

NOVEMBER 2024

hamok

100% ORIENTEERING

VOORZITTER

André Aerts

Boshuis 11 | 3980 Tessenderlo
0484 48 28 86 | andre.aerts@hamok.be

ONDERVOORZITTER

Jos Thijs

Driegezustersstraat 36 | 3582 Beringen
0478 31 33 62 | jos.thijs@hamok.be

EXTERN SECRETARIS | JEUGDSPOORT

Pascal Mylle

Maasbeekstraat 16 | 3945 Ham
0485 41 94 38 | pascal.mylle@hamok.be

INTERN SECRETARIS | LIDGELD

Karin Declercq

Maasbeekstraat 16 | 3945 Ham
BE84 7795 9196 4459 | karin.declercq@hamok.be

SCHATBEWAARDER

An Verberne

Poelstraat 7 | 3520 Zonhoven
0476 75 58 95 | an.verberne@hamok.be
BE68 4581 0482 3134 | vzw HAM O.K.

INSCHRIJVINGEN

Dominique Schutjes

Peerderbaan 13 | 3940 Hechtel
011 73 44 53 | dominique.schutjes@hamok.be
BE71 7350 2279 3469 | HAM O.K. Hechtel

BESTUURSLID

Wim Geerts

Tenderlo 40 | 2490 Balen
0479 74 60 43 | wgeerts@gmail.com

KALENDERCOMMISSIE

Luc Melis

Oude Molsebaan 32 | 2490 Balen
0485 59 55 51 | luc.melis@hamok.be

PUBLIC RELATIONS | UITRUSTING

Bart Mellebeek

Korteweg 13 | 3971 Heppen
0472 57 75 13 | bart.mellebeek@hamok.be

TOPSPORTCOMMISSIE

Thomas van der Kleij

Snellewindstraat 48 | 3950 Bocholt
0497 04 45 45 | thomasvdk@gmail.com

MILIEU & TOEGANKELIJKHEID

Wim Hoekx

Sterstraat 19 | 3920 Lommel
011 55 24 40 | wim.hoekx@hamok.be

PLOEGENCOMMISSIE ABSO | BVOS

Benjamin Anciaux

Bakhuisstraat 53 | 3920 Lommel
0498 25 84 78 | anciauxbenjamin@hotmail.com

INFORMATICA | WEDSTRIJDKWALITEIT

Ronny Timmers

Poelstraat 7 | 3520 Zonhoven
0479 20 09 67 | ronny.timmers@hamok.be

MARKETING

Dries van der Kleij

Blandenstraat 208 | 3052 Haasrode
0473 98 05 48 | dries.vanderkleij@hamok.be

De laatste Vlaamse training voor 25 Manna was in Gruitrode met de beker interclub. Uiteindelijk hebben we hier een 3de plaats gehaald, doch we misten wat vaste waarden om het verschil te dichten met Trol die amper 7 punten meer hadden. Alleszins proficiat aan alle Hamokkers die voor de 71 punten hebben gezorgd.

Verder na de positieve 25 Manna moesten we op zoek naar een reglementaire ploeg voor de herfstwisselbeker in Kasterlee. Niet gevonden en dan maar als individueel naar daar. Er waren veel Hamokkers maar er ontbrak de spirit om er samen voor te gaan. Spijtig, maar volgende keer zijn we er wel bij.

Zo loopt de maand ten einde en bij het lezen van dit artikel zullen we de 2 daagse van de Veluwe al achter de kiezen hebben. Veel Hamokatleten zullen er bij zijn en de zon zal van de partij zijn. Kijken wat het wordt in de zandbak van Kootwijkerzand en de duinen van de Arnhemse heide. Volgende maand meer daarover.

Waar ook veel Hamokkers naartoe gaan is het verlengde weekend aan zee in Oostduinkerke. De inschrijvingen zijn ondertussen afgesloten of m.a.w. een groot aantal deelnemers, dus het wordt knokken voor op het podium te geraken. Ik ben curieus.

Dan wordt het stilaan tijd dat Hamok weer aan de bak gaat in het organiseren van zijn wedstrijd ter gelegenheid van 40 jaar HAMOK. Afspraak is aan het kerkje in Gelderhorsten tegen het Kattenbos. Er is op O'Punch een item aangemaakt om deel te nemen in een Hamokploeg. Dus deze keer voldoende kandidaten om een ploeg te maken aub. We hebben verschillende disciplines in deze aflossing, bekijk de website op O'Punch. Verder ga ik ook een item laten aanmaken om een werkljst samen te stellen. U hoort nog van mij.



Een week later het VK middel in Waterschei. Ronny en An zijn aan zet om de omlopen te tekenen. Ik ga hier ook een item laten aanmaken in O'Punch voor de werkljst. Stilaan komen we dan ook naar het jaareinde toe. De Sylvester is steeds meer en meer een vertrouwde 5-daagse met een groot deelnemersveld. Een leuke sportieve uitdaging tussen al die feestelijkheden in.

En dan zal het snel 4 jan zijn. Het clubkampioenschap en aansluitend avondfeest. Zet alvast deze datum vast in uw agenda. Verdere info volgt in de loop van december, doch aub deze datum vrijhouden.

Ook voor 2025 ligt de kalender van alle wedstrijden al vast. Verderop in de knijptang vind u de Hamok-kalender met de vraag tot baanleggers. Graag reacties aub.

Tot zover de maand oktober,

Tot de volgende cross,

Uwe voorzitter.

Tijdens één van de Sylvester-wedstrijden eind 2023 kwam ik Sofie tegen om eens te polsen of er interesse was in een buitenlands avontuur met de club en dit dan voor te bereiden voor het avondfeest na het clubkampioenschap. Welke reis het zou worden, was me gelijk doch al snel was er slechts 1 bestemming die zou aanspreken, het zou 25 Manna worden. De eerste presentatie werd klaargemaakt met ervaringen uit het verleden want zowel in 2016 als 2018 waren we reeds in de buurt van Stockholm. Niet alleen Sofie doch ook Elisabeth werd van bij het begin bij het project betrokken.

Tot zover het begin van een zoektocht naar Hamokkers die de reis en de investering wilden doen om als team van 25 atleten deel te nemen. Resultaat niet 1 maar zelfs 2 ploegen volledig met Hamokkers gevuld. Dus de eerste 10 maanden van dit jaar werden door het team (Sofie&Elisabeth) gebruikt om alles in kannen en kruiken te krijgen zodat we met een gerust hart op 9 oktober op de vlieger konden stappen.

Vervoer van de luchthaven voor iedereen was geregeld, een slaappleats was geregeld, er was eten voorzien, er waren trainingen, er was sfeer, er was gezelligheid, ronduit aan alles had het team gedacht. Het enigste waar ze niets aan konden doen, waren de paar druppels die er gevallen zijn en de zompige bossen die we moesten doorkruisen, maar voor de rest een dikke pluim van en voor alle Hamokkers die erbij waren.



Natuurlijk is er een wedstrijd, doch eerst moesten er toch enkele trainingen gevolgd worden om kennis te maken met het terrein en zijn specifieke elementen.

Mijn eerste training direct na de aankomst met de vlieger. Omkleden in de wagen was geen sinecure met al die bagage en die verdomde regen. Doch al wandelend met een trio buiten mezelf, Lucien en Koen op zoek naar de eerste post. Startbalise gevonden en dan maar direct de gracht opzoeken die moest gevolgd worden. Koen meer door het water, wijzelf iets meer op het "droge". Daarna hoogte nemen want de post lag boven. OK gevonden. Ik dacht slimmer te zijn en op kompas (maw richting van de kaart met de omgeving) naar post 2, doch even mijn kompanen uit het oog verloren en ik was alleen. De berg over en ik zag familie Maes passeren doch ik was zeker van mijn stuk envolgde mijn eigen kunde, doch waar ik uitkwam was er niemand. Er hing een kleine balise en ik dacht, dit is mijn post 2 doch de omgeving van de post klopte niet met mijn kaart.

Gelukkig kwam ik Sofie tegen en die zette me op het juiste spoor, en begeleidde mij naar de juiste post 2 waar ik terug mijn beide kompanen aantrof. Daarna braafjes samen verder getrokken tot aan post 5, een grote draai en terug richting wagen. Genoeg voor vandaag.

Belangrijke les, mijn kompas zat te ver weg in mijn bagage en alzo zonder kompas vertrokken. Dat is niets op zulk een terrein, dixit Benjamin! Oriënteren in de bos met een paraplu, dat is ook niks!

Dag 2, ondanks de regen, geen paraplu en met kompas en een andere metgezel. Samen met Patrick zouden we dag 2 ook wandelend aanvatten. En zie het verliep al wat vlotter. De balisen of de wimpels met blauw/rood hingen waar wij dachten dat ze moesten hangen. Buiten ik en Patrick werden er nog teams gevormd en zo kwamen we Jur & Elisabeth, Dominique & Danielle tegen. Wijzend naar de objecten en met raad en daad de omgeving met de kaart vergelijken. Verder geen problemen en een goed gevoel van deze training. Koen wat minder want die kon de sleutel van de auto niet vinden en heeft wat in de kou mogen staan, doch redder Lucien wist hem wel liggen.

De namiddag lieten we aan ons voorbij gaan en de benen konden wat rust gebruiken en op naar Dag 3. De regen was er niet meer en Patrick ook niet. Dus vroeg Dieter of hij mee mocht. Geen probleem, met 2 zijn we sterker dan alleen, doch naar de eerste post ging het al fout. Ons miskeken in de hoogte. Doch samen post 1, 2 en 3 vlotjes gedaan. Post 4 wat minder, de kaart klopte niet. We zouden een gracht volgen tot aan een groen bos, doch geen bos meer te zien, op kompas verder. Even polsen bij Thor G. doch die was niet zeker, verder op kompas en toen een jongeling van Trol, die moet het weten. Doch hij had niet dezelfde post dan wij. Verder op kompas en wat spreiden en het ven gevonden dat we zochten, omzoomd d.w.z. diep water. Geen problemen voor 5 en 6. Op weg naar 7 hebben we Lucien opgeraapt want die was even de "weg" kwijt. Wij niet, vlot verder en zonder problemen tot aan de finish. Liep dat vlot.

De namiddagtraining lieten we ook aan ons voorbij gaan en wilde ik samen met Koen, het schiereiland rond onze camping bezoeken. Een wandeltochtje van een 5 km met een prima zonnetje. Verbaasd hoeveel Koen van vogels afweet, maar ik ben de namen alweer vergeten.



's Avonds was het dan de grote briefing voor 25 Manna. De ploegen en ploegnamen waren bekend, alsook eenieders afstand. De laatste richtlijnen van Benjamin, want het zou wel gemakkelijker zijn dan onze trainingen. Dus hoopvol ons bed in en ikzelf had een late start.

Zodat de eerste lopers al binnen waren vooraleer we op de wei toekwamen. Amber & Maya, Benjamin & Jorn werden begroet aan de aankomstboog en dat zag er allemaal veelbelovend uit.

Doordat er voldoende pré-warningposten waren, was het zeer overzichtelijk en duidelijk voor eenieder wanneer men aan de beurt kwam. Verder wachten in de tenten en mekaar motiveren. Het moet lukken, alle posten, goed controleren, rustig blijven is de boodschap.

Tot het mijn tijd was. Filip moest als laatste van de 4 uit de bos komen en dan was het mijn toer. Vlak voor de massastart. Collega Thor W. van het andere team was al even weg en die zou er nog in slagen om Joke als voorlaatste voor de massastart nog in het bos te krijgen. Ellen had minder geluk met mij want: post 1 ging vlot tot ik aan een kam kwam waar de jeugdigen vlot naar beneden sprongen, doch ik paste voor deze sprong van een 3 m.

Af buigend naar links kwam ik een andere zoeker tegen die me de weg vroeg, en die me wat uit mijn concentratie kreeg en toch de weg moeten opzoeken om een goed aanvalspunt te hebben. Gelukt. Van 1 naar 2 een lang been doch de rode lijn dwarsste veel kleine paadjes. En in deze massa paadjes natuurlijk de weg kwijt. Ik dacht rechts naast de rode lijn een open plek te vinden, kom ik links langs de rode lijn een huizenblok tegen. Ook goed, maar toch lang geduurd eer ik aan post 2 was. Beetje paniek in de tent. Vanaf toen lagen de posten wat korter bij mekaar en verliep het vlotter. Tot aan post 6, wat hoor ik daar. Vorige dagen hadden er sommigen al een eland gezien, doch nu was dat een stormloop van atleten die toevallig ook mijn post moesten hebben en dan verder naar de finish.

Was dat een zottekot van lopers. Het waren deze van de massastart, iets later gestart, die allemaal hetzelfde parkoers hadden en vlot achter mekaar liepen, doch was dat schrikken. Voor mij was het gedaan, alle posten gevonden, tijd was iets minder, gezien de omstandigheden, doch tevreden. De BBQ achteraf en een flink glas bier deed alles vergeten.



Dag 5: de middle distance. Geleerd uit de vorige dag, iets rondlopen en zeker zijn, helpt. Zo voor post 1 en 2. Op zekerheid maar dan ziet ge de lokale lopers hoe die vlot zulk een parkoers lezen, maar dan is dat maar zo. Verder verliep dit vlot, alleen veel trager als mijn lokale leeftijdgenoten.

Conclusie: het was een topweekend. Als Hamok iets organiseert dan is dat af. Zowel qua huisvesting, als eten, trainingen, wedstrijd, taakverdeling, noem maar op. Een dikke pluim voor iedereen en voor Sofie en Elisabeth in het bijzonder.

Uwe voorzitter.



Vlucht SK2591, kruissnelheid, zuidwaarts ergens boven Denemarken. Ik zit aan het raampje en luister naar wat muziek. Ik ben gelukkig. Het 25Manna weekend heeft alles gebracht wat het beloofde en nog zoveel meer. Het was goed, echt goed.

Een paar dagen later was ik 's avond laat op de E313 met cruise control aan het rijden. Ineens vroeg ik me in een zeldzame vlaag van psychologische zelfanalyse af: waarom was het eigenlijk zo goed in Zweden? Ja, de organisatie was top, de groep hing super goed aan elkaar, de trainingen waren heroïsch, we hebben zaterdag twee keer OK gelopen en ik zat slechts 1 seconde achter Ronny in de uitslag op zondag 😊

Toen ik thuis kwam, zat het eerste antwoord op mijn vraag al in mijn mailbox. Lennert en Nico schreven een bloedstollend relaas over hun laatste been "zonder forking" in de gezamenlijke massastart. Puur om professionele reden, als redacteur van de Knijptang, heb ik hun relaas al drie keer gelezen (zoals ik met bijna alle teksten doe). Ik geraak zelf nog altijd bijna buiten adem tijdens het lezen en elke keer ben ik razend benieuwd hoe het gaat aflopen.

En ineens komt ook Bart zijn open brief aan Zuhail Demir in mijn virtuele postbus. Zijn omgeving verklaarde hem zot om amper 48 uur naar Zweden te trekken maar Bart wist wel beter ... en gelijk had hij.

Ondertussen mijmert ook de voorzitter na over dit prachtwoekend. Als Hamok iets organiseert, dan is het af!

An F durft het aan om als tweede niet-Hamokker een artikel voor de Knijptang 2.0 te schrijven. De primeur was voor Rune rond de opstart van de Hitta vlaggen. Als je zag wat een dynamiek Hitta bij een aantal onder ons teweeg heeft gebracht, dan hou ik mijn hart vast of het "gemol" van An ook zoveel navolging gaat krijgen. En ja An, de censuur van de Knijptang is onbestaande in jouw geval 😊



Sommige foto's hebben geen onderschrift nodig.

Een heel andere beleving vinden we terug bij Liesbet en Co. Vier verschillende snelheden binnen het gezin, vier verschillende gedachten maar vooral een hoop twijfel om mee te komen. Wat prachtig toch dat Stefaan & Co hen op sleeptouw heeft genomen en dat ze uiteindelijk ook een topweekend beleefd hebben. Alleen het T-woord is des duivels geworden ten huize Maes.

Vijf mensen met allemaal een andere insteek en allemaal hun eigen persoonlijke beleving. Maar telkens met de zelfde conclusie: "het was een topweekend". Bedankt Elisabeth en Sofie. Bedankt aan iedereen die mee heeft geholpen. Wat een geweldige organisatie, wat een geweldige club!

Afsluiten wil ik nog graag met een limerick die Dries me bezorgde. Dries, die ons verderop in de Knijptang weer magistraal meesleept in zijn 3 Peaks avontuur. Zo puur, zo eerlijk. Als ik zo iets lees, dan begint het bij mij ook te kriebelen.

Door steen en moeras niet te vrezen,
De Hammers die naar Zweden afrezen.
Door weer en door wind,
Liep ieder gezwind.
Vol TROTS - toen ieder uit had gelezen!

Maar nu genoeg editoriaal geleuter: veel leesplezier!

Filip

Dries



Baanlegging door de Zweedse moerassen - Maja

BAANLEGGINGEN 2025

Een nieuw jaar, nieuwe baanleggingen. Als jij op het clubfeest in 2026 ook graag een gepersonaliseerde koffie-mok onder een daverend applaus in ontvangst wil nemen of als jij gewoon mee wil werken aan onze Hamok-werking, dan is dit je kans.

Laat snel iets weten aan onze Voorzitter!

En hebben jullie het ook al opgemerkt: de Tuur-Classic is een jaarlijkse traditie geworden.

Datum	Wat	Waar	Baanlegger
za, 04 jan '25	Clubkampioenschap	Hechtel	Thor
zo, 12 jan '25	Regionale	Gerhees	
zo, 09 feb '25	Regionale	Congo	
zo, 16 mrt '25	Nationale	Hamont	
ma, 21 apr '25	Regionale	Baeckelandt	
do, 01 mei '25	Tuur classic	Balendijk	
wo, 14 mei '25	Lenteloop	Schoterse bossen???	
do, 29 mei '25	Citycup	Tessengerlo	
zo, 12 okt '25	VK lang	Opglabbeek	
vr, 07 nov '25	Avondaflossing	Heidehuizen	
zo, 23 nov '25	Forestcup	Galbergen	
di, 30 dec '25	Sylvester	Kattenbos	

Het is nu proefondervindelijk aangetoond en pseudo-wetenschappelijk bewezen dat leerkrachten te weinig verlof hebben! Toegegeven, tijdens de maanden juli en augustus, tijdens de paas- en de kerstvakantie, of tijdens de Allerheiligen- en krokusvakantie, aangevuld met nog enkele andere vrije verlofdagen is er wel enige ruimte voor sport en ontspanning... maar tijdens die dagen wordt de 25Manna niet georganiseerd. Ondergetekende moest dus al een paar dagen gefrusteerd op Strava toekijken hoe zijn clubgenoten dagelijks, wat zeg ik, twee maal daags hun Zweedse trainingen online deelden.

Aan de zijlijn moest ik was ik er getuige van hoe zij dankzij de trainingen van Benjamin met de dag groeiden in hun technisch kunnen, zelfvertrouwen en mentale weerbaarheid. Naarmate de trainingen vorderden, oriënteerden zij door de Zweedse bossen met een gemak alsof ze een lintjesloop op de Kepkensberg aan het lopen waren. Hoogtelijnen, rotspartijen, moerasjes, vegetatielijnen en hier en daar zelfs een enkel paadje wezen de Hamokkers de weg. En ik probeerde intussen mijn leerlingen warm te krijgen voor Shakespeare en de DT-regel, met mijn gedachten 40 km. bezuiden Stockholm.

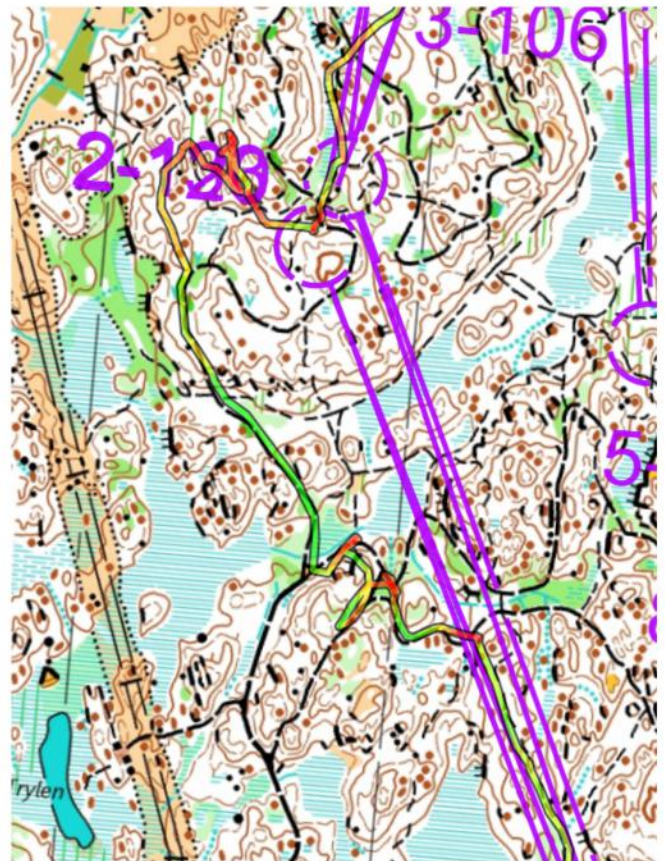


Eindelijk werd het dan vrijdag, met om kwart voor vier het verlossende belsemaal. Een leraar die sneller de schoolpoort buiten was dan de leerlingen. In zeven haasten koffer gemaakt, oriëntatiekledij, tandenborstel en een barbecueschort voor Filip, en dan de trein op om in Zaventem net mijn vlucht te halen. Om half elf geland, opgehaald door Jojanne en Rob die al heel wat oriëntatieverhalen hadden, om half één Greet Oeyen nog even uit haar slaap gehaald om de bungalow binnen te kunnen, en dan met enkele trainingskaarten in de hand en onder het hoofdkussen toch wat nerveus in slaap gevallen.

Om dan op zaterdag eindelijk het bos in te kunnen. Ik mocht Leg 7 lopen, met mij in de startbox Raf, Dieter, Pascal, Kristof, Filip, Dieter en Rob. Laatstgenoemde dingt naar de hand van mijn dochter en was er op gebrand zijn toekomstig schoonvader van zijn oriëntatietalent te overtuigen. Een wedstrijdje binnen de wedstrijd dus, met andere woorden extra stress want Rob had wel al vier trainingen achter de kiezen.

Toen ik van Marijs mijn kaart mocht ontvangen vertrok ik dan ook als een 58 jarig Vlaams jong veulen. Dat werkt misschien op De Hoge Rielen en in Pijnven, maar niet in de Zweedse bossen. Resultaat, op weg naar post 2 al hopeloos lost in Swedish space. Zij die willen kunnen op LiveloX de wedstrijd eens herbekijken.

Kort samengevat: een opeenstapeling van vergissingen, als een pingpongbal stuiterend van foute rots naar misse heuvel...maar wel genoten van een prachtige wedstrijd op een zalige kaart. En geklopt door Rob, dus de opvolging in de familie is verzekerd!



Lost in Space

Bovenstaande dus als illustratie, mevrouw Demir om u ervan te overtuigen een regel in te voeren om oriëntatielopende leerkrachten een paar daagjes extra verlof te geven zodat zij de volgende keer niet maagdelijk onvoorbereid maar getraind de buitenlandse bossen kunnen betreden. Dank bij voorbaat.

Bart Mellebeek

P.S. Voor de rest was het een zalig weekend, perfect georganiseerd, prima clubsfeer, lekkere bbq, nog een behoorlijke wedstrijd op zondag...sommigen verklaarden mij gek om voor 48 uur op en af naar Zweden te vliegen, maar ik heb genoten van elke seconde! Voor herhaling vatbaar!

Nico: Massastart voor de slotlopers, zonder forking.
Iets voor 16u00, een startrij van 50 man breed en Lennert en ik die op de derde rij staan. Een Zweed die aankondigingen doet, maar enkel in het Zweeds. Wij hebben geen idee waar het over gaat.
Start... Wat een lawaai. Nu weet ik hoe Simba zich voelde toen de horde buffalo's op hem af kwam lopen.
Hopen dat de zee voor je open gaat, maar dat gebeurt niet. Dan maar een weg banen naar de linkse kant en langs buiten zoveel mogelijk volk voorbij steken.
Alleen na 200m is er maar plaats voor 2 man meer en 50m later is 1 man het maximum. Ik blijf in de rij lopen tot ik zie dat er af en toe iemand door het bos voorbij steekt. Vanaf nu is dit ook mijn tactiek.

Plots een opstopping en dan iedereen voor je van een verticale klif van minstens 2m zien springen. 🤔 Geen keuze, springen en de trein volgen. Anders moet ik gaan uitzoeken waar ik ben en ik heb nog geen seconde op mijn kaart gekeken. 🤔
Ik beland in het voorste deel van de trein en wonder boven wonder, komen we na 8min45 aan de 1ste post.
Die mannen die de kop doen zijn precies capabel, daar blijf ik bij. Abnormaal hoe snel ze in dit terrein lopen en toch nog kunnen oriënteren.



Lennert: Massastart met naar ruwe schatting een 150 à 200 lopers, geen forking, zou een veldloop worden volgens sommigen. We stonden op rij 3, plan was zo ver mogelijk naar voor lopen en dan zien we wel weer. Wat Zweeds gebrabbel en dan startschot, Nico vliegt uit de startblokken, geen keuze dus, volgen maar. Via steeds kleiner wordende modderpaden nestelen we ons rond plaats 30-40, Nico 4-5 plaatsen voor mij. Elke mogelijkheid benutten om via tussensprints op te schuiven of een gat toe te lopen, sommige hebben zich fysiek toch overschat en vallen stil. Geen idee waar ik ben, richting het Noorden en dus post 1, als we daar effectief gaan aankomen staat mijn tactiek meteen vast: gewoon volgen.
Doet er mij ook aan denken dat ik een kaart vast heb, toch maar eens op kijken om de schijn hoog te houden. Na wat een eeuwigheid leek en enkele gewaagde stunts later komen we inderdaad aan bij post 1 (een half wonder volgens mijn intern O-compass). Ondertussen hangt Nico rond plek 6 en ikzelf plek 10. Achter mij begint het te scheuren, nog maar 1 optie dus: volgen.

Nico: Richting post 3, ik zit ondertussen op plaats 3 in de trein. Ik kijk af en toe op mijn kaart om een goede indruk te geven, maar heb meestal geen idee waar we zitten. Probleem: de koploper weet het even ook niet, vertraagt en bestudeert de kaart. Loper 2 doet hetzelfde. Oh oh. 10 meter later heeft iemand gelukkig wel door waar we zitten en trekt door. Af en toe komen we wel ergens aan een foute post aan. Okee, deze mannen zijn ook niet foutloos. Maar niemand verlaat de trein. Een trein waarvan ik geen idee heb hoe lang ze is, maar ik hoor wel altijd iemand in mijn nek hijgen.

Ik pak post 3 en zie plots Lennert van de foute kant afkomen. "Wtf doet gij?" vraag ik. "Hier zwijgen we over" zegt Lennert.

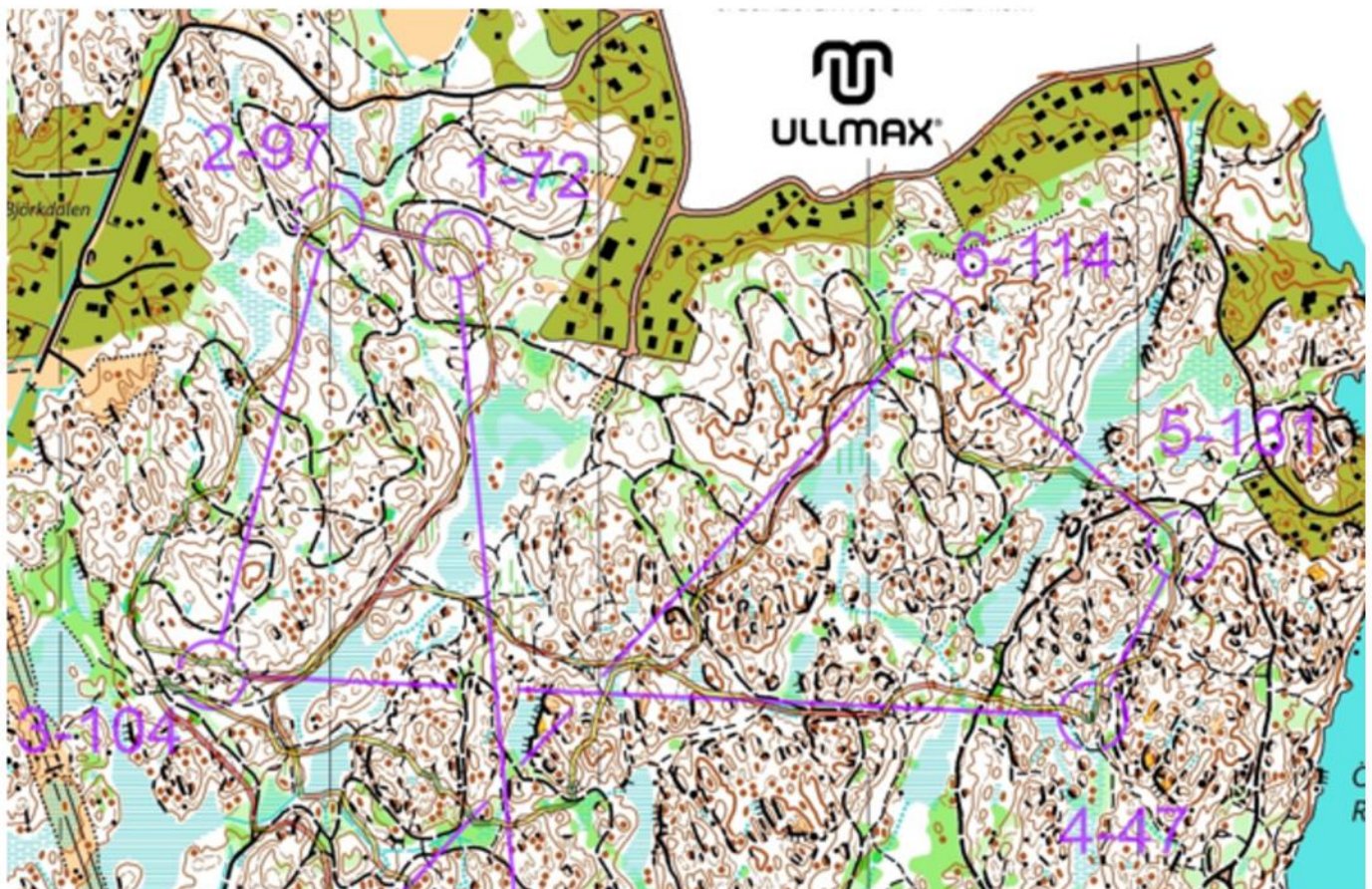
Lennert: Na post 1 volgt post 2 al snel, tactiek lijkt te werken: gewoon volgen, iemand op kop weet wat hij doet. Gelukkig moeten we de postnummers nog op de kaart lezen, dan bekijk ik deze tenminste eens. Iedereen loopt rechts en links is een perfecte mogelijkheid om op te schuiven: grijpen die handel! Of toch niet, blijkbaar zijn we aan post 3. Oops! Terwijl Nico vertrekt kom ik van een andere kant, we kunnen er beide nog mee lachen.

Nico: Ik blijf lopen, gewoon de trein volgen. Ik probeer te volgen op de kaart, maar heb meestal geen idee waar we zitten.

Ergens onderweg, vraag me niet waar, val ik. Maar om te blijven liggen is hier geen tijd. Ik wil niet dat mijn trein weg is of dat er 100 man over mijn rug dendert. Snel rechtkrabbelen en maximum 2 plaatsen verloren.

Af en toe hebben we in het bos een tegenligger. Deze moeten dan kiezen of ze willen blijven leven en dus aan de kant springen. Erger is het voor de oudere vrouwen die toevallig in dezelfde richting als de trein lopen. Eentje blijft zelfs staan met haar armen om haar hoofd, in de hoop niet omvergelopen te worden.

Lennert: De trein loopt vlot langs posten 4,5,6. Op de brede stukken bergop is het alles of niets, enkele wagons haken daar af, enkele lopen wat gaten toe, nog steeds een man of 10-15 in de eerste trein. Ik begin de kaart wat meer te bekijken aangezien we al 6 posten gehad hebben en er maar 10 moesten doen. Geen kijkpost zag ik, waar ik toen nog op aan het hopen was. Ach maakt niks uit, gewoon lopen en volgen.



Nico: Een langer been richting 7. Ik zit nog altijd bij de eerste 10 lopers van de trein en plots heeft niemand nog een idee waar we zitten. We staan daar met 20 man uit te zoeken waar we zitten, terwijl er maar lopers blijven aankomen. Plots duikt Lennert weer naast mij op. "Hebt gij een idee waar we zijn?" 🤔 "Absoluut niet 🤔" Uiteindelijk heeft iemand door dat we te ver naar het noorden zitten. We knallen de weg op en ik weet weer waar we zitten.

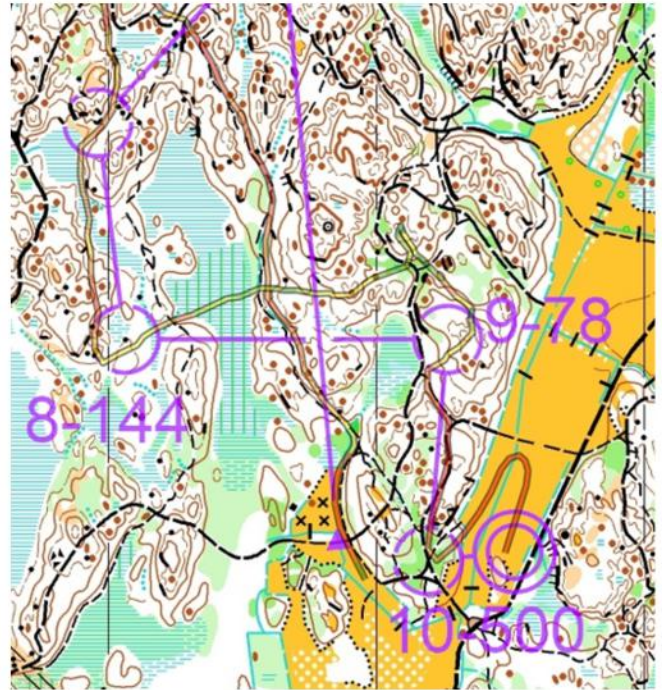
Lennert: Het laatste lange been naar post 7 gaat onze machinist de mist in. Ik kom bij Nico "We zullen ook maar wat op ons kaart kijken zeker, ma van ons gaat het ni komen." We kunnen er beide nog steeds mee lachen. Aah een andere machinist weet het weer, volgen maar! De pauze heeft er wel voor gezorgd dat ik wat op de kaart kon kijken en toch een idee begin te krijgen waar we zijn.

Nico: Richting 8 zien we zeker 3 andere posten voor we onze hebben.

Aan post 8 vertrekken iemand en ik als eerste in de goede richting.

Plots komen we een tweede trein tegen die uit de richting komt naar waar wij vertrekken. Toch veel tijd verloren naar de 7 & 8. Gelukkig moeten zij de post nog gaan pakken, dus zit de tweede trein achteraan onze trein.

We duiken het moeras in en plots zit ik op kop van de hele trein. Als ik de voorbije dagen me iets ingebeeld had, dan was het om vooral niet de koppositie te pakken. Maar ja, midden in het moeras ga ik niet vertragen. Ik blijf doorgaan en we kruipen het moeras uit en we steken een weg over. Ik vertraag een klein beetje in de hoop dat er iemand overpakt, wat ook gebeurt. We vliegen de heuvel op en... geen post te zien. We staan daar als mongolen een beetje heen en te lopen tot er iemand eindelijk door heeft waar we zitten. We sprinten naar de andere kant van de weg en pakken 9.



Lennert: Na de misser op 7 zit de twijfel er toch wat in. Door de misser op 7 komt op het moment dat we bij 8 weglopen de volgende trein aan in de andere richting. Wet van de sterkste, gewoon rechtdoor lopen en hopen dat je niemand raakt!

Op een bepaald moment komt Nico even op kop, niet het beste idee, gelukkig vertraagt hij en neemt iemand anders weer over. In het bos valt het tempo goed te volgen, maar eens op de paden gaat de gas vol open, fysiek begint het zwaarder te worden, maar volgen is de enigste optie. Richting post 9 staan we weer eens met 10 te draaien, heb het idee dat maar een man of 2 effectief aan het oriënteren is en de anderen net zoals mij en Nico aan het volgen zijn.

Ondertussen weet ik wel ongeveer waar we zijn, maar niet snel genoeg om een juiste locatie te vinden. Gelukkig trekt 1 van onze Zweedse vrienden de trein weer op gang. Gedram bij het punchen van 9 en zie Nico vertrekken als ik aankom, gaat moeilijk worden om dat nog toe te lopen.

Nico: We vliegen de weg op richting 10. Deze weg gaat best steil naar beneden, maar we blijven volle bak sprinten. De persoon die rechts voor mij loopt, struikelt, valt en schuift op de buik door. 10 staat onderaan de helling, in een haarspeldbocht. Punchen en de arena volle bak binnen sprinten. Daar wacht een enorme golf aan geluid op ons. Dit geeft alleen nog meer adrenaline en iedereen zet nog een extra versnelling in. Ik kan al een paar man inhalen. Juist waar het meeste volk staat, is een modderige haarspeldbocht. Ik hoop dat ik hier niet val.

Oef, heelhuids erdoor. Ondertussen hoor ik op 3 plaatsen "Komaan Nico!", dit zorgt voor nog een extra versnelling. Nog 50m en dan de juiste finishbaan in voor de laatste 100m. Kan nog een paar man inhalen en finish van voor in de trein. 10 posten gehad, hoop en al 40 keer kort op de kaart gekeken. 80% van de tijd geen idee gehad waar ik zat.



Lennert: Op naar de laatste post, afdaling op een pad, 20 meter achter Nico, gaat heel moeilijk worden om daar nog voor te raken. Iemand valt vlak voor mij, erover springen dan maar en hopen dat ik niks raak. Volledig tot stilstand aan post 10 in een 180° bocht. Fysiek is het op en het gat met Nico van 20 meter wordt 30 meter. Achter mij en voor mij ook een gat, geen volle sprint meer tot op de meet. Ik punch de finish en ontwijk 2 overgeevende mede lopers. Ik was precies niet de enige dat diep moest gaan. Nico vraagt: "Hebt gij op de kaart gekeken?" "Om de postnummers na te kijken" zeg ik al lachend. Eens iets anders zo'n veldloop.

Nico & Lennert





Ha, de titel wekt zeker al jullie nieuwsgierigheid, het is gewoon een kwestie van iets anders dan "Zweedse balletjes" of "25 manna" te schrijven. Taupe is namelijk niet alleen een kleur, maar tevens het Franse woord voor een slechtziend diertje dat niemand graag in zijn gazon ziet verschijnen, en verwijst in deze context naar een bekend TV-format.

Ik moet bekennen dat het een beetje onwennig voelt om een verslag te schrijven voor de tot buiten de clubgrenzen beruchte Knijptang, maar aangezien ik onlangs vernam dat ere-Knijper Jos nog met enige weemoed blijkt terug te denken aan mijn stageverslagen van de jaren '90, ben ik toch nog eens eenmalig in mijn pen gekropen.

Enkele weken voor de 25-manna, trekken 2 welbekende Hamok-dames aan mijn mouwen. Ze hebben na meerdere oproepen nog steeds één dame met enige kaartleesskills te kort voor de aflossing. Als dat wérkelijk het enige criterium is, dan kom ik in aanmerking! Bovendien heb ik die 25-manna nog nooit mogen ervaren en blijken de Ryanair tarieven nog zeer gunstig.

En zo geschiedde, de rest van de Hamokkers werd willens nillens verplicht mij erbij te nemen. Dat bleek blijkbaar niet zo een groot issue te zijn, want vanaf dag 1 kreeg ik al de vraag of mijn lidkaart al was aangevraagd. 2 dagen later bleek de voorzitterspost zelfs al te worden aangeboden, al lijkt me dat toch vooral een vergiftigd geschenk....

Ik dacht er even aan om in ware mollenstijl de aflossingsploeg te saboteren, maar net zoals in het TV-programma halen zoveel medemensen mollenstreken uit dat de ware mol eigenlijk amper iets hoeft te doen. Bovendien werden mijn eigen mollenstreken vakkundig geneutraliseerd, niets kan die Hamokkers van de wijs brengen:

- Twee niet nader genoemde Hamokkers misten hun heenvlucht, maar konden toch nog dezelfde dag een alternatief vinden
- De aanhoudende regen maakte de 2 laatste trainingsdagen sowieso al ware beproevingen, met al die moerassen. Maar toen Amber me vroeg waar ik was, deed ik uiteraard vol vertrouwen alsof ik het wist. Ze raakte vervolgens het Noorden kwijt, maar bleek de dag nadien toch terug vol vertrouwen haar massastart af te werken. En ondertussen bleven al die Hamokkers maar door die moerassen ploeteren alsof hun leven ervan af hing...

- Enkele chalets op de camping vielen vrij krap uit, sommigen sliepen eerder in een kast dan in een kamer. De loopkleden droogkrijgen in die chalets was een beproeving, maar daar kwam de familie Maes dan plots op de proppen met een heuse schoendroger. Wow, op alles voorzien noemen ze dat!
- De organisatie, die Danielle moest wisselen voor Helena op het wedstrijdblad, liet Danielle staan en schrapte Jakobs naam. Dat euvel werd gelukkig nog tijdig opgemerkt zodat Jakob zich niet moest vermommen in een rijpere dame...
- Elisabeth werd helaas ferm ziek, ik probeerde haar nipt te laat naar de wedstrijd te brengen, maar we waren helaas nog nét op tijd aan de Hamok tent, eenmaal ons borstnummer opgespeld werden we opgeroepen naar de wisselzone door coach Filip, alsof hij het vanop afstand kon zien.
- Diezelfde Filip had tijdens zijn omloop wandelborden met rode bol "u bent hier" nodig om terug op zijn kaart te komen. Dju, ik had die rode bollen moeten herplakken! Maar wie had nu gedacht dat de Hamokkers zich zo wanhopig zouden gedragen tijdens de wedstrijd?!
- Mats overdonderde iedereen met zijn aardrijkskundige weetjes en vragen, de Zuidelijkste hoofdstad van de wereld, de Noordelijkste, een quizmaster die iedereen deed twifelen. Dat Hoe Lang een Chinees is, bracht hem dan weer in de war...
- Sommigen hadden het moeilijk om te wachten tot de coaches hun naar het afloshek stuurden, waardoor het evenwicht even verstoord was, wat de andere wachtenden in de war bracht. Maar coach Amber stelde net op tijd orde op zaken.
- ... (ik weet zeker dat elke aanwezige minstens 1 'mollenstreek' kan aanvullen hier...)



Ik kwam tot de conclusie dat met zo een zootje ongeregeld verdere mollenstreken overbodig waren, en gaf in mijn roze loopoutfit al wat ik kon voor team Everzwijntjes. Bleken achteraf beide ploegen nog geklasseerd te zijn ook! Dat had ik in de verste verte niet zien aankomen, dus jullie hebben zeker mijn respect afgedwongen. "Chapeau", zei "la taupe" welgemeend.
Bedankt aan jullie allemaal dat ik er bij mocht zijn!

A. aka de KVM (kleine vriendelijke mol)

PS: De Zweedse hangjongeren, aan wie ik vroeg om de oh zo belangrijke koffie 's nachts weg te nemen, kwamen helaas 1 nacht te laat in actie 😞 ik weigerde hen dan ook de beloofde vergoeding, waardoor ze uit frustratie alle bier opdronken en het brood wegnamen...

PS²: Welkom op 8 december in Tervuren om ultralong van ASUB te komen lopen! (even testen hoe streng de Knijptang censuur is)



De beste "OK" uit mijn oriëntatiecarrière

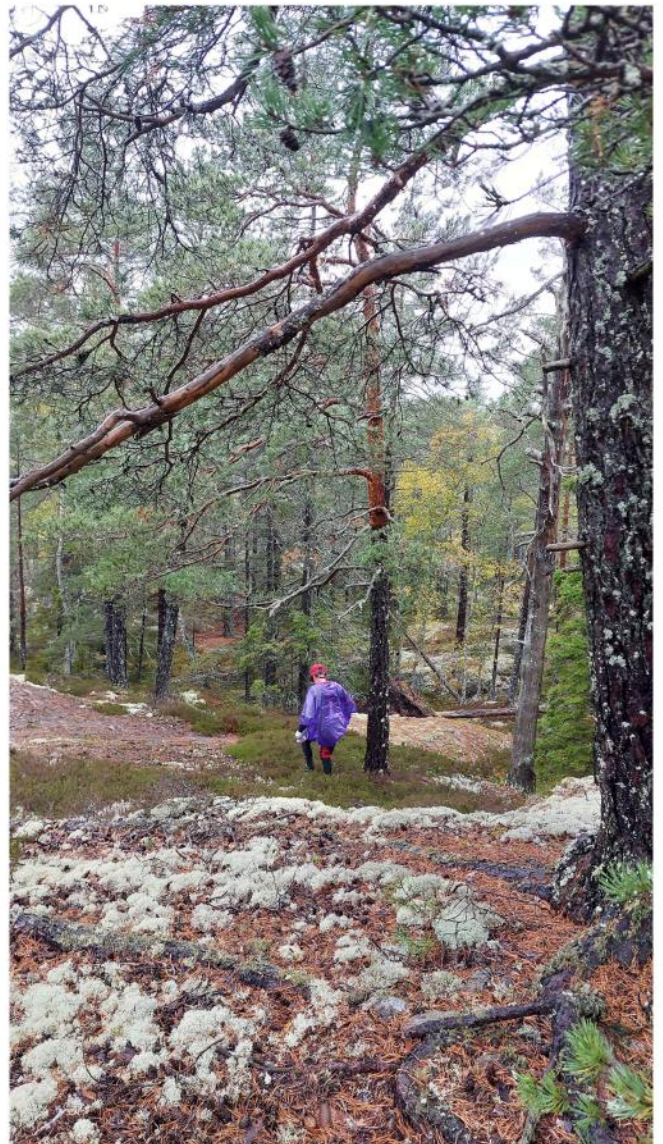


Volgens mijn Strava-gegevens moet het 16 juni 2024 geweest zijn dat ik mijn hoofd voorzichtig op de 25 Manna heb gezet. Maar Raf ging op de rem staan. Hij had stevige twijfels en wilde het lot van zo'n hele ploeg niet laten afhangen van onze oriëntatieskills. En daar had hij wel een punt.

Tijdens de Flanders 4 Days werden we echter bestookt door het aanstekelijke enthousiasme van Sofie en Elisabeth tot Raf 'zwichtte' en de beslissing bij mij kwam (goed wetende wat die beslissing dan wel was). Onze goesting in dit avontuur was toch net iets sterker dan de twijfel over onze oriëntatieskills.

In de aanloop naar Zweden trokken Raf en ik onder de geduldige en deskundige begeleiding van Stefaan de Vlaamse, Waalse en Nederlandse bossen in. We weten nog altijd niet of zijn optimisme na elke training oprecht was of bedoeld om ons moed in te spreken. Maar het werd wel allemaal ontzettend geapprecieerd. Merci Stefaan!

In Zweden aangekomen, konden we onmiddellijk doorrijden naar de eerste trainingslocatie. Daar werden we hartelijk onthaald door Sofie, Elisabeth en Ann. We besloten voor een eerste keer allemaal samen te gaan. Raf, Alexander en ik wilden vooral zo'n Zweedse kaart leren lezen, leren zien wat er op de kaart staat en hoe dat er dan in het echt uit ziet, maar Helena wilde vooral zo snel mogelijk van punt naar punt lopen. In vier verschillende snelheden en vier verschillende gedachten, verliep die eerste training dus wel wat chaotisch. Maar wel was daar al duidelijk dat de oriëntatiemicrobe bij Helena na 4 jaar stilte, helemaal terug was.





Voor de training van donderdagvoormiddag besloten we elk afzonderlijk te lopen. Ik wilde graag mijn eigen fouten maken en vooral mijn eigen fouten herstellen. Nog voor ik kon iets tegen Helena kon zeggen, was zij al weg. Elk op ons eigen tempo werkten we punt na punt af. Zelf volgde ik daarbij het advies van Elisabeth op en ging vooral ook kijken naar opmerkelijke symbolen op de kaart en koos ervoor om een aantal posten over te slaan. In het laatste deel viste ik Alexander op dus we werkten daarna verder zijn kaart af. Bij aankomst aan de auto bleek Helena al lang in een auto bij 'de rappe mannen' op ons te wachten. Het is altijd een beetje een opluchting als je kind (zonder veel oriëntatie-ervaring) veilig en wel uit dat bos geraakt, maar als dat met zo veel voorsprong gebeurt, balanceert dat toch ergens tussen opluchting, gêne voor de eigen prestatie en trots. Dan was het dus nog wachten tot Raf zijn weg naar de auto terug had gevonden.

Hoewel we vóór vertrek naar Zweden zeker waren dat we naar Stockholm zouden gaan, al is het maar om een Hitta-vlagje te gaan halen, wilden we eigenlijk, gezien de aanhoudende regen, liever verzuipen in een Zweeds moeras dan in een Zweedse stad. Alexander verkoos geen van beide en bleef die namiddag lekker binnen. Helena wilde graag eens door lopen zonder kaart en kompas en Raf en ik gingen met een hoop moedige Hamokkers naar Paradiset in de gietende regen. En daar, in Paradiset, verzopen we in een Zweeds moeras. Het werd bij momenten zo ellendig dat het gezellig werd: Stefaan met 6 watereendjes in zijn kielzog. Fotograaf van dienst, Tania, legde de misère vast op beeld en daar ben ik haar zeer dankbaar voor. Het zijn foto's waar ik met zeer veel plezier naar kijk. En de douche en het eten achteraf deden eens zo veel deugd.

Die avond kregen we de uitleg over de 25 Manna en de ploegenopstelling. Hoe ingenieus is dat in elkaar gepuzzeld! Dat ik een witte kaart zou krijgen, was ergens wel een opluchting, al zou ik met zo'n witte kaart niet te weten komen wat ik waard was in de Zweedse bossen. Voor Raf lag dat een beetje anders. En de geruststellend bedoelde woorden als treintjes volgen hielpen niet. De boodschap was duidelijk, falen was geen optie.





Met de geruststelling dat ik het gemakkelijk zou hebben op de aflossingswedstrijd zelf, ging ik vrijdag vol voor de beginnerskaart om nog wat zelfvertrouwen te tanken. Niet dat dat hielp want vrijdagvoormiddag ging het mis (of net niet) voor alle leden van het gezin.

Alexander oriënteerde zich na een poos dolen in het bos, perfect terug naar de start. Raf overwoog om een helikopter te bellen om hem te komen zoeken, maar had geen GSM bij zich. Gelukkig kwam hij net dan Jojanne tegen om hem weer op de kaart en op koers te zetten. Helena liep vast op post 7, die niet post 7 bleek te zijn. En dan is het heel moeilijk om naar post 8 te lopen. Gelukkig werd zij opgevist door Mira. En voor mij was op een gegeven moment mijn enige oriëntatiepunt de heldere stem van Sofie.

Omdat het voor Helena de laatste mogelijkheid was om nog te oriëntatielopen in Zweden, ging ze in de namiddag mee naar Paradiset. Ondertussen was het weer wat aangenameer en werd het pas duidelijk hoe mooi het daar wel was. We werkten een deel van de posten af, maar maakten vooral ook tijd om rond ons heen te kijken en echt ten volle te genieten van de omgeving.

's Avonds kregen we de laatste tips voor de wedstrijd. Het wedstrijdverloop werd super helder uitgelegd, waardoor we toch iets meer wisten waar we aan toe waren. Dries heeft dat goed gedaan, want meer dan 'treintjes volgen', stelde het wel gerust dat we na een uur zoeken naar een post, ook mochten opgeven. Ik laat in het midden hoe dat onthaald zou zijn in de groep, maar het stelde wel gerust voor zij die niet wisten hoe moeilijk of gemakkelijk het zou worden.

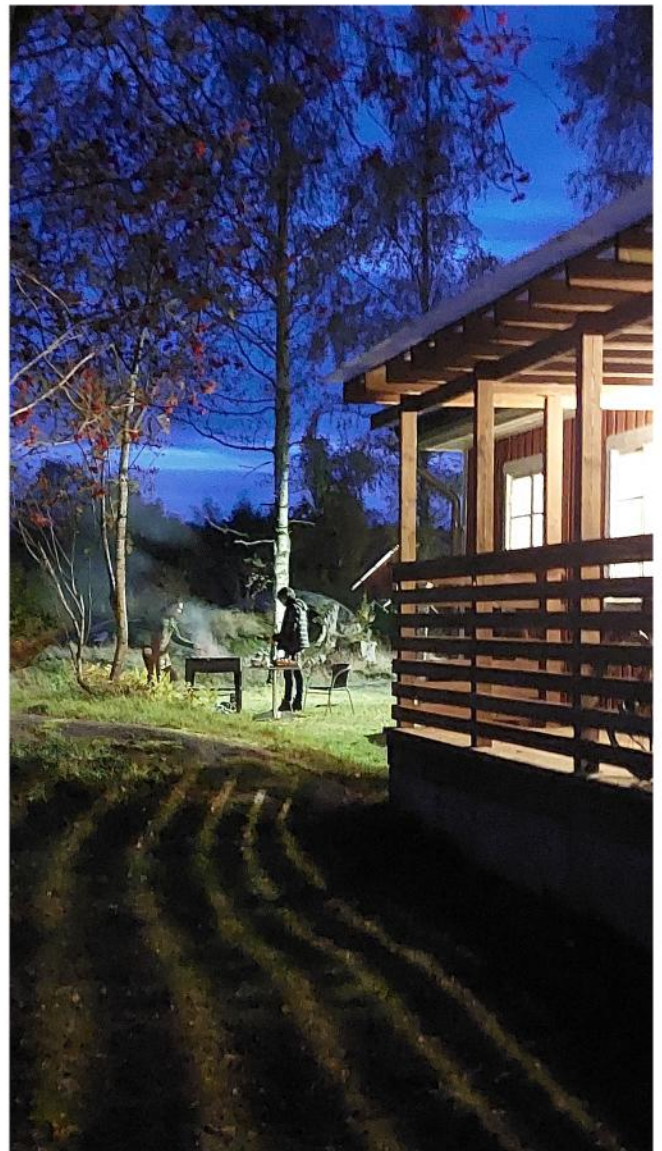
En dan kwam daar de wedstrijddag zelf. Het wedstrijdterrein op zich was al impressionant. Er waren zo veel indrukken dat ik er niet echt de woorden voor vind. Als ik enkel voor mezelf moet spreken, valt er niet zo super veel te vertellen.

De grootste uitdaging aan mijn deel van de wedstrijd, was zelf terug in mijn eigen kaart geraken nadat ik verloren gelopen kindjes terug op de kaart had gezet. Toch was het de beste 'OK' uit mijn oriëntatiecarrière want het ging zo snel dat ik eigenlijk niet echt had geluisterd of ik een piepje had bij elke post en misschien was ik wel een post vergeten?

Iedereen zien vertrekken, en iedereen zien binnenkomen, en iedereen zien een 'OK' krijgen, zien hoe die puzzelstukjes één voor één in elkaar vallen, dat gaf zo'n mooi gevoel. Merci Hamok, voor dit schone verhaal, geweldige avontuur en voor de vriendschap

Hoogtepunten:

- Een OK krijgen bij het uitlezen
- Raf zien binnenlopen met een smile tot achter zijn oren, samen met Dieter
- Helena zien binnenlopen
- Paradiset op vrijdagmiddag
- Loopje met Helena rond het meer aan het wedstrijdterrein
- De kinderen die aansluiting vonden bij elkaar
- De kameraadschap van iedereen



Dieptepunten:

- Paradiset op donderdagnamiddag, zo diep dat het een eigenlijk ook een hoogtepunt werd en alleszins niet iets dat ik had willen missen.

En tot slot "treintjes volgen". Volgens Raf de grootste bullshit dat tijdens heel dat weekend verkocht werd. Verboden term ten huize Maes. Hij heeft geen trein gezien. Hij was wel opgelucht dat hij mee op de tandem kon met Dieter.

Liesbet

OVERGANG, VAN 25MANNA

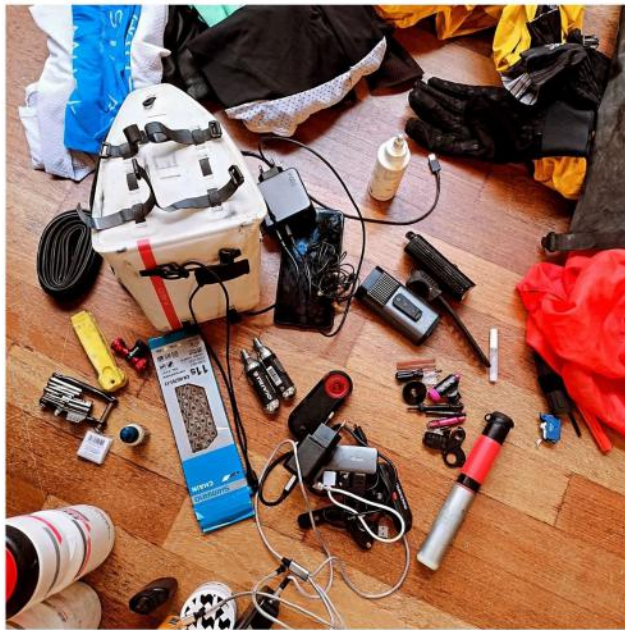




Het verhaal start in het najaar van 2020, Albion hotel, Ieper. De koersfiets had ik meegenomen - het idee was om enkele van de mooie heuvels in het Heuvelland te doen. Ik heb de ketting niet gesmeerd, en Chris, mijn schoonmoeder, biedt me nog WD-40 aan als smeermiddel. Ik sla het af omdat ik denk dat dat nu ook weer niet het ideale middel is.

Ik vertrek met tegenwind. Een stevig windje, dat wel, maar niet dat ik omver geblazen wordt. Maar de moraal is er niet. De benen even min. Het is een marteling. Ik keer om na 20km. Geen enkele heuvel gedaan. Ik kom aan, zet de fiets weg. Douchen. In een douche na het sporten krijg je vaak een het voldane gevoel extra binnen. Deze keer niet. Deze keer voelde ik vooral dat het zo niet kon. Zo was ik niet de persoon die ik altijd was geweest, een sportman. Ik besloot er wat aan te doen en mezelf weer uit te dagen. Dat heb ik blijkbaar nodig, een doel, een uitdaging, iets om naar toe te leven.

Die uitdaging zoeken in het fietsen, want lopen ging door blessureleed al een hele tijd niet meer, begon met een Granfondo. De Marmotte. Die eerste editie was een hel, ik was goed voorbereid, maar halfweg kreeg ik ontzettend zware krampen. Te voortvarend gestart, en vooral onervaren in het fietsen van een wedstrijd van toch een uur of 6-7 minimaal. En dan de 3 ballons, nog eens de Marmotte, nog eens 3 ballons. Elke keer een beetje beter, en dus ook meer tevreden van het resultaat. En dan... dan gebeurde het dat ik de uitdaging wilde aangaan van een nacht door te fietsen. de TLRH, The Long Race Home. Bram Boeckx had het me voor gedaan en ik had hem voor gek verklaard. Maar toch sprak het me aan, ik bereidde me stiekem heel goed voor. En had het plan de 400 kilometer meteen non-stop te doen. We zouden wel zien hoe lang ik het vol hield. Wat ik niet wist was dat ik het opnam tegen Jens Van Roost, toch wel een fenomeen in het ultrafietsen.



Een man die Tour-divide zou kunnen winnen als hij weer mee doet. Ik werd 2e en ik had de smaak van het ultrafietsen meteen te pakken. Snel gingen mijn gedachten naar de TCR, De transcontinental race, het mythische ultrafiets-event dat ik vorig jaar mee deed, 3.800km, 40.000hm, dwars door Europa van Geraardsbergen naar Tessaloniki. En WAT een avontuur was me dat. Ik had me voorbereid met een Ultra van 1.000km in de UK waarop ik behoorlijk sterretjes had gezien. Ik heb de Transcontinental Race uitgereden. Maar de manier waarop was vooral super intens, super zwaar, en met heel grote breakdowns. Iedereen vroeg me of ik het nog eens zou doen. En het antwoord bleef even uit. Ik wist het niet goed. Was dit wat ik graag deed? Ja. Was dit iets wat ik per se nog een keer wou doen? Mmmm, misschien.

Toch bleef ik gemotiveerd verder fietsen tot oktober want The Long Race Home ging ik nog een keer meedoen. Deze keer met nog betere benen aan de start. En ik won. Fijn gevoel om als 40-plusser nog eens iets te kunnen winnen. En na wat zoekwerk en wat getwijfel schreef ik me dan toch in voor de volgende avonturen. The Unknown Race en 3 Peaks bike race als jaardoel. Tijdens die Unknown Race begon ik evenwel héél hard te twijfelen aan het waarom. Waarom doe ik dit nu eigenlijk en wil ik het wel. En zal ik me niet beter uitschrijven voor 3Peaks?

Ik schreef er weer een verhaal, en het ging weer gepaard met een behoorlijke dip. Al viel het deze keer mee. In de voorbereiding op 3peaks wou ik vooral niet opnieuw hetzelfde meemaken als op de weg naar Griekenland. Ik wist dat slaap en voeding heel veel effect heeft op het gevoel op de fiets... en daar had ik al plannen voor in mijn hoofd. Maar ik wou een stap verder gaan. Ik wou mentaal de sterkste van het veld zijn. Dus ik bezocht een sportpsycholoog en legde haar mijn doelen uit. We werkten aan mindfulness, ik dacht: deze ademhalingsoefeningen ga ik nu niet meteen op de fiets nodig hebben. Maar in de aanloop naar het event, En zelfs heel regelmatig ook op de fiets kon het me helemaal terug in mijn rust en kracht brengen.

We bespraken ook waarom ik het nu deed. Ik gaf aan dat het grote gevoel van vrijheid echt wel iets was waar ik naar uitkeek. De natuur. De rust. Het alleen zijn. Het zorgenvrij zijn en enkel maar moeten fietsen. De actie, en de sport op zich, maar zeker ook het avontuur en het niet weten wat we tegen gaan komen waren de andere redenen die dicht bij mijn belangrijkste kernwaarden liggen. Reden genoeg dus om het nog eens te doen.

De weken voor de race werkte ik nog hard aan het eigen maken van een Mantra, en aan manieren waarop ik zou reageren als ik toch een dip zou meemaken. Ik leerde hoe ik naar mezelf kon kijken bij een moeilijke situatie en mijn negatieve gevoel snel kon achterlaten door dit te doen. Ik testte het ook uit, door moeilijke momenten op de fiets op te zoeken. Probeer maar eens in de regen te vertrekken, zonder eten, heel vroeg in de ochtend, met tegenwind... en krijg dan liefst nog een platte band. Daarin lukte het te lachen, naar en met mezelf.

Ik reisde naar Wenen, een vertrouwde stad intussen, en maakte enkele kleine materiaalfouten. Zo had ik niet alle juiste inbussleutels bij en had ik ook 2 paar winterhandschoenen bij. Dat zou me samen 350gram kosten om 2 tools en 2 paar handschoenen mee te zeulen. Maar gewicht is wat overrated in ultrafietsen. Ik zou mezelf er niet aan storen. Maar het was wel nogal stom om het extra gewicht al van de start mee te nemen.

Het acclimatiseren en tot rust komen richting start gaat wel goed voor de rest. Ik zit op tijd in bed en eet me goed vol voor de eerste dag. 10u40 mag ik uiteindelijk van start gaan in de 5e wave van ongeveer 30 mensen. Allemaal mannen, want de vrouwen werden in een aparte wave losgelaten om 10u10. Het ging voor de wind. De non-drafting regel werd totaal niet gerespecteerd, en de eerste 2 uur waren eerder een groepsritje waarin je vooral wat zenuwachtig werd omdat je de indruk kreeg dat er wel 20 mensen in deze groep allemaal beter of minstens even goed waren. Op de eerste beklimmingen werd gereden als gek en ik zag mijn tellertje schommelen rond de 300W. Hoger wou ik niet gaan, omdat ik wist dat ik na 3-4 dagen nooit meer boven 250W trap op een helling.

Het ging eigenlijk een 5-tal uur behoorlijk goed, zeg maar alles naar wens, en hoge moraal. Totdat ik in de hamstrings en quadriceps lichte krampjes krijg. Een gevoel wat ik heel goed kende van mijn eerste Marmotte. Ik had nochtans al wat elektrolyten binnengespeeld, maar de zoutafzetting op de kledij was abnormaal hoog. Dat kreeg ik dus niet bijgedronken. Ik besloot een paar extra ampoules bij te nemen. En even de suikers links te laten liggen om extra krampen te vermijden. Ik stop 2x voor een kleine stretchpauze en rij ook wat rustiger. Na een uur of 3 zijn de klachten helemaal weg en kan ik al fietsend een pizza Calzone bestellen. Het vertrekken bij de pizzeria gaat niet supervlot, ik vroeg om zilverpapiertje i.p.v. een doos... maar daarvoor moesten ze nu ook niet de hele keuken ondersteboven halen. Uiteindelijk verder met een kleinere doos, en wat later de pizza in een plastic zakje gestopt om hem rustig verder fietsend op te eten. Ik lach om mijn frustratie over het verlies van die 2 minuten. Ik was al fietsend mijn warme maaltijd aan het eten, dus tijd genoeg gewonnen. Daar draait het ultrafietsen wel wat om - efficiëntie. Blijven trappen. Zonder je te haasten. Maar wel in een bepaalde flow die je kan en wil aanhouden voor een weekje. Dat was toch het plan. Ongeveer 7 dagen, max 7,5 en als alles meezit misschien 6,5. Het plan was strak in het begin, eerder goed haalbaar in het middenstuk en flexibel op het einde.

Het plan voor de eerste etappe was om helemaal tot de voet van Monte Grappa te fietsen, +600km en 5000hoogtemeters die vooral in het eerste stuk zaten. De nacht doorfietsen dus, en enkel een slaapje toevoegen als ik zou knikkebollen. En dat gebeurde. 2x. een eerste keer al rond middernacht. Ik lag er goed en droog. En toen ik weer vertrok had ik er pret in dat ik een medepelgrim voor de overweg zag staan wachtend op een goederentrein die passeerde. Net toen ik aankwam was de staart gepasseerd.

De mindset zat goed, ik hield er een goede flow op na, geen stress om nergens seconden te verliezen maar wel een gezonde haast in alles op, maar vooral ook naast de fiets. In de vroege uurtjes passeer ik bekend terrein: Villach - Tarvisio. Een traject dat ik intussen ken met fietspaden die rondom verboden autotunnels gaan. Ik zie in de verte dat er toch 2 kerels door de tunnel fietsen... Ach, ik frustreer me er niet aan. Gewoon verder. Het moeilijkste uurtje van de dag blijkt 5 tot 6u. Het wordt al licht, maar de zon breekt niet genoeg door om helemaal vrij te zijn van slaapgevoel. Het tweede tukje wordt een feit. Opnieuw 20 minuutjes, gewoon op een bankje.

Ik heb overigens geen slaapgerief bij. Wel een groot reddingsdeken en 2 jassen. Eéntje goed voor warm te houden en ééntje uitstekend tegen de regen. Die ga ik nog nodig hebben.

Tegen de middag begin ik te beseffen dat ik eigenlijk te vroeg zal zijn op de bestemming om in te checken in het Airbnb-tje dat ik heb geboekt. Het blijkt geen probleem te zijn en ik vind een klein maar erg praktisch appartementje. Waar ik toch maar een douche neem en ook mijn kleren voor een eerste keer was. Ik ben niet superefficiënt, heb ongeveer 25 minuten nodig voor ik in bed lig en de oogjes toe doe. Het is dan 14u30 in de namiddag. Ik wil het alarm 6 uur later zetten, maar bedenk me last minute. 5u50 zal ook goed zijn. Bij het opstaan bestel ik meteen weer een pizza. Die haal ik af bij vertrek en gaat me over de 3 passen in de Dolomieten helpen.

Monte Grappa is best een pittige. Het voelt als ochtend, maar het is eigenlijk 22u in de avond als ik bovenkom... Ik vind er 3 Duitstalige deelnemers. Mijn Jean-Marie Pfaff Duits is toch niet toereikend om een gesprek aan te knopen. Een gesprek was één van de valkuilen voor een dip. Als je er energie in stopt maar niets terug krijgt is het een mental killer. Dat was gelukkig niet het geval met Anna, een 27-jarige vrolijkheid uit Zwitserland. Ze gingen alle drie slapen in het volgende dorp. En dat gaf de burger moed. Want ik zou nog veel verder doorfietsen. Tot in Zernez was het plan.

Van de volgende pass ben ik de naam vergeten, maar wat ik niet zo snel zal vergeten is de afdaling, en met name het éne moment waarop er 2 marmotten plots de straat op rennen vlak voor mij. Het scheelde geen haar. De schrik van mijn leven. Gelukkig raakte ik ze niet... Het was anders een lelijke val geweest. Ik hou het wel fris in mijn hoofd. Maar die Passo Manghen die gaat tergend traag. Hij is ook best steil. En ik zigzag wel 100x om boven te geraken. Maar wat is hij wel mooi. Zeker aan te raden! Bijna boven stop ik heel even en in de afdaling nog eens om de bidons bij te vullen. En wat later wil ik weer stoppen voor een plas. Een teken dat het eigenlijk niet meer goed gaat, dat ik wat rust nodig heb. Ik eet en drink en neem weer een goede 20 minuten rust.

Tijdens de eerste pass had ik de zonnebril afgezet. en aan het stuur gehangen, dat was dus niet het beste idee. Vergeten dat ik dat gedaan had. En natuurlijk ben je dat ding dan kwijt in de afdaling. Het was al meteen de ogen dichtknippen die ochtend. Dus ging ik meteen op zoek naar een oplossing. Er was een Decathlon die 4km van mijn route verwijderd lag. 4km heen, 4km terug. Toch wel lastig om te aanvaarden dat ik minimaal 20 minuten zou verliezen. Maar toen was er toch weer een stemmetje die erom kon lachen. Dus hup naar de Decathlon. Toen ik er weer vertrok met de nieuwe bril kom ik terug op een fietspad en vlak-vlak voor mij fietst er een Italiaan die mooi 32-33 km/u rijdt. Ik dacht, daar ga ik nu toch even bij in het wiel zitten. Die paar kilometer werden er een 20-tal. Het voelde rechtvaardig. En Karma was me goed gezind. Ik moest nu nog één grote klim omhoog en zou dan in Zernez aankomen rondom 17u. Ideaal om weer een pizza te eten voor het slapengaan. Want net naast het hotelletje dat ik had geboekt bevond zich de beste pizzeria van de stad.



De dames van het hotel waren hilarisch, het concept ultrafietsen klonk voor hen als enorme zotheid. En de fiets die moest in de garage. Maar toen ik hen vroeg hoe ik in de garage zou geraken om 23u vonden ze het eerst waanzin, en gelukkig werd toen besloten dat de fiets gewoon in de receptie kon blijven staan. De pizza was ik voor het inchecken gaan bestellen, ik had gehoopt dat het snel zou klaar zijn, maar het zou pas 18u00 zijn vooraleer ik de pizza's kon afhalen, want ik bestelde er 2. Een uur wachten was veel te lang. Maar ik had mijn tassen al volgeladen met boodschappen, en nog eens naar de winkel gaan ging me ook 20 minuten kosten. Dus ik besloot de bestelling te nemen. In te checken en rustig alles klaar te maken om meteen na het afhalen van de pizza's te gaan slapen.

Het ontbijt dat ik dus bij had werd het avondmaal. En tussen 17u en 18u probeerde ik zoveel mogelijk te eten het opladen van mijn spullen en douchen door. Ik waste opnieuw mijn kleren omdat ik toch de tijd voor had. En ik genoot van het rustmoment. De pizza's haalde ik af en legde ze klaar voor de ochtend/dag erna.

Dag 3 dus, daarin zou ik van Zerne tot Luzern fietsen, en als God het belieft zou ik doorfietsen tot Bazel, een paar uur verder. De vergezichten van deze dag waren ronduit adembenemend. Van de Albulapass zag ik niet teveel. Maar de Furkapass en de Grimselpass waren ronduit schitterend. Echt zeer zwaar de moeite. De hoogtemeters liepen er wel en hakten er wat in. De kaars was dus redelijk hard aan het doven toen ik bijna in Luzern kwam. De uren in de latere namiddag waren ook stevast lastiger omwille van de warmte. Ik besloot de caravan die ik had geboekt toch te gaan zoeken. Een gemengd succes want, uiteraard was die caravan enorm warm.

Ik had het idee gekregen om in plaats van pizza's te kopen gewoon te koken in die caravan. Op het menu stonden instant noodles. 3 grote pakjes. Het was even zoeken naar de juiste knoppen en uiteindelijk lukte het om het gas aan te krijgen en het water te koken. Buikje vol proberen te slapen. Ook voor de volgende dag had ik een flexibel plan, met enerzijds de mogelijkheid tot Besançon te fietsen, of anderzijds een stuk verder te fietsen en een wat oostenlijkere route te nemen met iets meer hoogte, maar eventueel minder hitte. Dus onderweg keek ik een paar keer naar de verschillende weersvoorspellingen voor de regio waaruit bleek dat de warmte net omgekeerd was dan ik had vermoed en dat mijn route langs Besançon enkel nog voordelen had. Dat werd dus de eindbestemming van de dag.

Maar er moest eerst geklommen worden in de Vogezen, en nog daarvoor moest ik een aantal uur in de nacht fietsen richting de voet van de Grand Ballon. Die avond toen ik vertrok uit Luzern zag ik overal onweer rondom me. Ik vreesde dus voor stortbuien. Maar ze blijven urenlang net naast me liggen. Tot ik in Bazel centrum passeer. En daar gebeurde het geveesde. Een leuke band in het midden van de nacht. Ik kon onvoldoende de rust in me brengen die nodig was om adequaat te reageren.

Want wellicht had ik de band wel kunnen pluggen. Een sterk hoofdlampje had wellicht ook geholpen; maar dat had ik niet. Het werd dus alsnog een binnenband steken en daarbij bleek vooral het wiel opnieuw in de fiets monteren een probleem. Wat ik precies fout deed weet ik niet, zo'n bepakte fiets tillen is natuurlijk niet hetzelfde als een gewone...Het duurde een eeuwigheid in mijn hoofd, misschien was het 5 minuten. De flow was even weg. Maar die pauze, hoe slecht gerust ook, had me wel voldoende energie gegeven om alle bergen, inclusief de superplanche de belles filles achter elkaar op te fietsen.

Met uitzondering van de strikt noodzakelijke stops en een stop bij een fietsenmaker voor een extra binnenband en 2 CO2-bommetjes zou het wel weer een efficiënte dag worden.

In de namiddag kwam Alex weer naast me fietsen, een toffe Duitser, die ik al voor de 3e keer tegenkwam. Hij reed altijd wat sneller en aerodynamischer. Daar kan ik dus nog op werken. Maar het gaf me bevestiging dat ik efficiënt en gestaag bezig was. Het Airbnb was deze keer een heel mooi huisje op een berg in Besançon, en ik had pasta gekocht dat je in het zakje enkel 1'30 in de microgolfoven moest steken. Geen aanrader. Het was met tegenzin toch zoveel mogelijk eten en weer slapen. Zonder douche deze keer. Gewoon een kattenwasje. Ook in de caravan had ik dat geskipt, te complex.

Wat volgt zou de lastigste etappe worden, een vlakke, warme etappe met veel saaiheid. Ik zou extra gefocust zijn op mijn mantra vaak tegen mezelf te zeggen. Een mantra is eigenlijk niet meer dan een zinnetje dat je herhaalt om een mentale kracht uit te putten. Dit zinnetje had ik zelf samengesteld met een aantal kernwoorden die voor mij belangrijk waren om naar terug te grijpen. Woorden die me zelfzeker deden voelen en me kracht gaven. Het zinnetje kwam om de 20 minuten op het scherm van mijn gps-computer... En het werkte. Het werkte echt. Het bracht me de lach, het plezier, en de kracht om door de moeilijkste momenten heen te komen maar gaf me wellicht ook hetzelfde in de makkelijkere momenten waardoor de hele race als een heel makkelijk avontuur werd ervaren.

Op weg naar Besançon plande ik deze dag in detail. Alleen rekende ik verkeerd, ik had gerekend dat ik 420km tot de voet van Alpe d'Huez zou moeten rijden, en dat ik dus onmogelijk nog 2 cols extra zou kunnen doen om tot in Briançon te fietsen. Waar ik een hotelkamer had gereserveerd. Ik annuleerde de hotelkamer en boekte een kamer in Allemond, het dorpje voor Alpe d'Huez. Weer relatief vroeg uit de veren met het plan de hitte voor te zijn en zover mogelijk te rijden voor 10u 's ochtends. En dat lukt bijzonder goed.

Het verhaal van de omleidingen; je kent het wel, als fietser denk je er altijd toch wel door te kunnen. 3 keer lukte het me ook goed, dus ik dacht bij een 4e zal het ook wel lukken, ik ben 100m ver op de versperde weg en zie 2 andere deelnemers me tegemoet rijden, terug een berg af. Daar kon je dus onmogelijk door... Al bleek aan de finish dat sommigen het toch gepresteerd hadden met wat gestuntel. Alleszins vond ik het niet een groot geschenk dat ik die kilometer niet op en af had moeten rijden. Het zat me allemaal wat mee.

En zo was ik even blij en verwonderd toen ik ontdekte dat het geen 420 maar 320km etappe zou worden vandaag. De laatste uren richting Grenoble gingen namelijk al redelijk harkend. Nog leuker was het moment dat een Dotwatcher naast me kwam fietsen en me behoorlijk ophitste. "Dat ik maar 10 minuutjes achter een paar anderen zat en ze echt wel kon inhalen." Met tips over het oversteken en het nemen van het fietspad. Ik kon er wel om lachen.

Aangekomen in Vizille doe ik mijn dagelijkse boodschappen, deze keer een extra grote lading, want ik heb grootse plannen voor de volgende dag. Ik ben niet van plan nog echt te slapen. Nice wordt de bestemming. Ik passeer ook even langs de apotheek. Een crèmeke voor het zitvlak en toch wat pijnstillers voor het hele lichaam moeten me erdoor helpen. Ik check in en heb een vrij vlotte "transitie" van fietsen naar slapen en wat eten tussendoor. Het is alweer een vroege check-in. Maar wat ben ik blij dat ik niet meer het plan heb om ook Alpe d'Huez nog te doen. Ik ben net ingecheckt en er breekt een stevig onweer uit precies boven de mythische klim.



Ik twijfel nog even hoe lang ik wil slapen, en kies voor 4u50. Toch weer 10 minuten gewonnen t.o.v. 5uur. Ik slaap als een roosje en de moraal is beestig hoog als ik die ochtend / al is het in realiteit avond, weer wakker wordt. Alles voor een laatste keer inpakken nog even een heel stevig ontbijtje en we zijn op weg. Het zal tot een week na aankomst thuis duren voor ik sommige spulletjes terug zie.

Alpe d'Huez, Col du Lautaret, Col d'Izoard, Col de Vars, Cime de la Bonette, Col de la Colmiane, Col de Turini, Col de Castillon en Col d'Aise. Zo'n 10.000 hoogtemeters staan op het programma. Ik maak er 9 cols van in mijn hoofd. Cime de la Bonette tel ik voor een dubbele. Maar ook de Lautaret en de Col d'Izoard blijken cols van meer dan 20km klimmen. Voor ik vertrek wil ik kijken in welke positie ik rijd. Het is de eerste keer dat ik het check. Ik zie dat ik nummer 20 zal zijn die dit laatste segment zal aanvatten. Top 20, valt dat mee, valt dat tegen... ik probeer er niet over te oordelen, maar ik kijk naar mezelf en maak me sterk dat ik tot de finish zal rijden, en ik denk/hoop/schat in dat er niemand zo vroeg vertrekt als ik, en de meesten net vermoeider worden en de slaap zullen zoeken nog voor ze in Nice zijn. Ik rij de slapers in Alpe d'Huez voorbij en neem er Col de Sarenne nog bij, met een bijzonder lastige afdaling.



De Lautaret is eindeloos, en in de afdaling heb ik het lastig om wakker te blijven. Dan toch maar een klein dutje. Ik kom om 6u aan in een dorpje en ruik een bakker, maar na een blokje om te rijden blijkt hij toch nog niet open. Dan maar door tot in Briançon. De stad waar alles open is... ook om 6 uur in de ochtend: "Restaurant ouvert" staat er op de vaste borden. In werkelijkheid is er niets open behalve een megabakker. Hier moet ik mijn slag slaan om de voorraad toch weer aan te vullen. Beignets, 10, ja 10 en croissants met almond-vulling. Ze kijken me wat verbaasd aan, maar wellicht is mijn blik ook niet meer zo normaal.

Het geeft me weer de nodige brandstof voor de Col d'Izoard. Met het nieuwe mantra "Col d'Izoard is nizooswaar" kom ik deze met bijzonder gemak boven. De benen willen nog en het hoofd ook. Maar ik prent me in "het is nog ver", maar het gaat wel lukken. Altijd die 5% reserve houden is de truc. Niet te hard pushen. Ik profiteer weer van de afdaling om wat op mijn positieven te komen. In de afdaling zoek ik de meest rustige lange ademhaling op. Wat kalmerend meditatief. Het doet het lichaam en geest wat ontspannen en het geeft het hoofd wat zuurstof om aan de belangrijke dingen zoals eten, opladen en planning te denken.

Aan de voet wacht me echter een verrassing. Hier het voorbeeld dat ik toch niet zo heel goed de route had voorbereid. Er volgt een klein wegeltje, met toch wel slecht wegdek en een steil begin. Dit wist ik totaal niet. De Col de Vars laat dus nog even op zich wachten, eerst dit stukje maar overleven. Ik ben vooral bang voor een leuke band. Maar ik word gespaard. Gelukkig.

Col de Vars wordt een leuk spel met een oudere man met dochter. Ik doe mijn ondershirt uit aan de voet van de klim en de oudere man maakt een grapje over dat ik zou strippen voor de schoon ogen van zijn dochter. Ze rijden met een stevig tempo voorbij, maar ik kan al zien dat ze voorbarig zijn in hun tempo. Het duurt wel een tijdje voor ik ze kan inhalen. Ze hadden een stop nodig. Het duo nestelt zich in mijn wiel, ik denk, allez vooruit, ik rij hier +2000km en moet nog kop trekken ook. Maar ik kan er mee lachen. Een beetje later. Een demarrage. De oude man zegt de dochter gedag en wil extra trainen, ze zullen elkaar op de top zien. Even later heb ik toch even een aantal seconden nodig om een blikje al fietsend te openen en te drinken. De dochter heeft geen geduld, en rijdt me voorbij. Ik hang op 50 meter, en geniet ervan dat de tijd nog sneller gaat door deze taferelen. Er komen ook veel snellere renners voorbij, daar heb ik niks aan. Maar de dochter, ik schat ze 15, brengt me tot aan de Spar, toch nog het zekere voor het onzekere nemen, wat extra drank, wat extra snoep, alleen maar dingen waar ik echt zin in heb. Nog een bakje frambozen die ik bij het buitenwandelen al begin op te eten. Ook de bakker nog even passeren en heel even zitten om een taartje op te eten. Deze 15 minuten zijn mijn welverdiende pauze. Ik geniet. Ik kijk achterom, niet letterlijk, en ben trots op hoe ver ik al ben gekomen. Ik kijk vooruit en denk: Bring it on.



Cime de la Bonette. Wat een klim. Veel mytischer vind je ze niet in Europa, op het niveau van de Galibier, van de Tourmalet, maar deze is hoger. De hoogste geasfalteerde pass van Europa. 2802m - 23km lang, 1600 hoogtemeters. En, ik heb weer compagnie. Deze keer om onnozelen van te worden, ik vertrek net voor een grote groep renners. Wel een stuk of 100. Ze hebben net een bevoorrading gehad en vertrekken niet allemaal super gelijk. Na even rond te kijken zie ik er een paar met een shirt van "Le Loup" - ik ken toevallig het concept. Het is ook best iets zot. Je rijdt de hele Tour de France één week voor het echte peloton. Elke etappe is bijna exact hetzelfde als de profs. Ze zijn aan hun 19e etappe. Maar ze zitten nog fris vandaag. Ze rijden harder, maar niet veel, en elke nieuwe renner die me probeert in te halen heeft het lastiger. Er is er ééntje bij die wel een praatje wil maken. Hij vertelt me meer over het concept, hij vertelt me hoe hij ook uitkijkt naar Nice. Toffe pee. Hij vertelt me ook dat hij nog "maar" 220W kan trappen. Mijn wattagemeter heeft al een tijdje geen batterij meer, maar hij lijkt me zeker lichter gebouwd, wat me doet vermoeden dat ik ook nog wel 250W kan trappen.

Het zijn deze kleine dingen die ik mezelf wijs kan maken die me wat extra energie geven. De andere mindfuck die ik met mezelf speel is het niet kijken naar kilometerstanden en de kilometers in mijn hoofd heel erg traag laten vooruit gaan. Het zullen er nog wel 20km zijn die ik moet doen, maar dat kan ik wel. No problem. Na een tijdje kijk ik dan toch naar de bordjes langs de weg, want op mijn GPS heb ik enkel nog de route en is het in werkelijkheid nog maar 16. Hoppa, 4km klimmen gratis, voor niets. En dan hetzelfde spelletje opnieuw en in je hoofd op 15km blijven hangen. Ik weet het, het klinkt allemaal vreemd, maar een mens moet wat op deze oneindig lang durende klimmen.

2u20 doe ik er ongeveer over. Exact weet ik het niet, want de GPS pruttelde helemaal op het einde tegen waardoor ik de opname verloor. Wel jammer, maar goed. Ik weet dat ik het gereden heb ;-)

Bovenkomend rits ik het jasje toe. En al fietsend maak ik een Selfie. De Le Loup mannen snappen er niets van, die gast stopt niet ;-) haha. Even later doe ik dat toch wel, om een extra jasje aan te doen, want het begint te regenen. Te gieten. Pfff, zo jammer want zo'n leuke afdaling dat het al was. Het vervolg is rustiger, maar ik probeer toch het plezier te behouden en ga ervan uit dat de regen er beneden niet is. De afdaling duurt lang, en uiteindelijk stopt het inderdaad met regenen. Het wordt ondertussen al wat later, 17u? 18u? precies weet ik het niet meer. Ik stop weer, om het jasje weer op te bergen. En net op de plek waar ik stop is er een fonteintje, en aan de overkant een winkeltje. Ik kijk wat er nog komt en denk - mmm verdorie dat is toch nog langer dan gedacht ik schat het op zo'n 8-9 uur. Dat is een trainingsritje wat ik thuis ook al deed. Dat zou ik moeten kunnen met 3 volle bidons en een paar colakes. De cafeïne inname is de laatste dagen ook gestegen, en gaat deze dag helemaal pieken. We gaan er wat red bulls tegenaan gooien. Huppatee. In het winkeltje hebben ze ook "pizze", ik vraag welke hij nog heeft. Het zijn alleen "pizze onions", ik koop ze allebei en zou me dat later toch enigszins beklagen. Nu ja, ik fietste niet in gezelschap dus dat viel nog wel mee.

Ik laad me op voor de Colmiane, dat wordt een leuke col zeg ik tegen mezelf, en de Col de Turini wordt nog leuker. Ik begin te beseffen dat ik deze dag eigenlijk geen hitte heb gehad, de nacht was koel, en ik kon tussen onweders doorfietsen. Enkel de Col de Vars was even warm, maar daarna werd het snel weer goed doenbaar. En waar de Côte d'Azur doorgaans drukkend warm is, zou dat opnieuw een avond/nacht opdrachtje worden in aangename temperaturen.

Ik ruik bijna de finish, maar het blijven nog steeds 2.930 hoogtemeters te gaan; haha, ik lach er wat mee. Geen overmoed. Het thuisfront moedigt me aan, en informeert me erover dat ik een veilige voorsprong heb op mijn eerste achtervolger, en een groepje van 3-4 renners nog in het vizier zou kunnen krijgen. Maar daar beslist de achterband toch anders over. Ik voel dat hij langzaam afgaat.

Het is het wiel met het binnenbandje. Ik besluit hem een keer op te proberen pompen. Maar dat is "geen avans". Het wordt dus proberen het bandje wat sneller te vervangen dan toen in de nacht in Basel. Dat lukt goed. maar daar waar de ketting nog proper was halverwege omdat ik wax gebruikte was ik overgeschakeld op een olie vanaf de Vogezen. Gevolg, na de herstelling waren de handen zo zwart als iets. Ik probeer met de pinken te rijden, want papier heb ik niet (meer). En aan gras afvegen zou het nog erger kunnen maken. Dus ik denk, weet je wat rij gewoon even, je komt wel iets tegen.

En jawel, 2 kilometer verder een tankstation. Zo ééntje zonder huisje, een express, enkel tanken quoi. Het tankstation zelf kan me dus ook niet helpen maar des te meer de mobilhome en de mensen van de mobilhome. Een koppel 70'ers lacht me toe, en zijn suuuuper behulpzaam. Met keukenpapier, water en zeep worden mijn handen weer helemaal proper. Een selfie, die had ik eigenlijk wel moeten maken met dat koppel.

Alright, de Turini nog, een col die je zeker 's avonds eens moet rijden als je in de buurt bent, ze is wondermooi EN vol met vuurvliegjes. Even denk ik, dit zijn hallucinaties, maar ik was niet de enige die ze zag. Ze zijn er echt. De laatste uurtjes wordt het nog wat gepruts met de GPS, maar naarmate we dichterbij de aankomst komen wordt mijn interne plezier en trots steeds groter en het blijven fietsen steeds makkelijker. En dan komt HET INZICHT. Eindelijk. Ik heb het laatste antwoord op "de-waarom-vraag" - waarom heb ik dit eigenlijk gedaan, dit jaar. één jaar na de TCR. Het antwoord was niet ver te zoeken, het ultrafietsen was niet afgerond, ik kon beter. Ik wou beter doen. Finishen met een gevoel dat ik echt niet beter kon dan dit. Met een gevoel van "f*ck, dit heb ik goed gedaan". En zo ben ik wel aan het finishen nu. Ja, beter kon het bijna niet. Fysiek harder, ja, dat misschien wel. Materiaalgewijs lichter, en alles iets meer in de puntjes afgewerkt, ja, dat misschien ook. Maar hoeveel levert dat op. Een uurtje. 2 misschien. Nee, dit was top. De efficiëntie - het uitvoeren van het plan. De steengoede mindset. Ik loop over van contentement. Geluk.

Nice leeft nog, her en der feestende jongeren, het is ze gegund. Ze hebben geen idee wat die gekke fietser hier komt doen. Aan de finish maar één persoon. De organisator. Een man waarvan ik denk "wij gaan niet snel vrienden worden" - maar ik kan toch even een fijn gesprek met hem hebben en krijg een Blonde Leffe in mijn handen gestopt. Of all Belgian Beers, ... een Leffe. Seriously. Ik maak deze gedachten eigenlijk niet en denk gewoon alright, een Leffe!! Ze smaakt.

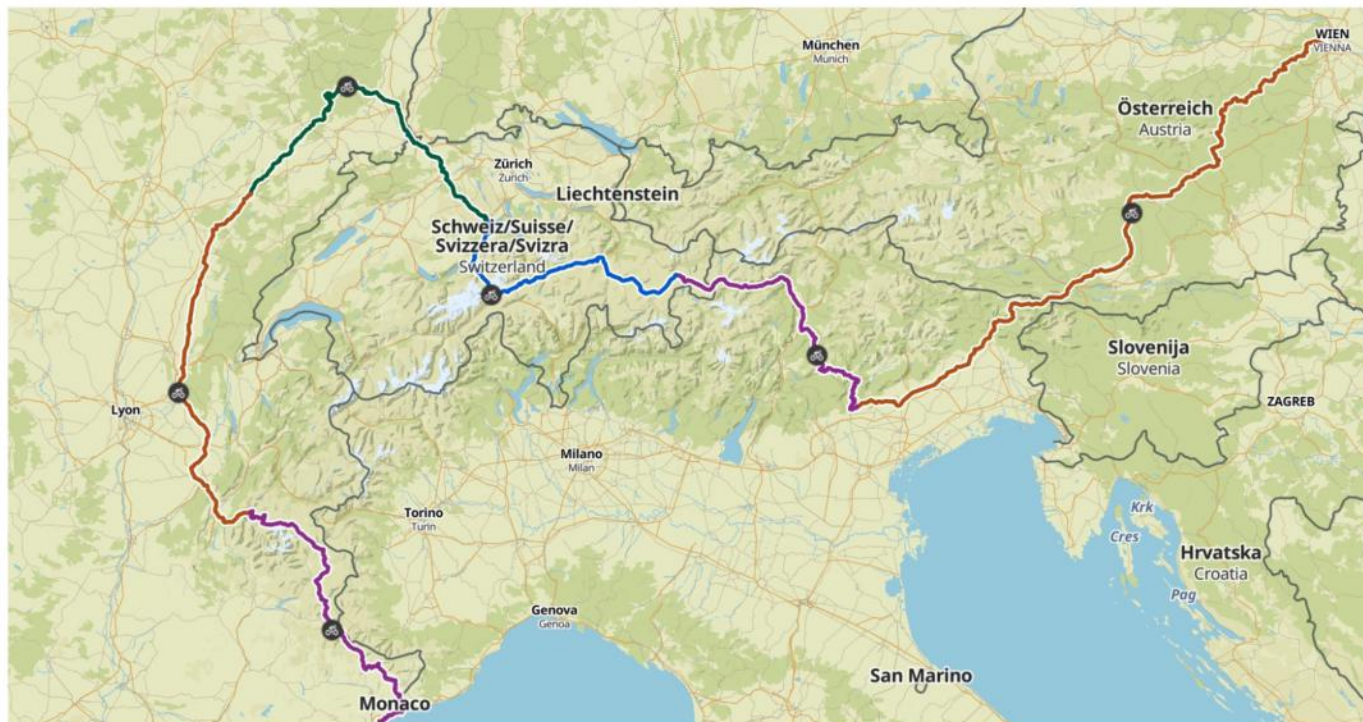


Het zit erop.
Dat was het.
Meer was het niet.
Maar wat is mijn gevoel positief! Super voldaan kruip ik mijn bed, en geniet. Ik word wakker met een grote glimlach en zoek andere deelnemers op. We wisselen de avonturen uit en hebben tonnen respect voor elkaar. Omdat we van elkaar snappen hoe lastig het is. We kennen elkaar niet maar zijn trots op elkaar.

Van Wenen tot Nice. 2024. Ik zal het niet vergeten.
Merci Ariane om het weer mogelijk te maken.

Een volgend avontuur, nu al plannen, nee, nog niet. Eerst nog even nagenieten. Misschien toch eens een sabbatjaar, en daarna een nog groter avontuur. Of ook niet. Misschien wel off-road, want de fietsavonturen op de weg lijken wel uitgespeeld.

Dries



Etappe	# uren slaap vorige nacht	# kilometer	# hoogtemeter	# uren verstreken	# uren bewogen	Shop + dutjes + inefficiency	Finishuur	Startuur	Stoptijd	Stop - Slaap		# kJ
1	-	617	5.790	27u39	25u11	2u28	-	10u43				13000
2	5u50	306	6.950	20u13	17u53	2u40	14u22	21u01	6u40	50'	BnB zelf gekookt	9700
3	5u00	296	5.700	18u26	15u37	2u49	17u14	23u22	6u08	68'	Hotel - Pizza	-
4	4u30	355	4.350	19u19	17u04	2u15	18u41	23u53	5u12	42'	Caravan - zelf gekookt	-
5	5u30	334	2.800	15u45	14u12	1u33	19u12	01u35	6u23	53'	BnB zelf gekookt	-
6	5u00	398	10.500	28u03	26u40	1u23	17u20	23u12	5u52	52'	BnB zelf gekookt	-
TOTAL	25u50	2306	36.090			13u	3u18			4u25		



Locatie	Positie
Na 6u koers	31e
Monte Grappa	34e
Grimsepass	12e
Planche des belles filles	16e
Alpe d'Huez	19e
Finish	11e



driesvanderkleij

Nice, Côte d'Azur, France



32



1



luc.melis en anderen vinden dit leuk

driesvanderkleij When you arrive at the finish of an Ultra after a 27-hours non stop ride feeling exhausted, satisfied and proud on what the body and mind have achieved in 6 days and 16 hours.

@adventurebikeracing 3 peaks bike race.

djsigisdoos Wat een midlifecrisis 😊 Hulde my man!!!

23 juli • Vertaling weergeven



@ Jacques Grauls

zondag	Regionale - Hoge Vijvers (Forest Cup 2024-2025) Parochiecentrum Voorheide, DE Brulen 6/20 Arendonk 🇧🇪
3 November	
za - ma	North Sea Trophy - Koksijde-Veurne Zaal DE WITTE BURG, Witte burg , 92 te 8670 Oostduinkerke 🇧🇪
9 - 11 November	
zondag	Hamok-cup - 40 jaar hamok - Kattenbos Kerkje Gelderhorsten 🇧🇪
17 November	hamok

zondag	Doublette liégeoise - Les Trixhes Club d'athlétisme de Flémalle 🇧🇪
17 November	
vrijdag	Avond - Witte Bergen Lichtaart Floreal Lichtaart 🇧🇪
22 November	
zondag	VK Middel - Waterschei Aeroclub Zwartberg 🇧🇪
24 November	hamok



@ Jacques Grauls



@ Jacques Grauls

vrijdag	Openingsavondaflossing - Rivierenhof Rivierenhof Oost 🇧🇪
29 November	
zondag	Regionale - Kamp Beverlo (Sinterklaascross) Sint-Michiëlsschool Leopoldsburg 🇧🇪
1 December	
zondag	BOC#3 - Ultra Longues Distances Tervuren, zaal Nettenberg 🇧🇪
8 December	

