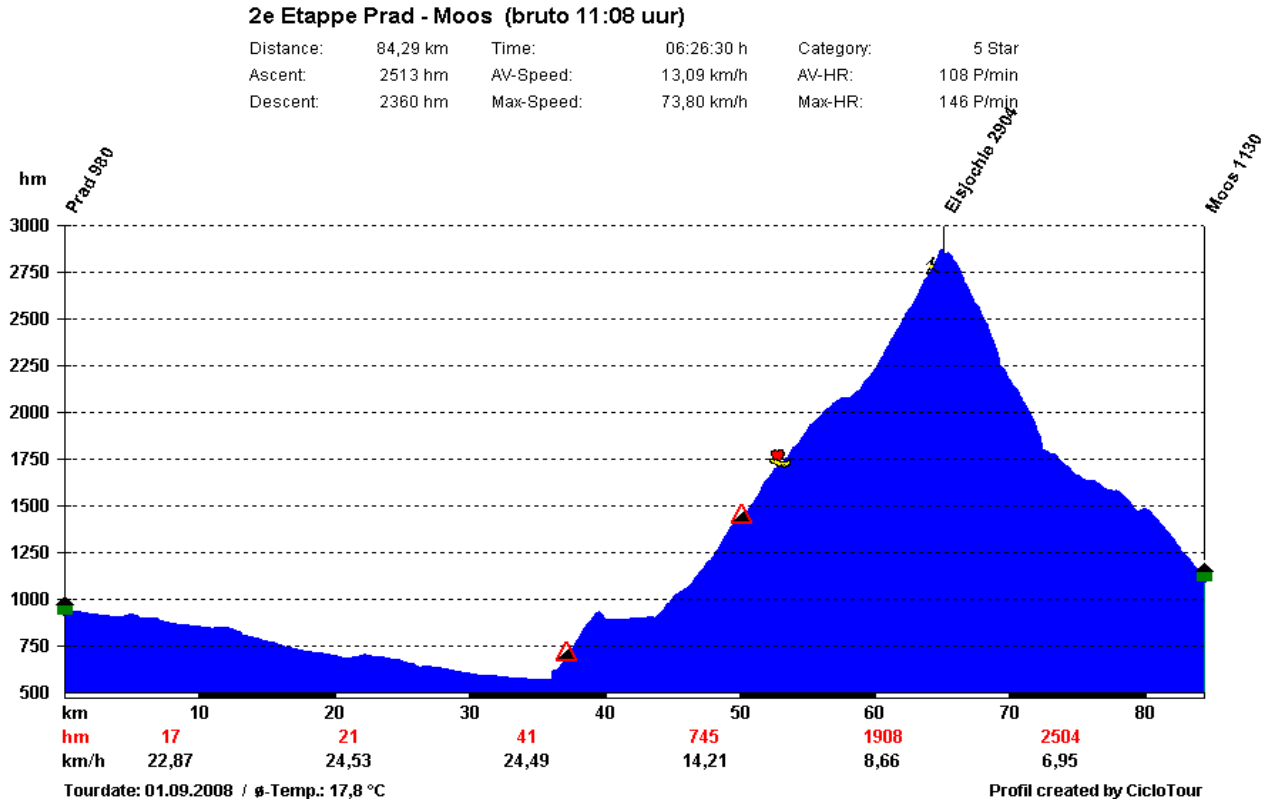
Tour Datas

CICLOSPORT
www.ciclosport.de

2e Etappe Prad - Moos (bruto 11:08 uur)



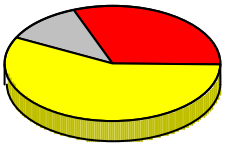
Tour Balance:

Date:	01.09.2008	**Distance:**	84,29 km	**ø-Speed:**	7,58 km/h	**Max-Speed:**	73,80 km/h
Start Time:	08:33:00	**Max-Alt.:**	2904 hm	**ø-HR:**	108 P/Min	**Max-HR:**	146 P/Min
Length:	11:07:38	**Min-Alt.:**	553 hm	**%:**	55 HMax	**%:**	74 HMax
Net Travel Time:	06:26:30	**Net-ø:**	13,09 km/h	**Ascent:**	2513 hm	**Descent:**	2360 hm
		Stand Times:	04:41:20	***Pauses:**	03:27:40	**Short Stops:**	01:13:40
Difficulty:	2	**Category:**	5				

* Pauses: Stand Times >= 5 Minutes

Travel/Pauses-Relation:

- 57,9 % (Travel)
- 31,1 % (Pauses)
- 11,0 % (Short Stops)



Comment:

Vanuit Prad in de regen de eerste 36km in circa 1,5 uur over asfalt gereden. De groep is daar gesplitst, Henny, Marinus en Ron zijn verder over asfalt gereden via Merano naar Moos. Rest van de groep kon beginnen aan de klim naar de Eisjochle (2904). Totaal moest er ruim 2500 meter geklommen worden. Eerste 400 meter ging stijl omhoog (10% - 14%) over asfalt, gevolgd door een vlakke maar gave singletrail door het bos. Daarna een stuk over een normale asfaltweg geklommen. Vanaf 1500 meter ging het over een zijweg stijl omhoog. zo'n 6km met een stijgingspercentage van constant 10% tot wel 19% . Samen met Filip en Phil naar boven gereden, waarbij we constant van kop wisselde. Het klimmen ging goed, kon regelmatig gaan staan om een gaatje te trekken, waarna Filip en Phil de boel weer dichtreden. Na deze klim lunchen (Eisjoch) in het zonnetje. Daarna ging klimmen door op schotter, nog steeds stijl en lang. De ondergrond word nu steeds ruwer. Uiteindelijk moest er gelopen worden omdat het te stijl en ruig werd. Vlak voor het hoogste punt moest er geklauterd worden over een steil en ruig stuk met grote rotsten. Best lastig op fietsschoenen. Over de top van 2904 meter lag de Eisjochlhutte. Daar hebben we de laatste Appelstudels gegeten om aan een zeer lange afdaling (1800 meter) te beginnen. Dit was een gave singletrail met drempels erin. Het laatste stukje ging over in schotter en asfalt tot het hotel. Een zeer lange dag van ruim 11 uur. Fysiek heb ik deze dag goed doorstaan.