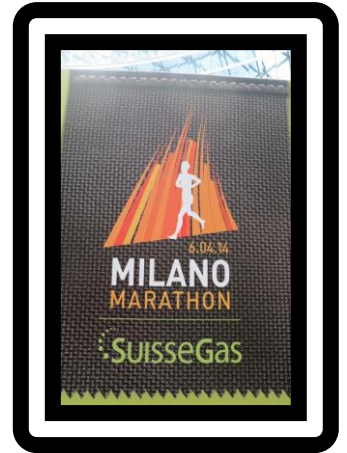


Marathon Milaan (6 april 2014) - John Ruijg

Een korte geschreven impressie van een onwijs gezellig trip naar Milaan, aangevuld met enkele van de vele (een paar honderd) foto's die er zijn gemaakt. Het was een enorm gezellig weekend waar weer eens is gebleken dat ondanks het individuele karakter van het hardlopen, het sociale aspect binnen Loopgroep Houten een prominente plaats heeft. Fantastisch (schoolreisje) gevoel, dat het onderling zo leuk kan zijn, waarbij ieder z'n eigen plekje heeft; geen gedoe en heel veel lol. Na afloop niet alleen last van de spieren in de benen maar ook zeker van de spieren in de kaken door het vele lachen.



Het is onderhand een traditie dat we in het voorjaar een marathon gaan lopen in het buitenland. Wat zou het worden in 2014? Na veel suggesties werd uiteindelijk gekozen voor Milaan! We waren er uit en de groep bestond uit Désirée, Rob en Claudia, Hans, Peter, Kirsten (dochter van Peter), Erik en Inka en ondergetekende.

Juni 2013 ingeschreven, september 2013 vlucht en hotel geboekt en in januari 2014 gestart met de voorbereiding. De inschrijving was al een uitdaging op zich Italianen op de digitale snelweg betekende oponthoud en onduidelijkheid; uiteindelijk gelukt en goed gekomen.

De voorbereiding zijn we in januari gestart, samen met de groep die in Rotterdam zou gaan lopen, later sloten Kees en Wessel aan die de marathon van Salzburg gaan lopen. De voorbereiding verliep goed met mooie routes, waaronder die in het Panbos. Op het laatst werd er iets minder op de kilometers gelet waardoor we vaak enkele kilometers boven het schema uitkwamen. Voor mijzelf een van de mooiste routes gelopen van de afgelopen jaren, door de prachtige natuur van Zeist naar Driebergen, prachtig!

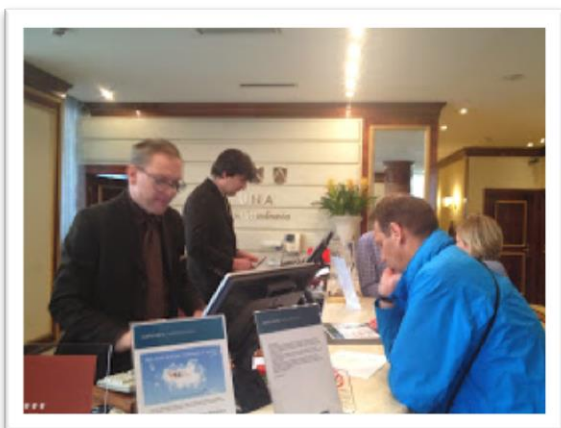


De langste duurloop wordt traditioneel de 'appeltaartloop' genoemd. Na afloop met alle lopers die een voorjaarsmarathon gingen lopen. Deze keer bij Peter thuis heerlijk en gezellig koffie gedronken met appelstrudel, zelf gemaakt door Petra, de vrouw van Peter. Was gezellig en smaakte heerlijk.

Eindelijk, we gaan! Het is vrijdag 4 april, om 06.00 uur in de ochtend verzamelen bij Rob en met twee auto's richting Schiphol, P3. Verliep allemaal vlotjes alleen bij het inchecken was het toch iets drukker dan we hadden verwacht of gehoopt. Voordat we uiteindelijk richting gate konden, was er al aardig wat tijd verstreken en bleef er nog maar weinig tijd over voordat de gate zou sluiten. Het personeel van Easyjet was duidelijk ook wat nerveus geworden en maanden ons wat op te schieten. Als laatste namen we plaats op de achterste rijen van het vliegtuig. Wat ons betreft konden we vertrekken.



Aangekomen in Milaan eerst nog met de bus 20 min. naar de uitgang van de vluchthaven en vervolgens met de trein richting hotel. Dat verliep vlekkeloos dankzij de goede voorbereidingen van Peter. Traditioneel is Peter onze reisleader en iedereen volgt hem dan ook trouw, wetende dat we altijd het snelst op de juiste bestemming komen; Peter hulde! Het inchecken verliep redelijk snel dankzij een zeer drukke maar erg leuke en enthousiaste baliemedewerker. De koffers naar de kamers gebracht en toen eerst een hapje eten, dat zou zeker niet de laatste keer zijn dit weekend!



Vervolgens onze startnummers en loopshirt halen. Dit is altijd weer een leuk hoogtepuntje, met het startnummer in de handen weet je dat het echt gaat gebeuren. Iedereen een mooi loopshirt ontvangen, de vrouwen een andere kleur en model dan de mannen. Rob en Erik konden moeilijk kiezen tussen de kleur, model en maat, wat uiteindelijk erin resulteerde dat ze allebei twee loopshirts meekregen.



Even naar de route gekeken en dan vooral waar we moesten gaan finishen. Een echte persconferentie gegeven; echter, er bleken geen toehoorders te zijn, maar dat mocht de pret niet drukken.



Hans had z'n oog laten vallen op een petje dat hij graag wilde hebben, of was het meer die charmante dame? Even zijn e-mailadres achterlaten en Hans had z'n petje veroverd. De dame wilde ook nog wel even met hem op de foto.

Met een plastic zak om de nek met daarin het startnummer, loopshirt en verder veel goedbedoelde maar minder bruikbare spullen, vertrokken we naar het centrum van Milaan. De hele ochtend was het bewolkt maar wel droog geweest totdat we in het centrum aankwamen: lichte regen. Na even over het domein te hebben gelopen, schoten we het overdekte luxueuze winkelcentrum in. Daar zijn de dames nog even schoenen wezen kijken bij Prada. Zonder schoenen terug, "niet mooi", zeiden ze, maar daar zal ook de prijs een rol in gespeeld hebben. Toch niet met lege handen naar buiten: een (oude) folder van Prada; toch iets om blij mee te zijn.



Na het kort shoppen, richting klein Venetië in Milaan, een kanaal met een leuk brugje en vele gezellige bars en restaurantjes. Het liep ondertussen richting de klok van 18.00 uur en dus weer trek gekregen: we gingen (weer) eten. Na wat gepuzzel en goed overleg belanden we in een ogenschijnlijk klein restaurantje. Echter, aan de achterkant bleek het een enorm groot en gezellig ingericht restaurant te zijn met cocktailbar en een enthousiaste bartender. Het was nog erg rustig, we waren de enigen, Italianen kwamen pas later zoals voor hen gebruikelijk is. Voor het eten een cocktail, daarna een heerlijke, en iets te grote pizza in een ondertussen met Italianen volgelopen restaurant.



De zaterdag gestart met een kort duurloopje, samen met Erik, Désirée, Peter en ondergetekende - we hadden tenslotte al weer een dag niet hardgelopen. Rob en Hans waren daar niet bij, dus geen foto's daarvan. Rob was ondertussen naar de Italiaanse kapper die hem niet verstond, z'n haar was wel erg lang! Over het resultaat waren de meningen verdeeld, één ding was zeker, hij had een lekker kort koppie. Onder een strak blauwe lucht en een fel schijnende zon Milaan verder verkennen. Voor de deur van het hotel was een lokale markt (groenten, vlees, kleding, enz., enz.) opgebouwd; leuk om even over de markt te lopen.



Een beetje traditie is het geworden om op de dag voor de marathon het start- en finishgebied te verkennen. Aangezien de start in Milaan ver buiten de stad lag, hebben we ons beperkt tot de finish. Deze lag op een hele mooie locatie, vlak voor een kasteel met een groot wandelpark daarachter. Toen wij daar aankwamen, waren ze bezig om de finish op te bouwen en we mochten dan ook niet op het parcours komen. Desondanks toch even snel met z'n allen naar de finishlijn en een paar foto's gemaakt, *als echte Hollanders die toch niet luisteren*. Van schrik, en boosheid, liet een van de werkers zijn ladder uit z'n handen vallen, gelukkig verder geen schade.



Met z'n allen een plek afgesproken waar we de volgende dag iedereen zouden treffen na de marathon, een stukje gras met wat bomen vlak voor de ingang van het kasteel en net naast de finishlijn. Ook zagen we een fontein bij de finish en ja, de gedachten gingen bij sommigen terug naar de finish in Barcelona waar we na afloop met z'n allen de fontein in zijn gedoken.



De middag was er ruimte ingepland voor het shoppen waar de dames uit het gezelschap enthousiast gebruik van maakten. De heren gingen hun eigen weg en streken al snel neer op een terras onder het genot van een hapje en drankje. Verder Milaan nog verkend en laat in de middag terug naar het hotel voor een middagdutje. Dat lopen door een stad is ook wel vermoeiend en tenslotte moesten we de volgende dag ook nog echt een stukje lopen (...). 's Avonds voor (voorlopig) de laatste keer een stevig bord pasta en op tijd naar bed.

Ja, dan is de grote dag toch aangebroken, zondag de dag van de marathon, strak blauwe lucht en een enthousiaste zon die ons een warme dag belooft. De start lag ver buiten het centrum van Milaan en was om 9.20 uur wat betekende dat we op tijd moesten opstaan. Alle rituelen van een ieder werden strikt gevolgd en uiteindelijk stonden we klaar om te vertrekken naar de start.



De metro in waar we al snel in de gaten kregen dat we niet de enigen waren die meededen aan de marathon. Gewoon de kudde volgen en dan kwam het goed. Na het eindstation van de metro nog een aardig stukje lopen. Ondertussen op de foto, een heus fanfarekorps en dan het startvak in. Gezellig met z'n allen in hetzelfde vak; Kirsten hebben we handig meegesmokkeld. Het startschot klonk en de meute kwam in beweging, ieder beginnend aan zijn eigen avontuur.

De zon scheen al lekker maar na een uur of twee lopen werd het echt warm, leuk voor een strandvakantie maar niet tijdens het lopen van een marathon. Ondertussen hadden Claudia en Inka zich opgesteld langs de route, steeds op verschillende plaatsen probeerden zij ons toe te juichen - geeft altijd weer een kick wanneer je bekenden ziet die je aanmoedigen. Ze hadden zelfs een spandoek gemaakt: TOP!!!!



Het was een redelijk mooi parcours dat je gerust 'vlak' kon noemen, een enkel viaduct daargelaten. In het centrum wat lastige ondergrond, hele grote kasseien die onregelmatig van grootte waren en niet even recht lagen. Redelijk veel publiek, vooral in het centrum waar de terrasjes overvol zaten; had vast iets met het mooie weer te maken. Ieder ervaart zo'n marathon op z'n eigen manier, ik vond het vooral een leuke marathon met leuk publiek (niet te vergelijken met Rotterdam maar toch ...) en ook heel goed georganiseerd, veel drankposten, duidelijk posters en een goede nazorg met genoeg te drinken.

Iedereen is gefinisht en heeft de marathon goed uitgelopen, lachend en gezond over de eindstreep gekomen; dat laatste is toch nog altijd het belangrijkste. We vonden elkaar op de afgesproken plek en de verhalen gingen over en weer, altijd leuk te horen hoe een ieder de marathon zelf heeft ervaren.



Na het bijvullen van de vochthuishouding in het lichaam zochten we iets ter verkoeling van het hele lichaam. Voordat de omstanders het in de gaten hadden stonden alle lopers uit Houten in het fontein te dansen. Gigantisch leuk en ook lekker voor de spieren en goed voor de verkoeling. Wat ons opviel, was dat wij de enigen waren die dat deden en dat ook niemand ons voorbeeld volgde. Voor ons was dit toch duidelijk een nat en verkoelend hoogtepunt.



Naar het hotel, lekker douchen en daarna een terrasje gezocht, heerlijk biertje, tevreden gevoel en weer heel erg gezellig onderling. Leuke verhalen over de ervaringen onderweg tijdens de marathon.

's Avonds hebben enkelen van ons nog naar de film "De Marathon" gekeken, wilden we eerst voor de marathon doen maar daar was het niet van gekomen. Dankzij de goede zorg van Rob konden we in de lounge van het hotel gebruikmaken van een grote tv. Iedereen heeft geboeid en soms geëmotioneerd naar de film gekeken. Ikzelf zag hem voor de derde keer en ik moet eerlijk bekennen, een echte aanrader.



De laatste dag in Milaan, rustig opgestaan, ontbeten en vervolgens naar de Dom van Milaan die we van binnen hebben bekeken maar ook van boven. Met z'n allen de trap op, wat vooral voor Hans een echte uitdaging was, richting het dak waar het een mooi uitzicht gaf over de stad en we de zon nog meer voelden.



Nog een laatste maaltijd op een zonovergoten terras en vervolgens op tijd naar het vliegtuig. In de trein nog een bekertje wijn met zoutstengels en goedgehumt op weg naar Nederland. In het donker aangekomen in Nederland waarna we naar huis gingen om na te genieten en bij te komen van het leuke weekend Milaan (schoolreisje met een stukje hardlopen daarbij).



Bedankt

- Claudia voor de lol die je maakte en het supporteren;
- Inka voor je gezelligheid en het supporteren;
- Désirée voor je gezelligheid en steun voor mij op een momentje na de finish;
- Kirsten voor je jeugdige inbreng - bracht de gemiddelde leeftijd aardig naar beneden;
- Rob voor je vele fotomomentjes;
- Peter voor het ons de juiste weg wijzen in Milaan;
- Erik voor de communicatieve vaardigheid met de Italianen;
- Hans voor je droge opmerkingen die vaak 'raak' waren en als gezellige kamergenoot;
- **moeder van Claudia** voor de 'Kanjers' (heerlijke grote stroopwafels);
- alle lopers die de voorbereiding hebben meegemaakt, voor de steun en gezelligheid.

Op naar de volgende marathon in..., heb er nu al weer zin in :-)

John Ruijg

