

Afzien èn genieten in Oosterbeek, Marcel

Deelnemers Loopgroep Houten: Irene, Anne, Esther, Leo, Tom en Marcel. Zaterdag 20 mei jl. stond er een uitdagende trail op het programma. Namelijk de Stuwwalloop in Oosterbeek. Vooraf hadden Esther en ik al wat filmpjes voorbij zien komen op YouTube en kregen hierdoor al een indruk van het parcours.



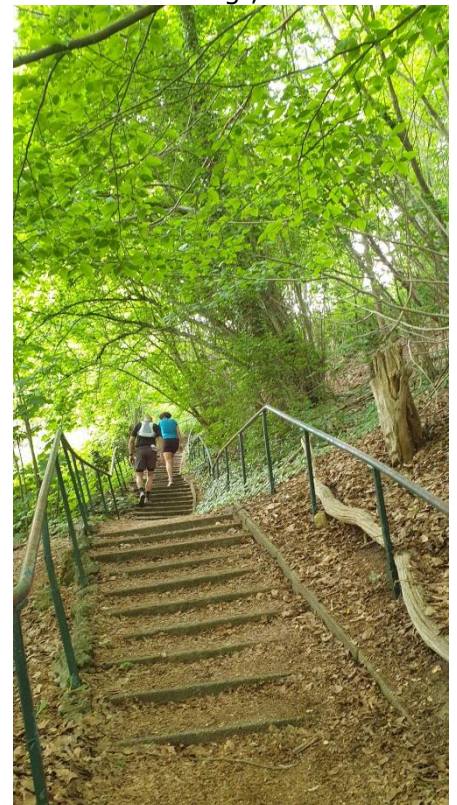
Met 6 man/vrouw togen we richting Oosterbeek. Het weer was prima; half bewolkt en een briesje. Mijn voorbereiding tot de start was heel kort, omdat mijn rij, voor het openhalen van mijn startnummer, heel lang was. Ik kon nog net mijn startnummer opspelden, tas afgeven en een vlugge plas doen en daarna direct "aan de bak". Niet bepaald de ideale voorbereiding.



Ik besloot rustig te starten. Omdat er in het begin wat nauwe doorgangen waren, was er sprake van wat "filevorming", maar daarna rekte het deelnemersveld uit. Al vrij snel zaten er flinke klimmetjes en afdalingen in. Tijdens de afdalingen ging het tempo flink omhoog en was het oppassen geboden voor de boomstronken en wortels.

Ik liep op "normale" hardloopschoenen en besepte dat het nu ècht tijd wordt om trailschoenen te gaan kopen. Als het onverhoopt was gaan regenen heb je geen grip en waan je je op Thialf. Dat kostte me in Nijverdal mijn broek èn een zere knie, maar ik ben hardleers haha. Na een kilometer of 10 liepen we het bos uit en kwamen toen terecht op een prachtig

klompen pad langs de Rijn. We moesten zeker 8 keer over een hekje met prikkeldraad klimmen.



Zeker het laatste stukje voor het bos was pittig, omdat de wind hier vrij spel had. Daarna weer terug het bos in met direct een sadistische klim die maar niet wilde eindigen. Iedereen moest hier stukjes wandelen. Na weer wat op en neer was de 2^e waterpost op een plateau met een waanzinnig uitzicht over de rijen en de Betuwe aan de overkant. Je waande je in het buitenland. Helaas gunde ik mezelf te weinig tijd om hier uitgebreid van te genieten want de plicht riep weer. Het zwaarste stuk (mijn beleving) moest toen nog komen.



Overall moest je trappen op waar geen einde aankwam. Ik bombardeerde het lied "Stairways to heaven" tot "Highway to hell". Ik zag iedereen om me heen de trappen op wandelen en kon het hierdoor ook wat makkelijker naar mezelf toe rechtvaardigen haha. De laatste 2 kilometers waren wat vals plat en hoorde je de muziek en de finishspeaker al. Dat gaf me weer wat moraal, want de benen begonnen te protesteren.

Op de betonnen schaats- c.q. skeelerbaan maakte je nog een ererondje. Moe maar voldaan passeerde ik de finish en deed me tegoed aan allerlei lekkernijen en drinken, want dat is bijna bij alle trailruns heel goed geregeld. De inschrijving is niet goedkoop, maar je krijgt zeker waar voor je geld. Toen iedereen gefinisht was, had Irene nog een verrassing voor ons: Bananenbrood. Het smaakte verrukkelijk (en naar meer haha). Ik kijk terug op een leuke middag. Voor herhaling vatbaar.

