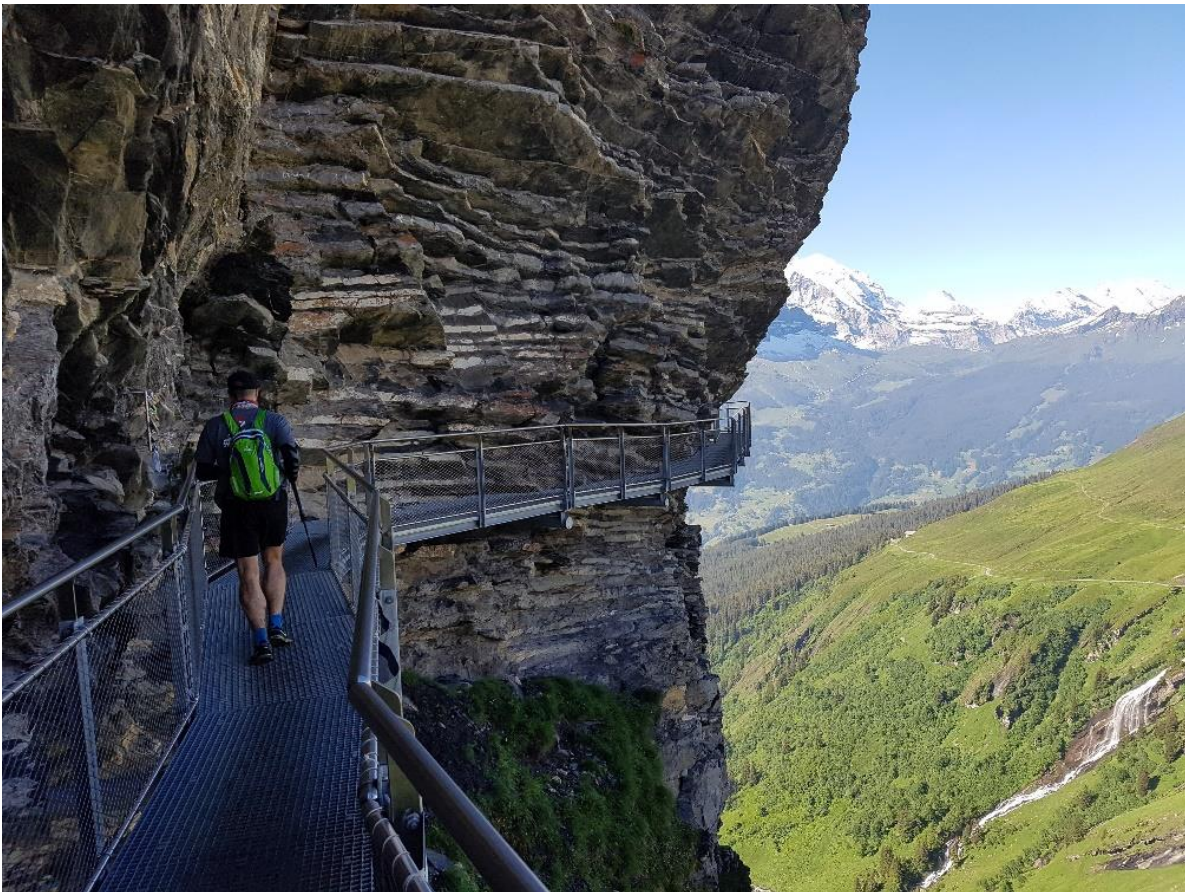


De Eiger Trail? – Daniël van Geest

Zo nu en dan moet je als mens iets nieuws doen, iets waarvan je nog niet weet of je het kunt. Het maakt eigenlijk niet uit wat, een nieuw muziekinstrument, jongleren, een andere taal, een marathon lopen... Je hersenen en je lijf varen wel bij zulke nieuwe prikkels. Maar toen een loopmaatje kwam met het plan om samen de Eigertrail te lopen, krabde ik me toch even goed achter de oren. Eénenvijftig kilometer over bos- en bergpaadjes, met 3100 meter omhoog en weer omlaag. Dat is twee keer de Mont Ventoux op vanuit Bedoin in één hardloopprondje. Is dat niet wat teveel van het goede? Past dat wel in de gezins- en werkagenda? Kan ik dat eigenlijk wel, zo'n afstand?

Mooier wordt het niet

En toen bekeek ik het filmpje op de site en wist: dit is anders dan je alles wat je eerder hebt gelopen. Zo mooi, zo midden in de natuur en zo uitdagend. Waarom probeer ik het niet gewoon?



Hopelijk Zwitserse kwaliteit, die constructie

En dus scheven we ons in, boekten we twee bedden in de jeugdherberg van Grindelwald en begon de voorbereiding. Eerst nog even langs een deskundige sportarts bij SMA Midden Nederland (waar je VO2MAX lekker op de loopband kunt laten testen in plaats van op zo'n vreemde fiets). De arts gaf zijn fiat én wat goede trainingsadviezen.



Ons vlakke land...

Vorbereiding is ook: spullen verzamelen, o.a. een zonnebril, ticht en jasje verplicht mee onderweg.

De training zelf bleek nog niet mee te vallen in ons vlakke land. Ik heb de Schalkwijksebrug en de fietsbrug over het spoor in Houten-Zuid vaak genomen, ben stiekem ook nog wel eens los van de club naar de Bever gegaan voor de helling naar het parkeerdek. Maar met terugwerkende kracht kan ik nu eigenlijk wel zeggen: het is niet echt te trainen. Vooral de kilometers naar beneden ga je flink voelen tijdens zo'n trail. Maar als je geen tijdsdoel hebt en redelijk wat kilometers in de benen hebt, dan kom je er wel. De voorbereiding is vergelijkbaar met die van een marathon met misschien wat extra accenten.



Even water en banaantjes bijtanken, met 'wallpaper' uitzicht!

11 uur genieten

Uiteindelijk hebben we er zo'n 11 uur over gedaan. Het was af en toe zwaar, glad (kilometers lang door de sneeuw gelopen), fris (bovenop), heet (in het dal) en 11 uur is best een tijdje; maar ik kan oprecht zeggen dat het 11 uur lang genieten was. Met afstand de mooiste hardloophwedstrijd die ik ooit heb gelopen. Geweldig goed georganiseerd ook allemaal.

En wat een sympathieke mede-deelnemers. Bescheiden en blij voor jou, ondanks dat ze zelf zojuist de 101 km hadden uitgelopen.

Het mag duidelijk zijn dat dit verhaal een vervolg krijgt. Waar en wanneer, dat zal de tijd leren...

Waar kan ik me opgeven voor 2017?

Voor wie nieuwsgierig wordt door dit verhaal of de foto's: Let op! Vorig jaar was de Eiger Trail binnen no-time uitverkocht. Opgeven kan **vanaf 28 oktober 2016** op de site www.eigerultra-trail.ch/en. De afstanden die je kunt lopen zijn 16, 35, 51 km en voor de diehards 101km.

Veel succes!

P.S. De trailwedstrijden in Nederlandse natuurgebieden zijn ook van harte aanbevolen!



De dag van tevoren alvast even de finish visualiseren ☺