

# Nyhedsbrev august 2019

*Det sidste om PBP samt en randonneur på tur.*

I den seneste tid har vi kunnet følge flok (176) cyklisters vej rundt i Frankrig. Turen var på små 3.500 km., som skulle køres i løbet af 22 dage. De fik en enorm mediedækning. Der kunne man bl a se; at de blot skulle række højre arm ud, hvis de var tørstige, sultne eller blot manglede noget. Når dagens cykeltur var overstået, stod en massør klar til personlig pleje inden en hel nats søvn i en blød og lun hotelseng.

Midt i august starter et andet cykelløb – også i Frankrig – hvor deltagerne udenfor mediernes søgelys udsættes for helt andre strabadser – herunder godt 60 af klubbens medlemmer. De skal godt nok kun cykle lidt mere end 1.200 km, men turen skal til gengæld køres indenfor 90 timer. Indenfor denne tid skal de ovenikøbet selv skaffe de fornødenheder, som de første cyklister blot rakte armen ud efter og der står ikke en hjælper klar med hjul eller en ny cykel hvis uheldet er ude. Ekstraudstyr til alle tænkelige scenarier med cykel og vejr medbringes på cyklen. Hvis der er tid til at sove, venter ingen varm seng, men i bedste fald en madras og et tæppe eller evt. blot en blød plet i vejkanten.

Dette er da en eftertanke værd, eftersom det i sin tid jo var PBP, der gav inspirationen til Tour de France .....

## **Her følger de sidste oplysninger, råd, vejledninger og enkelte tanker fra nogle af de danske deltagere inden PBP 2019.**

Jan Buschardt har lavet en uautoriseret oversættelse af de dokumenter som man selv skal downloade fra PBP's hjemmeside. Dokumenterne omhandler rutebeskrivelse, praktiske oplysninger om cykelinspektion, indskrivning og start, oplysninger til følgebiler mm. Du finder den danske oversættelse [her](#). De skal downloades og udpakkes samlet som en ZIP-fil – kontakt mig gerne hvis der er problemer.

ARD vil særligt henlede opmærksomheden på:

- husk at følgebiler og busser **skal** registreres i Paris. Navnet på chaufføren skal stemme overens med navnet, som de enkelte deltagere har skrevet i sin tilmelding.
- hvis du vil udgå, så sov på det inden du afleverer dit brevetkort (som ikke skal afleveres, men kun påtegnes)
- Vær opmærksom på at overholde løbets reglement og de almindelige færdselsregler. Kontrollen er omfattende og der gives tidsstraffe for overtrædelser.

## **Tracking (deltagersporing) undervejs:**

Venner og familie kan følge dig på PBP-hjemmesiden. Der vil være registrering af rytterne, når de kommer til og formodentlig også når de forlader kontrollerne undervejs. Men man vil ikke kunne følge deltagerne mellem kontrolstederne.

Jan har lavet en vejledning til, hvordan man kan følge rytterne undervejs. Vejledningen kan ses under på hjemmesiden under "Paris-Brest-Paris" => "Følg en rytter" eller [her](#). Vejledningen vil blive opdateret efterhånden som procedurerne bliver opdateret på PBP's hjemmeside

Det skal pointeres, at deltagersporingen de tidligere gange ikke har fungeret uden fejl og at følgerne ikke skal være nervøse, hvis en deltager ikke er på listen som forventet. Min personlige erfaring er dog, at online-tracking ved løbene efterhånden fungerer bedre og bedre.

Hvis man vil følges live på ruten under hele turen, kan man evt. benytte en SPOT Gen 3-tracker. Dette foregår ikke i PBP regi, men hvis der er deltagere med en SPOT-tracker kan jeg hjælpe med at opsætte ruten i Sprotwalla, hvor følgerne kan se hele ruten og rytterens position på den. En anden mulighed er at benytte de muligheder, der er på telefonerne og gps'erne (Strava – Garmin live mm), men dette øger strømforbruget noget undervejs.

## ***Vedr. ruten 2019***

Startstedet i 2019 er nyt i forhold til 2018. Det giver selvfølgelig nogle forskelle på ruten i forhold til 2015 især i starten og mod slutningen men også nogle steder undervejs. ARD har lavet en lille oversigt over ændringerne i ruten 2015-2019. Oversigten kan ses [her](#)

I rutebeskrivelsen og på de interaktive kort på PBP-hjemmesiden er der flere steder, der er markeret som farlige passager. ARD vil gerne opfordre til, at man orienterer sig om dette. Alle skulle gerne komme igennem uden uheld.

Ruten er skiltet hele vejen. Mange kører også med GPS; hvis man har været tidligt ude og lagt ruterne ind, skal man være opmærksom på, at der den 24. maj er lavet et par mindre ændringer på etaperne 9 og 15.

## ***Forventninger og tanker forud for PBP fra et par af klubbens deltagere***

### **Den erfarne rytter:**

**Alex Sloth:** Så skal vi til det igen, PBP står for døren, breveterne er kørt og godkendt og jeg er klar, til mit sidste PBP, nr. 6 i streg.

Denne gang fordi det er mit sidste, har jeg bestemt mig for at bruge al den tilladte tid for at få en så fed oplevelse som muligt.

De andre gange har jeg prøvet at få en så god tid som muligt, men det er et overstået kapitel, nu skal der nydes, for alle der er klar til start har jo allerede ”vundet” og så er selve PBP jo den fede præmie.

Skift alle sliddele, kabler, dæk, klinger, kæde og kassette, det er det dumme at gå i stå ude midt i ingenting med en helt banal fejl. Læg langsomt ud og gi den gas på hjemturen, for når vi er i Brest, så skal vi jo ”bare” hjem.

Go tur til alle, pas på jer selv og hinanden, husk klubtrøjer, i hvert fald når vi kører i mål.



*Disse trøjer bliver forhåbentligt meget synlige ved målstregen.....*

### **Debutanten:**

**Janus Johansen:** Jeg hedder Janus, 56 år fra Hirtshals. Begyndte at cykle i 2014 og hørte første gang om PBP i 2015.

Syntes først at det lød fuldstændigt forrykt at folk gad cykle så langt, men det lagde åbenbart et kim hos mig

og da jeg fandt ud af, at jeg aldrig blev en raket på cyklen og godt kunne lide at køre langt og samtidigt fandt

en cykelmakker, som havde kørt 2 gange PBP, ja så blev det jo næsten oplagt.

I 2016 besluttede jeg så at begynde vejen til dette PBP både mentalt og fysisk. Nu hvor det for alvor nærmer sig, glæder jeg mig sindsygt til at alle breveterne og træningen giver pote. Har snakket med andre, som tidligere har flere kørt PBP'er og det gør jo kun forventningen endnu større.

Tak til Alex og Janus for at dele jeres tanker omkring løbet.



## ***Helge Krogh: 800 km Sønderborg – Bruxelles***

Helge Krogh, æresmedlem i ARD og klubbens arrangør i Sønderjylland har været på langfart på cyklen.

Turen gik fra Sønderborg til Bruxelles. 800 km i løbet af 4 dage; tilrettelagt således, at han efter turen kunne prøvekøre et par af stigningerne på 1. etape for Tour de France-feltet og bagefter overvære selve starten i begyndelsen af juli.

Helge har skrevet en lille beretning fra turen som du kan læse under ”Beretninger” => ”Andre løb” eller [her](#)

Inden turen bragte ”Ugeavisen Sønderborg” en artikel om Helge og hans ekstraordinære projekt. Artiklen kan læses [her](#)

Bestyrelsen og redaktionen ønsker deltagere en god tur i Frankrig og alle medlemmer en fortsat god sommer

Christian Rasmussen