

Fietsnascholingscursus Mont Ventoux
SportMáx
16-22 september 2017



Informatie Buis-les-Baronnies



Buis-les-Baronnies ligt aan de noordkant van de Mont Ventoux op de grens met het departement Drôme. De gemiddelde maximumdagtemperatuur medio september is ongeveer 23 graden. Qua fietsgebied biedt het naast de Mont Ventoux veel mogelijkheden noordwaarts en oostwaarts. Leuke beklimmingen zijn o.a. de Col de Peyruergue, Col de Perty en de Col de Saint Jean.



Programma 7 daagse reis

Zaterdag 16 september

Vertrek vanuit Nederland naar de Provence

19.00 uur Welkomstborrel en diner in het hotel

Zondag 17 september

08.00 – 13.00 uur 5 uur cursus

13.00 – 14.00 uur Lunch

14.00 – 18.00 uur Fietstocht

Maandag 18 september

08.00 – 13.00 uur 5 uur cursus

13.00 – 14.00 uur Lunch

14.00 – 18.00 uur Fietstocht

Dinsdag 19 september

08.00 – 18.00 uur Hele dag fietstocht met beklimming Mont Ventoux.

21.00 – 23.00 uur Mogelijk avondprogramma

Woensdag 20 september

08.00 – 12.00 uur 5 uur cursus

13.00 – 14.00 uur Lunch

14.00 – 18.00 uur Fietstocht

Donderdag 21 september

08.00 – 13.00 uur 5 uur cursus

13.00 – 14.00 uur Lunch

14.00 – 18.00 uur Fietstocht

Vrijdag 22 september

09.00 uur Na het ontbijt vertrek naar huis of verlenging van het verblijf



Wetenschappelijk programma cursus medische aspecten van duursport 2017 (*)

zondag 17 september 4,25 uur

- 08:30-09:00 Kennismaking en introductie
- 09:00-10:00 Zadelpijn en ander fietsleed
Edwin Achterberg, sportarts
- 10:00-10:15 PAUZE
- 10:15-11:30 Liesklachten
Marc Scheltinga, chirurg
- 11:30-12:30 Vaatproblemen bij duursporters
Goof Schep, sportarts
- 12:30-13:00 Discussie en casuïstiek
Alle deelnemers en huisartsvoorzitter
- 13:00-14:00 Lunch

maandag 18 september 4,25 uur

- 08:30-09:30 Oncologische revalidatie
Goof Schep, sportarts
- 09:30-10:30 Dysfunctionele ademhaling
Joost Janssen, longarts en Arjen van Henten, longarts
- 10:30-10:45 PAUZE
- 10:45-11:45 Prehabilitatie trainingsprogramma
Goof Schep, sportarts en Art Vreugdenhil, internist
- 11:45-12:30 Traumatologie
Marijn van den Besselaar
- 12:30-13:00 Discussie en casuïstiek
Alle deelnemers en huisartsvoorzitter
- 13:00-14:00 Lunch

dinsdag 19 september 3,00 uur

19:00-22:00 Voeding, hydratatie en lichaamssamenstelling
Edwin Achterberg, sportarts

woensdag 20 september 4,25 uur

08:30-09:30 Inspanningsastma en COPD
Joost Janssen, longarts en Arjen van Henten, longarts

09:30-10:30 Compartimentsyndroom
Marc Scheltinga, chirurg

10:30-10:45 PAUZE

10:45-11:45 Longrevalidatie
Goof Schep, sportarts, Joost Janssen, longarts en Arjen van Henten, longarts

11:45-12:30 Sport en artrose
Paul Schreuder, sportarts io en Marijn van den Besselaar, orthopedisch chirurg

12:30-13:00 Discussie en casuïstiek
Alle deelnemers en huisartsvoorzitter

13:00-14:00 Lunch

donderdag 21 september 5,25 uur

08:30-09:30 Coronarialijden
Jan Hoogsteen, cardioloog

09:30-10:30 Hoog energetisch trauma
Paul Schreuder, sportarts io en Marijn van den Besselaar, orthopedisch chirurg

10:30-10:45 PAUZE

10:45-11:45 De ouder wordende duursporter
Jan Hoogsteen, cardioloog

11:45-12:30 Exercise is medicine
Edwin Achterberg, sportarts

12:30-13:00 Discussie en casuïstiek
Alle deelnemers en huisartsvoorzitter.

13:00-14:00 Lunch

19:00-20:00 Bespreken en uitreiken leerpunten, evaluatie en einddiscussie

(*) Totaal aantal lesuren 21 en hiervoor is accreditatie aangevraagd. Aantal accreditatiepunten in 2016 was 18.

Accommodatiegegevens en conferentiefaciliteiten

Hotel Sous l'Olivier (*), Buis-les-Baronnies**



Sous l'Olivier ligt aan de voet van de Mont-Ventoux, in het typisch Provençaalse dorp Buis-les-Baronnies, dat wordt omringd door lavendel, tijm, rozemarijn, linde- en olijfbomen. De accommodatie bevindt zich bij het punt waar de rivieren de Ouvèze en de Menon samenkomen.

De kamers zijn voorzien van airconditioning, een televisie en een eigen badkamer met een bad en een toilet. U kunt gratis gebruikmaken van WiFi en sommige kamers hebben ook een eigen terras. Alle kamers hebben gescheiden bedden.

Er wordt elke ochtend een ontbijt verzorgd en het eigen restaurant serveert lokale gerechten en wijn.

Activiteiten in de omgeving zijn onder andere fietsen, wandelen en via ferrata (klettersteigen) bij Mont St Julien.

Er is gratis privéparkeergelegenheid bij de accommodatie, waaronder een afgesloten parkeerplaats voor motorfietsen. Er is ook een gratis garage beschikbaar voor fietsen.

Reissom

Prijs per persoon

€ 1150,-

Toeslag 1-persoonskamer: € 240,-

Inbegrepen:

- kosten vergaderzaal
- cursuskosten en kosten accreditatie
- coffeebreak ('s ochtends tijdens de cursusdagen)
- zes overnachtingen op basis van gedeelde 2-persoonskamers
- verblijf op basis van halfpension
- tijdens de cursusdagen lunch
- lunch onderweg tijdens de fietsdagtocht
- begeleide fietstochten en GPX-bestanden
- volgauto tijdens de fietstochten
- lokale (hotel)belastingen
- verzorging van reisbescheiden
- boekingskosten
- reisbegeleiding

Niet inbegrepen:

- fietshuur
- facultatieve excursies, pretours/posttours, afwijkende reisschema's

- overige diners, consumpties, drankjes en verdere uitgaven van persoonlijke aard
- fooien voor lokale gidsen en chauffeurs, hotelpersoneel, bediening
- reis/annuleringsverzekering

Algemene informatie en voorwaarden

Algemene informatie en voorwaarden:

- deze reis wordt uitgevoerd door VeloTours. De cursus wordt uitgevoerd door SportMáx.
- op dit arrangement zijn de Algemene Voorwaarden VeloTours van toepassing. Deze vindt u onderaan op de website www.velotours.nl. Wij zenden u deze desgewenst per mail toe.