

Dagboek Ruta del Sol

Vierde rit Ruta del Sol / Tegenslag - Teleurstelling

Hallo,

Vandaag een dik teleurstellende dag met de tijdrif hier. Nog maar goed 2km gereden en de tijdrif was eigenlijk al verloren; met in een put te rijden aan hoge snelheid knikte het zadel met de punt naar beneden. De goeie positie nog vinden nadien was niet meer mogelijk, neem daarbij ook nog de mentale tik die onbewust zal meegespeeld hebben en dan weet je dat er geen toptijd meer was weggelegd voor me. Heel spijtig voorval dus maar goed, nog beter hier dan wanneer ik bijvoorbeeld in de Vuelta of zo een klassement te verdedigen had.

Morgen nog een lastige bergrit, wie weet kunnen we daarin nog wat energie putten uit de frustratie van vandaag.

Groetjes, Bart

Derde rit Ruta del Sol / Bart mee in kopgroep

Hallo,

Vandaag een rit met al iets meer klimwerk dan de eerste 2 dagen. Wat lichte keelpijn heb ik nog steeds maar gevoel in de benen wordt dag per dag toch beter. Vandaag werd op slotklim een hoog tempo opgelegd en stond de deur achteraan goed open maar zelf kon ik vrij goed standhouden. Helaas leenden de laatste kilometers zich niet echt meer tot een ontsnappingspoging dus werd het een sprint met een kleine groep waarin "de Lotto's" nog sterk vertegenwoordigd waren en Tim nog mooi 4e werd.

Groetjes

Bart PS / Bart werd 22e in rituitslag.

In klassement staat Bart (27e) nog steeds met dezelfde tijd als leider Ben Swift.

Eerste rit Ruta del Sol / Gezondheidsprobleempje

Hallo,

Eerste ritje hier vandaag dat, zoals te verwachten was, eindigde in een massaspurt. Zelf stond ik deze morgen op met wat keelpijn en ook nu, na de rit, ben ik wat aan het gloeien in het gezicht. Ik kwam wel nooit in de problemen vandaag maar voelde me dus toch niet 100% op de fiets ook. Ik vrees dat er iets kleins zit te broeien, nu maar hopen dat het niet doorbreekt zodat we in de lastige ritten toch nog iets kunnen laten zien.

Groetjes,

Bart