Zwiep Fietsen XLC Offroad-team

nieuwsbrief

NIEUWSBRIEF

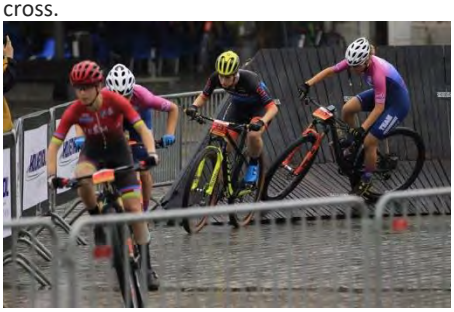
Hallo sponsoren en vrienden van het Zwiep Fietsen XLC Offroad team

Het mountainbikeseizoen is in volle gang, we zitten er middenin. In deze nieuwsbrief verslagjes en foto's van maar liefst 5 van de in totaal 8 wedstrijden in de 3 Nations Cup reeks. Er wordt wat afgereden naar België en Duitsland, rustieke B&B's of hotelletjes worden geboekt om vooraf het parcours goed te kunnen verkennen want Eupen, Saalhausen, Genk en Sittard liggen niet om de hoek.

In deze nieuwsbrief vinden jullie verslagjes van de 3 Nations Cup wedstrijden van Wijster, Eupen, Saalhausen, Genk en Sittard.

Verder een verslag en fototjes van iets heel anders namelijk een World Cup Eliminator (XCE) / Shorttrack (SCC) race, waar Annemoon aan deelnam in Leuven. De "normale" wedstrijden die ze rijden worden ook wel Cross Country (XCO) wedstrijden genoemd, maar er zijn nog meer disciplines binnen de MTB-sport, even een korte uitleg.

Cross Country Eliminator (XCE) is een MTB raceformat waarin 4 rijders in een manche tegen elkaar strijden, vergelijkbaar met Four-cross.



Renners mountainbiken razendsnel over een kort en uitdagend parcours vol obstakels. In heats van 4 gaan iedere keer de eerste 2 door totdat er 4 overblijven die strijden om het podium.

Een Shorttrack race (XCC) is vergelijkbaar met de ons wel bekende. XCO races, maar hier zijn de ronden doorgaans tussen de 1 en 2 km lang en op minder technisch terrein met een duur van 20-25 minuten. Aantal ronden wordt bepaald door het aantal ronden dat in dat tijdsbestek kan worden afgelegd op basis van eerdere maximale rondetijden.

XCC races bepalen vaak de startvolgorde van een XCO wedstrijd vaak 2 dagen later.

Kortom XCE en XCC zijn wat andere disciplines binnen de MTB sport en zijn meer voor de explosievere renners, je moet hier in korte tijd veel vermogen leveren. Dus niet iets voor de "diesels" in de peleton die een ronde nodig hebben op een XCO parcours om op stoom te komen.

Deze wedstrijden zijn daarom erg snel en spectaculair waarin je dan ook snel klaar kunt zijn als je er in de eerste ronde XCE 3e of 4e wordt.

Tot slot hebben we nu iemand in de ziekenboeg, Jurre is bij het verkennen van Sittard ongelukkig gevallen en zit met de pols in het gips, beterschap Jurre en snel weer op de fiets.

Met vriendelijke groet,

Zwiep Fietsen XLC Offroad Team

UITSLAGEN

	MTB XCO Op Fietse Mountainbike Cup (3 Nations Cup) Wijster (NL) 30/04 - 01/05	MTB XCO Eupen (D) (3 Nations Cup) Eupen (D) 15-05	MTB XCO Shark Attack Bike Festival (3 Nations Cup) Saalhausen (D) 21/22-05	MTB XCE XCC Mountainbike Eliminator en Shorttrack (World Cup) Leuven (B) 05-06-2022	MTB XCO Mountainbike Festival Vlaanderen (3 Nations Cup) Genk (B) 06-06-2022	MTB XCO Watersley XCO Challenge (3 Nations Cup) Sittard (NL) 18-06-2022
Jidde	DNF	46e	46e		DNF	DNF
Samuel	31e		10e			19e
Daan	29e	DNF	29e		28e	20e
Annelot	DNF	10e	11e		4e	
Wouter	28e	56e	42e		37e	50e
Jurre	49e	57e			40e	
Tobias		59e	47e		32e	46e
Manou	17e	DNF	9e			
Annemoon				4e		
Julia					DNF	6e

Op Fietse Moutainbike Cup (VAM berg) in Wijster (NL)

Er was wederom een prima parcours uitgezet in Wijster met als hoogste punt de Col du VAM. Let wel 4800cm boven NAP. 😊 Er was goed getraind, parcours prima verkend en een kruiwagen vol met enthousiasme. De inzet en doelstellingen waren goed echter de resultaten schommelden enorm. Samenvattend: een teleurstelling ontstaat vanuit een verwachting. Wat als de verwachting dan tegenvalt …blijf positief en groei zal volgen.

Samuel

Het gevoel voor de koers was goed, voelde me fit en de eerste 2 rondes gingen goed toen ik in eens geen energie meer had en elke ronde steeds meer plekken verloor. De focus zat wel goed, maar uiteindelijk ontevreden over hoe de wedstrijd verliep en gefinisht op de 31e plek.

Daan

Ik begon met een goede start, dit was ook omdat ik eindelijk redelijk vooraan mocht staan. Hierna mijn eigen tempo opgezocht en ging het redelijk goed. Na ongeveer 40 minuten kakte ik een beetje in omdat te weinig had gedronken aan het begin van de wedstrijd. Toen weer begonnen met veel drinken hierdoor had ik in de laatste ronde weer meer energie. Uiteindelijk op een 29e plaats geëindigd, zeker tevreden mee.

Jidde (Wijster, VAM berg)

De VAM Berg voor mij weer de eerste wedstrijd sinds lange tijd, ik had er zin in en was benieuwd hoe het zou gaan. Ik moest achteraan starten maar kon in de lange start klim al mooi opschuiven, maar na de eerste ronde kreeg ik erg last van een spier in mijn rug die steeds verkrampte waar door vrijwel alle concentratie weg was, na een aantal rondes wou het echt niet meer dus toen toch maar besloten om te stoppen… dus helaas een DNF maar in Eupen weer een nieuwe kans en gaan we er weer voor !

Annelot (Wijster, VAM berg)

Ik was de afgelopen dagen niet helemaal fit maar ben toch afgereisd naar de VAM berg. Ik was goed weg maar aan het einde van de startklim merkte ik al dat ik adem tekort kwam. Na een kwartier ben ik uitgestapt omdat het niet ging. Over 2 weken een nieuwe kans in Eupen.

Manou (Wijster, VAM berg)

Na een mooie start vloog mijn ketting er helaas af in de 2e ronde waardoor het er veel energie kostte om terug te rijden naar het groepje waarin ik reed. Ondanks het zware parcours heb ik erg genoten van de wedstrijd.

3 Nations Cup Eupen (D)

3 Nations Cup MTB Eupen |…de lijn opwaarts weer gevonden. Naast het beste terrasweer voor de toeschouwers, trainers en begeleiders werd er ook nog serieus gefietst op de MTB. Spannende wedstrijden met totaal 560 ingeschreven renners op een technisch uitdagend parcours.

Tobias : Ik had een erg goede start, ik moest vrij achteraan starten maar vanwege de lange startklim maakte dit niet veel uit. Na de 2e ronde zakte ik weer een beetje terug. Uiteindelijk ben ik 59e gefinisht en ben ik best tevreden voor mijn eerste internationale wedstrijd.

Annelot: De start was een lange klim omhoog. Ik had het goed ingedeeld en wist zo het laatste stuk nog paar mensen voorbij te gaan voordat we de singletrack op gingen. Al gauw waren er grote gaten en reed ieder voor zich. Ik reed mijn eigen tempo en bleef geconcentreerd rijden. Uiteindelijk als 10e gefinisht.

Daan : Ik mocht tweede rij starten en was dan ook goed mee met de start. Ik merkte al snel dat mijn benen niet al te best waren tijdens de wedstrijd en nam dus iets gas terug. Uiteindelijk aan het einde van ronde 2 onderuit geschoven doordat er veel grind en droog los zand op het parcours was. Hierdoor kreeg mijn knie een tik en had ik het gevoel alsof ik gewoon geen kracht meer kon zetten met mijn rechter been. Balen van de DNF maar hopen dat de knie voor volgend weekend weer hersteld is en dat ik dan ook de pit in mijn benen terug heb.

Jurre : De startklim ging niet zo goed waardoor ik veel plekken verloor. Daarna snel in mijn ritme gekomen en toen nog wat mensen ingehaald. Uiteindelijk wel tevreden op het mooie parcours.

Jidde : Ik had een goeie start en kon mooi mee komen de lange start klim op. in de eerst ronde was het in het bos een chaos, ik moest meerder stukken lopen en wachten, in de rondes erna mooi een paar plekken kunnen pakken en daarna een mooie ritme gekregen samen met 2 anderen. Ik voelde me voor het eerst sinds lange tijd weer goed. de vorm en het wedstrijd gevoel begint langzaam weer terug te komen. Had graag een paar plekken verder naar voor gezeten maar het gaat de goeie kant weer op!

Wouter : Bij mij ging het niet zo goed. Ik vond het een heel gaaf parcours met veel klimmen en dalen. Ik mocht vanaf de 3e startrij starten maar bij de start heb ik veel plekken verloren. Na 2 rondes kwam ik beter in me ritme en toen heb ik nog een paar mensen ingehaald. Niet tevreden met het resultaat maar wel lekker gereden.

Manou : Helaas geen finish voor mij in Eupen na wat problemen. Volgende week in Saalhausen een nieuwe kans.

Foto's Eupen (D)

3 Nations Cup Saalhausen (D)

3 Nations Cup Saalhausen | een MTB wedstrijd die samen georganiseerd werd met het Shark Attack Bike Festival. Veel te zien en te doen en nog lekker knallen ook…. Zaterdag alles t/m U17 en zondag de U19 rijders van het team. Voor de meesten een weekendje weg met het gezin want de rijders kunnen niet zonder ouders.

Tobias

Ik was iets rustiger weg gegaan om me niet gelijk bij de startklim op te blazen. Bovenaan ben ik alsnog wel wat plekken opgeschoven. Hierna ben ik gewoon op mijn eigen tempo gaan fietsen en gecontroleerd van alle afdalingen af gegaan. Toen kwam ik wel lekker in mijn ritme. Uiteindelijk ben ik de laatste afdaling nog naar iemand toe gereden en heb ik de sprint van hem gewonnen voor de 47e plaats

Samuel

De wedstrijd was een succesvolle race, ben erg blij met mijn 10e plek, het gevoel was ontzettend goed en ik heb nu zelfs de 20 UCI punten bij elkaar. En zoals altijd een gezellig weekend met het team.

Daan

De start ging super goed.
Moest als 43e starten en kon direct opschuiven naar een 22ste plek. Op dit loodzware rondje snel mijn eigen tempo gezocht en wel iedere ronde wat plekken hebben moeten inleveren. Uiteindelijk geëindigd op een 29e plek. Tevreden met dit resultaat, geen domme foutjes gemaakt en een goed gevoel in mijn benen

Jurre

Ik had een goede start maar op de eerste klim verloor ik wat plekken, daarna in verschillende groepjes gereden. In de laatste afdaling schoof ik onderuit waardoor ik een andere renner moest laten gaan, die ik anders in de sprint nog had kunnen hebben. Zeer tevreden met deze wedstrijd.

Jidde

Het was een mooi en zwaar parcours. Ik voelde me goed en had er veel zin in, ik moest achteraan starten maar kon mooi naar voren schuiven. De eerste ronde was redelijk chaotisch en moest daardoor stukjes lopen. In de 2e ronde in een groepje gekomen en daar in de 3e ronde bij weggereden. Ik kon constant op de power rijden waardoor ik een mooi gat kreeg. Ik kon gat voor me dichtrijden won daarvan de sprint. Ik vond de wedstrijd van een uur wat te kort en had graag een extra ronde gereden. Ben blij met de opbouwende vorm ! Op naar de volgende.

Manou

Mijn wedstrijd in Saalhausen verliep best goed. Het parcours was mooi en uitdagend met veel klimmen en dalen. Na de start reden we een lange klim op waar het deelnemersveld gelijk uit elkaar werd getrokken. Uiteindelijk reed ik met 2 meiden waar ik een mooie strijd mee had. 1 van de meiden wist te ontsnappen maar op het laatste toch nog mooi kunnen sprinten voor de 9e plek. Ik heb erg genoten van de wedstrijd en de gezellige sfeer en ben tevreden met mijn 9e plek.

Annelot

Ik had wel een prima start en kon de eerste klim het wiel houden van renster voor mij. Na een ronde ontstond er een gat die ik niet meer dicht kon rijden. Het lange klimmen is ook niet helemaal mijn ding maar afdalingen maakte het wel weer goed, tevreden met 11e plaats.

Wouter

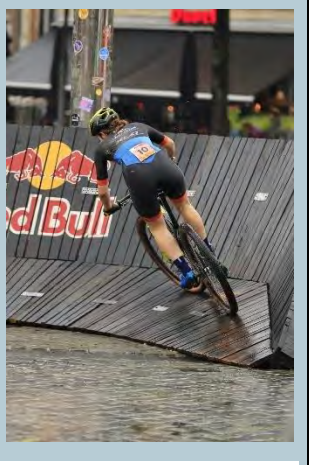
Het ging best goed, ik had een andere warming-up gedaan om te kijken of de start dan beter ging. Dit werkte en ik kwam mooi mee bij de start. Daarna heb ik een klap gehad op mijn derailleur want ik kon mijn 4 lichtste versnellingen niet meer gebruiken. Hierdoor kon ik de klimmen niet op een lekkere cadans omhoog rijden. In de afdalingen pakte ik wel weer tijd terug en ik reed naar voren maar toe kregen we na een half uur al de bel voor de laatste ronde. Daarna nog aangevallen op de slotklim en naar iemand anders gereden, die maakte een foutje waardoor ik er langs kon. Tot slot een lange eindsprint die ik won, het gevoel was goed en daar was ik wel blij mee.

Fototjes 3 Nations Cup Saalhausen (D)

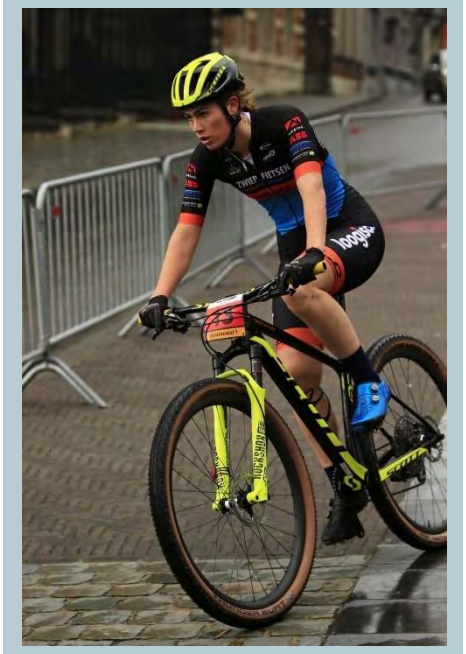
UCI Mountain Bike Eliminator World Cup Leuven (B) | iets heel anders…

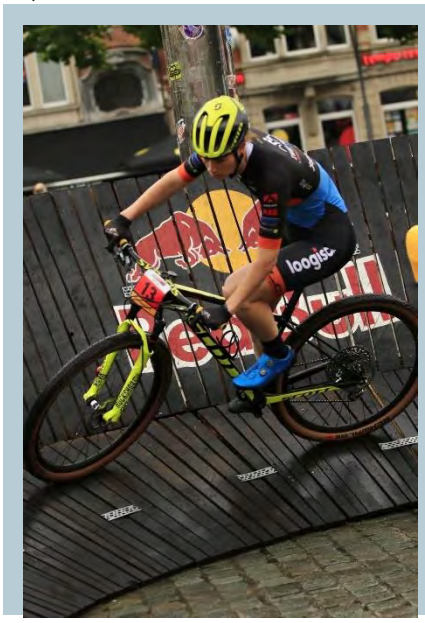
Annemoon

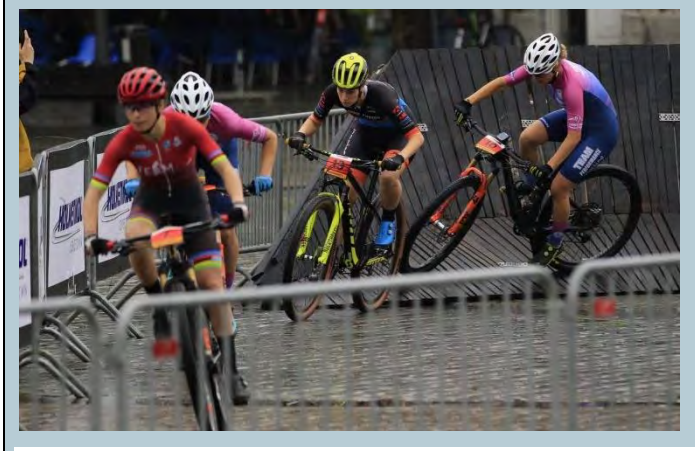
Afgelopen zondag reed ik mijn eerste XCE en XCC. De wedstrijd vond plaats in Leuven. Samen met mijn ouders, zus, vriendin en opa zijn wij zaterdag al vertrokken. Met 24 graden en volle zon zijn we lekker de stad in gegaan om alvast het parcours en de omgeving te verkennen. De wedstrijd vond plaats midden in de stad Leuven op een groot plein. Een heerlijke dag samen gehad!



Zondag vertrokken we rond 12 uur naar de stad. Om 1 uur hadden we de team managers vergadering waar ik samen met papa en mijn vriendin heen ben gegaan. Daarna mochten we het parcours gaan verkennen. Het was een kort rondje met veel obstakels. Er lag bijvoorbeeld een klimwand op de grond, grote en kleine sprongen, een grote kom bocht en een rij met planken waar je overheen moest rijden. Best spannend allemaal weer. Om half 3 moest ik een tijd neerzetten om mijn plek in de heats te bepalen, hierin werd ik 10de. Op basis van deze plek werd bepaald dat ik tegen de nummer 2 en nummer 7 moest strijden in de Eliminator (XCE). Om 4 uur startte de XCE, de bedoeling is om bij de eerste 2 te eindigen, dan ga je door naar de volgende ronde. Ik ging goed van start en kon goed meekomen. In een paar bochten probeerde ik mijn voorganger in te halen, maar dit lukte helaas niet. Ik ben vergeten te zeggen hoe slecht weer het was, maar het kwam met bakken uit de hemel. Het parcours bestond voor het grote deel uit natuursteen, spek glad dus. Toen ik nog een keertje probeerde in te halen ging het helaas fout. Mijn voorwiel gleed weg en toen lag ik met twee benen in de lucht. De XCE was dus helaas niet echt een succes, maar ik vond het wel een hele leuke ervaring! Daarna had ik nog de XCC, hier moet je 10 minuten keihard rijden om als eerste over de finish te komen. Hierin kon ik lekker mee komen met de kopgroep. In de laatste ronde reed ik met een klein gaatje achter de nummer 3. Het draaide uit op een lange sprint, maar helaas net geen 3de plek… Wel heel erg tevreden over mijn eerste XCE en XCC weekend! Smaakt naar meer.







3 Nations Cup MTB Genk (B) | korte klimmen, technisch met veel draaien en keren

Tobias

Bij de start kon ik gelijk al mooi doorschuiven, daarna heb ik steady tempo gereden en een heel stuk in Wouter's wiel gezeten. Uiteindelijk ben ik er voorbij gegaan en weg gereden, tevreden met mijn 32e plaats.

Julia

Deze wedstrijd was voor mij de eerste wedstrijd van het seizoen. In de ochtend het parcours verkend, wat toch best technisch bleek te zijn. Daarna de wedstrijden van de andere teamleden gevolgd en vervolgens om 15:30 uur van start gegaan. De start ging goed en ik ging voor vooraan het bos in. Helaas in de 2e ronde gevallen, waardoor ik mijn race niet kon afmaken. Daarentegen wel tevreden met het begin van de wedstrijd, op naar Sittard.

Annelot

Ik had een erg goed gevoel over het rondje en mijn benen voelden ook goed aan. Ik had een goede start en probeerde zo lang mogelijk bij de kop te blijven. Al heel snel kwamen we de elite/beloften achterop. Daardoor was er chaos en heb ik 2 plekken verloren. Ik pakte mijn eigen tempo en probeerde de technische stukken goed te rijden. Uiteindelijk heb ik nog een plek terug gepakt en ben ik als 4e gefinisht. Erg blij met mijn eerste podium in een 3 Nations Cup wedstrijd

Daan

Ik was de week ervoor ziek geweest dus was benieuwd hoe deze wedstrijd zou gaan. De start ging goed totdat ik door een domme fout viel, geen last eraan overgehouden alleen wat plekken verloren. Daarna snel mijn eigen tempo aangenomen en uiteindelijk kunnen opschuiven naar een 28e plek. Zeker tevreden

Jidde

Bij de start ging het na 15 meter goed mis, valpartij met uiteindelijk 5 uitvallers. De EHBO was zeer fanatiek en belden de ambulance en legden een nekbrace bij me aan. De foto ziet er veel erger en heftiger uit dan het was. Gelukkig kon ik na een onderzoek in het ziekenhuis en zelfstandig lopend terug naar het parcours. Volgende keer hopelijk meer geluk en nieuwe kansen.

Jurre

Ik had een goed start en kwam daarna redelijk snel in mijn ritme op het bijna vlakke maar technische parcours. Toen op mijn eigen tempo verder gereden en uiteindelijk tevreden met mijn 40e plek.

Wouter

Bij mij het niet zoals gehoopt, het was een redelijk technisch parcours en ik had het heel goed verkend en ik had er wel vertrouwen in. Ik was heel goed van start en ik was gelijk een paar plekken opgeschoven, maar ik kwam niet in mijn ritme. Ik kon me niet goed focussen, hierdoor maakte ik in de laatste ronde fouten, daardoor heb ik nog een paar plekken verloren. Tevreden met het resultaat maar niet zo tevreden met het gevoel.

Fototjes 3 Nations Cup Genk (B)

3 Nations Cup Sittard

Heel warm, te warm, vallen, opstaan en gips. Het weekend begon met een valpartij van Jurre tijdens de verkenning met als resultaat : mooi Zwiep blauw gips. Zaterdag werd er gereden onder een hitte protocol in Zuid Nederland. Op het heetst van de dag was het 34 graden waardoor de wedstrijd een race tegen de warmte en het omgaan ermee werd. Veel water, schaduw en open shirtjes tijdens de race. Uiteen lopende resultaten met uitval, vallen, opstaan, karakter tonen en weer doorgaan……

Julia

Het was heel erg warm toen ik moest starten, rond 34 graden. Ik ben daarom wat minder hard van start gegaan om mezelf niet op te blazen. Tijdens de wedstrijd heb ik best wel last gehad van de hitte en was daarom niet scherp en gefocust. In de 2e ronde op de rockgarden hard gevallen, vervolgens in de 3e ronde weer over de kop gegaan bij een drop off. De 2 valpartijen zorgden voor een mentaal knakje, maar toch beide keren weer opgestapt en doorgereden. Niet tevreden hoe ik technisch heb gereden maar wel met het uitrijden van de wedstrijd en toch een beetje blij met de 6e plek.

Tobias

Ondanks de hitte stond ik nog redelijk koel aan de start, bij de start rustig aan gedaan maar toch nog een paar plekken op kunnen schuiven. Ik probeerde me zo lang mogelijk niet op te blazen en dat lukte tot aan de laatste ronde nog aardig. In de laatste ronde was het ineens gewoon op en lukte het niet meer. Daardoor had ik weer een paar plekken verloren, maar alsnog tevreden met 46e plek en blij dat ik hem heb uitgefietst.

Daan

Mijn start was matig, dit kwam doordat er naast mij een valpartij was die ik nog maar net kon ontwijken. Daarna snel eigen ritme gezocht en niet voluit gegaan, met de hoge temperaturen en het zware parcours was het makkelijk jezelf op te blazen. Snel in mijn ritme kunnen komen en heb zelfs iets over kunnen houden voor de laatste ronde. Uiteindelijk zeer tevreden dat ik de wedstrijd foutloos heb kunnen rijden en met mijn eerste top 20 finish van het jaar.

Samuel

Ik voelde me voor de wedstrijd goed en klaar om alles te geven en met de hitte had ik ook niet echt moeite, dus mogelijkheden om een goede uitslag te rijden. Toch hadden tijdens de wedstrijd mijn benen andere plannen en voor mijn gevoel ging het niet hard. Ben met de techniek heel erg tevreden, had een soepel, sterk en snel gevoel in sommige stukken maar bergop en rechtdoor mistte ik het vandaag.

Jidde

Ik kon de extreme warmte niet handlen, raakte in de 2e ronde gekookt en heb moeten afstappen helaas

Wouter

Het was tot vrijdag niet zeker of ik ging rijden ivm het overlijden van mijn opa. We hebben toch besloten om te rijden voor de afleiding. Totaal zonder verwachting en zonder doel de wedstrijd ingegaan en proberen lekker te rijden. De start ging goed maa rop een gegeven moment had ik mijn koppie er niet meer bij en kon ik niet meer goed focussen. Dit had ik ook wel verwacht en de warmte hielp ook niet echt mee. Wel uitgereden, 50e plek.

Fototjes 3 Nations Cup Sittard

DIVERSE KALENDERS

3 Nations Cup (NL / B / D)		Nationaal		Internationaal	
25/26-06-2022	Houffalize (B)[5]	10-07-2022	GP Bestronics (Hapert)	2/3-07-2022	Weissenfels (D)[2]
24/25-09-2022	Wetter (D)[5]	23/24-07-2022	Spaarnwoude (NK)	30-07-2022	Kessel (B)[4]
		25-09-2022	NK Marathon Gieten	14-08-2022	Hamme (B)[4]
		9-10-2022	Bart Brentjens Challenge	14-08-2022	Remscheid (D)[3]
				20/21-08-2022	Solingen (D)3
				20/21-08-2022	Basel (CH)[1]
				28-08-2022	Halter nam See (D)[3]
				4-09-2022	Langdorp (B)[4]
				2-10-2022	Ravels (B)[4]

[1] UCI Junior Series
[2] Bundesliga (D)
[3] Onderdeel van de NRW Cup (D)
[4] MTB XCO series België
[5] Onderdeel van de 3 Nations Cup