

Fiets

Rijd je eigen proloog!
**Tijdrijden
voor de
gewone man**

**De poort van de hel
Kassei-Touretappe verkend**

**100 jaar Tourmalet
Fietsen rond mythische col**

Windtunnels

Zin of onzin?

Marmotte 2010

Is de bakker er klaar voor?

**Het
motortje**

Rijdt Fabian op
de brommer?



Vier tijdritfietsen getest

Cancellaraatje spelen

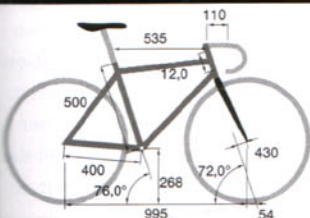


Tijdrijden draait om meer dan alleen hard stampen. Het optimaal benutten van je krachten vraagt om een passende fiets en uitrusting. We hebben vier kant-en-klare tijdritfietsen voor je getest, zodat je je voor even Cancellara kunt wanen.

Tekst: Hans ter Maten, Menno Grootjans / Foto's: Edwin Haan

Gaat het kriebelen als je tijdritkanon Fabian Cancellara aan het werk ziet – motortje of niet? Heb je zelf onlangs een tijdritje gereden en je blijkt talent te hebben? Dan kun je overwegen om een echte tijdritfiets aan te schaffen. Voor relatief weinig geld koop je al een prima exemplaar. De voor-naamste verschillen tussen een tijdritframe en een gewoon frame zijn de grotere zitbuishoek en de kortere bovenbuis. Hoe groter de zitbuishoek, hoe rechter de zadeldbuis staat. Je kunt nu meer voorover liggen, wat betekent dat je frontaal het oppervlak verkleint. Belangrijk, want de berijder is verantwoordelijk voor tweederde deel van de totale luchtweerstand – hier gaan we al uit van een ligstuur. Het restant is toe te schrijven aan frame, voorvork en wielen. Overigens is het een illusie

Cube Aerium Race



Prijs	€ 1999,- compleet
Frame	aluminium
Voorvork	Dedacciai Black Fin Carbon
Gewicht	8,30 kilo (52 cm, zonder pedalen)
Groep	Shimano Ultegra 6700
Crankset	FSA SL-K Light Megaexo Carbon 53x39
Shifters	Shimano Dura Ace
Remhendels	Tektro RL970
Wielen	CUBE HP Aero By Citec
Banden	Schwalbe Ultremo R Kevlar 23 mm
Zadel	Fizik Arione Tri
Zadelpen	Aero Prolight Drop
Stuur	Syntace Stratos CX Carbon + Syntace C3 Clip
Stuurpen	Syntace F109
Maten	S (49 cm), M (52 cm), L (55 cm), XL (59 cm)
Torsiestijfheid	105
Buigtijfheid	44
Wendbaarheid	67
Wegrijfsindex	-2,53
Info	www.cube.eu

'De omhoog lopende extensies van de Cube bevallen mij als ex-sprinter het beste'

dat je met een tijdritfiets meteen een stuk harder rijdt. Je zult eerst flink moeten wennen aan de specifieke houding. Deze test van tijdritfietsen is uitgevoerd door drie renners: ex-prof Max van Heeswijk, ervaren tijdrijder Corniel Nobel en Fietsstagiair Hans ter Maten, rookie op het gebied van tijdritfietsen. Dit zijn hun bevindingen.

Cube Aerium Race

Dat het Duitse Cube een uitstekende prijs/kwaliteit-verhouding heeft, hoeven we niet meer te vertellen. Wat direct opvalt aan deze fiets is de Dedacciai Black Fin-voorvork. Op zich niets mis mee, maar hij is niet bij uitstek geschikt voor tijdrijden. De sloping bovenbuis en de afwijkende zitbuis ten opzichte van de andere frames zijn tijdrijder Corniel Nobel een doorn

Cube: plussen & minnen



Tester I

Corniel Nobel (30), tijdrit-specialist te Leiden. Software engineer van beroep en lid van de Leidse wielervereniging Swift. Per jaar rijdt hij zo'n 1000 kilometer op zijn tijdritfiets – een zeer exclusieve Titanium Litespeed Blade – verdeeld over verschillende tijdritten. De kortste: rond de 8 kilometer. De langste: 123 kilometer. Daarnaast fietst hij nog 7000 kilometer 'gewoon' op de weg.



Top 4:

1. Canyon
2. Cannondale
3. Giant
4. Cube



De zitbuis is om het achterwiel gebogen



Dat is nog eens een chic stuur!

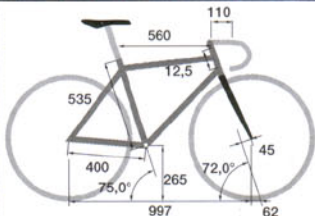
in het oog. De zitbuis is als het ware om het achterwiel gebogen. De theorie hierachter is dat dit de staande buis zo minder verzwakt dan een 'inkeping', zoals die bij de andere frames voorkomt. De Cube is afgemonteerd met het chique Syntace Stratos CX Carbon-stuur. Minder fraai is de bidonhouder die Cube standaard monteert. Pluspunt volgens Max van Heeswijk: "De omhoog lopende



Zo hoort het: alle kabels door het frame

'Je zit dieper, de fiets oogt platter en je stuurt net wat nerveuzer'

Cannondale Slice Carbon 105



Prijs	€ 2199,- compleet
Frame/voorvork	carbon
Gewicht	9,10 kilo (L, zonder pedalen)
Groep	Shimano 105
Crankset	FSA Gossamer BB30, 38/52
Shifters	Shimano Dura Ace
Remhendels	Cannondale C2
Wielen	Fulcrum Racing 7
Banden	Schwalbe Blizzard, 23 mm
Zadel	Fi'zi:k Arione TRI2
Zadelpen	Cannondale Slice Carbon Aero
Stuur	Cannondale C3 + Profile T2 Alloy bar-ends
Stuurpen	FSA ST-0S-150 LX
Maten	51, 54, 56, 58, 60 cm
Torsiestijfheid	98
Bracketstijfheid	47
Voorvorkstijfheid	80
Stabiliteitsindex	-2,45
Info	www.cannondale.com

extensies. Die bevallen mij als ex-sprinter het beste. Zo kan ik net wat meer kracht zetten. En de Cube zit wat comfortabeler dan de Cannondale. Maar ja, wat is comfortabel... een tijdritfiets zit natuurlijk nooit echt lekker." Corniel en Hans hebben niet veel lovende woorden over voor de Cube: de ervaren tijdrijder heeft vooral moeite met de standaard voorvork en de vorm van de staande buis, de rookie vindt hem simpelweg het minst snel aanvoelen van de vier testfietsen. "De omhoog lopende extentions bevallen mij wel weer. Het schakelen gaat hierdoor soepel." De drie testers zijn ook niet echt blij met de kleurstellingen van het frame. Positief is de remkracht van de Ultegra-remmen in combinatie met de eigen, goed uitzierende Cube-wielen. "Maar ja, een tijdrijder moet juist zo weinig mogelijk remmen..."

Cannondale Slice Carbon 105

De 9,1 kg wegende Slice is de enige testfiets met een carbon frame en dat maakt hem gelijk ook de duurste van de drie. Voor dat geld krijg je een mooi afgewerkt frame.

Cannondale: lekker stijf



Tester II

Hans ter Maten (24), amateur MTB'er en tijdritrookie. Student, tot voor kort stagiair bij *Fiets*. Hans rijdt offroad op een Giant – waaronder diverse wedstrijden in Nederland. Daarnaast fietst hij circa 5000 kilometer per jaar op zijn Storck-racefiets. Inmiddels is hij besmet met het virus: gaat binnenkort zeker één of twee tijdritten betwisten.

Top 4:

1. Giant
2. Canyon
3. Cannondale
4. Cube



Geen ruimte tussen zitbuis en achterwiel

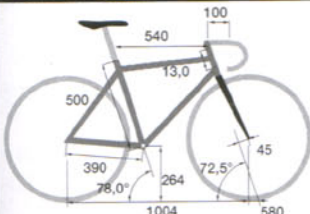
De ruimte tussen de zitbuis en het achterwiel is dichtgewerkt. Cannondale noemt dit 'Speed Shadow', ontworpen om het achterwiel af te schermen voor luchtweerstand. Bij een fiets in deze prijsklasse mag je wel iets lichters verwachten dan de Fulcrum Racing 7-wielen, maar qua functionaliteit en stijfheid voldoen ze prima. Volgens Max van Heeswijk is deze fiets "meer tijdritfiets dan de Giant. Je zit dieper, de fiets oogt platter en je stuurt net wat nerveuzer. Voor

iemand die ervaring heeft kan deze Slice een goede keuze zijn." "Lekker stijf", voegt Corniel daaraan toe. Hoewel de Cannondale iets minder zeker op de weg lijkt te liggen (zo vindt Hans), scoort hij toch goed. De speciale zadelpenconstructie – waarmee je de zitbuishoek van 78 graden (specifiek voor triatlon) naar 73 graden kunt veranderen, om aan de UCI-norm te voldoen – oogst bewondering en het feit dat het frame van carbon is, geeft de Slice net even wat extra's mee.

Tijdwinst

Als je gewend bent aan de 'druppelhouding' kun je, als goed getrainde fietser, in een tijdrit van 40 kilometer een flinke tijdwinst (tot 8 minuten!) boeken. Neem de juiste houding aan, hijs jezelf in snelle kleding en monteer gestroomlijnde onderdelen. Hieronder vind je wat aanpassingen die je zeker tijdwinst gaan opleveren:

- Druppelhouding: 4 minuten
- Druppelhelm: 1 minuut
- Snelpak met ruwe en gladde materialen: 57 seconden
- Aerovoorwiel: 48 seconden
- Dicht achterwiel: 33 seconden
- Aerovoorvork: 26 seconden
- Verwijderen bidon en houder: 26 seconden
- Overschoenen: 13 seconden
- Geschoren benen: 5 seconden
- Aerocrankset: 5 seconden
- Aeroderailleur: 4 seconden
- Aerohandgrepen: 2 seconden

Giant Trinity 0

Prijs	€ 1599,- compleet
Frame/voorvork	aluminium/Aero carbon
Gewicht	9,70 kilo (M, zonder pedalen)
Groep	Shimano 105
Achterderailleur	Shimano Ultegra
Crankset	FSA Gossamer MegaExo Time Trail, 42/53
Shifters	Shimano Dura-Ace
Remhendels	Giant Trinity
Wielen	Giant Alloy SL Aero 42 mm
Banden	Michelin Lithion2, 23 mm
Zadel	Giant Unity Performance TRI
Zadelpen	Giant Alloy Aero
Stuur	Giant Connect SL
Stuurpen	Giant Connect SL
Maten	XS, S, M, L
Torsiestijfheid	80
Bracketstijfheid	55
Voorvorkstijfheid	95
Stabiliteitsindex	-2,34
Info	www.giant-bicycles.com



Hoe plat had je 'm gehad willen hebben?

Corniel: "Het is een goede fiets, maar volgens mij geen betere keuze dan de aluminium fietsen. Het 'beserker green' van de Cannondale kan mij niet bekoren." Hans: "Over smaak valt niet te twisten."

Giant Trinity 0

De 42 millimeter hoge Giant-velgen, het 'dichte kettingblad' en de scherpe randen van de onderbuis geven de Giant een snelle look. Alle kabels zijn, net als bij de andere fietsen, keurig in het frame weggewerkt. Het frame heeft een lichtaflopende slooping bovenbuis en de balhoofdbuis is druppelvormig. Met 9,7 kilo is het weliswaar de zwaarste fiets uit de test, maar dat betekent niet dat hij langzaam is. Integendeel. Onderweg blijkt al

Giant: zwaar, maar snel!



Het stuur heeft lange extensies. Dat rijdt prettig, maar schakelt wat stroef

'De fiets ligt prima op de weg en een bocht insturen is zelfs makkelijk'

snel dat de Giant een uitstekend karretje is. "Valt 100 procent mee", zegt Max. "De fiets ligt prima op de weg, een bocht insturen is zelfs makkelijk en hij is goed wendbaar." Corniel onderschrijft dit: "Rijdt gewoon goed! Misschien is de afmontage met 105 wat minder, maar daar is de prijs ook naar. Het FSA-crankstel met het dichte kettingblad maakt weer veel goed." Ook het niet specifieke tijdritzadel bevat de mannen. Allen zitten prima op de Trinity, ondanks het feit dat de fiets niet volledig op hun maat is afgesteld. Max: "Dat is

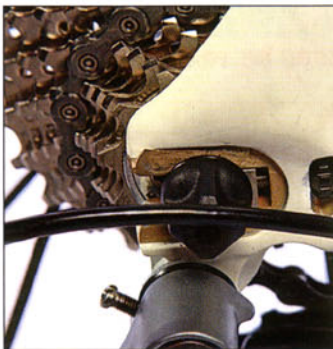
heel persoonlijk. Toen ik nog veel tijdritten reed, waren de mecaniciens continu bezig met alles precies af te stellen." Minpuntje is dat het schakelen nogal stroef gaat. Volgens Hans komt dit door de lange extensies. "Dat rijdt erg lekker, maar voor het schakelen is het minder prettig."

Canyon Speedmax AL 8.0

Het Duitse Canyon levert prachtfietsen voor relatief weinig geld. Deze Canyon Speedmax AL 8.0 bewijst dat nog maar eens. Voor



Zadelpenkleem zit aan de achterkant



Afstelbare positie van het achterwiel

Canyon Speedmax AL 8.0

Prijs	€ 1499,- compleet
Frame/voorvork	aluminium/Aero carbon
Gewicht	9,10 kilo (M, zonder pedalen)
Groep	Shimano 105
Achterderailleur	Shimano Ultegra
Crankset	Shimano 105 53/39
Shifters	Shimano Dura-Ace
Remhendels	SRAM TT 500
Wielen	Mavic Cosmic Elite
Banden	Continental Ultrasport
Zadel	Selle Italia NT1
Zadelpen	Canyon Speedmax Carbon Aero
Stuur	Profile T2 Base Bar/ T2 Wing
Stuurpen	Profile Aris
Maten	XS, S, M, L, XL
Torsiestijfheid	91
Bracketstijfheid	65
Voorvorkstijfheid	100
Stabiliteitsindex	-2,45
Info	www.canyon.com

'Een heel mooi frame, super aerovoork en de rechte extensies bevallen mij heel goed'

1500 euro heb je een tijdritfiets die prijstechnisch helemaal top is. Bijzonder detail is de naar achteren geopende uitvaleinden, waarmee de positie van het achterwiel door middel van een soort 'kettingspanner' naar voren of achteren is bij te stellen. Zo kun je het achterwiel extreem dicht bij de zitbuis brengen om luchturbulentie te vermijden. Volgens Max een beetje overbodig, maar toch een leuk detail. Remmen en schakelen gaat met Shimano: de achterderailleur is een Ultegra. "Een heel mooi frame, super aerovoork en de rechte extensies bevallen mij heel goed", oordeelt Corniel. Hij heeft wel wat kritiek op de 105-onderdelen, maar zeker in deze prijsklasse is dit een uitstekende basis. "Een paar hoge aerowielen en je hebt een prima tijdritfiets." Max kan echter niet goed uit de voeten met de Canyon:

Canyon: voor dit geld uitstekend

Tester III

Max van Heeswijk (37) was gedurende 14 jaar wielervedrijver en is nu werkzaam bij Rings in Goirle. Hij reed onder andere voor US Postal – waar hij ploeggenoot was van Lance Armstrong – en voor Rabobank. In totaal fietste hij zo'n 200 tijdritten. De kortste: 1 kilometer op het Circuit de la Sarthe. De langste: 60 kilometer in de Tour de France. Verder deed hij mee aan menig ploegentijdrit, onder andere in de Vuelta, waar toentertijd Floyd Landis de motor was. Rijdt tegenwoordig vooral mountainbikewedstrijden, op een Specialized.

Top 4

1. Giant
2. Cannondale
3. Cube
4. Canyon



hij raakt het stuur met zijn knieën. Hans stelt dat de Canyon net wat minder nerveus stuurt dan de Giant. "Uitstekende fiets, zeker voor dat geld." Wie denkt dat je geen testrit kunt maken op deze 'webfietsen' heeft het mis: in Heerlen zit een Canyon Testcenter.

Conclusie

Voor mensen die geen genoegen nemen met een opzetstuur op hun gewone racefiets, zijn deze instapmodellen stuk voor stuk een prima optie. Toch steekt de Giant er volgens de testfietzers bovenuit, en dat komt dan met name door zijn zitcomfort. De Canyon is enigszins vergelijkbaar, maar door het oordeel van Max eindigt deze net achter de Giant op de tweede plaats. De Slice van Cannondale is zeker geen slechte fiets, maar prijstechnisch gezien minder interessant. De aluminium fietsen doen in deze test namelijk allerminst onder voor hun carbon rivaal. Met een licht aluminium frame had Cannondale de fiets kunnen afmonteren met mooiere spulletjes. Nu is de basis goed, maar moet je er verhoudingsgewijs vrij diep voor in de buidel tasten. Hekkenluiser is de Cube: op zich een prima fiets, maar de gewone voorvork wordt door alle testers als een groot minpunt gezien. Ook zijn ze alle drie van mening dat het fraaie crankstel beter plaats had kunnen maken voor een crank met specifieke tijdritbladen.

