

CDR – Radfernfahrt 2010: Samstag, 17. bis Sonntag, 25. Juli



b-DSC04662.jpg

Dauer: - Radfernfahrt Bern-Rom: 7 Tage Samstag, 17. bis Freitag, 23. Juli 2010
 - Sightseeing-Tour-Rom: 1 Tag Samstag, 24. Juli 2010
 - Rückreise mit Flieger, Bahn u. Bus: 1 Tag Sonntag, 25. Juli 2010

Organisation: Internationaler Club der Radfahrer CDR www.cdr-radtours.ch
 Präsident: Roger Schell
TeilnehmerInnen: 5 Damen + 23 Herren = 28 Pers.
Rückw. Dienste: 2 Damen + 4 Herren = 6 Pers.
 2 Klein-Busse + ein PKW
„Strecken-Finder“: Jalonierung durch „CDR-Jalons“

Die nachfolgenden Angaben basieren aus den „Erlebnissen“ von Max Rüegg und der „51er-Gruppe“:

Etappe / Datum	Strecke / Events	Distanz [km]	~Höhenmeter [hm]	Zeit [h, min]	Ø-Geschw. [km/h]	Kommentar
1.-Etappe Samstag, 17. Juli 10 Wetter: anfänglich bedeckt, dann bewölkt, nach La Lécherette: Regen und dichter Nebel bis vor Corbeyrier; die letzten ~29km bewölkt; Temp.: 18°... 24°C	Bern – Martigny Start: beim Sportplatz Bodenweid in Bern-Bümpliz um 10:30 Ankunft: ~18:00 Strecke: Bern-Bümpliz 562m.ü.M-Schwarzenburg-Kalchstätten 1024m.ü.M-Giffers-La Roche-östlich am Greyerzensee entlang, Broc-Epagny-Abstecher Richtung Estavannens-Grandvillard in Lessoc (Verpflegung) Montbovon, alte Strasse auf der südlichen Talseite, dann Richtung (Col des Mosses)-L’Etivaz, in La Lécherette Richtung Lac de l’Hongrin -(Militär-Str. bis 1558m.ü.M), steile Abfahrt nach Corbeyrier-Yvorne-Aigle-St-Maurice- Martigny / VS 465m.ü.M	166	2200↑	6h57'	23.9	<ul style="list-style-type: none"> - 09:00 bis 10:30 Startvorbereitungen - 10:30 Start, (musste von 10:00 auf 10:30 verschoben werden infolge Verspätungen bei der SBB) - in Oberschrot kleiner Massensturz mit Folgen. (Verletzte und Materialschäden) - Mittag halt n. 80.5km in Lessoc / FR (beim imposanten Dorfbrunnen) „Belegte Brote, Getränke usw.“ - bei km 125, auf der Abfahrt nach Corbeyrier-Yvorne: Speichenbruch (Ernst) - ~18:00 Ankunft im Hotel in Martigny
	 <p>Bern-Bümpliz b-DSC04667.jpg</p>					
	 <p>was wird da „getankt“...? b-DSC04665.jpg</p>					



Verpflegung in **Lessoc / FR** b-DSC04670.jpg



Erfahrungsaustausch...? b-DSC0469.jpg



Abzweigung in **La Lécherette** b-DSC0471.jpg
(vor dem Col des Mosses)



in **La Lécherette** b-DSC04672.jpg



Hotel in **Martigny** b-DSC04672.jpg

Spätfolge des kleinen Massensturzes vom Vormittag:
Die Diagnose der Röntgenbilder im Spital in Martigny ergab „Unter-Armbruch“. Leider musste Markus Bossard uns am Sonntag-Vormittag verlassen. Gute Genesung!

Mercure Hotel
Du Parc Martigny
Rue Margoni
CH-1920 Martigny

Etappe / Datum	Strecke / Events	Distanz [km]	~Höhenmeter [hm]	Zeit [h, min]	Ø-Geschw. [km/h]	Kommentar				
2.-Etappe Sonntag, 18. Juli 10 Wetter: anfänglich bedeckt, dann schön, Temp.: 10°... 30°C	Martigny – Ivrea / I Start: 08:04 Ankunft: 17:35 Strecke: Martigny / VS 465m.ü.M- Grand St. Bernhard 2473m.ü.M (Verpflegung) Aosta 581m.ü.M, Abzweigung nach Pollein- (Nebenstrasse auf der südlichen Talseite bis Prelaz)-Châtillon-Pont St. Martin- Ivrea 303m.ü.M; Provinz Turin / Region Piemont	154	2700↑	~7h20'	~21.0	- Mittagshalt n. 46km auf dem Gr. St. Bernard (auf der italienischen Seite, nahezu auf der Grenze I / CH) „Ravioli“, Brot, Getränke, Kaffee usw.; bei schönstem Sonnenschein, aber tiefer Temperatur und sehr windigen Verhältnissen - genussvolle Abfahrt hinunter nach Aosta - Trinkhalt n. 109km in Châtillon im Buffet Della Stazione				
							<u>Daten von Martigny bis Gr. St. Bernard:</u> 46km 2010hm ↑ 3h26' 13.4km/h			
							effektiv wurden vom Schreibenden 143km gefahren, da sich 11km vor dem Ziel „gröbere“ Plattfuss-Probleme bemerkbar machten...; =>neuer Schlauch und neuer Vorderradreifen<= weitere Pannen bei anderen Rennrädern: - Wechsel „abgerissen“ bei der Auffahrt (Christian) - Plattfuss bei km 132 (Eveline)			



Verpflegung auf dem Gr. St. Bernard 2473m.ü.M, schön aber kalt b-DSC04675.jpg



Verpflegung auf dem Gr. St. Bernard 2473m.ü.M, schön aber kalt b-DSC04676.jpg

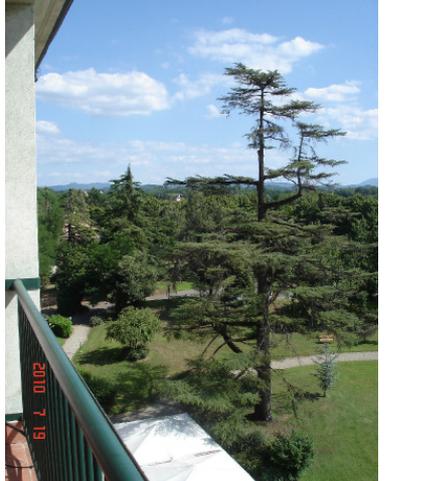


alle Windjacken sind ausgezogen... b-DSC04677.jpg



Hotel in Ivrea b-DSC04678.jpg

Hotel Sirio S.r.l.
 Via Lago Sirio 85
 I-10015 Ivrea

Etappe / Datum	Strecke / Events	Distanz [km]	~Höhenmeter [hm]	Zeit [h, min]	Ø-Geschw. [km/h]	Kommentar	
<p>3.-Etappe Montag, 19. Juli 10</p> <p>Wetter: anfänglich bewölkt, dann schön Temp.: 34 °C</p>	<p>Ivrea – Novi Ligure</p> <p>Start: 08:04 Ankunft: 15:20</p> <p>Strecke: Ivrea 303m.ü.M- Chivasso-(Brücke über den Po)- Castagneto Po- Callianetto (Verpflegung)- Portacomaro- Catagnole-Quttordio- Oviglio-Castellazzo Bormida- Novi Ligure 257m.ü.M</p>	<p>157</p>	<p>1500↑</p>	<p>5h33'</p>	<p>28.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kaffeehalt n. 27km in Foglizzo im Caffè Torino - Mittag halt n. 83.9km in Callianetto „Spaghetti-plus...“ - Trinkhalt n. 127km in Cantalupo - sehr schöne Strecke in idyllischer Landschaft - sehr komfortables Hotel auf einem Hügel (über der Stadt Novi Ligure) - feines Abendessen 	
<p>- Rahmenbruch bei einem Carbon-Rennrad. (könnte eine Spätfolge sein des kleinen Massensturzes vom Samstag)</p>		<p>Novi Ligure: Provinz Alessandria / Region Piemont</p>					
							
<p>wir sind auf dem richtigen Weg..., „Via Roma“</p>		<p>nur noch 50m bis zum Hotel...</p>					
							<p>Hotel Relais Villa Pomela Via Serravalle 69 I-15067 Novi Ligure</p>
<p>das Hotel „im Grünen“...</p>		<p>Hotel Relais Villa Pomela</p>					

Etappe / Datum	Strecke / Events	Distanz [km]	~Höhenmeter [hm]	Zeit [h, min]	Ø-Geschw. [km/h]	Kommentar
<p>4.-Etappe Dienstag, 20. Juli 10</p> <p>Wetter: schön, Temp.: 33°C</p>	<p>Novi Ligure – Faggiona di Pignone</p> <p>Start: 08:04 Ankunft: 17:40</p> <p>Strecke: (Alternativroute) Novi Ligure 257m.ü.M- Gavi-Voltaggio- Busalla-Láccio- Gattorna-Verrada (1.-Verpflegung)- Carasco-Monte Doménico-Bracco (2.-Verpfleg.), dann Alternativroute: Passo del Bracco 615m.ü.M (zu deutsch: Wildpass)- Carrodano- (L’Ago)- Pogliasca-Cassana- Faggiona di Pignone 323m.ü.M. (Aufstieg von Norden); Provinz La Spezia / Region Ligurien</p>	<p>161 ¹⁾</p>	<p>2900↑</p>	<p>7h31’</p>	<p>21.4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 1.-Verpflegung / Mittag halt n. 80km in Verrada - „Spiralen-plus“ ... - 2.-Verpflegung n. 133km in Bracco - sehr schöne aber anspruchsvolle Strecke in idyllischer Landschaft. (teilweise sehr steil und häufiges „Auf und Ab“). - schönster Ausblick zum Meer bei km 116 und km 125 - das ländliche Hotel musste wiederum über eine längere steile Auffahrt „angefahren“ werden...
<p>¹⁾ Die Originalroute mit 181km und 3’300hm war 20km länger und mit den zusätzlichen 400hm noch anspruchsvoller als die Alternativroute. Die Originalroute führte ab der 2.-Verpflegung in Bracco über Lévantò-Colle di Gritta-Pignone (von Südosten) hinauf zum Etappenziel nach Faggiona di Pignone 323m.ü.M.</p>						
						
<p>Passo del Bracco 615m.ü.M</p>						
						
<p>Auf der Terrasse vom Hotel-Speisesaal b-DSC04693.jpg</p>						
						
<p>in Faggiona di Pignone (Ausblick vom Hotel-Speisesaal) b-DSC04691.jpg</p>						
						
<p>in Faggiona di Pignone (Ausblick vom Hotel-Speisesaal) b-DSC04689.jpg</p>						
						
<p>Hotel Villaggio Albergò dei Gallo b-DSC04695.jpg</p>						
<p>Hotel Villaggio Albergò dei Gallo I-19020 Faggiona di Pignone</p>						

Etappe / Datum	Strecke / Events	Distanz [km]	~Höhenmeter [hm]	Zeit [h, min]	Ø-Geschw. [km/h]	Kommentar
<p>5.-Etappe Mittwoch, 21. Juli 10</p> <p>Wetter: schön, Temp.: 37°C</p>	<p>Faggiona di Pignone – Casciana Terme</p> <p>Start: 08:10 Ankunft: 17:40</p> <p>Strecke: Faggiona di Pignone 323m.ü.M-Ceparana-Aulla-Gassano-Passo Foce Carpinelli 842m.ü.M-Varliano (1.-Verpflegung) Castelnuovo di Garf.-Fornoio-Lammari (2.-Verpflegung) Quirie-Colle di Compito-Cascine-Bientina-Pontedera-Ponsacco-Casciana Terme 117m.ü.M</p>	<p>187 (eine „leichtere“ Etappe)</p>	<p>1500↑</p>	<p>7h13'</p>	<p>25.9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - vor dem Start neuer Hinterradreifen und Schlauch montiert - Haupthindernis des Tages: Passo Foce Carpinelli 842m.ü.M - 1.-Verpflegung / Mittag halt n. 70km in Varliano - „Spaghetti-plus“ ... - 2.-Verpflegung n. 135km in Lammari - sehr schöne Strecke durch die herrlich grüne Garfagnana (Gebirgslandschaft in der Provinz Lucca) - Plattfuss (hinten) bei km 180 (Max)
		 <p>die üblichen Startvorbereitungen... b-DSC04696.jpg</p>		<p>Casciana Terme: Provinz Pisa / Region Toskana</p>		
<p>... und auf los geht's los... b-DSC04697.jpg</p>				 <p>Passo Foce Carpinelli 842m.ü.M b-DSC04699.jpg</p>		
 <p>die Nr. 27: mein „Tretad“... b-DSC04701.jpg</p>				 <p>Grand Hotel San Marco Via Lischi 3 I-56034 Casciana Terme b-DSC04703.jpg</p>		

Etappe / Datum	Strecke / Events	Distanz [km]	~Höhenmeter [hm]	Zeit [h, min]	Ø-Geschw. [km/h]	Kommentar
<p>6.-Etappe Donnerstag, 22. Juli 10</p> <p>Wetter: schön, Temp.: 38°C</p>	<p>Casciana Terme – Arcidosso</p> <p>Start: 08:10 Ankunft: 18:10</p> <p>Strecke: Casciana Terme 117m.ü.M-Lajatico- Cásole d'Elsa- Mensano- Montingegnoli (1.-Verpflegung) Montieri-Gabellino- Roccastrada- Paganico (2.-Verpflegung) Sasso d'Ombrone- Monticello Amiata- Arcidosso 825m.ü.M; Provinz Grosseto / Region Toscana</p>	<p>178 (eine sehr anspruchsvolle Etappe)</p>	<p>2800↑</p>	<p>8h24'</p>	<p>21.2</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 1.-Verpflegung / Mittag halt n. 81.5km in Montingegnolio „Spiralen-plus“... - 2.-Verpflegung n. 138km in Paganico - sehr schöne aber anspruchsvolle Strecke mit häufigem „Auf und Ab“ und „happigem“ Schlussanstieg nach Arcidosso sowie hinauf zum Park-Hotel Colle degli Angeli
						
<p>für unser leibliches Wohl b-DSC04709.jpg sorgten sich Rosmarie, Max, Hansruedi und Petra..., herzlichen Dank!</p>						
						
<p>Verpflegung / „Tankstelle“ in Paganico b-DSC04705.jpg</p>						
						
<p>Verpflegung / „Tankstelle“ in Paganico b-DSC04707.jpg</p>						
						
<p>Arcidosso, unser Etappenziel, einmal mehr auf einem Berg... b-DSC04711.jpg</p>						
						
<p>Park-Hotel Colle degli Angeli b-DSC04713.jpg Loc. Aiuole I-58031 Arcidosso</p>						

Etappe / Datum	Strecke / Events	Distanz [km]	~Höhenmeter [hm]	Zeit [h, min]	Ø-Geschw. [km/h]	Kommentar
<p>7.-Etappe (Schlussetappe) Freitag, 23. Juli 10</p> <p>Wetter: schön, Temp.: 38°C</p> <p>Beso: - Plattfuss (hinten) bei km 87 (Walti) - Verlad der Rennräder in den Klein-Bus gemäss Verladeplan - mein Rennrad wurde bereits am Sonntag-Abend bei mir zu Hause angeliefert, d.h.: es war vor meiner Ankunft zurück, super!</p>	<p>Arcidosso – Roma</p> <p>Start: ~07:55 Ankunft: ~18:15</p> <p>Strecke: Arcidosso 825m.ü.M-Santa Fiora-Faggia 900mü.M-Piatralunga-Acquapendente-Grádoli, entlang dem Lago di Bolsena (2km Naturstrasse) Capodimonte (1.-Verpflegung, am See) Tuscánia-Vetralla-Trevignano (2.-Verpflegung), entlang dem Lago di Bracciano-Anguillara-Ottávia (Besammlungs-Ort zur gemeinsamen Fahrt nach Roma)-St. Onofrio-Roma 195m.ü.M</p>	<p>195 (längste Etappe)</p>	<p>1900↑</p>	<p>8h02'</p>	<p>24.3</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 1.-Verpflegung / Mittag halt n. 72.5km in Capodimonte „Ravioli-plus“... - 2.-Verpflegung n. 147km in Trevignano - nochmals 4 Steigungen, wobei die Erste (4km nach dem Start) am „happigsten“ war; - anfänglich schöne Landschaft und wenig Verkehr - schöne Abfahrten u. schöne Strecken den beiden Seen entlang - während ~15km „hundslausiger“ Strassenbelag - mit 195km die längste Etappe - Abendessen in der Nähe vom Mercure-Hotel
 <p><<On the road>>: Die Radfernfahrer in einer harmonisch funktionierenden Gruppe unterwegs nach Rom</p>						
 <p>1.-Verpflegung in Capodimonte am Lago di Bolsena b-DSC04718.jpg</p>		 <p>Mercure Hotel Roma Piazza Bologna Via Reggio Calabria 54 I-00161 Roma b-DSC04726.jpg</p>				
Total ¹⁾:		1'198 km	15'500 hm	51h00'	23.5 km/h	Bemerkung: Gesamtzeit sowie Durchschnittsalter ergeben die Zahl von ~ 51.

¹⁾ Da der Schreibende am 2. Tag wegen einer Panne 11km weniger gefahren war, gelten für ihn folgende Daten:

Total: **1'187 km** **~15'300 hm** **~50h30'** **~23.5 km/h**

Samstag, 24. Juli 2010:

- mehrstündige „Sightseeing-Tour“ mit Selbstwahl für mehrmalige Unterbrechungen (2-stöckiger Bus, oben offen; von der Green Line Tours „GLT“, Tour Operator. Kosten: 20.- Euro)
- Abendessen in der Nähe des Hotels

Sonntag, 25. Juli 2010:

- 11:30 Beginn der Rückreise:
 - zu Fuss vom Hotel zum Piazza Bologna
 - mit Metropolitana ab Piazza Bologna bis Tiburtina (eine Station)
 - mit Bahn (FR 1) ab Tiburtina zum Flughafen „Roma Fiumicino“, (~47')
 - mit „easy-Jet“ Flug nach Basel-Mulhouse, (nahezu 2 Std. verspätet)
 - mit Bus vom Flughafen Basel-Mulhouse zum SBB-Bahnhof-Basel
 - mit Bahn über Zürich nach Rüti / ZH
 - mit Bus von Rüti / ZH nach Wald / ZH
- 20:50 Ankunft zu Hause

Diverses:

- Durchschnitts-Qualität von Hotel, Frühstück und Essen: gut bis sehr gut
- Gute Organisation und Umsetzung.
- In der von mir „benamsten“ 51er-Gruppe fuhren meistens Eveline Buri, Roger Schell, Walter Rast, Willi Zürcher und Max Rüegg
- Herzlichen Dank an alle Verantwortlichen, Helferinnen und Helfer!



startbereite CDR-Rad-Fernfahrer beim Sportplatz Bodenweid Bern zur Tour nach Rom (17.10.2010)

stehend:

Petra, Hansruedi, Gianin, Walti R., Markus E., Doris, Reinhold, Urban, Bettina, Roland, Rudolf, Karl W., Markus (Bossi), Bruno, Sandra, Ernst, Eveline, Beni, Willi, Karl F., verdeckt: Hansruedi G., Ruth, verdeckt: Beat, Walti W.

kniend:

Päuli, Fabrizio, Max R., Christian, Fredy, Roger

Fotograph: Max Müller