

Van voetballer tot loper.

Drie jaar en evenveel marathons verder is de tijd rijp om enkele impressies op papier te zetten.

Bij de voorbereiding van mijn eerste marathon, las ik in verscheidene boeken en tijdschriften dat het minimum 2 à 3 jaar duurt vooraleer het lichaam zich aanpast aan dergelijke inspanning.

Misschien zou het mij wel lukken in 6 maand, dat was de tijd die me nog restte om mijn debuutmarathon (wat ook mijn enige zou worden !!), deze van Athene, voor te bereiden.

Ondanks het feit dat ik al jaren bij een marathonloopster sliep, was het voor mij een stap in het onbekende. Het was aftasten en zoeken, inschatten wat 42,195 km met een menselijk lichaam doet.

Het resultaat was niet slecht, maar mijn 30 sec achterstand op het trio Marc V Maldegem, Monique Bauters en Veerle zal me mijn hele leven blijven achtervolgen.

Daar kon ik het dus ook niet bij laten en een herkansing moest deze blamage uitwissen.

Een jaar had ik om me voor te bereiden. Bovendien had ik ook ervaren dat de wekelijkse groepstraining op woensdag en zondag minder saai waren dan de individuele duurlopen, en de après-running best aangenaam was en de zo nodige vochtopname bevorderde.

Voor de tweede marathon werd na het heuvelachtige en warme Athene gekozen voor het vlakke Istanbul. Niets was minder waar, voor wie de wedstrijd heeft gelopen zal dit kunnen beamen, het was een zwaar en lastig parcours.

De dagen voor de wedstrijd waren ook niet bevorderlijk om een goede tijd neer te zetten. Eten, drinken, stadsbezoeken en een voetbalwedstrijd waar je drie uur moest rechtstaan, zijn niet de ideale omstandigheden om daags nadien 42,195 km te lopen. Persoonlijk kon ik terugblikken op een mooie prestatie, een verbetering van mijn tijd met ongeveer 20 minuten en dit zonder extra steun tijdens de wedstrijd (wat niet van iedereen kan gezegd worden, hé Christophe)

De naweeën en recuperatie waren iets minder, een combinatie van de inspanning en de lokale spijzen waren de oorzaak van wekenlange buikloop.

Toch had ik de microbe nu echt te pakken: in de vorige 2 wedstrijden en voorbereidingen had ik al wat ervaring opgedaan en dit zou moeten resulteren in een 3^{de} en nog betere marathon.

De keuze viel uiteindelijk op Palma de Mallorca, wat met enig argwaan werd onthaald. Maar dit was onterecht, het werd een schitterende trip, met naast een beetje cultuur, vooral veel ontspanning na de inspanning. Een zeer goed hotel, en een perfecte organisatie van de reis, waarvoor dank aan Johan en Christophe.

De wedstrijd zelf was voor mij persoonlijk een groot succes, de doelstelling was beter doen dan in Istanbul, wat betekende onder de 3u25' en stiekem hoopte ik de kaap van de 3u20' te halen. Het werd uiteindelijk 3u19' en een eerste plaats van de KASVO groep, dit was niet alleen voor mezelf een complete verrassing, maar ook de kenners zaten er met hun prognostieken volledig naast. Voor deze 3^{de} marathon had ik wel een perfecte voorbereiding, veel kilometers kunnen afleggen, goede weersomstandigheden en gespaard gebleven van blessures. Een zaak wil ik bij deze nog recht zetten voor diegenen die denken en het eventueel ook zouden uittesten, dat de seksuele onthouding het geheim was van mijn succes, niets was minder waar!!!

En nu op naar de volgende ... Dubai, here we come .

Thierry Vandenabeele