 90 kilometer van de aankomst en speelde hij dus geen echte rol van betekenis. Maar tijdens mijn winnende solo in 2017 is het exact daar dat ik aan 100% ben beginnen rijden.”

“Het hoeft geen verder betoog dat de Koppenberg een pittige uitdaging is, zeker voor recreanten. Zorg er allereerst voor dat je een geschikt verzet hebt (36 of 39 vooraan en 30 of 32 achteraan), zodat je soepel naar boven kan rijden. Voorts zou ik adviseren om aan te haken bij een klein groepje en al voor het begin van de kasseien naar het binnenblad te schakelen. Kijk altijd minstens 10 à 15 meter voor je uit en tracht een rechte lijn aan te houden. Blijf in het zadel op het steilste stuk en breng je zwaartepunt naar achter, zodat je niet begint te slippen. Zo zou het moeten lukken om goed en wel de top te bereiken.”

