

Fit Group Radtour 2010

Frankreich: Ardeche - Cevennes - Camargue – Saint Tropez

Eine Radtour durch den Süden Frankreichs

Vom 22.05.10 bis 27.05.2010 bzw. 30.05.2010

Teilnehmer: Alexandra, Cordula, Fritz, Herwig, Mike, Peter, Rolf, Rosi, Selim, Torsten, Uli und Waldemar.

Von 2002 bis 2008 haben wir jedes Jahr Radtouren in Italien gemacht. Von Verona bis Apulien, von Ligurien bis Sizilien.

In diesem Jahr fahren wir von Fit Group (vormals First Fit) das zweite mal in Frankreich eine Radtour.

Die Räder werden von jedem Teilnehmer am Vortage soweit notwendig zerlegt, in Kartons verpackt und am Abend auf Lothars Anhänger verladen. Lothar kann wegen dringender geschäftlicher Aufgaben in diesem Jahr nicht mitfahren. Der Anhänger wird über die Nacht bei Waldemar sicher abgestellt.

Wir fahren mit zwei geliehenen Van, ein Mercedes 6sitzer mit dem Anhänger und ein VW 9sitzer.

Samstag 22.05.10 Ulm – St. Marcel d`Ardeche 860 km

Wir treffen uns um 6.00 Uhr am Studio und verstauen das Gepäck in den Autos. Nachdem auch Herwig angekommen ist starten wir um 6.30 Uhr die Fahrt über die A 7 bis Memmingen, die A 96 bis Lindau, Bregenz, durch Österreich und dann in der Schweiz die N 1 über St. Gallen, Winterthur, Zürich, Bern, Lausanne bis Genf. In Frankreich fahren wir die A 40 und A 42 bis Lyon. Von Lyon fahren wir die A 7 über Vienne, Valence, Montelimar bis Bollene. Hier verlassen wir die Autobahn und fahren die D 994 über Pont-St. Esprit und N 86 und D 201 nach St. Marcel d`Ardeche. Ein sympathischer Ort, typisch französisch. Wir finden das Hotel Le Jardin schnell, ein nettes Haus mit freundlichen Leuten. Ankunft 19.30 Uhr. Wir trinken erst einmal ein von Selim mitgebrachtes kühles Weizenbier aus original Weizenbiertgläsern, die wir dann in dem typisch französischen, überdachten Waschbrunnen spülen und von denen wir zwei dem Wirt schenken, und beschließen, die Räder erst am anderen Morgen auszuladen und fahrtüchtig zu machen. Den Anhänger mit den Rädern schieben wir hinter ein abschließbares Gittertor des Hotels. Die Mehrbettzimmer werden verteilt und bezogen. Wir essen zu Abend in unserem Hotel. Zuvor bleibt noch Zeit für diejenigen, die diese Zeit nicht unter der Dusche verbringen, einen Rundgang durch den Ort zu machen und da sieht man doch, das da ein erheblicher Verfall von verlassener Bausubstanz besteht. Das Essen ist lecker und der Wein auch. Wir beschließen den Abend spät.

Sonntag 23.05.10

St. Marcel d`Ardeche – Villefort

Nach dem guten Frühstück entladen wir den Anhänger und machen die Fahrräder flott. Um 9.30 Uhr starten wir gemeinsam die Radtour, nur Peter bleibt zurück und kommt nach, der Pastis von gestern Abend hat doch seine Spuren hinterlassen.

Mike fährt den zweiten Van, so dass das lästige Nachholen des zweiten Autos entfällt.

Wir fahren die D 201 zurück nach St. Just und von hier die D 290 nach St. Martin d`Ardèche. Hier beginnt der Aufstieg hoch über die Schlucht der Ardeche (Gorges de l`Ardèche). In einem ständigen aber moderaten auf und ab fahren wir hoch über der Ardèche und haben einen tollen Blick hinunter zum Fluß. Es ist herrliches Wetter und Pfingstsonntag und entsprechend groß ist der Andrang. Vor allem Kolonnen von Motorradfahrern aus ganz Europa nerven gewaltig. Wir halten bei jeder sich bietenden Gelegenheit und genießen den grandiosen Anblick und würden am liebsten dort unten, wie viele, Kanu fahren, aber wir fahren Rad!

Selim und Mike kommen mit den Autos und wir tanken Wasser und Bananen. Wir vereinbaren einen Treffpunkt am Ende der Schlucht, nach dem Pont d`Arc und vor Vallon-Pont-d`Arc. Auf einem geeigneten Platz machen wir eine Pause und essen die von Selim und Mike vorbereiteten leckeren Schinken- und Käse-Baguettes und dazu Oliven und Tomaten und natürlich kühles Bier.

Wir fahren weiter, jetzt auf ebenem Gelände, ab Vallon-Pont-d`Arc die D 579, bei Ruoms die D 111, und ab Les Tessiers die D 246 und D208 nach Maison Neuve, nach einer Querung die D 901 bis Villefort. Ab Chassagnes les Vans geht es wieder mächtig in die Berge. Wir sind in den Cévennes! Unterwegs warten Selim und Mike noch einmal um etwas zu essen und zu trinken. Am Col du Mas de l`Ayre, 846 m, haben wir den höchsten Punkt erreicht. Jetzt geht es bergab bis nach Villefort. Innerhalb des Ortes geht es zu unserem Quartier, Residence de Vacances «Les Sedaries» noch einmal eine mächtige Rampe hoch. Das Quartier ist ziemlich spartanisch, wohl sowas wie eine Jugendherberge, Doppelstockbetten, gemeinschafts Klo und Duschen. Die Betten müssen selbst bezogen werden aber ansonsten ist das Haus ordentlich und sauber. Wir gehen gemeinsam in den auch recht tristen Ort um etwas zu essen und finden eine noch offene Pizzeria. Mit einem Absacker vor unserem Quartier beenden wir den spannenden Tag und gehen zu Bett..

Tagesleistung 104 km, ca. 1.950 Höhenmeter

Montag 24.05.10

Villefort – St. Jean du Gard

Das Frühstück müssen wir selber bereiten. Selim und Mike haben entsprechend eingekauft. Gewisse Dinge sind da, auf einmal haben wir Baguettes für drei Tage. Das Kaffekochen übernimmt die gestandene Hausfrau Rosi und leistet da noch manchen hausfraulichen Dienst. Wir verlassen das Anwesen fast besenrein, aber die Betten ziehen wir nicht ab, und starten unsere Etappe in den neuen Tag. Wir verlassen Villefort in der gleichen Richtung wie wir gekommen sind und haben gleich einen Anstieg von 10 % vor uns. Wir folgen jetzt, gleich am Ortsausgang, der D 906 in Richtung Alès. In einer moderaten Art geht es mal bergauf, mal bergab. In Gènohac machen wir einen Stopp, trinken etwas und beobachten das Treiben in dem Ort und wundern uns über die immer vollen Kaffees um diese Tageszeit. Wir fahren weiter, bei immer schönem Wetter, und vereinbaren mit Selim einen Treffpunkt bei Portes um etwas zu essen und unsere Flaschen wieder zu füllen. Wir verlassen die D 906 und fahren die D 128 nach La Grand-Combe, von dort die D 283 nach La Favède und dann nach einem Anstieg die D 32 hinunter nach La Baume. Von hier fahren wir die D 160 durch bergiges und landschaftlich schönes Gelände bis zum Pont des Abarines, es ist sehr heiß und auf der Straße schmilzt der Asphalt. Hier treffen wir uns alle wieder und fassen noch mal Bananen und zu trinken bei Selim nach. Die letzten 5 km nach St. Jean-du-Gard fahren wir mit halber Kraft, aber es gibt noch einmal einen kräftigen Anstieg. Das Hotel L`Oronge in der Grand`Rue finden wir schnell, ein ordentliches Haus im Zentrum des Ortes. Wir entladen das Gepäck, und da noch kein Mensch vom Hotel zu sehen ist, trinken wir erst mal auf der Terrasse ein Weizen aus Selims Kühlbox. Wir beziehen die ordentlichen Mehrbettzimmer und beschließen, zu Abend hier zu essen. Mike und Waldemar machen davor noch einen

Rundgang durch den Ort und stellen fest, es gibt hier viele hübsche und freundliche Französinen. Zum Abendessen ist die ganze Terrasse voll, aber wir haben zuvor schon einen Tisch reserviert. Das Essen ist in allen Varianten sehr gut, der Wein, der Petit Noir und die Atmosphäre runden das Bild ab. Wir sind die Letzten die den Tisch verlassen, ein schöner Abschluss eines schönen Tages. Nach einem kleinen Rundgang kehren wir in einer nahen Bar zu einem Pastis ein und gehen zu Bett.

Tagesleistung 78 km, ca. 1.350 Höhenmeter

Dienstag 25.05.10 St. Jean du Gard – Aigues-Mortes

Das auch gute und reichliche Frühstück nehmen wir in einem rustikalen Raum ein und räumen die Zimmer. Vor dem Hotel werden Marktstände aufgebaut und es wird eng. Gerade können wir noch das Gepäck in einem Van verstauen. Die Fahrräder und der Anhänger haben über die Nacht in einer Garage um die Ecke gestanden und sind davon nicht tangiert. Wir treffen uns auf einem etwas entfernteren Parkplatz, füllen unsere Flaschen, nehmen eine Banane mit und starten unsere heutige Etappe in die Camargue bei wieder schönem Wetter und guter Stimmung. Wir verlassen St. Jean zunächst auf einem Umweg über die D 553, treffen dann aber auf die D 907 nachdem wir den Fluss Gardon de St.Jean überquert haben. In rasantem Tempo folgen wir dem Fluss, vor Anduze gibt es einen Anstieg. Ab Boisset folgen wir der D 35 über Quissac bis Sommières und dann 2,5 km die N 110 bis Boisseron. Es geht jetzt in Richtung Mittelmeer und im wesentlichen bergab. Ab Boisseron fahren wir die D 34 über Lunel, -hier machen wir eine Pause und trinken ein, zwei Bier-, und Marsillargues bis St. Laurent-d'Aigouze. Ab hier fahren wir die D 46 und sind so richtig in der Camargue. Wir fahren verhalten und genießen diese typische Landschaft. Am mächtig in der flachen Landschaft stehenden Tour Carbonnière, erbaut 1346, halten wir an und machen Aufnahmen. Das war im Mittelalter der einzige Landzugang nach Aigues-Mortes, das in einem Sumpfgebiet lag, direkt am Meer, aber heute total verlandet ist. Zwei km noch nach Aigues-Mortes, was "Totes Wasser" bedeutet und wir stehen staunend vor einer gewaltigen Stadtbefestigung aus dem Mittelalter, die heute noch total erhalten ist. Unser "Hotel des Remparts" liegt innerhalb der Stadtmauer, direkt am Tour de Constance und ist schnell gefunden. Das Haus ist an sich geschlossen und nur für uns geöffnet. Wir holen unser Gepäck aus den vor der Stadtmauer geparkten Autos und beziehen die recht großzügigen Zimmer, sitzen dann auf der Terrasse, trinken unsere eigenen Getränke und machen einen Rundgang durch die Stadt. Es ist erstaunlich, aber der Zugang zu der Stadt besteht nach wie vor nur durch die 10 noch bestehenden Stadttore aus dem Mittelalter. Wir beschließen zu Abend Pizza zu essen. Selim und Waldemar fahren mit den Rädern in die Vorstadt und suchen einen geeigneten Lieferanten. Cordula und Torsten gehen in die Stadt zum Essen. Nach einem nochmaligen Stadtrundgang zu nächtllicher Stunde und einem abschließenden Bier gehen wir zu Bett.

Tagesleistung 86 km, ca. 450 Höhenmeter

Mittwoch 26.05.10 Aigues-Mortes – Arles – St. Tropez, Ramatuelle

Das Frühstück bekommen wir in dem Hotel und es ist gut. Eigentlich ist unsere Radtour hier zu Ende. Unser nächstes fest vereinbartes Quartier ist bei Peter in Ramatuelle bei St. Tropez. Das sind von hier mindestens 250 km und die können wir an einem Tag mit den Rädern nicht fahren. Einige würden aber gerne zumindest bis Marseille fahren. Aber auch das ist zu weit, wir können bei Peter nicht in der Nacht ankommen. So beschließen wir, wir fahren mit den Rädern durch die Camargue bis nach Arles und dort verladen wir die Räder am Ortsausgang auf dem Anhänger und fahren mit den Autos weiter. Nach dem Frühstück räumen wir die Zimmer, verladen das Gepäck und starten die letzte Etappe unserer Radtour. Wir verlassen Aigues-Mortes zunächst in gleicher Richtung wie wir gekommen sind, fahren dann aber auf die D 58 und queren gleich den Kanal zum Mittelmeer. Bei Montcalm verlassen wir die D 58 und fahren die D 179 in verhaltenem Tempo mitten durch die Camargue. Eigentlich ist die Landschaft monoton aber doch eigenwillig. Wir sehen die typischen Pferde und Rinder der Camargue aber auch Reisfelder, aber keinen Menschen. Bei La Fosse erreichen wir die "Petit Rhone" und fahren diese entlang bis St.-

Gilles, wir fahren in die Stadt hinein und machen eine Rast bei einem Bier. Die letzten 18 km nach Arles fahren wir die D 572n und die N 572 zunächst über die Kleine- und dann über die Große Rhone. Die Stadt hat eine große römische Vergangenheit und ist nicht zuletzt jedem durch Vincent van Gogh bekannt, der hier seine weltberühmten Bilder gemahlt hat. Zunächst treffen wir uns am Place de la Republique mit dem Hotel de Ville und Obelisk und fahren dann hinauf zur Arena (römisches Amphitheater) und zum antiken röm. Theater. Hier genießen wir diese Atmosphäre in einem Kaffee bei einem Bier, die Arena vor uns! Wir haben mit Selim einen Treffpunkt am Ostrand von Arles vereinbart, am "Pont-de-Crau". Wir schwingen uns auf die Räder, suchen die Avenue Victor Hugo und fahren dort hin. Wir verpacken die Räder in den Kartons und verstauen diese auf dem Anhänger. Selim hat etwas zu Essen vorbereitet, Baguette, Schinken, Käse, Tomaten, Oliven und kühles Bier. Wir fahren gegen 14.30 Uhr los, jetzt mit den Autos, zunächst die N 113 bis St.-Martin-de-Crau, dann die A 54 bis Salon-de-Provence, die A 7, und A 8 über Aix-en-Provence, St-Maximin-la-Ste-Baume und Brignoles bis Le-Cannet-des-Maures. Wir verfahren uns und fahren auf die A 57 in Richtung Toulon, wir müssen umkehren und fahren dann die D 558 über La Grande-Freinet bis Grimaud. Diese Strecke durch das "Massif des Maures" sind wir 2009 schon mit den Fahrrädern gefahren und wir erkennen jeden Stein am Wegesrand. Weiter geht es die D 14, D 61 und D 98A bis St-Tropez und dann die D 93 zu unserem Quartier Plage de Pampelonne, "Camping Toison d Or", wo der Ulmer, Peter Schmeisl, Caravans stehen hat. Ankunft 18.30 Uhr. Das zweite Auto mit Fahrer Mike ist noch nicht da, obschon sie vor uns waren, sie haben sich auch verfahren, trotz Navi! Wir beziehen die Caravans und gehen am nahen FKK-Strand zum Schwimmen ins Mittelmeer. Peter und seine Frau Petra haben uns ein herrliches Abendessen bereitet, es wäre ein Fauxpas gewesen, nicht rechtzeitig hier zu sein. Im Mittelpunkt des Essens steht wieder Lachs, wie im vorigen Jahr. Ein einmaliger Genuss. Den schönen Tag beschließen wir vor "unserem" Caravan.

Tagesleistung 58 km, ca. 50 Höhenmeter

Donnerstag 27.05.10 Plage de Pampelonne, Camping Toison d Or

Nach dem guten Frühstück bei Peter gehen wir ins Mittelmeer zum Schwimmen und relaxen am schönen Sandstrand. Wie vorher vereinbart fahren Cordula, Fritz, Peter, Rolf, Rosi und Torsten unmittelbar nach dem Frühstück mit dem 9sitzer VW zurück nach Ulm. Die Anderen nutzen die günstige Gelegenheit und bleiben noch drei Tage hier. Während Alex, Herwig und Uli auch nachmittags am Strand bleiben, packen wir die Fahrräder aus. Die Autofahrer Mike und Selim nehmen die Räder von Peter und Torsten, wie vorher vereinbart, und wir fahren mit den Rädern nach St. Tropez zum Sightseeing. Nach der Rückkehr gehen wir nochmals zum Schwimmen zum Meer. Abends fahren wir nach St. Tropez zum Essen im Tennisclub, wo wir auch letztes Jahr schon gut und preiswert gegessen haben. Selim und Waldemar fahren mit den Rädern, die anderen mit dem Auto. Herwig hat sich einen mächtigen Sonnenbrand geholt und ihm wird beim Essen schier schlecht. Der Wirt, den wir von vorigem Jahr schon kennen und der sehr gut deutsch spricht kommt zu unserem Tisch und spendiert uns einen Schnaps, einen Williams. Er verabschiedet sich mit den Worten: So Gott will sehen wir uns wieder. Wir beenden den Tag vor "unserem" Caravan bei Bier und Wein.

Tagesleistung 25 km, ca. 100 Höhenmeter

Freitag 28.05.10 Plage de Pampelonne, Camping Toison d Or

Nach dem Schwimmen im Meer frühstücken wir wieder bei Peter gut und reichlich. Es ist bedeckt und sieht nach Regen aus. Wir beschließen eine Radtour zu machen. Außer Herwig fahren alle mit. Wir fahren zum Cap Camarat mit dem weithin sichtbaren Leuchtturm. In Les Tournels überrascht uns ein Regenschauer, aber wir können uns unterstellen. Mike kauft sich in einem Supermarkt gleich eine Regenjacke. In dem sehr hoch liegenden Ramatuelle essen und trinken wir etwas. Das Wetter sieht sehr bedrohlich aus und Mike und Selim bekommen kalte Füße und fahren zurück, kommen dafür aber voll in einen Regenschauer. Alex, Uli und Waldemar fahren weiter, die D 61 und D 98A über St. Tropez und bleiben dafür trocken! Das Wetter hat sich beruhigt und wir gehen ins Meer zum Schwimmen. Im Gegensatz zum letzten Jahr gibt es in diesem Jahr im Meer keine Quallen. Heute macht uns Peter ein

Abendessen. Es gibt Satee-Spieße mit diversen Beilagen und Wein. Sehr lecker. Wir gehen zu Bett.

Tagesleistung 35 km, ca. 400 Höhenmeter

Samstag 29.05.10

Plage de Pampelonne, Camping Toison d Or

Vor dem Frühstück gehen Selim und Waldemar zum Schwimmen ins Meer. Nach dem Frühstück, das uns wieder Peter und Petra bereiten, spielen wir ein Tischtennis-Match, Waldemar schlägt alle Gegner. Das Wetter klart auf und wir gehen zum Schwimmen und Sonnen zum Meer. Herwig verkrümelt sich in den Schatten. Selim und Waldemar fahren am Nachmittag mit den Fahrrädern nach Port-Grimaud, das als das Venedig Frankreichs gilt. Nach der Rückkehr gehen wir noch einmal zum Schwimmen ans Meer. Bereits am Freitag haben wir bei der Radtour in Les Tournels in einer Braterei Hähnchen bestellt. Selim und Mike holen sie mit dem Auto ab. Alex, Herwig und Uli haben Salate bereitet und Baguettes besorgt. Wir essen zu Abend vor deren Caravan. Zu trinken ist auch reichlich vorhanden.

Tagesleistung 25 km, ca. 50 Höhenmeter

Sonntag 30.05.10

St. Tropez, Ramatuelle – Ulm

Alex, Selim und Waldemar gehen noch einmal zum Schwimmen ins Mittelmeer und frühstücken dann zum letzten Mal bei Peter und Petra. Nach dem Frühstück räumen wir die Caravans, packen und verladen das Gepäck, die Räder wurden schon am Vorabend verpackt und verladen, bedanken und verabschieden uns von Peter und Petra und starten die Rückfahrt um 9.30 Uhr über Cannes, Nizza, Monaco, San Remo, Alassio, Savona, Genua, Mailand, Como, Lugano, Bellinzona, San Bernardino, Chur, Bregenz, Lindau, Memmingen nach Ulm. Es wurde fast ausschließlich Autobahn gefahren. Ankunft 21.30 Uhr.

Eine schöne und anspruchsvolle Radtour ist zu Ende.

Gefahrene Strecke mit dem Rad von St Marcel d`Ardeche bis Arles: 326 km

Auf gleicher Strecke gefahrene Höhenmeter: ca. 3.800 Meter

Mit einem Van gefahrene Gesamtstrecke: 2.328 km