

Resultater af ARDs spørgeskemaundersøgelse vedr. Paris-Brest-Paris 2011

Indledning

ARD har gennemført en internetbaseret spørgeskemaundersøgelse blandt de medlemmer, der deltog i PBP 2011. Af de 142 danskere, der deltog i PBP, er der 57, der har svaret på spørgsmålene. Af disse 57 er der 4, der ikke gennemførte, svarende til 7%. Blandt alle danskere var der 16%, der ikke gennemførte, så der er en overrepræsentation af dem, der gennemførte blandt dem, der har svaret på skemaet. Det skal man huske, når resultaterne læses. Det har ikke på nogen anden måde været muligt, at undersøge om besvarelserne er repræsentative for alle de danske deltagere.

Tak til alle, der deltog i undersøgelsen - det giver bestyrelsen et godt fundament for dialogen med arrangørerne og det giver dem, der deltager i 2015 et godt udgangspunkt for valg af materiel, starttidspunkt mv.

Strukturen i denne rapport

Rapporten er delt op i 7 afsnit ud over denne indledning:

1. Hvem var deltagerne
2. Resultaterne
3. Helbred
4. Materiel
5. Tilmeldingen
6. Ruten og kontroller
7. Hvad synes du om PBP 2011?
8. Kommentarer

I konklusionen nedenfor kan du se de overordnede konklusioner mens du i afsnittene, der følger efter kan se mere præcist hvad, der er svaret på de enkelte spørgsmål.

Konklusion

Her er de overordnede resultater af undersøgelsen agivet. I de følgende afsnit kan du læse mere om de detaljerede resultater.

Deltagerne er mellem 26 og 75 år gamle med en gennemsnitsalder på 52½ år - i forhold til så mange andre sportsgrene må man sige, at langdistancecykling er lidt af en gammelmands (og -kone) -sport.

Deltagerne har valgt starttider, der ligger spredt ud over mulighederne med flest i 90-timers gruppen. 10 har valgt den nye 'frie' start. Der er generelt tilfredshed med det valgte starttidspunkt.

De fleste har forberedt sig grundigt og cyklet mere end 5000 km inden PBP. de fleste har cyklet mellem 5.000 og 10.000 km inden start.

De fleste gennemførte på tider mellem 60 og 90 timer med de fleste i de fleste i den højere ende.

Der bliver brugt tid til meget andet end at trampe i pedalerne. Blandt dem, der har besvaret spørgeskemaet, bruger knap halvdelen mindre end 55 timer på at cykle - også selv om der blandt disse er 6, der bruger mere end 80 timer på at gennemføre.

Der bliver brugt fra 0 til 16 timer på at sove med et gennemsnit på 8 timer.

Ca. 2/3 af deltagerne har haft en eller anden slags problemer med helbredet under/efter PBP. De almindeligste gener er siddesår og sovende fingre og tæer. For mange varer problemerne i flere måneder efter PBP.

Carbonrammer topper listen over materialevalg, men der er stadig mange, der kører på alucykler og 10% kører på stålrammer. Dækbredden varierer enormt, med hovedvægten på 25-28.

Ca. 10% kørte med dækindlæg mens 21% kørte uden selv om de normalt kører med indlæg. Der var 2½ gange så stor risiko for at punktere, hvis man ikke kørte med indlæg som hvis man havde indlæg i dækket!

Der er stor variation i valget af lys og gearing, men det gælder helt generelt om valget af udstyr, at deltagerne er godt tilfredse med deres valg uanset hvilket valgt, de har truffet.

Tilmeldingen forløb nogenlunde smertefrit.

De fleste oplevede, at ruten var fint afmærket, at der ikke var store køer ved kontrollerne og at tidtagningen via chippen fungerede næsten hver gang.

1/3 kørte uden følgebil mens 50% var med en af de danske busser og resten havde egen følgebil med.

Overordnet er der meget stor tilfredshed med PBP og knap 3/4 vil gerne deltage igen, hvis de får muligheden for det.

Undersøgelsens resultater

Nedenfor er de detaljerede resultater af undersøgelsen gennemgået.

1. Hvem var deltagerne?

Yngste deltager blandt de 57, der har besvaret spørgeskemaet var 26 år. De to ældste var 70 hhv. 73 år, hvilket vist er dansk rekord og også ekseptionelt i internationalt perspektiv. Før denne udgave af PBP var der højst 10, der havde gennemført PBP i en alder over 70 år i hele PBPs 110-årige historie.

Gennemsnitsalderen var 52,5 år.

Alder ved start	Antal	%
26-35	4	7%
36-45	9	16%
46-55	21	37%
56-65	18	32%
66-75	5	9%
Hovedtotal	57	100%

Der var 18, der deltog i PBP for første gang mens der var 4, der deltog for 6. gang. (På internationalt plan er der 11, der har gennemført 12 gange og 10, der har gennemført 10 gange!) I gennemsnit havde deltagerne i undersøgelsen deltaget 2,5 gange.

Antal gange, du har deltaget i PBP	Antal
1	18
2	10
3	20
4	4
5	1
6	4
Hovedtotal	57,0

I 2011 var starttiden rykket 4 timer frem i forhold til tidligere. Samtidigt var der indført mulighed for at starte i mindre grupper ('Frie starter') med det formål, at give deltagerne mulighed for at slippe for at køre i store grupper og for at få fordelt deltagerne så de ikke spærrer vejen for andre trafikanter. De danske deltagere havde fordelt sig bredt på de mulige starttider.

Starttid	Antal
Mandag kl. 05:00 - 84 timer	8
Søndag kl. 16:00 - 84 timer	12
Søndag kl. 17:30 - Specialcykler	2
Søndag kl. 18:00 - 90 timer	25
Søndag kl. 21:00 - Fri start, 90 timer	10
Hovedtotal	57

På spørgsmålet om deltagerne ville vælge samme starttid svarer de fleste, at du ville vælge samme starttid, men der er der en del - især blandt dem, der havde valgt 'hovedstarten' kl. 18 - der svarer, at de ville vælge en anden.

Ville du vælge samme startgruppe, hvis du skulle køre PBP igen?	Ja	Nej	Ved ikke	Hovedtotal
Mandag kl. 05:00 - 84 timer	6		2	8
Søndag kl. 16:00 - 80 timer	9	1	2	12
Søndag kl. 17:30 - Specialcykler	2			2
Søndag kl. 18:00 - 90 timer	17	6	2	25
Søndag kl. 21:00 - Fri start, 90 timer	9	1		10
Hovedtotal	43	8	6	57

De fleste synes godt om de nye starttider og ingen er utilfredse med dem.

Hvad synes du om de nye starttider	57
Godt	48
Jeg er ligeglad	5
Ved ikke	4
Hovedtotal	57

Ingen af deltagerne i undersøgelsen fik tildelt en straffid. Der var nu også kun 28 personer i alt, der fik en straf - de fleste for at have en følgebil på ruten tæt fulgt af straf for overtrædelse af færdselsloven. Til gengæld er der to personer, der er blevet diskvalificeret - den ene for at have kørt en del af ruten i bil og den anden for at have cyklet under en andens navn! Vedkommende havde også deltaget under den andens navn i 2007, så nu er resultatet slettet og han står opført i resultatlisterne som 'ikke-homologeret pga. snyderi'!

Der bliver kørt mange km som forberedelse til PBP. Der er kun 9, der har cyklet mindre end 5000 km og de fleste havde mellem 5000 og 10000 km i benene inden starten.

Km kørt inden PBP	57
1500km - 3000km	2
3000km - 4000km	2
4000km - 5000km	5
5000km - 6000km	10
6000km - 7000km	10
8000km - 9000km	12
9000km - 10000km	5
10000km - 12000km	6
12000km - 13000km	3
13000km - 14000km	1
Mere end 15000km	1
Hovedtotal	57

Der er 8, der ikke synes de har trænet nok - blandt dem er der 2, der har kørt 6-7000 km mens de resterende 6 har kørt 1500-6000 km inden PBP.

Synes du det var nok?	57
Ja	49
Nej, det var for lidt	8
Hovedtotal	57

2. Resultaterne

En enkelt gennemførte på 43 timer og 30 minutter, 4 havde tider mellem 50 og 60 timer mens resten fordelte sig på tiderne mellem 60 og 90 timer med størstedelen i den sene ende.

Blandt alle 119 danske deltagere, der kom i mål, kom de 31 ind i tider mellem 86 og 90 timer. Sidste mand kom ind i tiden 89 timer 49 min. - dvs. med kun 11 minutter i overskud!

Total tid	Antal
40:00-50:00 timer	1
50:01-60:00 timer	4
60:01-70:00 timer	14
70:01-80:00 timer	11
80:01-90:00 timer	23
Jeg gennemførte ikke	4
Hovedtotal	57

De 4, der ikke gennemførte, har svaret at det skyldes for dårlig form, mekaniske problemer med cyklen, forkølelse og at psyken ikke rakte til at gennemføre.

Under PBP bruger de fleste megen tid på andet end at træde i pedalerne. Knap halvdelen bruger mindre end 55 timer på den rene cykling - også selv om der blandt dem er 6. der bruger mere end 80 timer på at gennemføre.

De fleste vil altså kunne opnå en hurtigere tid til PBP, hvis de skar ned på den tid, der bruges på andet end at cykle. Men realistisk set er der grænser for meget tid, man kan skære bort, da det tager tid at spise og stemple.

Det er langt fra alle, der kører efter at få en hurtig tid - mange deltager i PBP med et ønske om at have en behagelig tur.

Hvor længe cyklede du?	
45-50 timer	16
50-55 timer	11
55-60 timer	5
60-65 timer	8
65-70 timer	2
70-75 timer	6
75-80 timer	2
Ved ikke	7
Hovedtotal	57

Det er meget forskelligt hvor megen tid den enkelte sover under PBP - blandt dem, der har besvaret spørgeskemaet, går det fra 0 til 16 timer med et gennemsnit på 8 timer.

Hvor meget sov du?	
00 timer	1
01 timer	3
02 timer	2
03 timer	1
04 timer	2
05 timer	5
06 timer	6
07 timer	6
08 timer	5
09 timer	5
10 timer	7
11 timer	2
12 timer	5
14 timer	3
15 timer	1
16 timer	2
Ved ikke	1
Hovedtotal	57

3. Helbred

Blandt de 57, der har besvaret spørgeskemaet, er der kun 19, der svarer at de ikke har haft problemer med helbredet under PBP. De øvrige har haft forskellige problemer - og mange har haft mere end en ting, at slås med.

Havde du problemer med siddesår, fingre eller andet?

Nej	19
Ja, Siddesår	12
Ja, Fingre (sov el. lign.)	25
Ja, Jeg 'tabte hovedet' (Sankt Bernhard-syndrom)	4
Ja, Mine tæer sov	10
Ja, Mine fødder brændte	8
Havde du andre problemer?	11
Hovedtotal	89

Andre problem, der er nævnt er

Træthed...

Ondt i lænden

Smerter i akillessenerne

Store smerter pga. slidt hofte

Der var begyndende tegn på nakke problemer, men kun til aller sidst.

Livløse kønsdele i et par uger :-)

Ondt i ryggen (over lænden) og ømhed i bagdel, nok pga. brug af en drikkerysæk.

Mangel på søvn

Jeg var da lidt øm i de nedre regioner

Kramper i begge ben

Efter løbet begyndte min ene storetå at sove

Det varierer meget hvor længe problemerne varer - fra få timer til 6 måneder. Da undersøgelsen i overvejende grad er besvaret inden for 6 måneder efter PBP er det ikke til at vide om nogle af problemerne fortsætter i længere tid.

Hvor længe varede dine problemer?	
Få timer	5
Flere dage	1
1 uge efter PBP	5
2 uger efter PBP	2
3 uger efter PBP	4
1 måned efter PBP	2
2-3 måneder efter PBP	11
3-6 måneder efter PBP	11
Hovedtotal	41

På spørgsmålet om der er et godt, råd man kan give videre for at undgå de helbredsmæssige problemer er det mest effektive nok 'Bliv hjemme'! Men det er jo lidt kedeligt, så her kommer de øvrige råd:

Man skal nok ikke cykle med en pandelygte - uanset hvor let den er - på sin cykelhjelm (ekstra vægt).

Rigeligt med bukse fedt, tæt siddende bukser, lav egenvægt

Kør ikke med en raceropsætning

Få specielt konstruerede såler til skoene

Vil forsøge med bedre indlægssål i cykelskoene - kørte i 2007 med MTB-sko - det er måske en bedre løsning end alm. cykelsko?

Masser af væske+masser af "lytter" (nærings盐piller)

Kør 25 eller 28 dæk i stedet for 23

Gelindlæg under styrbåndet, for således at få et blødere styr. Brug en sadel, hvor der IKKE er broderet logo på sadlens lædder, det var skyld i mit siddesår.

Mine fingre snurrer, dette har jeg haft siden mit første PBP i 1999. Rigtig cykelstr. til langture, samt ekstra styrbånd.

Tykkere styrbånd større cykelsko i den sidste fase

Længere pauser, evt. sove ...

4. Materiel

De fleste kørte på cykler lavet af carbon men der er stadig mange, der kører på aluminiumscykler og ca. 10% holder sig til stålrammer.

Hvad var din cykel lavet af	
Aluminium	13
Carbon	38
Stål	5
Andet	1
Hovedtotal	57

Men uanset hvad cyklen er lavet af, så er man tilfreds og vil nok vælge samme materiale hvis man skulle køre PBP igen:

Ville du vælge samme type cykel hvis du skulle køre PBP igen

Ja	52
Nej	2
Ved ikke	3
Hovedtotal	57

Dæk og dækindlæg er altid populære emner blandt randonneurer. De mest populære bredder er 23 og 25 mm, men bredden spænder fra 21 til 31mm.

Hvor brede dæk kørte du på

21 mm	1
22 mm	2
23 mm	38
25 mm	10
27 mm	1
28 mm	3
31 mm	1
Ved ikke	1
Hovedtotal	57

Også her gælder det, at deltagerne i det store og hele er tilfredse med deres valg uanset hvad det er:

Ville du vælge det samme, hvis du skulle køre PBP igen?

Ja	50
Nej	3
Ved ikke	3
Hovedtotal	56

Der var 9, der havde 1 punktering og 1 deltager, der havde 2.

På spørgsmålet om man har brugt dækindlæg er der 21, der svarer at det gjorde de. Selv om der er 2 punkteringer blandt disse - svarende til 10%, så er det mindre end halvt så mange punkteringer som dem, der kørte uden dækindlæg havde:

Kørte du med	Antal punkteringer				I alt	%
	0	1	2			
Ja, det har jeg erfaring for virker	19	2		21	10%	
Nej, der er ikke nødvendigt i Frankrig, for der pu	15	4		19	21%	
Nej, det har jeg aldrig gjort	13	2	1	16	19%	
Nej, det har jeg prøvet, men det virker ikke		1		1	2%	
Hovedtotal	47	9	1	57	100%	

Der er altså meget der taler for at det kan betale sig at køre med dækindlæg.

Der er følgende kommentarer til brugen af dækindlæg:

Jeg kører altid med indlæg(sommer og vinter)ingen vægt, nemt at lægge i, ekstra sikkerhed mod punkteringer, kørte PBP med dæk til 65,00 kr. pr.stk..

Vi har fået dem anbefalet og vil prøve dem - først og fremmest ved vintertræningen med MTB i Gribskov...

Ikke så nødvendigt udenfor DK. Herhjemme virker det.

Havde et tykkere dæk (Schwalbe durano) på baghjulet, men et tyndt dæk på forhjulet.

I Danmark piller jeg ofte sten og glas ud, der helt sikkert ville have givet punkteringer uden indlæg.

Ikke nødvendigt mere.. køb nogle gode kvalitetsdæk (300,kr /stk så er der ingen punkteringer (heller ikke i Danmark)

Det er under normale forhold ikke nødvendigt i Frankrig, men det vides ikke om man pludselig løber ind i noget vejarbejde

De ødelægger dækkenes elasticitet. Med 28 mm dæk er 7bar passende til egenvægt på77kg og ca. 4kg bagage

Jeg kører altid med dækindlæg, jeg hader punkteringer mærker ikke en forskel

I forhold til risikoen for den lave risiko for punkteringer - reducerer de farten for meget

Jeg har kørt med indlæg i en del år, med meget god erfaring. køre ca. 10000 km. om året.

jeg venter ikke på folk der er punkteret hvis de kører uden...

Schwalbe ultremo super dæk

Hvis man vil køre med dæk indlæg ville jeg vælge et Schwalbe durano plus i steden for

Kører tit med indlæg i DK, men de gør dækket meget hårdt, så det vil gå for meget ud over komforten i Frankrig.

Lys har man brug for, når der skal køres på de mørke, franske veje. Men valget af lygte og lygtetype varierer meget:

Hvilken type lys havde du på cyklen?

1 stk. batterilygte	11%
2 batterilygter	70%
Dynamolygte	19%
Hovedtotal	100%

Godt 4 ud af 5 kører med batterilygte mens resten bruger dynamo.

Dem, der kun har 1 batterilygte er helt tilfredse med deres valg af lygte. Mens dem, der har mere lys på cyklen i højere grad er utilfredse med lyset. Måske er der fordi dem, der har meget lys på cyklen er dem, der føler det største behov for godt lys.

Synes du, at du havde lys nok på cyklen?

	Ja	Nej	Hovedtotal
1 stk. batterilygte	100%	0%	100%
2 batterilygter	88%	13%	100%
Dynamolygte	82%	18%	100%
Hovedtotal	88%	12%	100%

Der er ikke nogen klar holdning til hvilken lygte, der bruges, men der er 10, der bruger den nye LED Lenser P7 - og de er alle tilfredse med lyset - mens forskellige versioner af Cateye også er populære.

Hvilken type lys havde du på cyklen?	
1 stk. batterilygte	6
LED LENSAR P7	1
Led Lenser P7	1
Ledlinser P7	1
Sigma Pava led-Hiro Rear Light Art 19200	1
Smart	1
Tiny Sun	1
2 batterilygter	40
3 stk ledlenzer for 2stk diode bag	1
bbb	1
BM	1
bw ixon IQ % smart 1 w superflash	1
Cat eye	1
Cat Eye 9000	1
cat eye og LED	1
Cateye	4
cateye 530	1
Cateye and Hope	1
cateye hl 530	1
cateye LE 530 2stk.+ pandelygte petzl tikka xp.	1
Cateye og (ledlinser var super)	1
Cateye og Sigma	2
Catye, NiteRider - UltraFazer MAX	1
HL-EL530 og Led lenser H7 på styret samt H7 p	1
Hope, smart	1
jeg brugte 4 for + 2 baglygter - alle af forskellig	1
LED Lenser	1
Led Lenzer og Cateye	1
Led P7	1
LedLenzer P7	1
LedLenzer og Cateye	1
Leed Lenser (3 stk. på cykel + 1 stk pandelamp	1
nite rider	1
p 7 led lenser	1
Sigma	3
Sigma og Catayei	1
Sigma Powerled Black og Led Lenser B7	1
sigma+ ledlenser	1
Silva, Cateye og LEDlinzer	1

Dynamolygte	11
B&M IQ Fly	1
Buch & Müller	1
Edelux fra Schmidt	1
Iumotec 60 lux	1
Lumotec diodelygte	1
Schmidt	1
Schmidt navdynamo + Edelux	1
Shimano	2
SON	1
Ved ikke	1
Hovedtotal	57

Cyklens gearing er også genstand for mange overvejelser og bekymringer, men heller ikke på dette område er der større enighed om hvad der er det optimale.

Nedenfor kan man se kombinationerne af største og mindste klinge foran:

Hvilken gearing kørte du med?									
	Største foran								
Mindste foran	44	46	48	50	52	53	54	55	I alt
<30		1				1			2
30				2	3	3			8
32					1				1
34		1		15	1		1		18
36			1	2					3
37				1					1
38				1	1				2
39			1	2	2	5		1	11
42					1	1		1	3
45						1			1
54				1					1
Hovedtotal	1	1	2	24	9	11	1	2	51

Der er stor variation af de valgte kombinationer, men der er en forholdsvis stor gruppe, der kører med 50/34 som største hhv. mindste klinge foran. Da dette er en typisk kombination for kompakt-kranksæt er det nok tegn på at mindst 25% kører med kompakt-kranksæt.

Der er også stor forskel på hvilken kassette, der køres med. Der er dog to større grupper, der kører med 11-28 hhv. 12-25.

Hvilken gearing kørte du med?											
	Største bagved.										
Mindste bagved.	21	23	24	25	26	27	28	29	32	34	I alt
11	1	2		5		1	10		1	1	21
12		1	1	11	4	4	1	1		1	24
13					2		1	3			6
14		1									1
Hovedtotal	1	4	1	16	6	5	12	4	1	2	52

Også med hensyn til gearing er de fleste tilfredse med deres valg og nogenlunde lige så mange ville vælge en tungere gearing som en lettere.

Ville du vælge samme gearing, hvis du skulle køre PBP igen?	
Ja	93%
Nej, jeg ville vælge en lettere gearing	2%
Nej, jeg ville vælge en tungere gearing	5%
Hovedtotal	100%

5. Tilmeldingen

Den elektroniske tilmelding og betalingen gik nogenlunde smertefrit, men ca. hver 10. havde problemer.

Hvad syntes du om den elektroniske tilmelding til PBP	
Det var let at gå til og jeg havde ingen problemer	93%
Det var lidt svært at finde ud af	7%
Hovedtotal	100%

Var det let at betale elektronisk?	
Ja, det gik let	91%
Tjah, det gav lidt problemer	9%
Hovedtotal	100%

Den danske tekst på tilmeldingssiden var i det store og hele god nok.

Var den danske tekst og den danske vejledning god nok?	
Ja, jeg var ikke i tvivl om hvad der blev spurgt om	98%
Tjah, det var ikke helt let	2%
Hovedtotal	100%

Den endelige tilmelding gav problemer for lidt mere end hver 10.

Var det let at lavede den endelige tilmelding?	
Ja, jeg havde ingen problemer	88%
Tjah, det var ikke helt let	9%
Nej, jeg havde svært ved at gennemføre den endelige tilmelding	4%
Hovedtotal	100%

Mange har været i tvivl om hvornår tilmeldingen var endelig og de var sikret en plads ved PBP.

Var du klar over hvornår du var tildelt en plads ved PBP?	
Ja, de kvitteringsmails jeg fik, gjorde at jeg hele tiden vidste hvor langt jeg var	75%
Tjah, jeg var i tvivl nogle gange	21%
Nej, jeg var i lang tid efter den elektronisk tilmelding usikker på om jeg havde en plads til PBP	4%
Hovedtotal	100%

6. Ruten og kontroller

De fleste synes, at ruten er fint afmærket, men en del synes, at pilene kan være svære at få øje på.

Hvad synes du om afmærkningen af ruten?

Den var fint afmærket - det kan næsten ikke blive bedre	65%
Der manglede pile flere steder	7%
Der var næsten pile nok, men de var svære at se	28%
Hovedtotal	100%

Langt de fleste oplevede, at kontroller og stemping foregik uden ventetid.

Hvordan var kontrol og stemping?

Fin - der var næsten ingen køer og der var ingen problemer	95%
Tjah - der var lange køer og/eller der var problemer med at få stemplet i kortet	5%
Hovedtotal	100%

Den elektroniske registrering via chippen fungerede for størstedelen uden problemer, men ca. hver 5. oplevede at en eller flere tider ikke blev registreret med det samme.

Hvordan fungerede den elektroniske registrering via chippen?

Fint - alle mine tider blev registreret uden problemer	74%
Ikke helt godt - min starttid og/eller andre tider blev ikke registreret med det samme	19%
Ved ikke	7%
Hovedtotal	100%

Størstedelen af deltagerne havde familie eller andre, der fulgte med på nettet og de fleste af disse synes at opdateringerne via nettet fungerede fint. De resterende er nok ramt af at registreringen via chippen ikke fungerede i alle tilfælde. I nogle tilfælde har den manglende opdatering givet anledning til uro hos de pårørende.

Var der familie eller venner, der fulgte dine tider på nettet?

Ja	86%
Nej	14%
Hovedtotal	100%

Hvis ja, hvordan syntes de så det virkede?

Super	71%
Nogenlunde	24%
Slet ikke	4%
Hovedtotal	100%

Der er stor forskel på hvad deltagerne syntes om maden på kontrolstederne, men det er et fåtal, der slet ikke brød sig om det, man kunne få.

De fleste oplevede ikke ventetider i madkøerne, men en del har oplevet at stå for længe i kø.

Hvad synes du om maden på kontrolstederne?

Den var god - lige det, jeg havde brug for	51%
Tjah - den kunne have været bedre	40%
Den var dårlig - jeg kunne stort set ikke lide noget af det, man kunne købe	4%
Jeg spiste ikke på kontrolstederne	5%
Hovedtotal	100%

Skulle du stå i kø for at købe mad?

Nej - der var ikke nogen ventetid, der er værd at tale om	56%
Tjah - nogle gange tog det for lang tid	32%
Ja - de fleste steder skulle jeg vente al for lang tid	5%
Ved ikke	7%
Hovedtotal	100%

Lidt mere end halvdelen af deltagerne benyttede overnatningsmulighederne og de fleste var tilfredse med faciliteterne. Også her var der nogle, der oplevede køer og ventetid.

Hvad synes du om overnatningsmulighederne?

Det var godt - jeg sov fint	26%
Tjah - det kan gå, når man er så træt som jeg var	16%
Det var dårligt - jeg sov næsten ikke på grund af støj, træk eller andet	11%
Jeg benyttede ikke arrangørernes tilbud om overnatning	39%
Ved ikke	9%
Hovedtotal	100%

Var der køer for at komme til at sove?

Nej - jeg fik en soveplads med det samme, hver gang	23%
Tjah - der var køer, men efter lidt ventetid fik jeg et sted at sove	18%
Ja - jeg gik forgæves en eller flere gange	7%
Ved ikke	53%
Hovedtotal	100%

Langt de fleste har kun mødt flinke og hjælpsomme kontrollanter og hjælpere.

Var hjælpere og kontrollanter flinke og hjælpsomme?

Ja - det er utroligt hvad de gør, for at gøre PBP til et godt ar	98%
Tjah - det er lidt blandet	2%
Hovedtotal	100%

Ca. 1/3 af deltagerne kørte uden følgebil, halvdelen kørte med en af de danske busser mens resten havde egen følgebil med.

Havde du følgebil eller -bus med?

Ja - jeg havde en følgebil med	19%
Ja - jeg var med en af de danske bus	51%
Nej - jeg kørte uden følgebil	30%
Hovedtotal	100%

Blandt dem, der havde følgebil med, mødte de fleste den ved 3 kontroller - det er nok især dem, der var med bus.

Hvis du havde følgebil med, hvor mange steder mødte den dig?

Ved 1 kontrol	21%
Ved 2 kontroller	21%
Ved 3 kontroller	43%
Ved 5 eller flere kontroller	11%
Ved alle kontroller	4%
Hovedtotal	100%

7. Hvad synes du om PBP 2011?

Deltagerne vurderer næsten alle at PBP 2011 lå på 4 eller 5 på en skala fra 1-5, hvor 5 er 'super godt'.

Hvad synes du overordnet om PBP 2011 på en skala fra 1 til 5?

3	4%
4	47%
5 - Super godt	49%
Hovedtotal	100%

Langt de fleste vil gerne deltage igen, hvis de får muligheden.

Vil du deltage i PBP igen, hvis du får muligheden?

Ja	72%
Nej	5%
Ved ikke	23%
Hovedtotal	100%

8. Kommentarer.

For meget turistikørsel i Brest.

1200 km PBP er en ting - 1200 km i øvrigt og uden afmærkning samt PBP service er noget andet: det vil vi prøve de næste år. Vi tror de store motionscykelløb ligner PBP mere. Vi kommer igen og også på tandem. På et eller andet tidspunkt kommer der en tandem igennem fra Danmark...

Jeg mener ruteplanlægningen med ekstra kørsel i byen (Fougeres) mellem Fougeres og Tintenniac og især turen forbi industrihavnen og gennem byen (Brest) på vej tilbage var unødvendig besværlig på grund af trafikken

Lastbilerne kørte aggressivt om natten i området mellem Loudeac og Brest. Jeg vil foreslå at man forsøger at få kommunikeret til chaufførerne, at der er cykelløb og/eller at man får noget politi på vejene.

Det er godt at så meget af materialet nu er på engelsk. Herudover var der rigtigt mange på kontrol steder som talte engelsk på et OK niveau. Jeg syntes ikke længere at sproget er en 'udfordring'

Cykelmekanikeren (der vist nok er løbets officielle mekaniker?) - eller rettere een af hans assistenter - ødelagde mit geargreb på kontrollen i Loudeac.

Det var rigtig ærgerligt, at vores sædvanlige campingplads var lukket. Jeg savnede det samværd vi plejede at have. Den intermistiske campingplads var udmærket, men folk undgik den.

Jeg synes det var rigtig godt, at der også blev vurderet lidt på om deltagerne var trætte.

Det kunne være dejligt om der var andet varm mad til vegetarer end pasta og kartoffelmos. Og at vegetabilsk mad blev markeret så man ikke skulle bruge tid på at spørge sig frem hver gang. Ellers meget udmærket arrangement

På mange af kontrolstederne inkl. madsteder vrimler det med "turister" som ikke deltagere i løbet, dvs. familiemedlemmer, hjælpere, lokalbefolkningen etc., men som er med til at besværliggøre det for os deltagere i cykelløbet.

Vouz etes formidable. Merci beaucoup a tous :-)

Jeg synes at rundturene i byerne Fougeres og Brest er ikke for rytternes skyld. Lad os komme hurtigt ind og hurtigt ud.

Som alt andet EDB haløj er dette ske også noget bøvl. Uden EDB kunne jeg nemt have cyklet 2000 km. mere

Godt arrangeret Glæder mig til 2015

Når man vælger at der skal være en førerbil/motorcykel foran frontgruppen, så skal den blive foran frontgruppen hele tiden. Det kostede os i frontgruppen en omvej på 39 km. Rent faktisk blev de 4 rytter der vandt løbet sat da der blev kørt væddeløb efter 800 km. De kunne se i mørke, det kunne vi andre lære af.

Jeg synes at ruteomlægningen i Brest var unødvendig. Specielt når det samtidig resulterer i at vi kommer til at køre inde i centrum.

Jeg synes det var en dårlig løsning med havneturen i Brest - hvad skulle vi dog der. Dårlig vej med flere krydsende jernbanespor, lastbiltrafik og ingen tilskuere. Dårlig løsning, der ikke bør gentages.

Jeg kom selv i mål sammen med en gruppe på 6 andre danskere - vi kørte alle sammen fra 140 km til mål - en rigtig god oplevelse og helt i modstrid med det alle "de gamle og erfarne" råder en til "kør alene for det er svært et tilpasse sig andre"

Hvis ellers ens niveau ikke er meget forskelligt, så kan man sagtens køre sammen og få en rigtig god oplevelse ud af det - men måske vi bliver ligeså sære med tiden - 6 af 7 var 1. gangs PBP'er.

Maden i kontrolstederne kunne være bedre og mere varieret.

Jeg er meget imponeret over afvikling af løbet. Fortjener stor ros, det gælder de 2 gange jeg har deltaget. Jeg har også kun ros til de løb jeg har deltaget i herhjemme.

Jeg syntes at det er utrolig flinke - venlige og hjælpsomme hjælpere og publikum man møder undervejs.

JA - når man står i kø på stadion ca. 2 timer før løbet startes, så SKAL der kunne skaffes drikkevand. Jeg løb tør for vand INDEN løbet startede, og startede således i væskeunderskud! Der var vist nok ca 100 km til første kontrol, hvor der kunne skaffes vand! Ikke godt nok. Jeg måtte stoppe hos nogle civile for at få vand, da jeg ude på 50 km begyndte at få kramper pga. vandmangel. Der mistede jeg min gruppe og tabte måske 2-5 timer pga det!

Merci/tak

maden er måske lidt ensformig

vi skal bare takke for den store hjælp og entusiasme der bliver lagt for dagen. TUSIND TAK

Alt for kompliceret ved kontrolstederne. Det må kunne klares med chip som i alle andre løb. Kom jo for at køre på cykel, ikke gå rundt på skoler og sportspladser.

På nogle af kontrolstederne var toiletforholdene meget dårlige.

Stykket mellem Mortagne au Perche og Dreux kunne godt være markeret lidt bedre. Jeg kom ofte i tvivl på netop dette stykke.

Ruten ind i Brest var håbløs. Jeg ramte byen sidst på eftermiddagen og havde ganske stort besvær med myldretidstrafikken, der langt fra var så cykelvenlig som trafikanterne på resten af turen.

Arrangørerne burde fremstille en skitse og oversigtsplan over de enkelte kontrolsteder, så man kan se, hvor man skal/kan 1) stemple, 2) spise og 3) sove. Disse skitser bør udleveres inden løbet, så man kan forberede sig på "at finde rundt på kontrolstedet".

Det er lidt tam ved starttiden kl. 21.00

Det var noget bøvl med forhåndstilmeldning.
og 200 -300 - 400 - 600 i 2010 helt uden grund

Der var ikke muligt at købe mad eller drikke når frontgruppen passerede kontrolstederne

Rigtig god ide med tidligere start og start søndag. Tidligere start giver mulighed for anden løbsstrategi end den for danskerne foretrukne med overnatning i L. - til vendepunktet og retur til L. for endnu en overnatning - videre til MP. for sidste korte overnatning. Jeg kørte første dag til Carhaix, hvor jeg var ca. 23.30 mandag aften - overnatning til ca. 6.45, hvor det var næsten lyst nok til at fortsætte til vendepunktet uden lys - retur til Tinteniac med ankomst ca. 01.30 natten til onsdag - overnatning til ca. 6.45 og videre til Dreux, hvor jeg ankom ca. 24.00 - da det var mørkt og koldt og ensomt overnattede jeg igen til ca. 6.45 og su til målet i Paris. En god tur med overskud hele vejen - godt hjulpet på vej af min kone, som fulgte med i lejet autocamper. Gennemførte i en sluttid på 87.30 med ca. 54.30 timers cykling og 16 timers søvn. Kom i mål med overskud og forholdsvis udhvilet, så konen og jeg kunne fortsætte med 1½ uges ferie i det franske.

Jeg er rystet over at nogle af dem der stiller op ikke har bedre evne til at sige stop - uforsvarlig dinglende og til tider livsfarlig kørsel, pga træthed, alderdom eller hvad ved jeg. Hvis ikke selverkendelsen hos den enkelte er større ville jeg ønske at PBP ledelsen fremover vil tage disse ud - for deres egen og vi andres sikkerhed.

Vor gruppe på 7 som kørte sammen havde ikke en farlig situation, kørte ikke fejl en eneste gang og jeg selv havde ingen problemer med manglende søvn. Rigtig godt at komme i mål med overskud - men med en rigtig veltilrettelagt og gennemført træning, planlagt energiindtag og realistisk køreplanlægning så var jeg aldrig i tvivl om, at jeg ville gennemføre på en fornuftig tid.

Jeg synes der mangler disciplin blandt rytterne på vejen, Vi "fylder" for meget i trafikken, vi kan godt blive bedre til at overholde færdselsreglerne.

God vind fremover

en pude på sovesteder ville gøre underverker

Vand vand og vand. Ved reg. af cykel og ved starten. Heldigvis havde jeg med, men der var flere der fik lagt grunden til dehydrering allerede ved kontrollen og ved starten gik det helt galt. Man kan ikke stå i et par timer uden vand. ... men ok, det er også om at tænke selv. Vi var flere der heldigvis havde taget et par liter med.

Hvis ikke ARD bliver mere synlig, stopper tilbagegangen ikke. PBP er total drukket i Ryngbysaft, alt med cykel i Paris er Ryngbeby.

Ros til danskerne på ruten. Der var altid overskud til en sludder, selv med cyklister man ikke tidligere havde mødt.

Vi ses i 2015 - som tilskuer

Ruterne til sidst, var alt for meget ud og ind gennem byerne. Jeg vil gerne se byerne og kan også godt forstå at byen gerne vi vises frem, meeen det var lidt for meget rundt og rundt og rundt i byerne. Specielt brest og nogle af de sidste byer.

Måske en live web kamera på hver kontrol. Så kan man vinke hjem... folk kommer jo fra hele verden. Elsker PBP

