

Coulee Challenge 1200

Overraskende møde med et mindre kendt område i USA.



Coulee Challenge 1200 er navnet på et langdistancecykelløb i USA. Coulee er et udtryk, som i USA anvendes ret løst om forskellige landskabsformer, der alle refererer til en slags dal. Challenge betyder udfordring. Løbet indbød derfor til udfordring af dale over 1200 km. Et udgangspunkt som lyder ret harmløst, men som viste sig at være betydeligt anderledes og hårdere end forventet.

Jeg har kørt landdistancecykelløb gennem flere år og hvert år deltaget i et løb på mindst 1200 km i udlandet. Da jeg ikke kun betragter langdistancecykling som en udfordring, der skal gennemføres hurtigst muligt, men også meget gerne vil have en oplevelse og så stor fornøjelse ud af det, som omstændighederne nu tillader, gik jeg i 2018 efter et løb, som kunne forventes, at være nyt og anderledes end dem, jeg havde prøvet før.

Da kalenderen for løbene i 2018 kom, fandt jeg derfor hurtigt, at 2 løb lød særligt interessante: Merselo – Verona ("Europa på tværs") og Coulee Challenge 1200 i USA. Begge løb var ret eftertragtede og ret hurtigt overtegnede. Merselo-Verona blev uden mig på listen. Coulee Challenge fordelte de 90 startpladser ved lodtrækning og her stod jeg på startlisten.....

Præsentation af løbet

Coulee Challenge 1200 køres i staterne Minnesota og Wisconsin i det nordlige Midt-vesten. Mississippifloden, der udspringer i det nordlige Minnesota og ca. 3.900 km senere løber ud i den Mexicanske Golf, danner grænsen mellem de to stater. En stor del af løbet ville derfor foregå omkring Mississippi og i det såkaldte Driftless Area. Et område i det sydvestlige Wisconsin, som under istiden netop ikke var dækket af isgletcherne. Dette havde dannet et specielt bakket landskab med mange floddale og højderygge.

Det ville være første gang, at løbet afvikles. Midt-vesten forbindes af mange som "flad med køer og majsmarker" og arrangørerne ville med løbet gerne vise, at deres område er meget anderledes end

sit ry og at det, efter deres mening, er noget af det smukkeste og mest udfordrende cykelområde i verden.....

- Tidspunktet ville være midt i august: 13-16 august med start mandag den 13. august kl. 04.00. Starttidspunktet var planlagt, så de fleste ville kunne udnytte de lyse timer fra første dag.
- Løbet havde sit udgangspunkt fra AmericInn i Apple Valley, en forstad til storbyen Minneapolis i Minnesota
- Turens længde: 1213 km. Fordelt med ca. 300 km i Minnesota og ca. 900 km i Wisconsin.
- Der skulle forceres ca. 10.100 hm. De ville være fordelt på en række stigninger på mellem ca. 200 moh og 450 moh.
- Ruten var planlagt i en "8-tals form" hvor man ville passere enkelte strækninger begge veje.
- Undervejs skulle passeres 23 kontroller. Alle som registrering hos en bestemt lokalitet, typisk ved en tankstation eller en mindre butik.
- 3 steder undervejs ville der være arrangeret overnatningsmulighed med aftensmad og morgenmad. Black River Falls (380 km), Reedsburg (669 km) og Winona (986 km). Der ville blive transporteret et bag-drop (bagagekasse) til alle 3 overnatningssteder.
- Man skulle være forberedt på varmt og solrigt vejr med risiko for regnbyger og tordenstorme.
- Der skulle gennemføres en SR (200 km, 300 km, 400 km og 600 km) inden løbet.

Forberedelse

Med tilmeldingen i hus begyndte planlægningen og forberedelserne til turen. Jeg havde fra mine tidligere deltagelser i 1200+ løb, efterhånden høstet en del erfaringer. Forberedelserne blev derfor igen denne gang opdelt i praktisk, fysisk og mental forberedelse.

Praktisk

- Transport mellem Djursland og Apple Valley blev arrangeret med fly fra Billund til Minneapolis med mellemlandinger i Reykjavik.
- Overnatning før og efter løbet blev arrangeret på det hotel – AmericInn - hvorfra løbet ville starte og slutte samt i øvrigt havde sit hovedkvarter. Overnatning under løbet var med i løbsplanlægningen.
- Ændring til en lettere gearing på cyklen end min sædvanlige. Der var bebudet mange kortere 10-20% stigninger. Det ville derfor nok være nødvendigt med lidt ekstra "kort" på hånden undervejs og det viste sig bestemt at holde stik.....
- USA kort til GPS.

Fysisk forberedelse

- Med ca. 15.000 km i 2017 var fundamentet lagt. Året rundt cykler jeg mindst en tur på 200 km eller længere pr måned. I alt havde jeg kørt små 8.000 km fra nytår inden løbet.
- De stejle stigninger. Med bopæl på Djursland, ligger der flere gode bakkede områder indenfor cykelafstand: Mols Bjerge og Søhøjlandet ved Skanderborg. I alt havde jeg forceret små 60.000 hm inden løbet.
- Jeg gennemførte en Super Randonneur i løbet af foråret: 200 km fra Herning, 300 km fra Ålborg, 400 km fra Ålborg og en 600 km fra Ålborg. Dette var et adgangskrav til løbet.

Mental forberedelse

- Gennem den fysiske forberedelse havde jeg fået en tiltro til, at kunne køre turen i et nogenlunde konstant tempo. Det gode danske sommervejr havde givet derudover givet lidt prøver i håndtering af den bebudede mulige varme. En erfaring, som faktisk blev særdeles nyttig undervejs.....
- Med de arrangerede overnatningsmuligheder var ruten naturligt inddelt i 4 sektioner på 380 km, 289 km, 317 km og 228 km. Det gjorde den samlede rute mere overskuelig. Jeg forberedte en forplejningsstrategi med et større måltid hver ca. 150 km.
- Fra mine tidligere 1200 + km løb havde jeg draget nogle vigtige erfaringer om energibehov, søvnbehov, håndtering af krisepunkter og løbsstrategi for at kunne gennemføre et langt løb over flere dage.

Da løbet nærmede sig midt i august følte jeg mig ret velforberedt og havde en god fornemmelse.

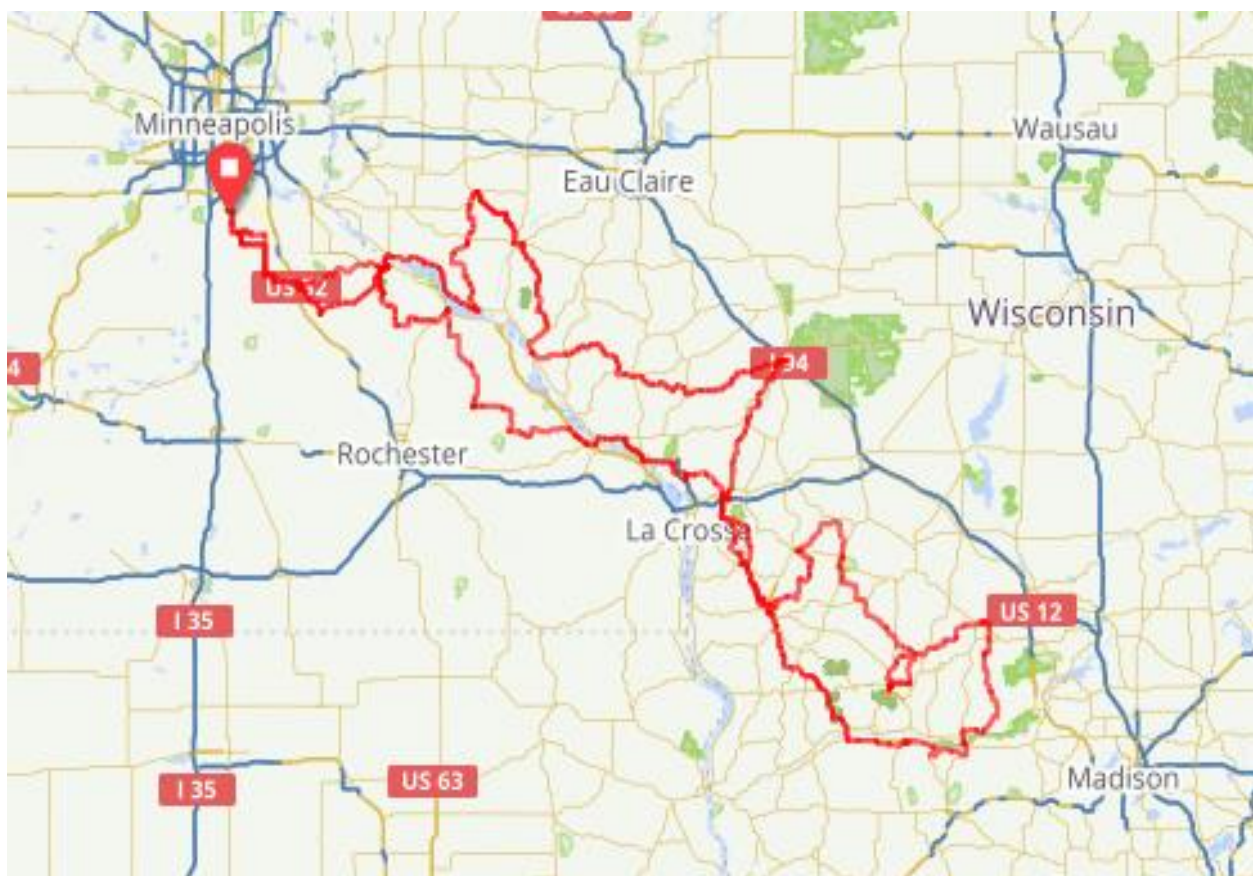
Ambitionen på forhånd, var primært, at gennemføre indenfor tidsgrænsen. Jeg ville forsøge, at have et så stort et overskud undervejs, at jeg kunne nyde løbet, stemningen, naturoplevelsen og ikke mindst området så meget som muligt.

Ruten



Minnesota

Wisconsin



Ruten var tilrettelagt som en ”8-tals”-formet tur i det sydøstlige Minnesota og det sydvestlige Wisconsin. Ca. 300 km skulle køres i Minnesota og ca. 900 km i Wisconsin. Den nordligste sløjfe ville følge Mississippi mens den sydlige sløjfe ville ligge i hjertet af det såkaldte Driftless område med mange dale og højdedrag.

Ruten ville derfor starte som relativt flad, mens de fleste stigninger og højdemeter ville komme i Wisconsin. De sidste små 200 km i Minnesota mod mål ved Minneapolis ville igen være forholdsvis flad.

I ruteplanen var der registreret ikke mindre end 48 stigninger med gennemsnitlige stigningsprocenter mellem 2,3 og 8,2.

Optakt til løbet

Jeg ankom til Apple Valley 3 dage inden løbet og blev indkvarteret i AmericInn, hvor løbet havde sit hovedkvarter og udgangspunkt. Rob Welch, løbet organisator kom faktisk og hentede mig i lufthavnen, et billede på den fantastiske organisation omkring løbet.

I løbet af de næste par dage blev en stor del af deltagerne samlet på hotellet. Det blev til gensyn med nogle, som jeg havde mødt i forbindelse med tidligere internationale løb samt til en del nye

bekendtskaber. Cyklen blev samlet efter rejsen, den havde tilsyneladende ikke taget skade undervejs.

Lørdag, to dage inden løbet, kunne interesserede ryttere deltage i en 100 km permanent brevet rundt i Minneapolis og St. Paul (Twin Cities). Dels for at mødes, dels for at se noget af nærområdet, som ikke indgik i selve løbsruten. Vi var 15 deltagere samt nogle arrangører og lokale frivillige der deltog på turen.

Det var en god optakt. Der blev udvekslet erfaringer og fortællinger og ikke mindst: Vi fik lært en af de mere oversete storbyer i USA at kende. Mellem 60 og 70 km blev kørt på et meget veludbygget cykelvejnet – ifølge flere lokale et af de mest sammenhængende i Nordamerika – og passerede de mest interessante områder up-town, down-town, Mississippi (som skærer sig tværs gennem byen), kopien af St.Pauls katedral i London mm. Derudover blev cyklen testet inden turen – den kørte perfekt...

Der var 3 kontroller undervejs, alle på nogle lokalt kendte steder: Minnehaha vandfaldet, ved Minnehaha flodens udløb i Mississippifloden, et kendt hus fra en (for mig ukendt) 80'er tv serie og Izzis ice cream cafe, en amerikansk berømt med et kolossalt udvalg i fremragende is.



Izzis ice cream bar

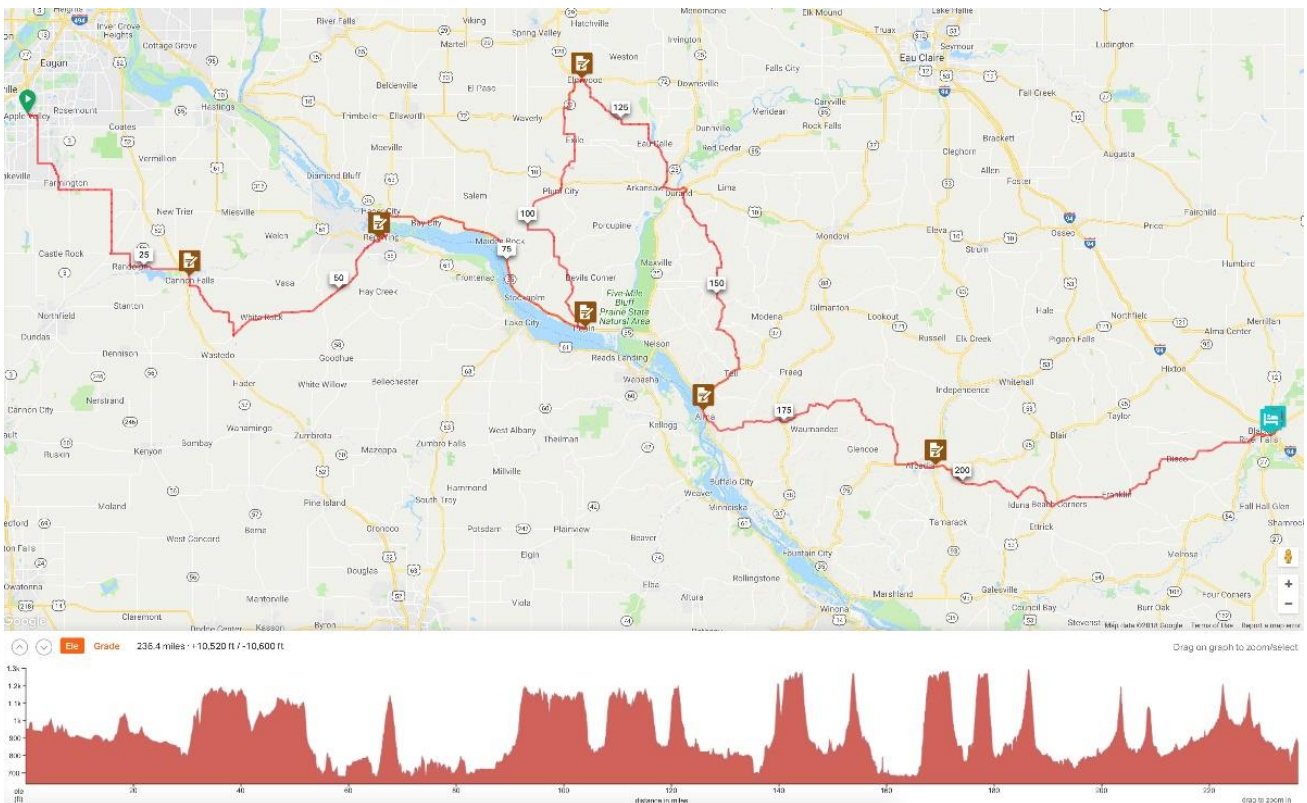
Dagen inden løbet var der registrering og cykelinspektion. Begge dele foregik meget let og smidigt. Aftenen inden løbet var der fælles middag med efterfølgende ryttermøde for alle deltagere, frivillige og evt. pårørende. På mødet gennemgik Greg Smith (Driftless Randonneurs) ruten og Rob Welsh (Minnesota Randonneure) andre praktiske forhold i forbindelse med løbet. Begge havde sammen med den øvrige organisation på forhånd gjort det til et særdeles organiseret løb.

På mødet blev der spurgt ind til to særlige forhold. Løse hunde og afstande mellem forplejningsmuligheder. Løse hunde var, ifølge Greg, normalt et mindre problem i dette område mens der visse steder kunne være langt mellem byerne. Rådet til deltagerne var derfor: ”proviantér når det er muligt, hvis man er i tvivl”.

Hundene skulle nu også vise sig, at dukke op undervejs !

Selve løbet

Dag 1. Apple Valley - Black River Falls ; 380 km => 380 km



- Vejret: Solskin 17 – 36 gr
- Vind: Svag vind fra Syd
- Terræn: Først flad, senere bakket med kortere stejle stigninger.
- Start mandag kl.04.00 ; inde mandag kl. 22.40 => 4 t søvn
- Efter en forholdsvis kort nat var vi 84 ryttere fra Europa, Asien og Nordamerika, som stod klar til start kl. 04.00. Vi startede i samlet flok og i løbet af få kilometer var vi ude af storbyen. Feltet blev ret hurtigt delt op i mindre grupper og vanen tro, starter jeg gerne forholdsvis langsomt. Jeg blev derfor del af en lille gruppe bagerst, som med et jævnt tempo og i måneskin kørte mod første kontrol i Cannon Falls. Umiddelbart efter kontrollen kom de første mindre stigninger og i lyset fra en smuk solopgang blev feltet spredt endnu mere. Feltet ”satte sig”. Jeg fandt følgeskab med et par deltagere mod kontrollen i Red Wing. En af dem var Alda fra Kansas, der var ude på sin

første 1200 km. Hun var et humørfyldt og fornøjeligt selskab, så denne strækning gik hurtigt; stadig frisk med stort overskud. Vi begyndte efterhånden at indhente nogle af morgens hurtigere startere.

Efter Red Wing skulle Mississippi krydses for første gang, hvorefter vi var i Wisconsin. Først fulgte ruten Mississippi ad den flade "Great River Road" til kontrol i byen Pepin. En flot strækning med adskillige udsigtpunkter over floden, som visse steder er adskillige kilometer bred samt Lake Pepin.

Undervejs fik jeg øje på USA's nationalfugl, en hvidhovedet havørn, som efter sigende skulle være særdeles sjælden på disse kanter. Fantastisk syn som den sad og så ud over Mississippi.



Pepin var et terrænmæssigt skifte. Efter 138 relativt flade kilometer kørte vi nu ind i det såkaldte Driftless Area med skiftevis floddale (coulees) og højderygge. Resten af dagen bød på ca. 240 ret kuperede kilometer. Ikke mindre end 13 stigninger, mellem 1 og 4 km lange og med gennemsnitlige stigningsprocenter på mellem 2,3 og 5,7. Feltet blev efterhånden splittet totalt. De fleste fandt deres eget tempo og måde at forcere terrænet på, afhængig af om man var bedst opad eller nedad, så den sidste del af dagen endte med en del solokørsel for de fleste.

Turen kunne til gengæld nydes i karakteristiske omgivelser med røde lade bygninger, limstens slugter og snoede veje i grønne dale (som en tro kopi af løbets logo).

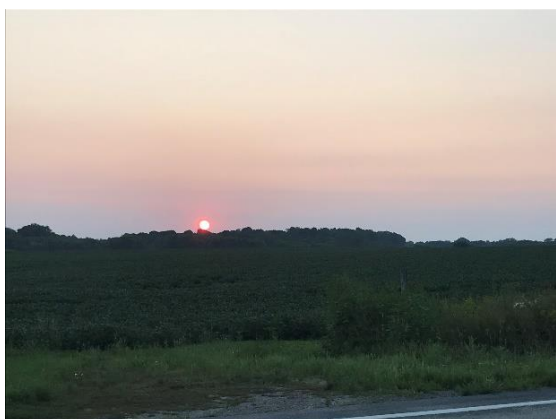
Mit – og mange andres - første fixpunkt var en McDonalds i byen Durand efter 220 km; en kærkommen forplejningsmulighed. Feltet var spredt, men vi var faktisk en del, som mødtes her; ligesom de fleste kontrolsteder efterhånden blev til mødesteder for deltagerne undervejs.

I løbet af eftermiddagen steg temperaturerne til over 30 gr. Min taktik i disse forhold var afprøvet i løbet af den varme danske sommer, nemlig at drikke ca. 1,2 l væske for hver 50 km og tage (noget) ekstra salt på maden. Jeg havde erfaret, at det fungerer godt og mindsker symptomer på dehydrering og risikoen for krampe. Jeg følte mig da også velkørende hele dagen og passerede efterhånden nogle af de deltagere, som havde været hurtigere fra start end jeg.

Omkring kl. 21 og med blot 30 km igen, blev det mørkt. En flot farvestrålende solnedgang som afslutning på en dag i et fantastisk smukt landskab og overraskende udfordrende terræn. Mit mål med at udnytte de lyse timer maximalt, så ud til at kunne holde. Jeg var inde kl. 22,40 efter ca. 18½ time. Et hurtigt bad, en god omgang lasagne og rimelig lang søvn inden en ny dag på cyklen.

Dagens ekstraordinære oplevelse: I mørket kom det første møde med en særdeles speciel kultur – Amish folket – som jeg også skulle komme til at se noget mere til de følgende dage.

Jeg kunne pludselig høre hestehove på vejen. En Amish vogn uden lys eller reflekser dukkede pludselig op midt på vejen. Lidt risikabelt selvom trafikken på Wisconsin's små veje er sparsom.



Solopgang i Minnesota



Broen over Mississippi mellem Minnesota og Wisconsin



Næsten tro kopi ad løbets logo

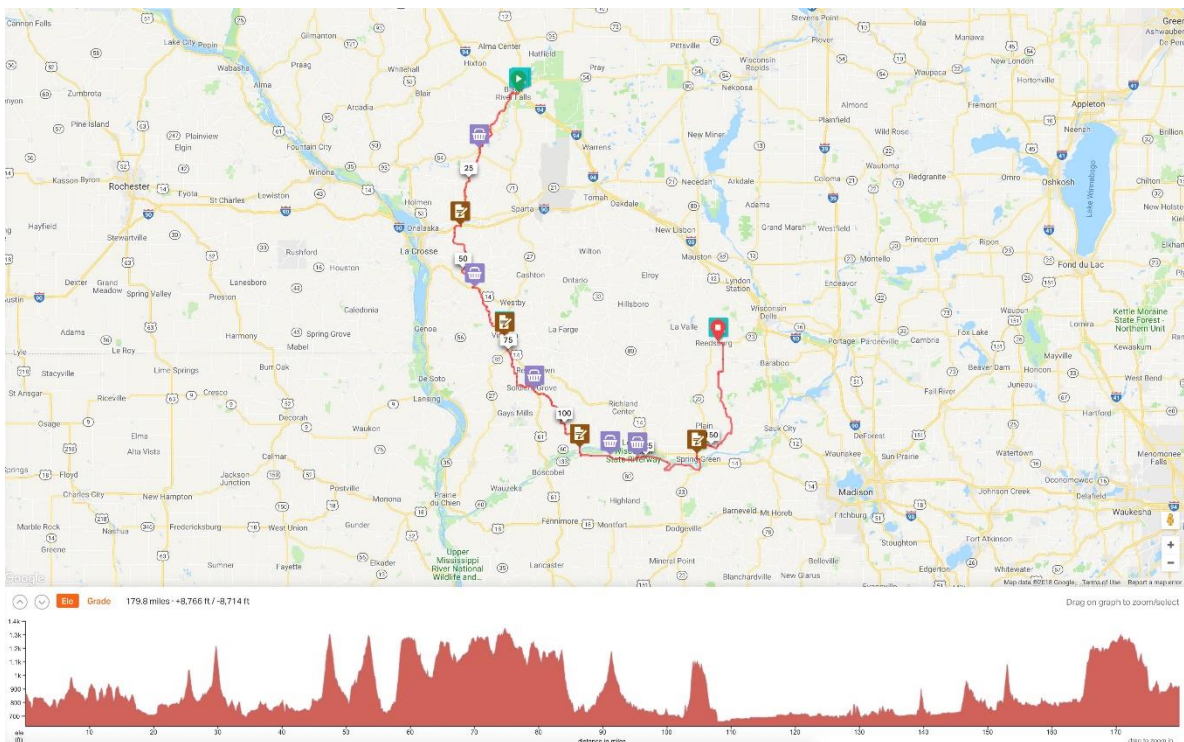


En af mange højderygge.....



inden solnedgang over Wisconsin

Dag 2. Green River Falls – Reedsburg ; 289 km => 669 km



- Vejret: Morgendis, senere solskin med enkelte skyer. 14 – 37 gr
- Vind: Svag vind fra Syd
- Terræn: Kuperet med mange stigninger. Excelsior Road op til 19 %. Flad fra km 175 til 260 km.

- Start tirsdag kl.04.50; inde tirsdag kl. 19.35 => 6 t søvn
- En relativ kort etape, som man ifølge Greg ikke skulle lade os snyde af. Det var ”kongeetapen”. Dagen ville byde på i alt 14 stigninger med gennemsnit på mellem 4% og 8,2%. Flere med maximale stigningsprocenter på op mod 20%.

Min overordnede plan var, at starte dagene tidligt, så jeg kunne forvente at være ved overnatningen inden mørkets frembrud kl. 20.30. En plan, som flere andre måske delte, da vi var en del, som startede samtidigt. De mange stigninger betød, at følgeskab undervejs på ruten igen blev ret sporadisk, mens kontrolstederne atter blev mødestedet.



Kontrol og mødested.

Dagen startede blidt i kølig morgendis og lyden af cikader. En meget smuk solopgang og disede dalstrøg. Det gik fra starten meget op og ned, men anstrengelserne blev konstant belønnet med storslåede udsigter til bakker og dale.

Efter ca. 100 km (og tidligere end planlagt) kunne jeg mærke sulten og at maven trængte til noget andet end sandwich og fast food fra tankstationer og landhandler. Da jeg passerede saloonen i Cone Valley med en reklame for pasta blev cyklen hurtigt parkeret. Så maven blev fyldt op med ny energi i et særdeles hyggeligt og landligt spisested i ægte nostalgisk præg.

Efter pausen kom der pludseligt mislyde fra kranken, når der skulle trædes igennem op af stigningerne. En hurtig undersøgelse afslørede en anelse slør i kranken. Det kunne være en af to ting; defekt leje eller en let løsnen af krankskruen. Ingen af delene ville jeg kunne reparere umiddelbart, så jeg valgte at se tiden an og evt. se efter en cykelmekaniker. Et leje ville kræve udskiftning mens en let løsnet krankskruer nok ville kunne køre til mål.

Jeg talte med nogle af de øvrige deltagere og den generelle vurdering var, at det ikke var lejerne. Det viste sig også, at symptomerne ikke ændrede sig, så jeg holdt øje og fortsatte.

Terrænet fortsatte ufortrødent med bakker mod hele rutens sydvestlige vendepunkt i Blue River. Et landskab der stadig var præget af smukke grønne floddale og slugter med snoede veje mellem højderygge med til tider lange lige strækninger. Ruten passerede igen et område

med Amish-kulturen. Hestevogne på vejen, høstakke på marken samt dagens første møde med løse hunde. Det blev klaret med en let spurt. Husene virkede faktisk en smule forfaldent i dette område.

Dagens og hele løbets stejleste stigning var Excelsior Road den sidste inden Blue River. 2,7 km lang med en maximal stigning på 19%. Midt på det stejleste stykke var vi 2 ryttere, som havde dagens næste møde med ikke mindre end to løse hunde. Bagefter var vi enige om, at nu måtte vi vist være indehavere af en ny rekord på bakken.....

Fra Blue River fulgte ruten Wisconsinfloden. 60 km i lidt mindre kuperet terræn. Det var kærkomment, da termometeret efterhånden havde sneget sig på 35-37 grader. Vand og salt blev fast kost efter sammen opskrift som tidligere og det fungerede fint. Supplerede derudover med lidt is undervejs.

Efter dagens 3 møde med en løs hund nåede jeg overnatningen i Reedsburg omkring kl. 19.30 – inden solnedgang. Energien var relativt god. Havde i løbet af dagen mest været påvirket af varmen.

Dagens menu: ris, bønner og chili con carne; ikke lige min favorit efter en varm dag på cyklen, men maven blev fyldt inden nogle timers søvn.



Saloonen i Coon Valley

Skiltningen er ikke for sjov:





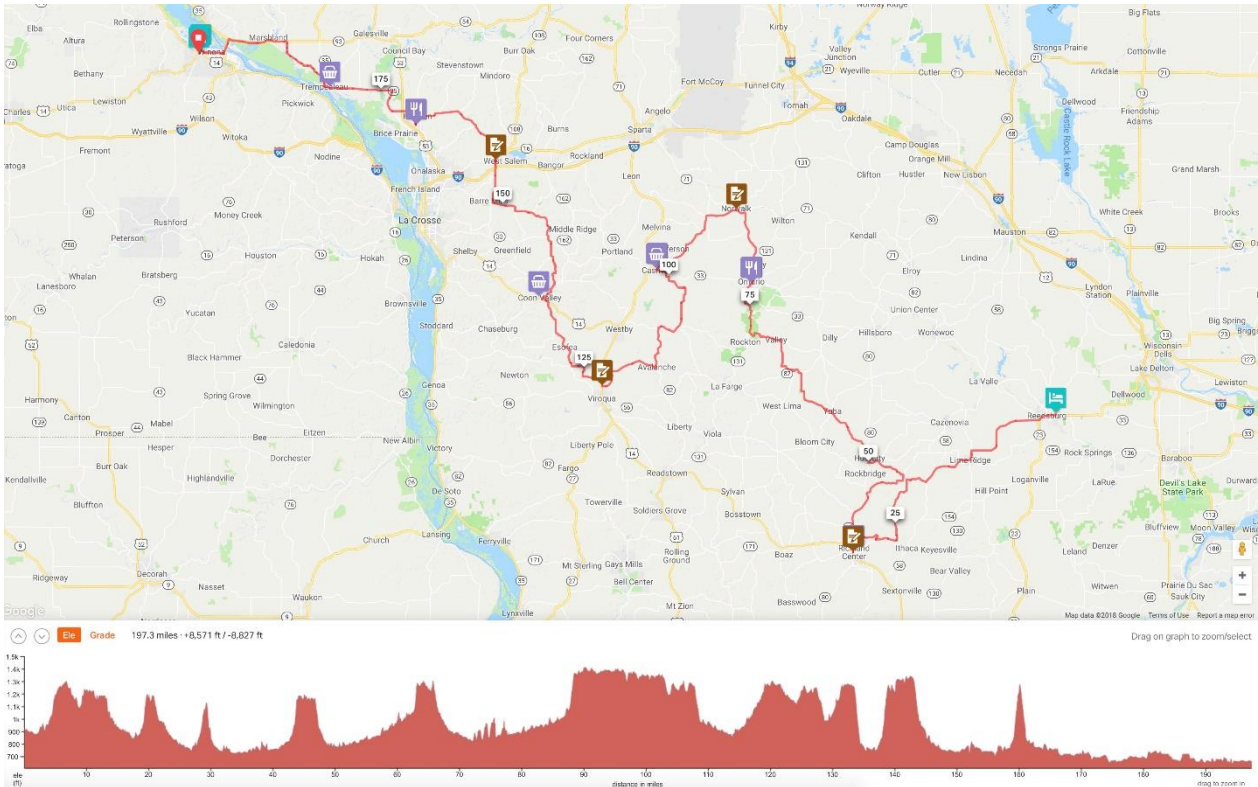
.....



*Udsigten til løbets stejleste stigning på Excelsior Road,
én af mange stejle udfordringer:*



Dag 3. Reedsburg – Winona ; 317 km => 986 km



- Vejret: Morgendis, senere solskin og enkelte skyer. 15 – 30 gr
- Vind: Svag vind fra Sydvest
- Terræn: Kuperet med en del bakker. Sidste 50 km flade.
- Start onsdag kl.04.30 ; inde onsdag kl. 20.30 => 5 t søvn
- Starter igen tidligt med håb om at nå Winona inden mørkets frembrud. Sammen med en større gruppe begav vi os igen ud i en stille diset morgen. Vejrudsigten lovede mulige regn- og tordenbyger ud på eftermiddagen. Ruten var længere end gårsdagens, men skulle ifølge arrangørerne være mindre kuperet og dermed lettere. Det viste sig at være en relativ vurdering – eller også begyndte kilometerne at sætte sig i benene ????



Morgendis ved Richland

Dagens første 200 km, indtil kontrollen i Viroqua, fulgte stort set udelukkende små, stille og snoede vejstrækninger gennem floddale og konstante stejle stigninger til højderygge - men igen med storslåede udsigter. Det gjorde strækningen til et af løbets naturmæssige højdepunkter. Specielt var de 25 km gennem Snow Valley, videre langs Hawkins Creek og Pine River samt de 15 km gennem Kickapoo Valley Natur Reservat til Ontario naturmæssige perler. Områder, hvor den områdets typiske stil igen var meget markant. Undervejs mødte jeg igen en løs hund (dog den sidste under hele løbet). Den var til gengæld stor ; måske bidsk ; måske sulten ; men den blev ”sat” efter højlydte gloser og en 150 m lang spurt.

Omkring byen Cashton passerede vi endnu et amish-samfund; et af de største og ældste i Wisconsin. Det er og bliver en forunderlig livsform med hestevogne og uden brug af moderne hjælpemidler. Eksempelvis mødte jeg flere skolebørn, som var på vej hjem i egen hestevogn iført deres karakteristiske klædedragt. Dette amish-område virkede dog betydeligt mere velstående end gårsdagens.

Dagen blev igen meget varm. Væske- og saltindtaget var atter højt for at opretholde væskebalancen. Benene, energien og humøret havde været god på dagens første 200 km, selvom ruten havde været noget mere kuperet end ventet, men pludselig kom dagens og hele løbets værste krise. Først et siddesår, som måtte behandles med lidt salve. Det brød dog rytmen og da vi pludselig drejede fra mod ”Norskedalen” til en 2,8 km lang 6,2% stigning med en maksimal stigning på 18% følte benene pludseligt meget tunge. Ved den sidste kontrol i Viroqua havde jeg ”kun” spist noget is og maven følte tom. Temperaturen på GPS’en viste 37 gr. Den lavere gearing kom for alvor i brug og bakken blev forceret langsomt.

Redningen blev et ekstraordinært depot på toppen af bakken. En del kold væske og en halv pose chips senere gik turen igen nedad. Benene følte igen mere samarbejdsvillige.

En sandwich ved næste kontrol i West Salem fyldte maven og krisen følte overstået inden dagens sidste stigning. Larsons Hill, 2,6 km med 6,4 % i gennemsnit og max stigning på 15% blev også forceret langsomt, men dog uden større problemer.

Dagens sidste 60 km fulgte Mississippi og var totalt flade. Floden blev krydset i et fantastisk farvespil omkring solnedgang få kilometer før den sidste overnatning i Winona, som altså lige blev nået i dagslys. De bebudede byer udeblev for mit vedkommende ligesom gårsdagens problemer med cyklen tilsyneladende heller ikke blev forværret.

Endnu en flot og varm dag blev afsluttet med kylling og nogle timers søvn. Overskuddet og energien forud for den sidste dag var stadig relativt god trods krisen undervejs.

Dagens ekstraordinære indtryk stod fotografen Deb Ford, som fulgte os gennem hele løbet, for. Hun mødte mig ved Pine River. Standsede, hoppede ud af bilen for at tage et par billeder af mig. Hun havde imidlertid ikke fået trukket håndbremsen helt, så bilen begyndte at trille ganske langsomt ned af en lille bakke og endte uhjælpeligt i grøften. Trods en del ”muntre” kommentarer, blev det dog taget med et (dog lidt anstrengt) smil indtil Autohjælp et par timer senere fik bilen på ret køl igen.



Stemningsbilleder fra landetog Kickapoo Valley,



hvor kørerne svales af i Warner Creek.



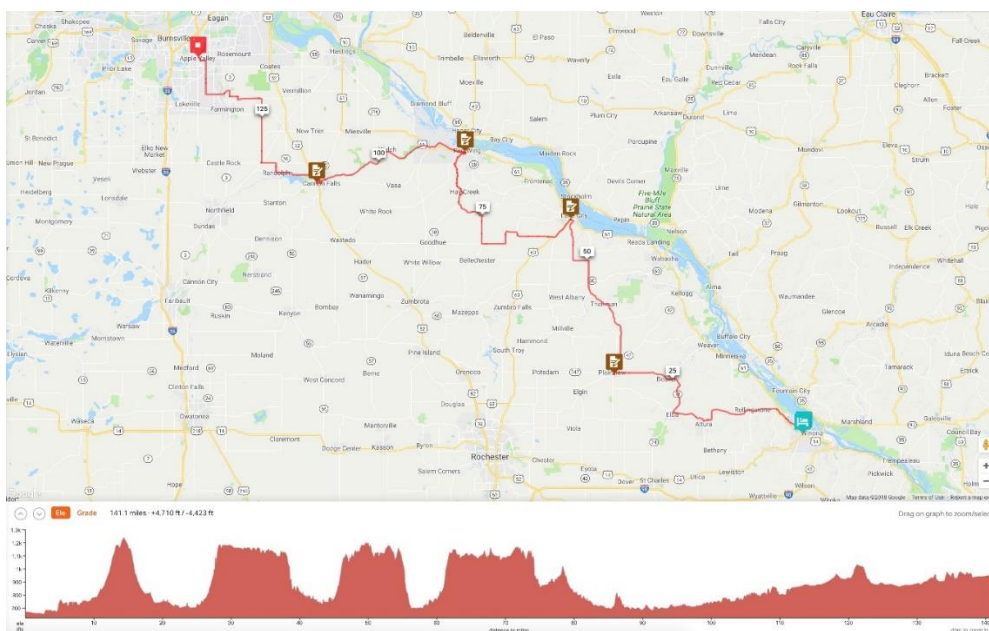


Solen går ned ----



Mississippi krydses en sidste gang og vi er tilbage i Minnesota.

Dag 4. Winona – Apple Valley ; 228 km => 1213 km



- Vejret: Morgendis, senere solskin. Regn- og tordencelle om eftermiddagen. 11 - 27 gr
- Vind: Svag vind fra Syd. Kraftige vindstød i byge
- Terræn: 4 større stigninger ellers flad
- Start torsdag kl.04.45 ; inde torsdag kl. 16.59
- Sidste dag; tilbage i Minnesota og ude af Driftless Area. Den korteste og med "kun" 4 stigninger den formodede letteste etape. Til gengæld skulle man være tilbage i mål i Apple Valley senest kl. 22.59 for at have gennemført rettidigt.

Vejrudsigten lovede kraftige regn- og tordenbyger om eftermiddagen. Jeg startede derfor, igen sammen med en del andre, ret tidligt for at komme byerne i forkøbet. En beslutning som senere viste sig, måske kunne have været bedre.

Morgenen var igen lidt kølig og diset, til tider tåget. Siddesåret var stort set helet og generede ikke. Med god tid til de overskuelige 228 km tog jeg det stille og roligt. Efter lidt tid slog jeg følgeskab med Ian, en meget naturkyndig deltager fra Seattle, frem til dagens første kontrol i Plainwiev.



Morgen i det flade Minnesota

Da solen stod op i endnu en farverig solopgang, forsvandt disen og det blev hurtigt varmere med solskin. I modsætning til de foregående dage virkede varmen mere fugtig og trykkende. Dagens 4 stigninger var overstået indenfor de første 100 km – ingen af dem tilnærmelsesvis så stejle som de foregående dages – hvorefter resten af turen ville være flad og for en stor del følge to cykelveje – Hay Creek trail og Cannon Valley bike trail. Specielt den sidste var smukt anlagt langs Cannon River's bred..

Umiddelbart inden jeg nåede sidste kontrol for enden af Cannon Valley bike trail i Cannon Falls trak det meget hurtigt op med skyer. Store, tunge og mørke skyer. Temperaturen faldt drastisk med 10 - 15 grader på under 10 min. Pludseligt åbnede sluserne sig i et voldsomt regnvejr med torden og heftige vindstød. Jeg havde få minutter til kontrollen ved en tankstation. Men alt var hurtigt gennemblødt. Vi blev efterhånden samlet en del ryttere på tankstationen – stort set de samme, som var startet ud om morgenen. Enkelte begav sig videre ud i uvejret mens jeg og andre så tiden lidt an.

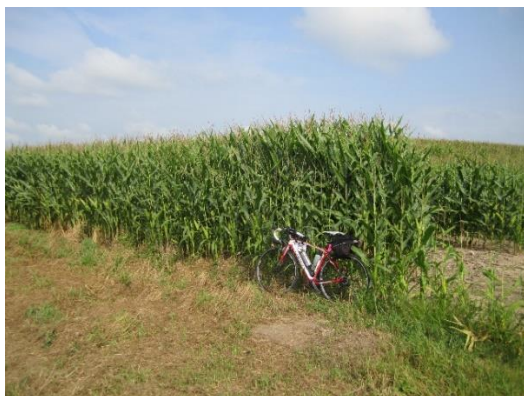
Enden blev at vi var 6 ryttere, heriblandt Ian, som fulgtes gennem uvejret, da vejruudsigten viste, at det ville fortsætte i mindst 2 timer. Uvejret aftog efterhånden lidt, men flere steder var vejene oversvømmede. Det viste sig senere, at de ryttere, som var startet et par timer senere, ikke havde fået en dråbe vand undervejs. Så meget for at komme byerne i forkøbet.....

Målstregen nærmede sig. Men 19 km før mål passerede vi en deltager, som baksede med sin cykel i vejsiden. Det var Karel fra Montana, som jeg efterhånden havde mødt en del gange undervejs. Et stelbrud til det bagerste gearskifte. En potentiel uoprettelig mekanisk skade. Ian gik dog resolut i gang med reparation. 15 – 20 min senere var cyklen lavet om til en et-gears cykel og Karel kunne forsigtigt trille de sidste km i mål. Ægte randonneur-ånd og hjælpsomhed.....

Vi andre trillede i mål kl. 16.59 efter 84 timer 59 min. Vi kunne se tilbage på et fantastisk løb. Overraskende udfordrende, men som vi alle 6 syntes, havde været et positivt møde med et af de mere oversete og undervurderede områder af USA. Vi var også enige om, at løbet var en perfekt forsmag på PBP 2019, da terrænet med sine kortere stejle stigninger krydret med lange lige strækninger, minder en hel del om PBP.

Om aftenen var vi en stor del af deltagere og frivillige, som mødtes på restaurant Old Chicago til mad, øl, hyggeligt samvær og historier fra turen.

Næste dag mødte jeg igen Alda, som jo var ude på sin første 1200 km. Hun var kommet i mål midt på aftenen. Ikke haft de store problemer undervejs og stadig i godt humør selvom hun kun havde sovet 1 time de 2 første nætter og 7 timer ialt.



Majsmark nær Kellogg – kan der være en sammenhæng ??



Solskin på Cannon River Bike Trail, men det ændrede sig meget hurtigt....



Våde og stolte finishers: sammen med Rob, Tom, Thomas, Robert og Ian



Afterdinner på Old Chicago

Facts, erfaringer og afslutning

Interessante data:

- Ifølge GPS havde jeg kørt 1215 km.
- Jeg havde ifølge GPS kørt 10.415 hm, men GPS er ikke 100 % præcis til højdemåling.
- Største højdestigning iflg. GPS var 19 %. Det var på Excelsior Road på dag 2.
- 71 cyklister gennemførte ruten indenfor tidsgrænsen svarende til at ca. 85% nåede målet indenfor tidsgrænsen.
- 0 punkteringer. Løsnet krankskrue
- Cykelgennemsnitsfart ca. 23 km gennem hele løbet.
- Tidsforbrug: 84 t 59 min nogenlunde fordelt på 53 t cykling; 15 t søvn; 17 t pause.
- Temperaturer iflg. GPS mellem 11 og 37 grader.

- Jeg kørte ingen steder forkert. Gps og rute-beskrivelsen fungerede perfekt.
- Anslår at have drukket 25 l væske undervejs. Derudover bestod kosten primært af sandwich, burgere, salat, is og pasta – med masser af salt til erstatning for det, der ender i trøjen:



- Fysisk: Et par følelseløse tæer som var forsvundet efter 2 uger samt tendens til siddesår.
- Jeg kørte ca. 70% af turen alene. Primært i Driftless area i Wisconsin, hvor de mange stigninger og nedkørsler splittede grupperne.
- Et pænt søvn- og energiunderskud. De første par uger efter løbet var søvnbehovet og madportionerne ekstraordinært store.
- Det var et på alle områder et fantastisk velorganiseret løb. Før, under og efter løbet det mest velorganiserede jeg endnu har deltaget i – og det siger ikke så lidt..... Stor TAK til arrangører, frivillige og andre hjælpere til løbet.

Erfaringer

- Starttidspunktet kl. 04.00 passer mig rigtig godt. Gennem hele løbet startede jeg alle dage lidt før solopgang og havde i alt kun ca. 5 timers cykling i mørke. Det gav maximal udbytte af de lyse timer. Jeg oplevede tilmed 4 farvestrålende (og dog forskellige) solopgange.
- Overalt var vejkkvaliteten virkelig god. Trafikkulturen var meget hensynsfuld, hvor både tung og let trafik samt hestevogne tog et stort hensyn undervejs.
- Forberedelserne passede fint. Jeg havde et godt fysisk overskud næsten hele vejen. Fik taget mere end 300 billeder undervejs.
- Optakten med en 100 km permanente brevet var fremragende. Dels ser man nærområdet, dels møder man flere af de andre deltagere inden turen.
- Der er overraskende dårlig mobilforbindelse mange steder i Wisconsin i forhold til danske forhold.

Coulee Challenge 1200 havde indbudt deltagerne til en udfordring af dale for at vise, at Minnesota og Wisconsin var andet end flad med køer og majsmarker. Det lykkedes til absolut. Der var majsmarker (en del), der var køer (ikke specielt mange) og der var nogle flade områder, men bakkerne, de smukke floddale (coulee's), de karakteristiske omgivelser og den gode stemning, som gav mig del nye og spændende bekendtskaber, gjorde dette løb til en meget positiv, god og spektakulær oplevelse for mig.

Jeg kan derfor varmt anbefale Coulee Challenge 1200 til andre randonneurs. Tilmed minder ruteprofilen, med de mange korte stejle stigninger, som tidligere nævnt, om PBP ruten, hvilket gør det til et fint "testløb" i året før et PBP.

Coulee Challenge 1200 kunne absolut også være interessant for mig en anden gang, men nu har jeg foreløbig været der, og vil også gerne se andre steder.

Mit næste løb bliver i første omgang PBP i 2019. Hvad der kommer derefter, tja.....

Christian Rasmussen



Coulee Challenge 1200 finished

Et tankefuldt efterskrift !



Cerex-shop i Ontario i Kikapoo Valley præcis 2 uger efter at vi havde passeret og provianteret på stedet. Vi var heldige med vejret, de lokale meget uheldige, men forhåbentlig er alle i byen sikre !

