

Mallorcatur 2008 med BTC

Lørdag

I dag blev det så tid til at vi skulle på klubbens Mallorcatur, vi skal igen i år ned til Canyamel, på den nordøstlige ende af øen, vi skal bo på sammen hotel, hos Carmen.

Vi mødtes kl. 9.30 i terminal 3 i Kastrup lufthavn, vi skulle med et fly kl. 11.20, indcheckning gik uden problemer og vi flyet gik til tiden.

Vi landede i Palma de Mallorca til tiden, da vi kom ud af flyet var det varmt med høj solskin, dejligt, der gik dog lang tid inden at bagagen kom... men vi er jo også i Spanien... :o) men det gjorde ikke det store da vi alligevel skulle vente på at Klaus skulle ankomme, han kom med fly via Madrid, han var lidt forsinket, vi fik fundet bussen der skulle køre os til hotellet, vi var fremme ca. kl. 16.45, der var nogle (Steen, Charlotte, Henrik, Frank, Klaus, Søren og mig selv) der ville løbe en tur inden at vi fik leveret cyklerne kl. 18

Selskabet som vi havde bestilt cyklerne med var der til tiden, men det er også et tysk selskab... vi gik i gang med at indstille cyklerne, da opdagede jeg at 2 af mine eger var ødelagt.... øv øv, men jeg tror at det alligevel går da jeg har Mavic's nye R-SYS hjul som har carboneger, de har fået et tryk så de er revnet på langs, så de har fået noget gaffatape så de bliver holdt sammen, håber at det går, men det finder jeg ud af i morgen.

De fleste tog ud og spise i en af de lokale restauranter, god mad til en billig penge.

Da vi kom tilbage til hotellet fik vi drøftet morgendagens træning og starttidspunkt.

Vejret er forhåbentligt med os...

Søndag

I dag startede vi med morgenmad kl. 8, men inden da havde Søren "too-late" været nede og morgensvømme som eneste mand, vi cyklede kl. 9.30 ud på dagens tur som var en 83 og 68 km rute, vi flugtes alle ad de første 20 km, hvorefter at vi skiltes ad i 2 grupper, for at køre hver vores rute, Søren, Henrik, Irina, Steen og Jeg kørte den lange rute vi kom dog galt ind i Manacor så vi kørte en anden vej, men vi fandt tilbage til den planlagte rute, vi gjorde dog en afstikker til havneområdet i Porto Cristo, det er et meget flot område og i det gode vejr med solskin og 20 °C i skyggen er det en fed... tur. der er et flot landskab her på Mallorca. Efter

havnebesøget kørte vi lidt hurtigere og Irina havde problemer med at følge med, så Henrik blev ved lægen, hmm han er jo også Sygeplejerske....., men til sidst skiltes vi ad og Søren kørte alene mod Capdepera, Steen og jeg kørte til Arta og lidt videre, da vi gerne ville op på 100km, hvilket vi også kom.

Vi fik også 850 højdemeter på kontoen, så det var lækkert...:o)

Efter cykelturen løb mange en tur.



Vi mødtes også en del (Klaus, Irina, Søren, Henrik, Louise, Steen og mig) kl. 16 for at tage en tur i bølgen blå, første gang i år med våddragten på, det var dejligt og temperaturen i vandet var også god, det blev til en ca. 25min i vandet. Louise havde sin debut i åbent vand, hmm hun bryder sig ikke om smagen af saltvand...., så det kom ud igen men der kom noget andet med også.... Aftensmaden blev angrebet kl. 19, det var dejligt med noget at spise efter dagens motion. Der var ikke meget krudt i Os da de fleste hurtigt forsvandt fra det lokale som vi fik, klokken var ikke meget over kl. 21.30, så der blev sovet igennem... :o)

Mandag

I dag startede vi med morgenmad kl. 8, men i dag var der 100 % forøgelse af deltagere til morgensvømningen ved Søren "too-late" og Steen, vi cyklede kl. 9.30 ud på dagens tur som var en 110 og 94 km rute, vi flugtes alle ad de første 12 km, hvorefter at vi skiltes ad i 2 grupper. Den lange gruppes tur gik til Cala d'Or via Arta og Manacor, dette er en ny rute som vi prøver i år, det var som de andre ruter en flot tur, deltagerne på den lange var som i går dog med en mere da Louise også kørte med i dag, de to piger kører meget godt med. :o) På vejen hjem kørte vi lige, igen, forbi havnen i Porto Cristo det er et meget flot sted som i kan se på billedet til højre. Lige efter dette sted er der en stejl opkørsel med en stigning op til 15 %, den er heldigvis ikke så lang... Vejret i dag var næsten ligeså godt som i går, der var lidt flere skyer men stadig op til 20 °C i skyggen, dejligt. Steen og jeg kørte lige lidt ekstra så vi kom op på over 120 km, og det blev til yderligere 1300 højdemeter. Gertie, Mogens, Klaus, Joe, Frank og Charlotte drejede af lige efter Arta over Sa Begura en lille



flække, en flot tur men det var på en meget dårlig vej, som ikke er blevet ordnet i mange år de fortsatte mod Manacor og de var også et smut i Porto Cristo før de vendte næsen mod Canyamel.

Der var en del igen i dag som løb en tur efter cykelturen.

Dagens svømning blev ikke til noget da der var en del bølger som i kan se på billedet til venstre og i morgen

bliver der sikkert heller ikke til så meget svømning da morgendagen byder på en meget lang cykeltur.

Men det blev da alligevel til en svømmetur for Frank som tog nogle baner i poolen på hotellet og ja det er Frank der er på billedet man kan godt blive lidt i tvivl da det er et stykke tid siden at han har vist sig til svømmetræningen, han har ikke helt glemt hvordan man gør.... :o)



Dagens aftensmad blev for de flestes vedkomne indtaget på hotellet, det er altid buffet om aftenen og det er ret lækkert så man kan få fyldt deportere helt op så man er klar til morgendagens træning.

Tirsdag

I dag startede vi med morgenmad kl. 8, men i dag var der 100 % forøgelse af deltagere til morgensvømningen ved Søren "too-late" og Steen, vi cyklede kl. 9.00 ud på dagens tur som var en 200 og 94 km rute.

Vi var 6 (Steen, Henrik, Søren, Louise, Irina og mig) der startede på den lange tur, pigerne ville dog dreje fra inden at vi kom til bjergene. Vi ændrede på ruten da Søren fik en lang



flænge i sit dæk, så vi måtte til Inca og købe et nyt, da det var skiftet skiltes vi fra pigerne og de kiggede lidt på butikker inden at de kørte hjemad. Vi andre kørte mod de to stigninger vi skulle over, da vi kom hen til den første fandt vi hver vores tempo og kørte op, vi samlede på toppen og kørte ned mod den næste Puig de Major, som er 14,7 km opad, jeg kom op på ca. 55min, Søren var lidt hurtige end mig,

Henrik kom lidt efter mig og til sidst kom Steen. Det var en sej stigning der er ingen pauser det er op op og man skal bare finde sit tråd ellers kommer man ikke op til toppen. Nedkørslerne er også et kapitel for sig selv, her har Søren en del at lære, men det skal nok komme. Der er ikke så mange hårnåle sving på IM Lanzarote, så han har tiden for sig. Nedkørslen fra Puig de major er meget dårlig i den side hvor vi burde køre, den anden side var fin, så vi kørte meget af tiden i den side....! Dagens etape blev på 213km, hvor vi var ude i 10 timer og 15 min!!! så da vi kom hjem var det lige en hurtig truckervask og så ned og spise, det var godt med noget mad, vi havde også forbrændt over 20000KJ så der skulle noget nyt brændstof på "maskinen" Så der blev ikke til nogen løbe eller svømmetur i dag men det går nok også alligevel.! jeg fik kørt 2800 højdemeter ind på kontoen i dag. Jeg tror også at mine ben er ved at komme i form til Nice, da jeg tog en solid føring på de sidste 62km af dagens tur, kørte med en puls på omkring 140, hvilket for mit vedkomne er ret højt... :o)

Om aftenen samlede vi og der så vi billederne fra dagens tur.

Der var ikke de store problemer med at falde i søvn, vi var dog nogle der svedte meget da vi havde lagt os til at sove.

Onsdag

I dag startede vi med morgenmad kl. 8, men i dag var der 50 % forringelse af deltagere til morgensvømningen da der kun var Søren "too-late", vi cyklede kl. 9.30 ud på dagens tur som var en stille og rolig tur efter gårsdagens lange tur, vi var 7 (Gertie, Irina, Charlotte, Søren, Klaus, Steen og mig) der stillede til start Vi kørte mod Can Picafort hvor Gertie og Charlotte ville tage en svømmetur i svømmebassinet i Blue Bay Resort, som de har gjort tidligere, det er et 25m bassin. Vi andre kørte videre mod Alcudia hvor vi tog et smut ud mod stranden, når vi nu var der. Det er en meget flot strand.



Joe, Frank, Henrik, Mogens og Louise kørte først af sted kl. 11....

Jeg kørte som de andre dage lidt ekstra så jeg kom op på 100km, men det var stille og roligt. Det gik godt lige indtil at jeg skulle dreje op til hotellet, så styrtede jeg, øv øv det er heldigvis kun hudafskrabninger, jeg har fået dem rensset på apoteket og har købt lidt jod og sådan en netforbinding som man ser på de professionelles arme og ben når de er styrtet, så må jeg se om jeg kan køre i



morgen??

Der var en del som igen i dag løb en tur efter cykelturen.

Vejret var igen i dag rigtigt godt, så indtil videre kan vi ikke klage over dette.

Vi var også et par stykker der ville ned til stranden og svømme i dag og vandet var perfekt, jeg sprang dog over da det ikke lige er sagen med en våddragt udenpå de sår jeg har!!!

Jeg fik igen i dag en del højdemeter på kontoen nemlig 885, dem får jeg god brug for når jeg skal til IM i Nice...

Torsdag

I dag startede vi med morgenmad kl. 8, men i dag var der 200 % forøgelse af deltagere til morgensvømningen ved Søren "too-late", Henrik og Steen, vi cyklede kl. 9.30 ud på dagens tur, vi startede samlet og kørte til Petra, hvor vi var nogle der ville køre på en stigning som var ca.



5 % over 4 km, den var dog ikke så stejl den første km så den sluttede med en stigningsprocent på ca. 8 % så det var noget der kunne mærkes i benene, Frank kørte med en gang men ellers var det Steen og mig der tog den 5 gange. De andre kørte alle forskellige distancer omkring de 80-100km, Undtaget Steen som kom op på 120km og mig selv som kørte 150km.

Der var en del der var ude og løbe. Derudover var Klaus, Louse og Gertie ude i åbent vand, jeg selv tog en kort tur i poolen, dels for at få rensset såret lidt og så lige for at holde vandfølingen lidt ved lige også.

Mit ben og hudafskrabningerne gav ikke de store kvaler, kunne dog godt mærke det men det var ikke noget der holdte mig tilbage, heller ikke på løbet, valgte dog ikke at løbe så langt, der er jo ingen grund til at forcere, lige nu der er jo et stykke tid til at jeg skal være på toppen... :o)

Dagens vejr er det varmeste vi har haft indtil nu, jeg havde en gennemsnitstemperatur på cykelturen på 27 °C det er dog i solen, men det er ca 2 °C varmere end de andre dage...

Dagens højdemeter tal blev på 2200m.

Fredag

I dag startede vi med at synge fødselsdagssang for Gertie som fyldte 60 år i dag, TILLYKKE med det, derefter spiste vi morgenmad kl. 8, i dag var der 33 % forøgelse af deltagere til morgensvømningen ved Søren "too-late",



Henrik, Klaus og Steen, vi cyklede kl. 9.30 ud på dagens ture, der var mange der kørte for sig selv, men Klaus, Henrik, Louise og jeg selv ville køre 126 km ruten, men det gik ikke så godt for Louise da gearkablet knækkede, så hun havde kun 3 gear, tung, tungere og tungeste gear at vælge mellem, da det var kablet til bagskifteren der knækkede, øv øv, så hun vendte om efter Arta bakken, som hun måtte trække op af.... vi fik alle en god tur og de fleste fik en løbetur igen i dag, så det har været en god uge hernede, med masser af god træning og vejret det kan vi bestemt ikke klage over, det har endnu engang

været perfekt ikke en dråbe regn, kun lettere overskyet ellers har der været sol alle dage.

Billedet er fra den sidste cykeltur. Hmm mon min Maria er der??? Jeg savner hende!!! :o)

Jeg fik kørt mine planlagte 800km, det blev til 810km og dagens tur gav mig yderligere 1100 højdemeter, så jeg kom op på 9135 højdemeter i alt. Derudover fik jeg løbet 48km og svømmet en gang 1km og en gang 300m i poolen!!

Vi havde to punktering, hvoraf den ene der måtte der et nyt dæk til og så var der det knækkede gearkabel og så mit styrt... ellers har det været godt.

Vi fik afregnet for vores ophold og bespisningen kl. 16 og kl. 18 fik vi afleveret vores cykler.

Vi spiste ude denne aften da det var den sidste i denne omgang. Vi fik fejret Gertie, HURRA HURRA.

Vi fik også pakket vores ting ned da vi skal af sted med bussen i morgen kl. 5 så vi kan nå flyet kl. 7.30.

Lørdag

De sidste timer på øen starter tidligt, da vi skulle med bussen kl. 5, men den kom først 5.20 så vi gik lidt i tanker med hvornår vi skulle ringe til selskabet om bussen overhovedet kom!!! men den kom.... :o) vi ankom til lufthaven efter én times kørsel, der var heldigvis ikke så mange i check-in så vi kom hurtigt igennem, Søren og jeg fik også afleveret vores cykler, så vi gik ud til gaten og der ventede vi ikke lang tid inden at de begyndte at board, så der var ikke meget ventetid.... :o) vi kom



af sted til tiden og de fleste fik en lur i flyveren, og jeg sad ved siden af Irina hjem og jeg blev lidt misundelig på hende hun kunne næsten ligge ned!!!! og jeg sad nærmest fast i mit sæde så det er ikke nemt at sove, men jeg har heldigvis et godt sovehjerte..... :o)

Da vi ankom til Kastrup fik vi hurtigt vores bagage og vi fik sagt farvel til hinanden.

Jeg synes at vi havde en kanon tur o der var en del nye med hvilket er dejligt at de også vil med ned og træne på denne dejlige Ø.

Jeg er ret sikker på at der kommer en tur til næste år også og jeg er sikker på at Carmen er klar til at modtage os til næste år også.....

Tak for denne gang og vi ses derude på landevejen..... :o)

Sportslige hilsener
Jørgen Jørgensen