

E-MOUNTAINBIKEN IN SAINT-GERVAIS

# GESTUWD

naar eenzame hoogte

Je vond hem fantastisch of je haatte hem. Toen de fiets met elektrische trapondersteuning in het straatbeeld opdook, was er geen middenweg. Vandaag heeft de e-bike zijn plaats gevonden in ons recreatief en functioneel fietslandschap. En dus is het tijd voor een volgende hype: de e-mountainbike. Wij klommen met de hulpmotor door het hooggebergte rond de Mont Blanc. Overtuigend of controversieel?

► SAMENSTELLING GUNTER HAUSPIE



**M**ountainbiken in het hooggebergte vond ik altijd de puurste vorm van fietsen.

De confrontatie van jezelf met de zwaartekracht in een overweldigend landschap, nergens liggen afzien en genieten zo dicht bij elkaar. Spierkracht en uithouding, techniek en dosering, concentratie en mentale weerbaarheid, de onvoorspelbaarheid van het weer en de andere natuurelementen: completer kun je een sport niet bedenken. Dat mensen elektrische trapondersteuning nuttig vinden voor het woon-werkverkeer, daar kan ik inkomen. Maar waarom zou je in hemelsnaam een mountainbike uitrusten met zo'n motortje?

## TWEE KEER DOSEREN

Toch sta ik op een morgen in juni in Saint-Gervais een *VTT électrique* op mijn maat af te stellen. Sceptisch maar toch vooral erg benieuwd. En omdat Saint-Gervais-les-Bains een leuk stadje is aan de voet van Mont Blanc. De flanken van de altijd witte berg worden voor drie dagen onze speeltuin. Ik neem me voor om mijn batterij zo min mogelijk aan te spreken en misschien zelfs af en toe uit te zetten ... Slecht plan. Ik schat mijn Scott met Bosch-motor en accu op een twintigtal kilo. Dat sleur je niet zonder hulp een steenpiste met een helling van 15% op. Gids Adrien lacht om mijn macho-instelling: "Je moet je niet te goed voelen om de motor te gebruiken. Maar spring er wel zuinig mee om. Net zoals met je eigen krachten. Wanneer die tegen het einde van de dag uitgeput zullen zijn, zal je batterij dat ook zijn. Het is dus twee keer doseren. Een spel van geven en nemen tussen mens en machine." Ik geloof Adrien. Hij is overtuigd e-biker maar heeft ook kuiten waar mijn bovenbenen in zouden passen. Niet het soort dus dat uit luiheid de hulpmotor een stand hoger zet.

## BAROKKE RIJKDOM

Over het asfalt klimmen we naar Saint-Nicolas-de-Véroce. Kwestie van de fiets, het kiezen van de juiste versnelling en het doseren van de trapondersteuning onder de knie te krijgen. Saint-Nicolas is een dorpje op duizend meter hoogte, in een doodlopende

## Waarom een elektrische mountainbike?

Fietsverhuurder Jérôme Penz uit Saint-Nicolas ziet elk jaar de verhuur van e-MTB's toenemen. Steeds meer fietsers zien er immers de voordelen van in. "Aanvankelijk kreeg ik vooral mensen over de vloer die in Saint-Gervais een tweede woonst bezitten. Omwille van de hellingen fietsten ze hier nooit. Maar met de elektrische trapondersteuning lukt het hen nu wel om een bospad in te slaan of naar een berghut te klimmen." Sinds twee jaar komen er ook vaker sportieve fietsers over de vloer. Vooral in het voorjaar kiezen overtuigde bikers steeds meer voor een e-MTB. Voor het opdrijven van de basisconditie in het begin van het seizoen hebben ze immers vooral kilometers in de benen nodig. "Aangezien het hier nergens vlak is, doet elke helling dan nog pijn. Met de e-MTB kunnen ze hun daggemiddelde gevoelig opdrijven en tegen een meer constante snelheid fietsen. Zo bouwen ze sneller uithouding en conditie op. Ook in de zomer kom je de sportieve bikers tegen. Op hun fiets met trapondersteuning gaan ze even hard te keer als op een gewone mountainbike. De inspanning is dezelfde maar dankzij de hulpmotor halen ze meer hoogtemeters en kunnen ze in dezelfde tijdspanne langere, technische afdalingen rijden. Dat betekent op alle vlakken winst."

vallei. In de middeleeuwen was het echter een drukke plaats op de handelsroute, over de Col du Bonhomme, naar Italië. Handelaars vergaarden er 's zomers een dikke beurs dukaten. 's Winters vielen de inkomsten droog en gingen ze als *colporteurs* handel drijven in Duitsland. Dat bracht nog meer rijkdom naar het dorp en dat merk je in de prachtige barokkerk.

*"Terwijl Hervé een exquisite fondue savoyarde bereidt, neemt Adrien de moedigsten onder ons mee naar het uitzichtpunt op Le Mottey."*

Dat is een kleurrijk vuurwerk van kerkkunst uit de 18de eeuw; het rijkste interieur uit het wijde ommeland. Overigens is het aanpalende museum over de seizoenarbeiders of *colporteurs* ook zeer de moeite. Voorbij Saint-Nicolas verdwijnt het asfalt en klimmen we langs een brede bosweg naar Le Plan de la Croix. In de laagste *Eco*-stand; de frisse spieren nemen (nu nog) de zwaarste inspanning op zich. Daarna versmalt het pad en krijgt de hellingsgraad een

steilere knik. Ik ga voor een blokje extra trapondersteuning in de *Tour*-stand. Zo bereiken we de eenzame Refuge de Porcherey op 1.700 meter. Een supperligging in de avondzon.

## MONT BLANC ONTSLUIERD

Terwijl uitbater Hervé een exquisite *fondue savoyarde* bereidt, neemt Adrien de moedigsten onder ons mee naar het uitzichtpunt op Le Mottey. Een steile singletrack voert me er in 1,5 kilometer driehonderd meter hoger. Dat betekent dat je het gas van de trapondersteuning helemaal open mag draaien. Maar dan nog haal ik het niet van de helling. Niet zozeer de klim van 20% speelt me parten maar wel het gewicht van de fiets en het vinden van mijn evenwicht. In de diepe voren is het balanceren op de rand en dat is net een tikkeltje moeilijker met een zwaardere mountainbike – zelfs als de motor en accu zo laag mogelijk en centraal gemonteerd werden. Duwen dus. Zo ontdek ik die andere handige knop, waarmee je de trapondersteuning ook kunt aanzetten wanneer je niet trapt maar de fiets te voet voortduwt. *Faut-le-faire* anders, twintig kilo de berg op pleuren. Boven wacht een ervaring die me alle inspanning meteen doet vergeten. Het uitzicht rondom serveert Saint-Gervais in de diepte, kale bergtoppen en beboste valleien in alle windstreken, hogerop eeuwige >

“De flanken van de altijd witte berg worden voor drie dagen onze speeltuin. Ik neem me voor om mijn batterij zo min mogelijk aan te spreken. Slecht plan.”



sneeuw en krimpende gletsjers. En in het oosten het summum aller Alpenpanorama's: de Mont Blanc. In vogelvlucht op minder dan tien kilometer richt die zich helemaal vrij van pluizige nevelslierten op in het staalblauwe uitspannel. Zelfs het pad door de sneeuw naar de top is met het blote oog makkelijk te ontwaren. We dalen af naar de refuge, terwijl de avondzon over de besneeuwde Mont Blanc een roze gloed laat dwarrelen. Fondue binnen gehaspeld, bij het haardvuur nog wat naar bergverhalen van de waard geluisterd en dan de beddenbak in. De accu's rusten een nachtje in het stopcontact.

## REGISTERS OPEN

's Morgens zijn mens en machine weer vol energie geladen en fietsen we dieper de bergwereld in. We schip-pen op de rand van de boomgrens. Tussen boom, weide, bergflora en rots dus. Bij de Col du Christ zitten we op een smalle piste die over een bergkam naar de top van de Mont-Joux voert, een bergpas op net geen tweeduizend meter. Het pad slingert onverdroten een ware muur op. Zonder trapondersteuning is dit het soort eindeloze klim waar de moed je in de banden zou zinken. Dit is het moment om alle registers van de e-mountainbike open te trekken: Turbo-stand! Ik duik een laatste helling af en maak snelheid; schakel tijdig terug in een miniverzet en zet de turbo aan. Zelfs in de koffiemolen moet ik elk spier in mijn benen tot het uiterste inspannen. Maar bij elke trap voel ik hoe de motor me telkens een meter mee vooruit stuwt. Dat scheelt zeker een slok op een borrel maar voor het overige verschilt dit weinig met de natuurlijke vorm van mountainbiken. Ook nu is het een kwestie van juiste gewichtsverdeling, het behouden van grip, het lezen van het beste spoor en doseren van je krachten. Dat neemt de trapondersteuning nooit van je over. Eén blokje op de meter van de batterij-autonomie heeft deze lange en zware klim gekost. Maar toegegeven, dat verlies van energie in de batterij zit nu nog wel in mijn benen. Straks neem ik het wel weer even over van de machine.



< Dorst? Water stroomt hier gewoon uit de bomen.

## SAINT-GERVAIS PRAKTISCH

Saint-Gervais-les-Bains is een gemeente in het departement Haute-Savoie. Ze ligt in het hart van de Alpen aan de voet van de Mont Blanc. Sinds de 19de eeuw is Saint-Gervais een thermale kuuroord. In 2011 heropende er het moderne thermale wellnesscenter Les Bains du Mont Blanc.

### Erheen

Met de auto is de rit vanuit Brussel tot Saint-Gervais 852 kilometer lang. Reken op acht uur rijden zonder stops. De luchthaven van Genève ligt op één uur rijden. Dagelijks vliegt Brussels Airlines meerdere keren op Genève. Vanuit het station Saint-Gervais-les-Bains-Le Fayet spoort er een nachttrein naar Paris-Austerlitz.

### Mountainbiken

Op het grondgebied van de gemeente zijn er acht bewegwijzerde circuits VTT, waarbij je telkens gebruik maakt van een lift zodat het zwaarste klimwerk vermeden wordt. Een nieuw aangelegd downhillparcours (ook toegankelijk voor minder ervaren bikers) voert je de Mont d'Arbois af naar Le Bettex (4,3 km; 400 hoogtemeters). Bij de Mont d'Arbois biedt het nieuwe oefenparcours (1,5 km) je obstakels van elk niveau, waarop je je technische kunnen kunt bijspijkeren. En niet vergeten: waar je rond Saint-Gervais het hooggebergte ook maar intrekt, steeds heb je een prachtig panorama op de Mont Blanc (als hij geen verstoppertje speelt met de wolken).

### Fiets huren

Mont-Joly Sport is een fietsverhuurder in Saint-Nicolas-de-Véroce. Dat hogergelegen dorpje ligt enkele kilometers buiten Saint-Gervais, maar is een goede uitvalsbasis om met een mountainbike de bergen in te trekken. Zaakvoerder Jérôme Penz verhuurt elektrische mountainbikes van topkwaliteit en recente makelij. Je kunt bij hem ook een gids boeken. Ook mountainbikes zonder elektrische trapondersteuning worden er verhuurd. Meer info via [www.mont-joly-sport.com](http://www.mont-joly-sport.com).

### Overnachten

In Saint-Gervais logeerden we in het boetiekhotel La Féline Blanche. Zeer smaakvol ingericht, ontspannen sfeer, erg uitgebreid en vers ontbijt. Ideaal gelegen in het centrum, maar toch rustig. Betaalbaar met kamerprijzen vanaf 75 euro (2 pers.). Info via [www.lafelineblanche.com](http://www.lafelineblanche.com). 's Zomers is een overnachting in een berghut een must. De Refuge de Porchery ligt op 1.800 meter, helemaal weg van de bewoonde wereld, op een balkon met onbelemmerd zicht op de Mont Blanc. Je eet er heerlijke bergkost en slaapt er in een van de drie ruime gedeelde slaapkamers (totaal 19 personen). Bedlinnen wordt voorzien. Info via [www.refugeporchery.com](http://www.refugeporchery.com).

### Algemene info

[www.saintgervais.com](http://www.saintgervais.com)





< Lunch bij de refuge de Porcherey, met zicht op de Mont Blanc.

## PLANTER DES PATATES

En dan volgt de afdaling. Mijn mountainbike heeft enkel een voorvering. Een snelle, sportieve afdaling zit er dus niet in – daarvoor is op dit parcours een *full suspension* onmisbaar.

Maar ik betwijfel of zelfs dan de zwaardere fiets wel voldoende wendbaar is voor een technische singletrack in volle vaart. Er hangt daar beneden tussen je benen immers een dood gewicht (motor en accu) dat de fiets een stuk logger maakt. Onverwachte obstakels, zoals grote stenen, boomwortels of een *drop*, komen dan beter niet onverwacht en dat betekent dat je je snelheid naar beneden moet halen. Daarmee lijkt ik het grootste nadeel van de e-mountainbike ontdekt te hebben: bergaf is die hulpmotor nutteloos en wordt hij dus gedegradeerd tot ballast.

Maar onoverkomelijk wordt geen enkel obstakel. Wanneer we de bewoonde wereld weer dicht genaderd zijn, volgt een drassige zone. “*Ici on plante des patates*”, waarschuwt Adrien, waarmee hij bedoelt dat je er gegarandeerd voet aan grond moet zetten. Ik stuif in volle vaart het halve moeras in. Modder spat omhoog, ik hobbel over een boomstam die in een plas verborgen ligt, maar we trekken ons met vereende kracht – ik en de motor — weer uit de blubber. Ik zit onder het water en de modder maar heb géén voet aan grond gezet. Een klein applausje volgt voor mij en mijn mountainbike. Zoals bij een paard aai ik hem even over de bovenbuis en fluister hem bemoedigend toe. Of het ooit grote liefde wordt, weet ik nog niet. Maar met een e-mountainbike verruim je zeker je mogelijkheden in de bergen. ■

“s Morgens zijn mens en machine weer vol energie geladen en fietsen we dieper de bergwereld in. We schipperen op de rand van de boomgrens.”

## De e-MTB: volop in ontwikkeling

Elektrische trapondersteuning is eerst ontwikkeld voor recreatieve stadsfietsen. Pas later begon men de hulpmotoren ook in te bouwen bij mountainbikes. En dat merkte je aanvankelijk. Bij het mountainbiken op onverharde steile bergpaden wordt de trapondersteuning immers op een andere manier aangesproken dan op vlakke geasfalteerde wegen, net zoals je spierkracht. Op een steile kiezelpiste moet je harder op de trappers duwen dan op het vlakke. Het is net die power die motoren voor recreatief gebruik missen. Bij het starten op een helling of optrekken na een scherpe bocht lijkt het daarom alsof de ondersteuning niet aanslaat.

### Krachtig koppel

Bosch heeft met zijn Performance Line echter een specifieke krachtige mountainbikemotor gebouwd. De Duitse fabrikant levert dan ook het overgrote deel van motoren voor e-mountainbikes. Bij de Performance Line meten sensoren voortdurend de kracht, snelheid en omwenteling en sturen dit door naar een computer. Zo krijgt de motor op elk moment de ideale vermogensafgifte. Met een maximaal koppel van 60Nm ligt de ontwikkelde kracht bij bijvoorbeeld de start op een helling een stuk hoger dan bij een motor voor recreatief gebruik. Wij reden met een Powerpack 500-accu of een vermogen van 500Wh. Zijn reactiesnelheid en ontwikkelde kracht vanuit stilstand is bepaald indrukwekkend. In 2016 zal Bosch zijn Powerpack-accu optrekken naar 600Wh. Het koppel zal dan ook toenemen tot 75Nm. Opnieuw een stuk krachtiger en sneller dus.

### Doseren!

Bij mountainbikes wordt de motor centraal ingebouwd in de trapas. De afneembare batterij wordt er boven bevestigd aan de onderbuis. Die centrale en lage plaatsing zorgt voor een laag zwaartepunt, belangrijk bij het mountainbiken. Het enkele voorblad (14 tanden) werkt prima met een Shimano 11-42 cassette. De biker kan kiezen uit vijf niveaus van ondersteuning. Daarmee kun je de trapondersteuning fijngevoelig doseren. Iets wat je in de bergen zeker moet doen (net zoals dat voor je spierkracht het geval is), wil je je accu niet snel laten leeglopen. Hoe ver of hoog je met een volle accu kunt klimmen, is moeilijk te bepalen. Nog meer dan op het vlakke is dat afhankelijk van het gewicht van de fietser, de mate waarin de ondersteuning wordt aangesproken en dus ook van de fitheid van de fietser en het gekozen verzet. Maar elke biker kan zeker enkele uren de bergen in. Op dat vlak is het uitkijken naar betaalbare en niet te zware zelfopladdende accu's (in de afdaling!), die volop in ontwikkeling zijn.