



WWW.VELOCLIMBING.COM

\*\*\*\*\*

### 3 Måneder i alperne med en autocamper og 1 racercykel

Sorg, depression og store cykel øjeblikke. 3 måneder der ændrede mit liv positivt uden jeg var bevidst om det.



af Morten Nebelong den 4. september

Min tur starter tilbage i 2016 hvor min samlever gennem 33 år pludselig dør af en udposning på hovedpulsåren (Aorta-aneurisme) som brister. Jeg selv og mine børn var som lammet af sorg, heldigvis fik mine børn hjælp til at bearbejde sorgen, mens jeg troede, at jeg kunne arbejde det væk, samtidigt med at jeg også blev bevidst om min egen dødelighed og derfor søgte nogle mål, jeg bare måtte opleve inden jeg også skulle herfra. Da jeg altid har været glad for bjerge satte jeg mig for, at jeg ville cykle op af en masse bjerge rundt om i Europa og besøge nogle af de mest interessante cykel områder.

Tiden jeg brugte med at planlægge denne rejse, hjalp mig med at glemme min sorg, men den forsvandt ikke, således var jeg ulykkelig og deprimeret når jeg skulle i seng. Jeg havde svært ved at sove og når jeg endelig faldt i søvn kom mareridtene. Da Covid-19 så ramte, blev det for meget for mig, jeg ville afsted, det var det eneste der kunne kurere mig, troede jeg.

Så i 2022 d. 20/6 kom jeg endelig afsted jeg startede i det romantiske Harzen nærmere bestemt Braunlage et godt udgangspunkt for at cykle nogle af de største stigninger i Harzen. Her er det både muligt at cykle på mountain, gravel og racercykel.



Harzen er en godt sted, hvis man ikke har prøvet at køre i bjerge før eller hvis man ikke kun vil køre op ad eller som jeg lige skulle varme lidt op inden de store bjerge. Det højeste bjerg Brocken eller som de fleste danskere siger bloksbjerg, klares på ca 15 km med en

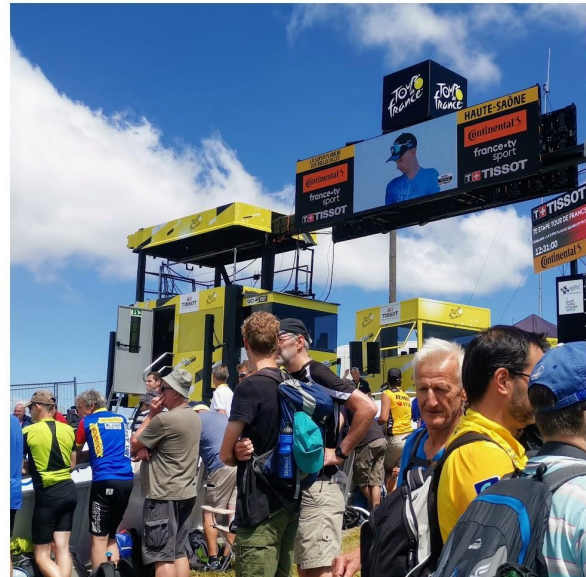
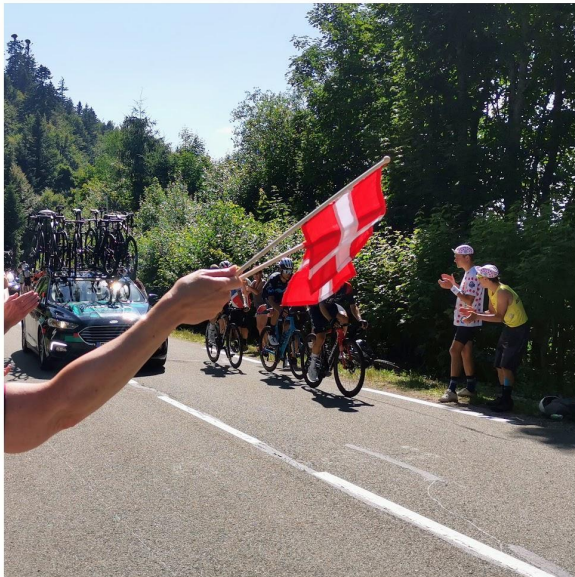


gennemsnitlig stigning på 4,5%. de sidste 7 km er uden motoriseret trafik, men der kan godt være mange vandrere. En stigning som varmt kan anbefales.

Efter en lille uge i Harzen, gik turen videre til Schwarzwald, hvor tre af de højeste bjerge Hornisgrinde, Kandel og Schauinsland skulle forceres. Hornisgrinde er det bjerg som jeg vil anbefale man kører op til hvis man er på disse kanter, her køres de sidste par kilometer også uden motoriseret trafik og restauranten på toppen har en fantastisk udsigt og serverer den bedste gullasch.



På den anden side af motorvejen ligger byen Le Thillot i regionen Grand Est, det som før hed Alsace. Her skulle jeg se 7 etape af TDF, hvor Vingegaard for første gang skulle vise sin styrke på Super Planche des Belles Filles, jeg kunne desværre ikke selv køre det sidste stykke, som er en grusvej, da den var afspærret. Jeg måtte derfor trække cyklen op til målstregen på toppen, som kaldes Super Planche des Belles Filles.

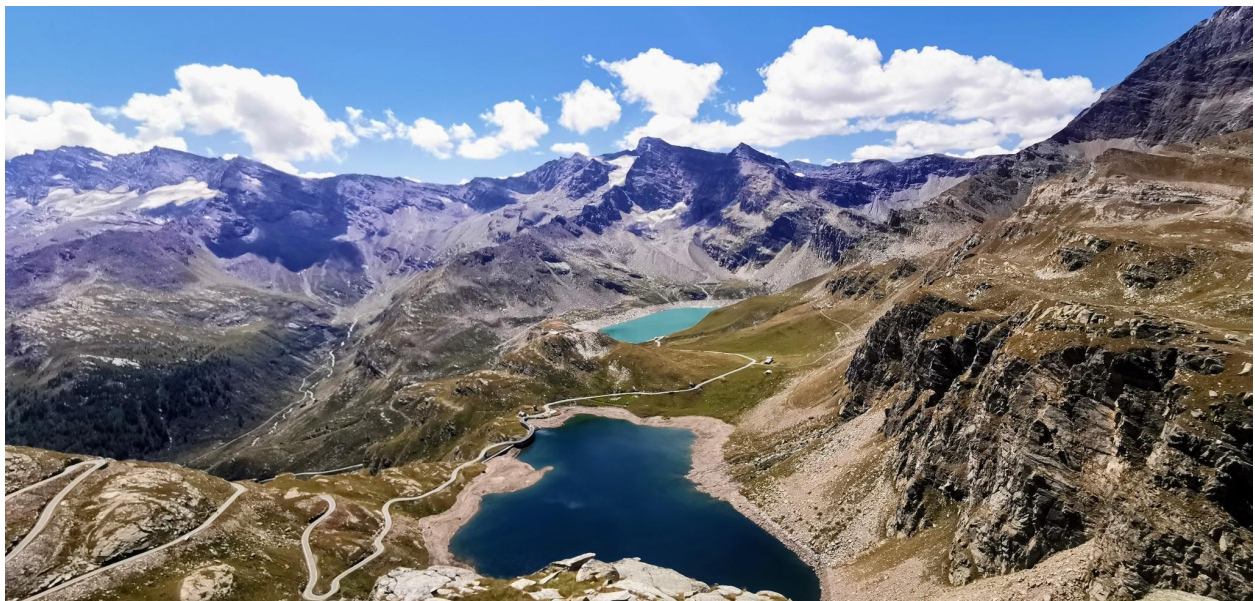


Stemningen var god men som nogen nok husker blev det desværre kun til en andenplads. Hvis man selv vil prøve kræfter med nogle af ballonerne som flere af bjergene i Vogeserne hedder, Grand Ballon, Ballon d'Alsace og Petit Ballon som var med i kvindernes TDF, så er byen Le Thillot et udmærket udgangspunkt og den billige kommunale campingplads Camping Municipal LE CLOS DE CHAUME, ligger smukt ved en lille fiskedam.





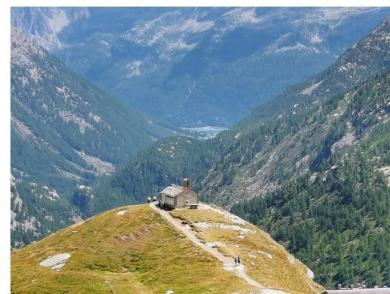
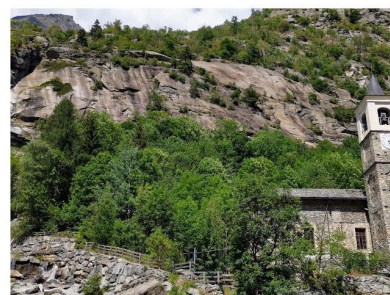
Det er meget svært at korte 3 intense måneder ned til blot et par sider, men de fleste der interessere sig for cykling vil nok huske 2022 som året hvor Jonas Vingegaard vandt TDF, efter blandt andet et fantastisk udbrud på Col de Granon, et bjerg jeg selv besøgte, en meget hård stigning men også ganske smuk. Jeg selv vil huske 2022, for min tur som på mange måder var helt fantastisk, men som desværre ikke fjernede min sorg/depression men heldigvis fik mig til at indse, at jeg skulle søge professionel hjælp, en hjælp jeg nu har fået og som jeg er taknemmelig for.



På min tur kørte jeg over ca. 100 forskellige stigninger og mine samlede højdemetre lå på ca. 120.000 på 4.800 km. fordelt på 80 ture. Den bedste tur af dem alle var en tur op til Colle del Nivolet et bjerg i den Italienske national park Parco Nazionale Gran Paradiso og hvis der er et paradys, så må det godt se sådan her ud, hvis i spørger mig. Jeg kørte



stigningen fra Locana, en ca. 40 km. lang stigning med ca. 2000 hm. og der er ikke en kedelig km. på stigningen.



Her er et lille udvalg af billeder fra turen til Colle del Nivolet, se mange flere billeder og læs om mine 22 stop på turen på min hjemmeside [www.veloclimbing.com](http://www.veloclimbing.com), hvor du også kan downloade alle ruterne samt se en præsentation af turen, dog uden noter.

LÆS MERE PÅ  
[WWW.VELOCLIMBING.COM](http://WWW.VELOCLIMBING.COM)

