

## Eine weitere Runde (08.05.2023)

2023-05-16 20:00 (Kommentare: 1)

Der dritte Tag. Ein schöner Tag. Bedeckt, aber schön. Der letzte schöne Tag. Aber das war zu diesem Moment ja noch nicht klar.

Ein neuer Tag, eine neue Tour. Das ist ja schließlich der Grund, warum ich hierhin gefahren bin. Doch erst einmal gibt es wieder ein ausgiebiges (sowohl inhaltlich als auch zeitlich) Frühstück, wieder mit Rührei, Kaffee, Tee, Toast, Tomaten, ... während mich aus den Lautsprechern "[Bliss - They Made History](#)" begleitet ...

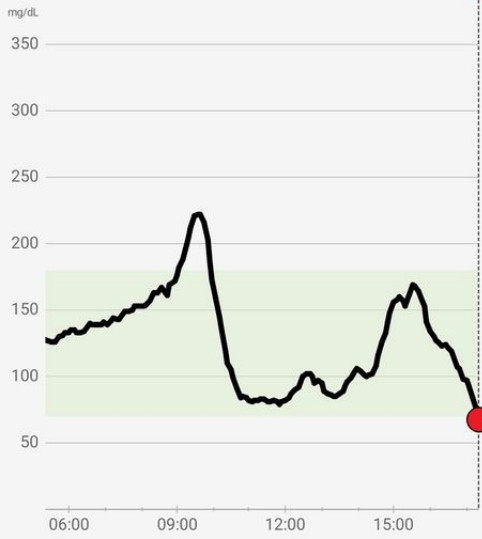
Wieder einmal bewölkt aber wenigstens regnet es nicht. Jedoch ist es neblig und ich habe schon mehrere Radfahrer mit Warnweste gesehen, also werde ich auch eine anziehen, denn eine fehlende Warnweste kann ich Belgien sehr schnell sehr teuer werden. Und auch wenn die Vorschriften für Autos und Motorräder gelten: ich will nicht diskutieren, dass ich doch lediglich mit einem Rad ... Keine Lust drauf.


Nach der Tour freue ich mich über die (verdient) riesige Portion "[Spaghetti Carbonara](#)". Aber die echte, also mit Speck, Ei(gelb) und echtem Parmesan und nicht - wie oft gemacht - mit Sahnesauce.

Trotz des üppigen Essen bestehend aus einer ordentlichen Portion Nudeln (Vollkorn-Dinkel, aber trotzdem) war die normale Portion Insulin zu viel: der Blutzuckerspiegel sank sehr schnell wieder auf Unterzucker, da die Tour den Kohlenhydratspeicher schon selbst ziemlich leer geschaufelt hat. Ergänzung: ich bin die Tour ohne elektrische Unterstützung gefahren. Erst das weitere Zuführen von Kohlenhydraten durch Schokolade brachte wieder den normalen Zucker-Level.

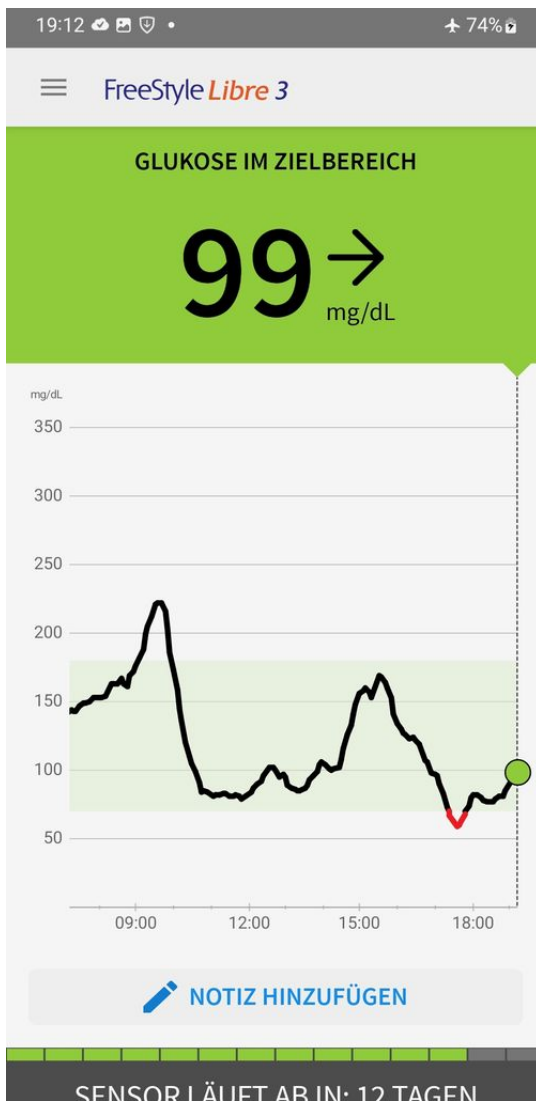
**GLUKOSE NIEDRIG**

**68**   
mg/dL



 **NOTIZ HINZUFÜGEN**

**SENSOR LÄUFT AB IN: 13 TAGEN**



Außerdem habe ich heute noch etwas neues gelernt: wenn man bei Komoot bei einer Tour zuerst "STOP" dann aber "Aufzeichnung fortsetzen" wählt, macht Komoot wortwörtlich genau das: die Routenführung wird gestoppt, (nur) die Aufzeichnung wird jedoch fortgesetzt. Gott-sei-Dank hatte ich die Tour ab dem Punkt schon einmal gefahren, so dass ich mich an den Weg nach Hause erinnern konnte - auch ohne Routenführung.

## Komoot Tourlog

## Bilder des Tages

-



• Der Himmel ist morgens bedeckt ...



• ... aber wenigstens regnet es nicht!



— Der Startpunkt der Tour



—



— Wieder die 'Pöppes-Gedenkstraße'

•



—  
•



• Das Schild rechts ist so verblichen, dass man es zuerst für 'Durchfahrt verboten' halten könnte



• Moderne Architektur mit wenig Fenster zur Front



— außergewöhnliche Architektur

•



— die Öffnung neben der Tür ist scheinbar eine IR Überwachungskamera!

•







— Kubistisch





—  
•



—  
•



—  
•



—  
•





—  
•



—  
•



— Zeit für eine Pause



—





Wohnen in der Natur



—  
•



—  
•



—  
●



—  
●





— Kurz zwischendurch in Oostburg Lebensmittel shoppen



— Ganz schön teuer!?



**Hero**  
Gember

**Hero**  
KERS

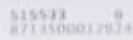
**HERO GEMBER  
VRUCHTENSREAD**  
350 GRAM

**HERO VRUCHTENSREAD  
KERS**  
350 GRAM

Prijs / KG: 6.89 03 04 05

**2<sup>39</sup>**

Prijs / KG: 8.46 03 04 05



515533 8 29-2-2023  
8713500012924 0 29-4-8

515018  
8713500

**BIO**  
logisch

Ingwer-Marmelade





JUMBO BIO CHOC 85%	JUMBO BIO GEMBER SINAAS	JUMBO 85% GINGER BIO NIBS
100 GRAM	100 GRAM	100 GRAM
<b>1.59</b>	<b>1.67</b>	<b>1.61</b>
<p>Prijs / KG: 15.90 01.01.20</p> <p>427700 38 16-1-2021 8.23.14</p>	<p>Prijs / KG: 16.70 01.01.20</p> <p>448630 38 15-1-2021 8.18.11.4</p>	<p>Prijs / KG: 16.10 01.01.20</p> <p>408020 38 15-1-2021 8.20.11.4</p>





Ingwer-Schokolade



## OPENINGSTIJDEN

Maandag	8.00 - 21.00 uur
Dinsdag	8.00 - 21.00 uur
Woensdag	8.00 - 21.00 uur
Donderdag	8.00 - 21.00 uur
Vrijdag	8.00 - 21.00 uur
Zaterdag	8.00 - 21.00 uur
Zondag	8.00 - 21.00 uur

**JUMBO**  
Oostburg

**JUMBO**  
OOSTBURG



DAS sind mal Öffnungszeiten



— Vor Jumbo vorbildlich mit dem Rad in erster Reihe parken. Autofahrer haben es weiter!



— Und schon wieder eine ausgeblichene Tempo 60 Zone!



• Willkommen in 'Turkey'



• Nicht verwechseln: links ist die Straße, rechts daneben der zweispurige Radweg



— Abendessen: Spaghetti Carbonara



LANDFREUDE

DINKEL-PASTA  
SPAGHETTI  
AUS REINEM DINKELMEHL



6-7 Min.

500g

VEGAN  
von Natur aus vegan

## Abendrunde "Ijzendijke"

Da ich nicht noch einmal den Fehler von Sonntag wiederholen wollte (abends nicht noch einmal für eine kurze Tour raus, es könnte ja wieder regnen), bin ich dann noch einmal los um mir den niederländischen Nachbarort an zu sehen. Nichts wildes, einfach nur ein bisschen hin und her im Ort um ihn mir an zu sehen.



\_ Schade: ein neu erweiterter Bau durch Vandalismus zerstört

-



• – Bushaltestelle "Petit Paris" in IJzendijke



• – IJzendijke Ortseingang







— Ein kleiner Wildpark mitten in IJzendijke







— Typisch Niederlande? Tulpen im Vorgarten



•    zu verkaufen - würde ich sehr gerne kaufen



•    sehr kreativ: die Sitzbank als 3D Erweiterung des Bildes















Feuerwache







Der Marktplatz von IJzendijke



— toller Vorgarten mitten in der Stadt



— Danke für die Einladung, aber leider keine Zeit



—





— Stadtpark



• Buchtauschregal in niederländischer Version



• nicht das übliche Tulpenfeld



[\\_](#) wieder zurück in Flandern

## Kommentare

Kommentar von Werner | 2023-05-16

...da hast du ja in der kurzen Zeit und trotz der widrigen Umstände viel gesehen. Eindrucksvolle Bilder und ansprechende Beschreibungen: da sollte man 'mal Urlaub machen!

Schade, dass der Regen "einen Strich durch die Rechnung" gemacht hat...

Antwort von Jörg

Tja, manchmal hat man Pech, manchmal kein Glück. Immerhin war ich drei Tage da und konnte fahren. Besser drei Tage fahren als gar keinen!

**Einen Kommentar schreiben**