

Februari 2015

08/02/2015: LPM-marathon (Genk)

42,195 km (Garmin: 41,98 km), 204 deelnemers

34. Wim Van Nieuwenhuize 3:23:55 (2014: 3:23:39 / 2013: 3:38:20)

Traagste km: km 21 – 5' 08" Snelste km: km 41 – 4' 30"

71. Christophe Lamont 3:37:58

90. Veerle Miclotte 3:49:46 (2^{de} vrouw +45)

101. Marc Vanmaldegem 3:54:21 (3^{de} man +60 / 2013: 4:04:19)



Wat een blitzstart van Christophe! De eerste 500 meter stonden er veel fotografen, en daar Christophe nogal fotogeniek is... De hele meute zag zijn hielen! Bij aanvang van de eerste helling nam Christophe gas terug. Uiteindelijk zou hij in de laatste 41,5 km nog 70 plaatsen inleveren... En na km 35 was het mijn beurt om Christophe in te halen. Aan mijn kilometertijden die daarop volgden te zien, gaf me dat een ferme boost en werd de turbo helemaal aangezet. Puur genieten vanaf dan, nog enkele tientallen lopers van de halve en de hele marathon werden opgepeuzeld. Een marathon begint immers aan kilometer 35, de rest is voorspel! En mijn traagste kilometer: ik heb een sanitaire stop moeten maken... Een hele knappe prestatie werd geleverd door Veerle en Marc. Beiden mochten op het podium en kregen een kanjer van een trofee voor hun prestatie. Al snel vertrokken we daarna huiswaarts, echter met de afspraak om onderweg nog een tussenstop te maken. Het assortiment dranken is in Genk immers niet zo uitgebreid. Ik nam de sleutels over van Christophes Volvo. Je hebt immers ook krampvrije benen nodig om met de auto te rijden, zodoende... Zo belandden we in café 't Schuurken in Burst, een supporterslokaal van Club Brugge. En Club had net verloren van Kortrijk, dus we konden ze daar wat jennen. Enkelen onder ons waggelden het café binnen, en dat lag niet aan de alcohol. Ter plaatse werd de Hoegaarden, Bernardus Tripel en La Trappe Quadrupel vlot binnengewerkt. Het waggelen bij het verlaten van het café was dus nog iets erger...

Meer info: <http://www.lpm-marathon.be/>



15/02/2015: Winterjogging (Deinze)

4,58 km, 107 deelnemers

53. Roger Peyskens 0:26:02

8,9 km, 127 deelnemers

82. Patrick Cheyns 0:50:11

83. Xavier Michels 0:50:13

91. Katty Ghezels 0:52:19

99. Sarah Peyskens 0:53:34

115. Vera Van Boven 0:58:32

119. Cathy Clarys 0:59:30

13,22 km (Garmin: 12,84 km), 91 deelnemers

19. Wim Van Nieuwenhuize 0:58:06 (2014: 0:58:57 & 0:59:26)

Traagste km: km 11 – 4' 51" Snelste km: km 1 – 4' 11"

62. Hendrik Penninck 1:09:18

80. Manuel Lemeire 1:17:19



Helderblauwe lucht, stralende zon: ideaal weer om de benen los te gooien een week na een marathon. Dat moeten Ignace en zijn poulains ook gedacht hebben. Het was een aangename verrassing dat coach Ignace met alle hennen en hanen van zijn erf aanwezig was op deze winterjogging. Alle lof en eer voor Katty, Sarah, Vera en Cathy, die moeiteloos de overstap maakten van start-to-run naar volwaardig joggen. De toekomst is verzekerd voor Ignaces groep, en ik hoorde reeds enkele mannen van de groep van Johan hardop fluisteren dat ze de overstap overwegen naar diezelfde groep. Wordt ongetwijfeld vervolgd...

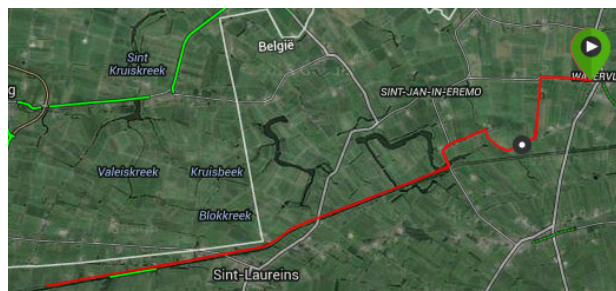
Meer info: www.acdeinze.be

21/02/2015: 30^{ste} Leopoldsloop (Watervliet)

27 km (Garmin: 26,9 km), 228 deelnemers

53. Wim Van Nieuwenhuize 1:59:01

Traagste km: km 7 – 4' 51" Snelste km: km 24 – 3' 59"



De regen van gisteren zorgde ervoor dat het off roadgedeelte van het parcours weer zeer zwaar was: modder en ontelbare plassen. Wel een meevaller: er was niet zoveel wind als een maand eerder op de halve marathon. Aan het keerpunt halverwege kwam ik door in 61^{ste} positie in ruim 1 uur en 2 minuten. Ik kon dus nog goed versnellen in de 2^{de} helft en enkele lopers oprapen. Al bij al een goede wedstrijd in functie van de marathon van Zwalm!

Meer info: <https://krokenlopers.wordpress.com/>

28/02/2015: Transport Jasperse Halve Marathon (Axel, NL)

21,1 km (Garmin: 21,17 km), 163 deelnemers

29. Wim Van Nieuwenhuize 1:32:56

Traagste km: km 17 – 4' 42" Snelste km: km 1 en 20 – 4' 13"

Nadat ik vorige week in Watervliet 27 km had gelopen, vond ik dat het deze keer wat minder mocht zijn... dus volstond een halve marathon. Wat een prachtig parcours in Axel! Heerlijk om in de Zeelandse polders te lopen. Alleen, heel veel open vlakte op een dag dat het heel hard waait... De eerste helft van het parcours hadden we de wind in de rug, dus we wisten al gauw dat het de 2^{de} wedstrijd helft beuken zou worden... Ikzelf liep na 1 kilometer in 31^{ste} positie en kwam halverwege door in 45' 45". Het verval tegenwind bleef dus beperkt tot een kleine anderhalve minuut, wat best meevalt. Ik sluit februari af met 310 km (309 km in 2014). In maart staat maar één langere afstand gepland, nl. de halve marathon in Sluis.



Meer info: <http://www.roadrunningaxel.nl/>

Sportieve groeten, Wim