



# Tour du ALS

11E EDITIE. 8 JUNI 2023, MONT VENTOUX

## Deelnemersinformatie

Samen  
trappen we ALS  
de wereld uit



isla  
pastilles

NATIONALE  
WAARBORG

Zee  
Vat  
hypotheek & verzekeringen b.v.

NFGD  
AUDIOVISUAL  
YOUR STORY BETTER TOLD

PODIUMTRAILERVERHUUR.NL  
MAATSCHAPPELIJK VERANTWOORD PODIUM VERHUUR

XXL  
NUTRITION

# Beste deelnemer,

*Geweldig dat je deelneemt aan de 11<sup>e</sup> editie van Tour du ALS! Op 8 juni 2023 trappen we samen met jou ALS de wereld uit!*

*Vele honderden deelnemers gaan deze dag de uitdaging aan om al fietsend, rennend en wandelend de Mont Ventoux te bedwingen. Met als doel zoveel mogelijk geld op te halen voor de strijd tegen ALS.*

*In dit document vind je alle informatie die je nodig hebt om je zo goed mogelijk voor te bereiden op Tour du ALS. Mochten er wijzigingen zijn, dan worden deze ter plaatse in Frankrijk aan jou doorgegeven.*

*We wensen je heel veel succes en veel plezier op 8 juni!*

Stichting ALS Nederland.  
Geen tijd te verliezen.



# Locatie

## Village du Départ

Complexe Sportif et de Loisirs des Palivettes  
Avenue Charles de Gaulle  
84340 Malaucène

Je vindt Village du Départ naast de voetbalvereniging, aan de Route de Vaison D938.

## Parkeren

Parkeren bij Village du Départ is geen probleem mits we maar strak parkeren en de aanwijzingen van de parkeerbegeleiders goed opvolgen. We hebben geen overcapaciteit aan parkeerplekken dus als je met de fiets of anders kan komen naar Village du Départ doe dit dan! Zodra het parkeerterrein op Village du Départ vol is zal er in de directe omgeving geparkeerd moeten worden.



# Minimale startvereisten

De minimale vereisten van Tour du ALS voor deelnemers om op 8 juni te starten zijn:

- De deelnemer heeft aan al zijn financiële verplichtingen voldaan. Denk hierbij aan inschrijfgeld, sponsorgeld en de betaling van eventuele extra bestelde kleding;
- De deelnemer heeft een deelnemersverklaring ingeleverd bij de organisatie. Deze kun je bij de infobalie op Village du Départ (Malaucène) invullen en overhandigen als je jouw startpakket komt ophalen;
- De deelnemer heeft een fiets die in een zodanige staat is dat grote materiaal-technische problemen niet verwacht mogen worden;
- De deelnemer op de fiets is in het bezit van een goedgekeurde helm. Het gebruik van een helm is verplicht, zowel tijdens het klimmen als het dalen;
- De deelnemer heeft zijn sturbord duidelijk in het zicht gemonteerd aan zijn stuur. Daarnaast is het slim dat de meesters en malloten verlichting op hun fiets dragen omdat ze om 07.00 uur starten;
- De deelnemer heeft zich op Village du Départ aangemeld en draagt het tenue van Tour du ALS 2023;
- De deelnemer is in het bezit van een tomeloze drive om de top te bereiken!

## Uitsluiting van deelname

Indien niet aan de startvereisten wordt voldaan en deelnemers toch willen starten, is dit mogelijk maar val je niet onder de verantwoordelijkheid van Tour du ALS. Je krijgt dus geen startpakket en je wordt ook niet gefaciliteerd op het parcours. Mocht je wel in het bezit zijn van een tenue dan vragen wij je deze niet te dragen om verwarring te voorkomen op donderdag 8 juni 2023.



# 1, 2 of 3 keer omhoog

Tour du ALS bestaat voor de fietsers uit 1, 2 of 3 beklimming(en) van de Mont Ventoux. Voor alle patiëntenteams, wandelaars en hardlopers geldt één beklimming.

## Start

Alle deelnemers (fietsers, hardlopers en wandelaars) starten vanuit Village du Départ in Malaucène. Het is voor alle deelnemers belangrijk dat je op tijd aan de start verschijnt!

## Uitdaging 1

Deelnemers ingeschreven voor uitdaging 1 (De Kale Berg) starten vanuit Malaucène en gaan direct richting de top van de Mont Ventoux.

## Uitdaging 2 en 3 (Meester & Malloot)

Alle deelnemers voor uitdaging 2 en 3 hebben in de aanloop naar de eerste beklimming (kant Bedoin) de Col de la Madeleine te bedwingen als pittige opwarmer.



# Starttijden

Alle deelnemers (fietsers, hardlopers en wandelaars) starten op donderdag 8 juni vanuit Village du Départ in Malaucène. Alle deelnemers finishen ook weer op Village du Départ.

## De starttijden per discipline zijn als volgt:

07.00 uur | Start Meesters van De Kale Berg (2x omhoog)

07.00 uur | Start Malloten van De Kale Berg (3x omhoog)

08.30 uur | Start wandelaars voor uitdaging De Kale Berg

09.00 uur | Start hardlopers voor uitdaging De Kale Berg

10.30 uur | MASSASTART Patiënten + alle fietsers (wielrenners, handbikers en elektrische fietsen)

Het is voor alle deelnemers belangrijk dat je op tijd aan de start verschijnt!



# Uitdaging 1 – Kale Berg

Tijdens deze uitdaging beklim je als wandelaar, hardloper of fietser 1 keer de Mont Ventoux.

## Route

Vanuit Village du Départ beklim je via de zijde van Malaucène de Mont Ventoux. Wanneer je de top hebt bereikt, kun je omdraaien en weer afdalen naar Village du Départ (finishplaats) in Malaucène.

## Pendelbussen

Voor wandelaars, hardlopers, patiëntenteams en alle andere deelnemers die niet willen afdalen worden pendelbussen ingezet die jullie weer naar beneden brengen. Vlakbij Village du Depart leg je de laatste meters af naar de finish. In Village du Départ kun je jezelf afmelden als je je uitdaging hebt volbracht!

## Totaal aantal kilometer

- Fietsen: ruim 42 km, waarbij er 1652 hoogtemeters worden overwonnen;
- Wandelen/Hardlopen: ruim 21 km, waarbij er 1652 hoogtemeters worden overwonnen.



# Wandelaars & hardlopers

De wandelaars en hardlopers vertrekken om 08.30 uur en 09.00 uur vanaf Village du Départ in Malaucène. In verband met het grote snelheidsverschil en zichtbaarheid in onoverzichtelijke bochten lopen de hardlopers en ook de wandelaars deze dag rechts van de weg.

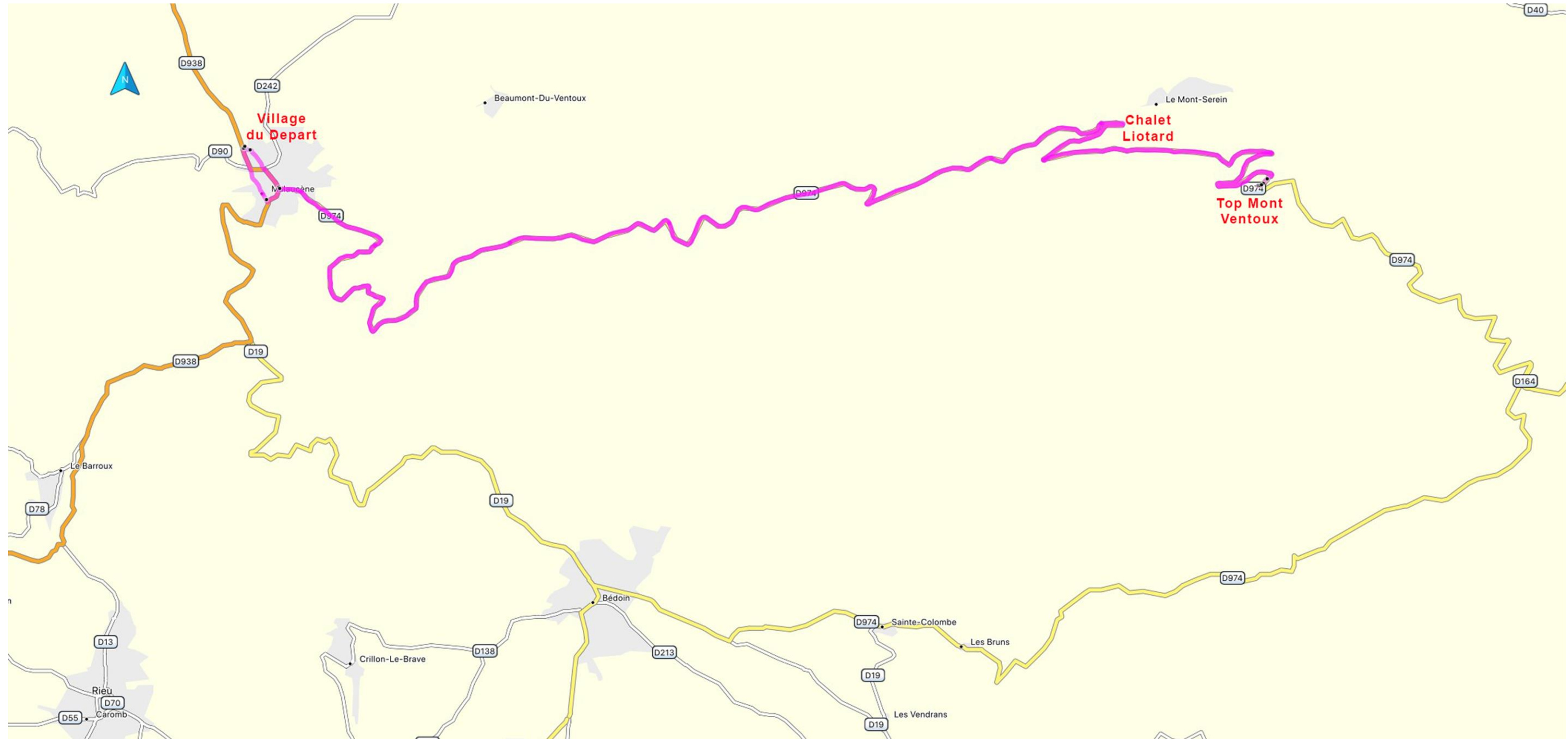
De openbare weg vanuit Malaucène naar de top is goed te belopen. Volg de lijn aan de rand van de weg en het wijst zich vanzelf naar de top. Let goed op tegemoetkomend verkeer, zowel auto's als afdalende fietsers. Loop in je eigen tempo, daarmee voorkom je blessures. We willen iedereen graag veilig aan de finish terugzien. Wandelaars en hardlopers hoeven niet af te dalen als ze op de top zijn aangekomen. Door middel van de pendelbussen worden alle wandelaars en hardlopers terug naar het begin van de klim gebracht (restaurant la Source du Grozeau) om vervolgens door naar de finish te lopen (circa 500 meter).

Zorg voor voldoende laagjes winddichte kleding. De Kale Berg is beroemd om de (koude) wind, met name op het laatste stuk van Chalet Liotard tot de top. Ook kan het erg vochtig zijn wanneer je door het bos loopt in het midden van het traject. Kortom, houd rekening met wisselende temperaturen. Er is altijd een temperatuurverschil van 14 graden tussen dal en top. Neem droge sokken mee om eventueel tussentijds te kunnen wisselen, dit ter voorkoming van blaren (neem voor de zekerheid ook blarenpleisters mee).

De motards zijn ook voorzien van EHBO-benodigdheden, dan wel middels portofoons in staat om extra hulp in te schakelen.



# Uitdaging 1 – Kale Berg





# Uitdaging 2 – Meester van de Kale Berg

Deze deelnemers beklimmen niet eenmaal, maar tweemaal de Mont Ventoux.

## Route

In Village du Départ (Malaucène) vindt de start plaats om 7.00 uur. Via Col de la Madeleine ga je naar Bédoin en klim je via deze route naar de top. Hierna wordt er afgedaald naar de startlocatie in Malaucène, waar de massastart met alle andere deelnemers plaatsvindt. Vanuit de startlocatie wordt via de zijde van Malaucène de Mont Ventoux opnieuw bedwongen. Na de beklimming daal je af naar de finishplaats in Malaucène. In Village du Départ kun je jezelf afmelden als je je uitdaging hebt volbracht!

## Totaal aantal kilometer

Meester: circa 78 km, waarbij er 3.548 hoogtemeters worden overmeesterd.

# Uitdaging 2 – Meester van de Kale Berg





# Uitdaging 3 – Malloot van de Kale Berg

Deze deelnemers doen hun naam (Malloot) eer aan en beklimmen driemaal de Mont Ventoux.

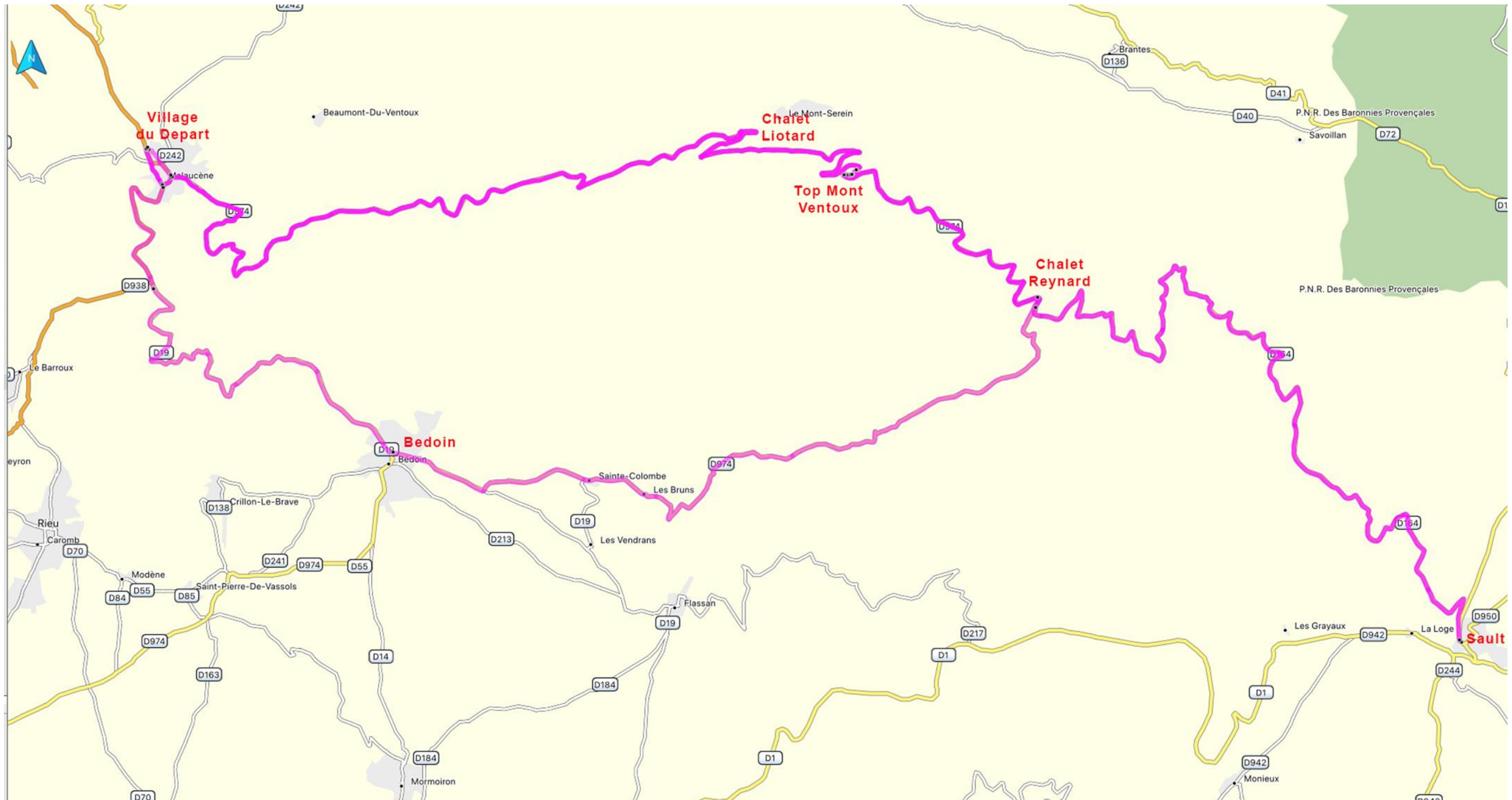
## Route

In Village du Départ (Malaucène) vindt de start plaats om 7.00 uur. Via Col de la Madeleine ga je naar Bedoin en klim je via deze route naar de top. Hierna wordt er gedaald naar de startlocatie in Malaucène waar de massastart met alle andere deelnemers plaatsvindt. Vanuit de startlocatie wordt via de zijde van Malaucène de Mont Ventoux wederom bedwongen. Hierna wordt er via Chalet Reynard afgedaald naar Sault. Vanuit Sault wordt de Mont Ventoux wederom bedwongen. Hierna alleen nog dalen richting de finish in Malaucène op Village du Départ. Meld jezelf af en je mag officieel voor gek verklaard worden!

## Totaal aantal kilometer

Malloot: ruim 150 km, waarbij er 4.706 hoogtemeters worden overwonnen.

# Uitdaging 3 – Malloot van de Kale Berg





# Alternatieve routes

Het weer hebben we helaas niet in de hand en heeft een grillig karakter, vooral rondom de Mont Ventoux. Wij zullen dagelijks contact onderhouden met het weerstation van de Kale Berg.

Mocht het weer ons parten gaan spelen op de dag zelf en de top niet bereikbaar zijn dan wordt er gestart op de alternatieve route. Dit houdt in dat we gaan kijken tot hoever we wel kunnen klimmen en veilig kunnen dalen. De uitdagingen zullen dan als volgt verreden worden:

Uitdaging 1: Malaucène - Chalet Liotard - Malaucène

Uitdaging 2: Malaucène - Bedoin - Chalet Reynard - Bedoin - Malaucène

Uitdaging 3: Malaucène - Bedoin - Malaucène

De alternatieve route wordt gewoon gefaciliteerd onder de naam Tour du ALS met alle organisatie daaromheen. De beslissing, of de alternatieve route gereden zal moeten worden, wordt uiterlijk donderdag 8 juni om 05.30 uur genomen. Op Village du Départ en op sociale media zullen we dit dan kenbaar maken aan alle deelnemers.



# Afdaling

Wandelaars, hardlopers en patiëntenteams dalen af met pendelbussen. Uiteraard kunnen ook andere deelnemers gebruik maken van de pendelbussen. Dit geldt ook voor supporters. Let op: patiëntenteams hebben voorrang op een plek in de pendelbus.

## Zelfstandig afdalen

Fietsers die vanaf de top van de Mont Ventoux zelf willen afdalen dienen uiterlijk 15.30 uur te starten met de afdaling naar Malaucène, waar vanaf 15.30 uur het eindfeest zal beginnen.

Let op: als je (als Meester of Malloot) na 14.30 uur nog naar de top van Mont Ventoux wilt fietsen, is dat mogelijk maar alleen op eigen verantwoordelijkheid. Vanaf dat moment is er geen begeleiding meer van de Tour du ALS motards, zodat we ook met z'n allen kunnen starten met het feestje in Village du Départ (Malaucène).



# Pendeldienst

Wanneer je niet per fiets wilt afdalen, is het mogelijk om gebruik te maken van een pendelbus. Bij twijfel over het afdalen kan je altijd gebruik maken van een van de pendelbussen die continu op en neer rijden van de top naar Chalet Liotard en door naar Village du Départ in Malaucène!

## Voorrang voor patiëntenteams

Vanzelfsprekend hebben patiënten en deelnemers altijd voorrang voor gebruik van de pendelbus, maar supporters kunnen ook gebruik maken van deze pendeldienst. Door de grote hoeveelheid verkeer (deelnemers, organisatie, overige) op de berg is het niet mogelijk aan te geven in welke tijdsduur een pendelbus exact beschikbaar is. We zullen dit door portofooncontact zoveel mogelijk monitoren om deze informatie paraat te hebben, echter kunnen we vooraf geen verwachtingen scheppen.

## Verwachte tijden pendeldienst

Malaucène < > Chalet Liotard: vanaf 08.00 uur tot 15.00 uur

Chalet Liotard < > TOP: vanaf 09.00 uur tot 15.00 uur





# Finish Tour du ALS

De finish ligt bij Tour du ALS, anders dan je misschien zou vermoeden, niet op de top van de Mont Ventoux. Alle deelnemers eindigen hun uitdaging op de finishlocatie Village du Départ in Malaucène. Onafhankelijk van welke uitdaging je bent aangegaan, of je gefietst, gerend of gewandeld hebt, finishen en melden alle deelnemers zich af bij binnenkomst in Malaucène.

De eerste deelnemers finishen naar verwachting rond 14.00 uur op Village du Départ.

## Bijzondere finish

De finishplaats in Malaucène zal een groot feest zijn. Familie, vrienden, patiënten, deelnemers, overige supporters en vrijwilligers/organisatie zullen er zijn om je te begroeten na jouw geweldige geleverde prestatie.



# Eindfeest Tour du ALS

Na afloop van de finish in Malaucène vindt er op Village du Départ een groot eindfeest plaats, uiteraard met live muziek.

Onder het genot van een hapje en drankje is er voor iedereen de mogelijkheid om samen lief en leed te delen, prachtige ervaringen uit te wisselen, indrukwekkende verhalen te vertellen en een prachtige dag af te sluiten met een hapje, drankje en prettige muziek op de achtergrond.

## Bekendmaking opbrengst Tour du ALS

Rond 17.30 uur wordt ook de tussenstand van de opbrengst van Tour du ALS bekend gemaakt.



# Village du Départ

Op donderdag 8 juni vindt er een doorlopende programmering plaats op Village du Départ, maar ook op dinsdag 6 en woensdag 7 juni is op Village du Départ van alles te doen en bieden we een programma met muziek, entertainment en uiteraard een hapje en drankje.

## Opening Village du Départ

Village du Départ wordt officieel geopend op dinsdag 6 juni om 16.00 uur. Dan finishen ook alle vrijwilligers die de Mont Ventoux hebben beklommen. Gezellig als je hier bij kunt zijn!

## Horeca

Op Village du Départ kunnen deelnemers natuurlijk ook terecht voor een hapje en drankje. De bar is van dinsdag 6 t/m donderdag 8 juni geopend voor drankjes en koude en warme snacks. Daarnaast bereiden we op woensdagavond een pastamaaltijd voor de deelnemers. Deze moet je van te voren via de webshop reserveren. Bekijk [hier](#) de tijden van de horeca.

## Bikeservice

Op woensdag 7 juni is er een bikeservice aanwezig van 11.00 tot 17.00 uur. Op donderdag 8 juni is deze ook de gehele dag open.



# Infobalie en shop

Op Village du Départ kun je onder andere terecht voor een hapje en een drankje, het ophalen van je startbewijs en om iets aan te schaffen in de shop. Startbewijzen zijn af te halen bij de infobalie. In de shop kun je onder andere terecht voor de aanschaf van een windjack, arm & beenstukken en stickers voor op jouw fiets. Tevens kun je bij de infobalie muntjes kopen voor hapjes en drankjes.

## De openingstijden van de infobalie & shop:

- Dinsdag van 16.00 tot 20.00 uur
- Woensdag van 10.00 tot 17.00 uur
- Donderdag van 06.30 tot 17.00 uur

## Startpakketten

Alle deelnemers van Tour du ALS ontvangen een startpakket. Deze kun je tot woensdag 7 juni om 17.00 uur afhalen bij de infobalie op Village du Départ (Malaucène). Het pakket bevat onder andere je stuurbord en startnummer. Iedere deelnemer is verplicht dit stuurbord op zijn fiets te voeren en het startnummer (wandelaars/hardlopers) te dragen op donderdag 8 juni.



# Patiëntenzorg

Voor alle aanwezige patiënten staat er in Frankrijk een zorgteam klaar, waaronder een aantal (ALS)verzorgenden en een fysiotherapeut.

Heb je hulp nodig bij wassen/aankleden e.d., hulp bij eenvoudige medische handelingen, problemen met PEG-sonde of blaaskatheter, dan kun je ons vragen of er een verzorgende bij jullie langskomt.

De fysiotherapeut is er voor de nodige massages of hulp bij doorbewegen en airstacken. Wil je gebruik maken van deze dienst, dan kunt u een mail sturen naar [info@tourduals.nl](mailto:info@tourduals.nl). Een van onze medewerkers neemt dan contact met je op. Uiteraard is het ook mogelijk om tijdens het evenement om een fysiotherapeut te vragen.

Stichting Ambulancewens zal dit jaar ook weer met drie ambulances en patiënten afreizen naar Frankrijk. Mocht je hierover vragen hebben, kun je ook contact opnemen via [info@tourduals.nl](mailto:info@tourduals.nl).



# Veiligheid deelnemers

Veiligheid staat voorop bij de beklimming én afdaling van de Mont Ventoux.

## Eigen weghelft

We hebben op 8 juni de Mont Ventoux niet afgehuurd. Er is ook ander verkeer. Sommige stukken zijn erg smal. Houd altijd de eigen weghelft aan, zeker voor in en bij het uitkomen van bochten.

## Maximale snelheid

De maximumsnelheid voor dalende fietsers is 50 km/uur. Dit in verband met je eigen veiligheid en de veiligheid van andere deelnemers en weggebruikers. Wij vragen je dringend om je aan deze limiet te houden om zo voor jezelf en voor anderen geen gevaar te vormen. De motards zullen de snelheid nauw in de gaten houden.

## Motards

Motards bewaken op 8 juni de veiligheid op de Mont Ventoux. Middels portofoons staan zij in verbinding met de (hoofd)posten en zij zijn de ogen en oren van de organisatie. Volg aanwijzingen of suggesties van motards dan ook altijd op!



# Veiligheid supporters

Op donderdag 8 juni zal het behoorlijk druk zijn op de Mont Ventoux. De Mont Ventoux is NIET afgesloten voor ander verkeer, dus ook vele andere fietsers, wandelaars, motorrijders en auto's zullen gebruik maken van de weg. Het is daarom niet toegestaan voor de supporters om als volgauto achter jou als deelnemer of team aan te rijden!

Wij vragen jullie supporters dan ook om niet over de weg te lopen of te rennen wanneer ze jou als deelnemer of team willen aanmoedigen, maar langs de weg te blijven staan. Plotseling oversteken kan erg gevaarlijk zijn, zeker in onoverzichtelijke bochten. Afdalende renners hebben erg veel snelheid en kunnen hier niet op anticiperen.

Luister naar de adviezen van de motards, organisatie en vrijwilligers die langs of op het parcours staan.

# Medische & verzorgingsposten

Op de route zijn diverse Rode Kruis / verzorgingsposten geplaatst:

- Malaucène, Village du Départ (toiletten aanwezig)
- Chalet Liotard (toiletten aanwezig)
- Top (toiletten aanwezig)
- Sault

+ extra posten voor wandelaars tussen start en Chalet Liotard (toiletten aanwezig)

## Rode Kruis

Op de verzorgingsposten zijn mensen van het Rode Kruis aanwezig en op Village du Depart ook een fysiotherapeut. Naast de verzorgingsposten op het parcours hebben ook onze motards en de pendelbussen voldoende water en voeding bij zich, dus overal is iets te krijgen!

## Motards

Op donderdag 8 juni zijn er overal op de berg motards aanwezig, die jou in het geval van nood adequate hulp kunnen bieden dan wel ervoor zorgen dat hulp zo snel mogelijk aanwezig is.





# Minderjarige deelnemers

Kinderen mogen ook deelnemen aan Tour du ALS. Echter, alleen onder begeleiding van volwassenen.

Kinderen van 15 jaar en jonger fietsen en wandelen continue onder begeleiding naar de top van de Mont Ventoux en dalen onder geen beding af. Voor de begeleider en kinderen is vervoer in de vorm van een pendeldienst georganiseerd.

Op Village du Départ is er een springkussen aanwezig voor kinderen.

# Materialen en reparaties

Het is natuurlijk ieders eigen verantwoordelijkheid om met een technisch, veilige fiets aan de start te verschijnen, denk hierbij aan goedwerkende remmen, de juiste banden en de ketting.

Let ook op verlichting, wanneer je voor 2 of 3 beklimmingen gaat. Daarnaast zijn deelnemers verplicht om een helm te dragen bij zowel het klimmen als dalen.

Wij raden iedereen aan om vooraf de fiets te laten controleren door een fietsenmaker voor je naar Frankrijk afreist. Dit om te voorkomen dat er grote materiële of technische problemen ontstaan in Frankrijk.

## Bike service

Op Village du Départ (Malaucène) is een werkplaats aanwezig voor kleine herstel werkzaamheden. De mobiele werkplaats is op woensdag 7 juni van 11.00 tot 17.00 uur geopend. Op donderdag 8 juni is deze de gehele dag open.



# Officieel tenue Tour du ALS

Op zaterdag 22 april hebben alle deelnemers die zich tot die datum hebben ingeschreven tijdens de deelnemersbijeenkomst hun Tour du ALS tenue ontvangen.

Alle deelnemers die zich na 22 april hebben ingeschreven ontvangen hun tenue in Frankrijk. Past het tenue niet, dan kun je deze in Frankrijk ruilen – onder voorbehoud dat de juiste maat aanwezig is.

## Nog geen tenue?

Kon je niet op de 22 april aanwezig zijn om jouw tenue op te halen, dan kan je jouw tenue ophalen bij Stichting ALS Nederland in Den Haag. Check even met Stichting ALS NL of jouw tenue daar aanwezig is en maak een afspraak.

Uiteraard kun je jouw tenue ook ophalen in Village du Départ. Dit kan op dinsdag 6 juni tussen 16.00 en 20.00 uur en op woensdag 7 juni tussen 10.00 – 17.00 uur. Zorg dat je je tenue voor woensdag 7 juni 17.00 uur hebt opgehaald!

# Voeding en extra kleding

Iedere deelnemer ontvangt bij het ophalen van het startpakket een sportvoedingspakket om ervoor te zorgen dat je optimaal voorbereid aan de start verschijnt. Het is belangrijk dat je tijdens je uitdaging voldoende eet en drinkt.

## Extra warme kleding

Vergeet ook geen (extra) warme kleding, zeker als je gaat afdalen met de fiets. Het verschil in temperatuur van top tot dal is maar liefst 14 graden Celsius. Is het in het dal 20 graden op de thermometer dan is het op de top dus 6 graden en vaak staat er op de top van de Mont Ventoux ook nog eens een forse wind.

In de shop op Village du Départ kun je (extra) sportvoeding en sportkleding aanschaffen.



# Media

Tijdens Tour du ALS zal er zowel op Village du Départ als op de berg media aanwezig zijn. Heb je vragen aan het mediateam, dan kun je op Village du Départ terecht in de mediatent.

Er kunnen op diverse locaties deelnemers gefilmd als ook geïnterviewd worden. Blijf lekker jezelf als je om een reactie wordt gevraagd en geef jezelf, de patiënten, Tour du ALS en stichting ALS Nederland de positieve aandacht die het verdient. Uiteraard is het mogelijk om een interview af te slaan.

Word je vooraf benaderd door media informeer ons via [info@tourduals.nl](mailto:info@tourduals.nl) dan zodat wij jou zo goed mogelijk kunnen faciliteren.

Uiteraard is het toegestaan om ook zelf een mooi verslag van jouw deelname aan Tour du ALS te maken. We vragen alle deelnemers en supporters om hun mooiste verhalen, foto's en filmpjes op sociale media te delen onder vermelding van Tour du ALS.



# Support

Onder het motto ‘Samen trappen we ALS de wereld uit!’ roepen we alle supporters op om zich bij de start- en finish te verzamelen, om al onze helden aan te moedigen en te verwelkomen. Op deze manier geven we aan het ‘wij gevoel’ massaal gehoor.

## Support langs parcours

De afgelopen edities hebben wij veel supporters langs het parcours mogen ontvangen. Supporters kunnen hun auto op Village du Départ parkeren en ook gebruik maken van de pendeldienst om op de verschillende locaties te komen. Echter kunnen er langere wachttijden voor supporters ontstaan omdat deelnemers en patiënten voorrang hebben op het gebruik van de pendelbus.

## Eigen vervoer

Eigen vervoer wordt door drukte op de berg afgeraden. Als supporters toch naar boven willen, vertrek dan ruim op tijd en parkeer bij Chalet Liotard. Veiligheid van alle deelnemers staat bovenaan die dag dus de lokale politie kan supporters tegenhouden als je naar boven wilt rijden.

**LET OP:** Parkeren op de top is NIET mogelijk! Supporters kunnen hun auto parkeren bij Chalet Liotard en vandaar met de pendelbus naar de top waar ze hun team/deelnemers kunnen aanmoedigen.



# Hoogtepunten Tour du ALS

Wat mag je als supporter van Tour du ALS niet missen?

## Opening Village du Départ

Op dinsdag 6 juni wordt Village de Départ om 16 uur feestelijk geopend. Kom naar Malaucène en heet ook alle vrijwilligers welkom die deze dag de Mont Ventoux hebben beklommen.

## Massastart op Village du Départ (Malaucène)

De massastart vindt plaats op Village du Départ in Malaucène. Malaucène is het bekende dorpje van de Tour de France, aan de voet van de klim van de Mont Ventoux. Alle wandelaars, hardlopers en fietsers, ongeacht de uitdaging, vanuit dit pittoreske Franse dorpje. Rond 7.00 uur zal het eerste startschot klinken voor alle Meesters en Malloten van de Kale Berg (fietsers) en rond 8.30 uur is de start voor alle wandelaars. Om 9.00 uur klinkt het startschot voor de hardlopers en daarna zal rond 10.30 uur de massastart plaatsvinden en vertrekken alle fietsers inclusief patiënten voor hun beklimming van de Mont Ventoux.

## Eindfeest Tour du ALS

In Village du Départ sluiten we onze 11e editie in stijl af. Rond de klok van 15.30 uur start het feest in Village du Départ. Zorg dat je er eerder bent om alle deelnemers binnen te zien komen. Dit is een mooie mijlpaal om met elkaar te delen! Ook kun je hier de indrukwekkende finish van alle patiënten meemaken die hun persoonlijke uitdaging zijn aangegaan! De eerste finishers worden rond 14.00 uur verwacht.



# Regels van de Mont Ventoux

De Mont Ventoux is een beschermd gebied en wij vragen jullie om je daarom aan een paar regels te houden:

- Wildplassen is ten strengste verboden!
- Het is NIET toegestaan om blijvende teksten, sponsoruitingen of aanmoedigingen te schrijven, te schilderen of te tekenen op muurtjes, bergwanden, vangrails of op de weg van de Mont Ventoux. Met biologisch afbreekbare verf kan je wel een aanmoediging op de berg zetten!
- Op de Mont Ventoux mag je geen spandoeken aan bomen knopen. Ook mag er niks in de grond geslagen worden.

## Geen afval

Probeer verder de Mont Ventoux schoon te houden. Denk aan het milieu en bewaar je afval tot je dit op een verantwoorde manier kwijt kunt. Dit geldt ook voor gft-afval zoals bananenschillen en dergelijke.





**We wensen alle deelnemers van  
Tour du ALS ontzettend veel  
succes en plezier!**

**We zien  
jullie in  
Frankrijk!**