

Winst 10 Km Polderloop Hoeven

Met bijna 700 deelnemers aan de start midden in de Hoevense polder, behoort deze loop tot de grotere in regio. Het concept is eenvoudig je bepaald de start, laat de deelnemers verschillende rondjes lopen (afstanden van 2,4,6,10 en 15 Km) en trekt ergens een streep. Voor alle deelnemers na afloop een appel en glaasje ranja, bloemen en een wisseltrofee voor de winnaar. Hoe eenvoudig kan hardlopen zijn.

Na mijn avontuur en aansprekend resultaat in La Marmotte heb ik de looptrainingen van driemaal per week verhoogd naar zes looptrainingen. In de komende periode wil ik weer deelnemen aan enkele duathlonwedstrijden en diverse loop- en fietswedstrijden, gisterenavond was de eerste wedstrijd. Na ruim 8 jaar had ik besloten mijn gezicht weer eens te laten zien bij de Hoevense Polderloop, enerzijds als fanatieke training anderzijds voor de reclame in de regio. Om 19:30 vertrok ik met 680 deelnemers voor mijn avontuur in de polder. De eerste kilometers werd het tempo bepaald door enkele snelle junioren van de 6 Km wedstrijd. Na de splitsing op 2 Km moest ik zelf het tempo gaan bepalen. Vooraf had ik met trainer Michel afgesproken de eerste kilometers behouden te lopen om de tweede helft het tempo te verhogen. Doordat ik in het begin bij de jonge atleten was aangesloten verliep de race net iets minder behouden. Tot 5 Km kon ik lekker ontspannen mijn kilometers afwerken, met op 20 meter de nummer twee in de wedstrijd, Bas de Graaf. Na 5 Km heb ik het tempo verhoogd en kon ik mijn voorsprong vergroten. Vanwege het hogere aanvangstempo was er sprake van 5 seconden sneller per kilometer maar ook dit is een tempoversnelling. In de slotfase had ik wellicht harder kunnen lopen maar lichamelijke ongemakken in darmen bepaalde anders. Met 'geknepen billen' kon ik toch al eerste de finishlijn passeren, goed voor de zevende overwinning dit seizoen.

Aanstaande zaterdag staat met de duathlon in het Belgische Zele de volgende wedstrijd op het programma, volgende week dinsdag ben tijdens de 10 Km van groot Steenbergem wederom in de regio actief.



■ Wim Nieuwkerk uit Dinteloord gaat omgeven door recreanten als eerste over de finish bij de 10 km. foto Ron Magielse/het fotoburo

