

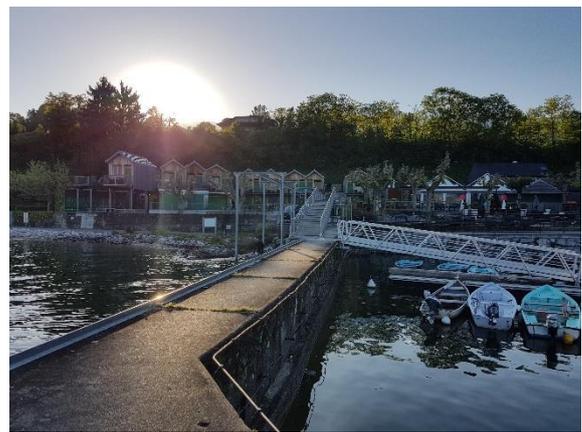
Trainingslager Aix les bains 2016

Freitag, 13. Mai bis
Montag, 16. Mai 2016



Freitag

Nachdem wir bereits am Mittwoch eine ausgedehnte und etwas abenteuerliche "Legendenausfahrt" zum Unfallort von Heinz Binggeli absolviert hatten, trafen wir uns wie gewohnt am Freitag vor Pfingsten bei Hugi Weine AG in Selzach. Diesmal um 07.00 Uhr. Die beiden Fahrzeuge waren schnell beladen und wir fuhren via Biel-Neuenburg-Genf nach Aix les Bains. Nach gut drei Stunden problemloser Fahrt trafen wir im "La Maison des Pêcheurs" in Viviers du Lac ein.



Das Wetter war wirklich schlecht. Kalt und regnerisch. So hatten die charmanten Damen vor Ort leichtes Spiel und wir widmeten uns noch vor dem Zimmerbezug den einheimischen Weissweinen. Danach wollte niemand mehr biken. Zum Mittagessen fuhren wir ans nördliche Ende des Sees an den Port de Châtillon wo wir im Restaurant Ö Lac! die ersten Fische (ganze Lavaret) und einige Burger verdrückten. Dazu (wenig) Wasser und (mehr) Weiss- und Rotwein. Nach dem Dessert (Crème brûlée mit Erdbeerpudding!) und dem Kaffee fuhren wir weiter. Und zwar auf der anderen Seeseite zu einem wundervollen Aussichtsort oberhalb der „Abbaye d’Hautecombe“ mit Blick auf Aix und den See. Wir genossen die herrliche Aussicht; das Restaurant war geschlossen und es war immer noch bitterkalt und nass. Nach kurzer Zeit ging es zurück ins Hotel.



Inzwischen war es Abend und nach einem kurzen Zimmerraufenthalt bezogen wir unseren reservierten Tisch im Hotelrestaurant. Wir genossen das Menu (Foie Gras und Kalbfleisch), diskutierten viel und genehmigten uns die eine oder andere gute Flasche aus dem Keller des Hoteliers. Leider war Jürg nur kurz bei uns weil er eine Magenverstimmung hatte. Wir hofften sehr, dass er am nächsten Tag wieder fit sein würde was ja dann zum Glück auch der Fall war. Einen Schlummertrunk gab es keinen (heureusement!) denn die Hotelcrew war zu müde und die Zeit schon weit fortgeschritten. So gingen wir zu Bett.



Samstag

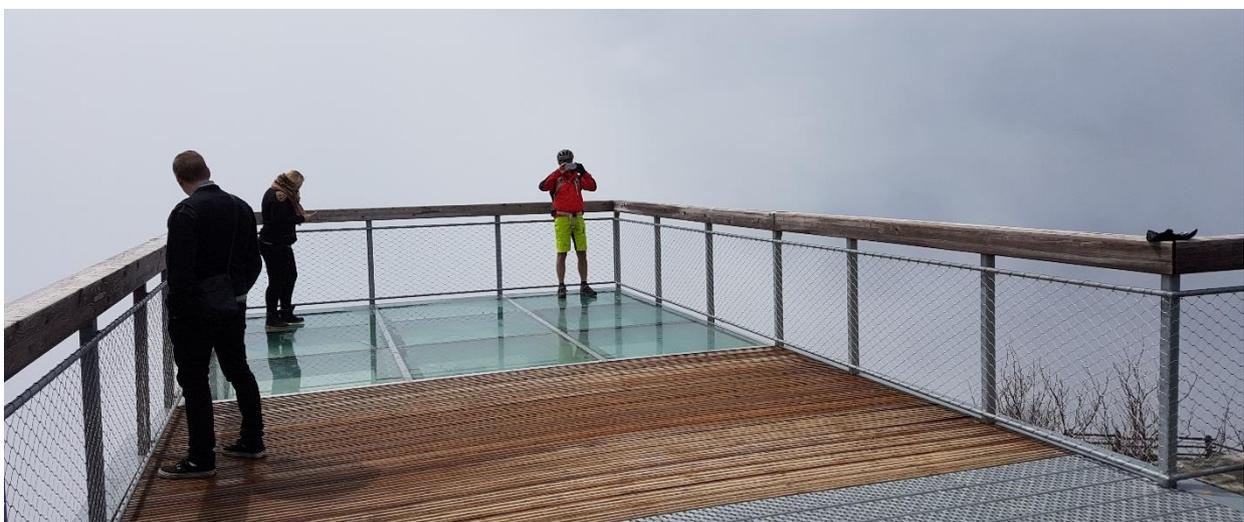
Um 8.30 Uhr trafen wir uns zum Frühstück. Heinz hatte ein extra reichhaltiges Frühstück bestellt und so gab es zusätzliche Fleisch- und Käseplatten, Joghurt und Müesli. Um 09.30 Uhr fuhren wir los zur ersten Tour. Wir wurden mit Bus und verladenen Bikes via Aix Richtung Mont Revard chauffiert. Nach gut 20km und rund 800 Höhenmetern luden wir unsere Bikes aus. Unsere Tour startete also mitten im Berg. Es regnete (noch) nicht aber wir waren mitten in den Wolken und im Nebel. Der Boden war absolut nass, rutschig und es war sehr dreckig. Der „Weg“ führte uns über Wiesen und Matten, durch kleine und grössere Bäche, bergauf und bergab, kreuz und quer durch den Wald und entlang von Biathlon- und Hundeschlittenrennbahnen. Teilweise hatte es sogar noch Schnee aber vor allem einfach viel Wasser und viel knöcheltiefen, pampigen Dreck. Wir mühten uns ab und bei den teilweise langen Schiebepassagen waren für einmal die Elektrobikes nicht mehr immer im Vorteil. Kurz vor dem Mittag begann es zu regnen und wir retteten uns in ein Bergrestaurant im Centre Nordique in La Féclaz. Dort brannte der Cheminéeofen und es gab reichlich zu Essen. Wir genehmigten uns sogar eine Flasche Gamay.





Nachdem die Füsse und Kleider getrocknet waren kehrten wir zurück in die garstige Wildnis. Zuerst ein Stück auf der Bergstrasse aber danach durch schlimme und von Forstfahrzeugen zerfurchte Dreckwege fuhren wir immer Richtung Mont Revard. Küsu küsste sogar uphill auf einem Schlammfad nach einem Zusammenstoss mit Jürg den Boden. So waren wir froh, auf dem Gipfel zu sein und den Ausblick vom Belvédère du Revard geniessen zu können. Zumindest, wenn dies die Wolken kurzzeitig zuliessen.

Nun lag ein langes Downhill vor uns. Die Freude war etwas getrübt denn der Boden war so nass, dass wir bereits nach wenigen Metern aussahen wie Schlammpringer. Bald hielten wir vor einem etwa 300 Meter langen Tunnel. Der Boden darin war voller loser Steine und Geröll. Dazu war es schwarz wie die Nacht und man sah nicht einmal die eigene Hand vor Augen. Dank den Elektrohobeln (die haben Licht) konnten wir uns wenigstens ein wenig orientieren. Trotzdem holperte man fast blind durch den Tunnel – immer hoffend, dass da nichts grösseres am Boden liegen möge... Nach dem Tunnel ging es weiter. Die "Bergstrasse" war weiterhin rutschig und voller losem Geröll. Und prompt fing sich Marcel einen platten Hinterreifen ein. Dank des technischen Geschicks von Heinz war der Schaden aber rasch behoben und wir bretterten weiter runter nach Aix. Erwähnenswert ist noch, dass Jürg mit seinem neuen Bike extrem schnell unterwegs war. Bergauf ist das logisch aber auch beim Downhill bewältigte er diese anspruchsvollen und furchteinflößenden Strecken schnell und problemlos. Da sieht man, dass sich die Anschaffung von gutem Material halt einfach lohnt! In Aix suchten wir nach einer Waschanlage wo wir nicht nur die Bikes sondern auch die Rucksäcke und die Kleider abspritzten.







Danach fuhren wir zurück ins Hotel. Nach einem teilweise ausgiebigen Bikeservice begaben wir uns auf die Terrasse um uns eine wohlverdiente Fleischplatte zu gönnen. Heinz führte dabei eine neue, attraktive Schuhmode ein was prompt zahlreiche neckische Bemerkungen des Personals provozierte. Das Wetter hatte sich inzwischen deutlich gebessert und wenn der kalte Wind (Mistral?) nicht gewesen wäre, hätte es sich wie Sommer angefühlt. Ein paar Flaschen später machten wir Bekanntschaft mit dem Hotelier. Völlig besoffen erzählte er uns immer wieder dieselben drei Geschichten und skandierte laut "VIVE LA CORSE!". Nach etwa einer Stunde und zwei weiteren Flaschen Rotwein gaben wir auf und verzogen uns aufs Zimmer. Das Abendessen genossen wir im Restaurant „Les Rives du Lac“, das wir locker zu Fuss erreichten. Nach einem Schlummertrunk an der Hotelbar gingen wir müde aber zufrieden zu Bett.



Sonntag

Frühstück war wieder um 08.30 Uhr. Abfahrt um 09.30 Uhr. Diesmal gab es kein Taxi. Wir starteten vom Hotel, dem See entlang und danach via Aix les Bains Richtung La Biolle. Dort gab es keine offene Beiz und damit auch keinen (versprochenen) Kaffeehalt und so musste Marcel ein leckeres Tübli Kraftnahrung zu sich nehmen. Danach ging es weiter hoch nach La Chambotte und von dort rauf zum Restaurant und Aussichtspunkt Le Belvédère wo wir das Mittagessen genossen. Die Aussicht auf die Schneeberge, auf Aix le Bains und den See ist grandios. Wobei ich hier noch eine Klammer aufmachen muss.



Um zum Aussichtspunkt mit Restaurant zu kommen hat uns Küsu einen harten Aufstieg von 200 Meter Länge angekündigt, was uns aber nicht weiter Sorgen bereitete. Was wir antrafen war ein trockener Aufstieg von 700 Metern Länge mit grossem Erinnerungspotential. Soviel zu 200 Metern. Küsu musste sich einiges anhören und er hat geschworen, dass er nie mehr Distanzangaben machen werde. Was wir zwar nicht glauben und auch nicht hoffen - schliesslich habe ich sonst plötzlich nichts mehr zu schreiben.

Nach dem Mittag erwartete uns Abenteuer pur. Wir fuhren direkt vom Restaurant hinter der Krete zurück Richtung Aix. Alles auf Waldwegen. Teilweise noch etwas nass aber toll fahrbar. Es gab harte, verblockte Auf- und Abstiege, Schiebepassagen, lange Trails und am Schluss eine lange Abfahrt im Wald auf anspruchsvollen Schotterpisten. Das Wetter war inzwischen richtig frühlingshaft und so fuhren wir nach Aix le Bains wo am Hafen und an der Seepromenade die Hölle los war. Wir suchten uns einen schönen Tisch und genehmigten uns ein grosses Bier. Danach ging es dem See entlang zurück ins Hotel





Das Nachtessen nahmen wir in der Pizzeria "Le For You" ein. Leider hatten wir viel zu viele Vorspeisen bestellt. Die Pizzas und Pasta wurden aber auch noch verdrückt und am Schluss gab es ein paar Runden „Pastis“ zur Verdauung - wie bei den echten Franzosen. Danach gingen wir schlafen.

Montag

Diesmal mussten wir früh raus. Die Abfahrt war bereits um 08.00 Uhr angesagt. Die verpasste Freitagstour wollten wir nun doch auch noch absolvieren. Bei extrem kalten 6 Grad starteten wir unsere Reise rund um den Lac du Bourget. Heinz legte von Anfang an ein ambitioniertes Tempo vor und so waren wir bereits nach 1 Stunde am unteren Ende des Sees bzw. am Port de Châtillon angelangt. Trotz einigen Höhenmetern bei der Umfahrung von Aix hatten wir bereits 21 km absolviert. Nach einer kurzen Rast (Riegeli statt Kaffee da die Beiz noch geschlossen war) ging es bergauf Richtung "Col du chat". Heinz führte uns durch eine tolle Waldpassage und danach via Bergstrasse zum Aussichtspunkt, den wir bereits am Freitag besucht hatten. Danach ging es weiter in rasanter Fahrt bis auf den höchsten Punkt bei der „Chapelle-du-Mont-du-Chat“ und danach runter zum See und wieder zurück zum Hotel. Heinz beeindruckte uns mit seiner Leistung fuhr er doch die GANZE Tour mit dem 22kg schweren Elektrohobel aber ohne den Motor zu benutzen. Auch sein Bike meldete einen neuen Rekord: „schnellste 40 km“. Das war ein richtig starker Auftritt!



Geduscht, gepackt und verladen haben wir in Rekordzeit. Danach haben wir noch etwas gegessen und uns von der zuvorkommend freundlichen Hotelcrew verabschiedet. Als Abschiedsgeschenk gab es für jeden eine Flasche einheimischen Wein. Die gastfreundlichen Franzosen haben uns beeindruckt - auch mit den ausgezeichneten Kochkünsten und dem guten Savoyer Wein. Diesen Ort und diese Region kann man mit ruhigem Gewissen weiter empfehlen. Unsere Heimreise verlief ohne Probleme und ohne Stau.

Herzlichen Dank dem Tour-Organisator Heinz Hugi. Keine Ahnung wie Du es schaffst, Jahr für Jahr so tolle Orte und Touren zu organisieren. Auch dieses Trainingslager war einfach HAMMER! Ebenfalls Danke an Markus für die Mithilfe beim Rekognoszieren sowie John und Heinz für die sichere Fahrt nach Frankreich und zurück.

Unsere Bikeleistung (reine Fahrzeiten):

Freitag	0 Std.	0 km	0 Hm
Samstag	2:45 Std.	41.4 km	638 Hm
Sonntag	3:24 Std.	45.6 km	970 Hm
Montag	2:39 Std.	50.7 km	756 Hm

GM-16.5.16