

Fit & Sport

Programma, informatie en planning (onder voorbehoud)

Meet & Greet

Tijdens de Meet & Greet krijgt u informatie van ervaren personen die de weg naar de top al hebben bereiden. Ook komen de Fiets- en klimtechnieken aan bod, via presentaties of via de email. Tijdens de Meet & Greet kunt u ook met de andere deelnemers kennismaken. De Meet & Greet's worden in november 2009 en januari 2010 gehouden

Tourtrainingstochten

Er worden voorafgaande de uiteindelijke klim minimaal 3 tourtochten in Nederland georganiseerd, waarvan , waarvan één in Limburg en één in de Ardennen. Dit zijn 1-dagstochten. Daarnaast, bij voldoende belangstelling, zullen er zondag 's ochtends meerdere buitenritten worden gereden in Oosterhout en omgeving.

Alpe D'Huez

Woensdag 12 mei 2010 's avonds vertrek vanaf de Rulstraat Oosterhout

Donderdag 13 mei 2010

Aankomst in de omgeving van de Alpe D'Huez of Mont Ventoux of Mont Ventoux. Uitpakken en eventueel lunchen. Fietsen uitpakken/huren en technisch in orde maken. Eerste klimtrainingclinic in de omgeving Oz en Oisans.

Vrijdag 14 mei 2010

2^e klimtraining in de omgeving

Minder ervaren klimgeiten: Beklimming Oz en Oisans/Col D' Ornon

Ervaren Klimgeiten: Col La Croix de Fer/Glandon

Zaterdag 15 mei 2010

D-Day de Beklimming van de Alpe D'Huez en 's avonds BBQ-party

Zondag 16 mei 2010

's ochtends vertrek naar Nederland.

Mont Ventouxz

Dinsdag 15 juni's avonds vertrek vanaf de Rulstraat Oosterhout

Woensdag 16 juni 2010

Aankomst in de omgeving van de Mont Ventoux. Uitpakken en eventueel lunchen. Fietsen uitpakken/huren en technisch in orde maken. Eerste klimtrainingclinic in de omgeving Bédoin:

Georges de la Nesque

Donderdag 17 juni mei 2010

Vanuit Malaucene naar Chalet Reynard – retour Bédoin

Voor de klimgeiten het parcours Cinglé du Mont Ventoux

Vrijdag 18 juni 2010

Rustdag of klimtraining in de omgeving

Georges de la Nesque naar Sault naar Chalet Reynard - retour Bédoin

Zaterdag 19 juni 2010

D-Day de Beklimming van de Mont Ventoux vanuit Bédoin en 's avonds BBQ-party

Zondag 20 juni 2010

's ochtends vertrek naar Nederland

Fit & Sport

Vervoer

De reis gaat per luxe touringcar met aanhangwagen voor de fietsen.

Verblijf

We overnachten 3x, in de omgeving van de Alpe D'Huez of Mont Ventoux , in luxe Chalets/Mobil Homes.Het verblijf is op basis van **volpension**. Het drinken valt hier niet onder.

Kosten

Totale kosten € 399,- inclusief

- Busreis retourtje Rulstraat 49, Oosterhout Nb – Alpe D'Huez of Mont Ventoux of Mont Ventoux
- **Verblijf op basis van vol pension**
- Nuttige tips en fietsinformatie
- Tourtrainingstochten in Limburg en Ardennen
- KlimClinics in de omgeving van de Alpe D'Huez of Mont Ventoux
- Certificaat Alpe D'Huez of Mont Ventoux
- Een bijzondere, zeer fraai en uniek fietsshirt
- (Sportieve) bijdrage aan goed doel: een deel van de opbrengst wordt aan het goede doel geschonken.

€ 50 (inschrijf en administratiekosten) wordt direct geïncasseerd/contact afgerekend.

Het resterende bedrag van € 349 wordt in 2 maal € 174,50 geïncasseerd: eind november 2009 en eind februari 2010. Uiteraard mag het bedrag ook in 1 maal worden voldaan.

Inschrijven?:

Wil je ook participeren in De Uitdagingen 2010. Geef dan jezelf op en vul het inschrijfformulier in.

De inschrijving sluit 15 november 2010

www.fitensport.nl

Het Goede Doel 2010: KiKa Kinderen Kankervrij

WWW.KIKA.NL

Vol is Vol!

1,2,3,4 naar de Top en Geef niet Op!