

Zestig van Texel, een prachtige loopdag, maar o zo zwaar

Geplaatst op:
2011-04-27 13:39

Krotwaar haalt zijn eerste ultratrofée binnen

Fotomateriaal Dik en Wiebren Jagersma



Het peloton onderweg over de Hors

Door Dik Jagersma

In de oneven jaren is Texel met Pasen altijd het centrum van de nationale ultrasport. De Zestig is de populairste ultraloop van ons land, en ontelbare lopers hebben hier voor het eerst meegedaan aan wat een heuse ultraloop mag heten. Texel, een mooi en gastvrij eiland met intrigerende namen als Zandkes, Slufter en Krassekeet, beschikt over een uitdagend parcours dat grote aantrekkingskracht heeft, en de mond-tot-mondreclame over eerdere edities van het evenement doet de rest. Maar als Pasen laat valt zijn de weersomstandigheden soms te mooi voor een uitputtende loop, en als het strand dan ook nog vrijwel onbegaanbaar is wordt het lopen van 60 km een hele zware opgave. Deze editie mag wat dat betreft zeker als een zware worden aangemerkt. Dat bleek ook uit de gerealiseerde tijden, en het grote aantal uitvallers.



Na 40 km Luc Krotwaar aan de leiding gevolgd door Pieter Mans

Alle ogen gericht op Krotwaar

Toen de 60 km even na half elf van start ging, scheen de zon uitbundig, en was de temperatuur al hard op weg naar de twintig graden. Door het opkomende water waren de beide strandgedeelten nauwelijks begaanbaar. Wie geen natte voeten wilde halen moest soms hele stukken door het rulle zand ploeteren. Bij de mannen stond een sterk deelnemersveld aan de start, met oud-winnaars als Jan van der Marel en Marc Papanikitas. Ook van "nieuwelingen" als Pascal van Norden en Pieter Mans werd het nodige verwacht. Maar de meeste aandacht ging uit naar Luc Krotwaar, onze veelvoudige marathonkampioen, die eindelijk in een serieuze wedstrijd zijn krachten ging meten met ultratoppers uit Nederland en België. Toen hij nog volop aan zijn marathoncarrière bezig was, had Krotwaar al regelmatig blij gegeven van zijn belangstelling voor het ultralopen. Hij wilde het ultralopen in Nederland op een hoger peil brengen, en liet zijn oog zelfs vallen op de Spartathlon, de moeder aller ultralopen. Het bleef echter lang wachten op die overstap naar de ultra, en zijn eerste (als training) aangekondigde optreden bij de 6 uur van Steenbergers werd vorig jaar zelfs een teleurstelling. Krotwaar, die dat weekend een "dubbeldekker" wilde toen (op zaterdag een marathon, en op zondag een 6 uur), viel al tijdens de marathon uit. Daarom werd met enige spanning uitgekeken naar zijn prestatie bij de Zestig van Texel, die als een soort van lakmoesproef werd gezien: nu moest Luc maar eens aantonen dat hij uit het goede ultrahout gesneden is. Al in de beginfase maakte Krotwaar duidelijk dat hij gewoon van plan was om te winnen. Op het strand van de Hors nam hij resoluut de leiding, en sloeg een eerste gaatje met zijn naaste achtervolgers Marc Papanikitas en Pascal Norden. Op enige afstand volgden Pieter Mans, Olivier Jacques en Jan van der Marel. Halverwege de wedstrijd moest titelverdediger Papanikitas zich als eerste gewonnen geven, hij begon teveel last van de warmte te krijgen. Omdat hij zich heeft voorgenoemen dat het lopen niet meer ten koste van zijn gezondheid mag gaan, besloot hij uit de wedstrijd te stappen, wetende dat hij daarmee de kans verspeelde om de schoen van Jan Knippenberg (na drie overwinningen) definitief in bezit te krijgen. In het warme laatste stuk, grotendeels langs de Waddendijk, bleef Krotwaar nog steeds aan de leiding, maar hij kende ook moeilijke momenten, zodat de achtervolgers hem soms vlak op de hielen zaten. Net voorbij het veertig-kilometerpunt was Pieter Mans hem tot op een seconde of vijftien genaderd, maar Luc wist die aanval toch te pareren. Pieter kreeg het daarna heel moeilijk. Hij verspeelde nog tien minuten op Luc, en raakte zelfs zijn plek op het podium nog kwijt. Pascal Norden kwam ook nog dicht in de buurt van Krotwaar, maar die wist met een tijd van 4.14.08 de felbegeerde winst wel veilig te stellen. Norden had ruim twee minuten meer nodig. Derde werd de verrassend sterk lopende Olivier Jacques, vorig jaar nog overtuigend winnaar van de Jan Knippenberg Memorial. Sterke prestaties werden ook geleverd door vijftigplusser Elbert Voogt en zestigplusser Jo Schoonbroodt, wiens tijd van 4.47.14 een nieuw leeftijdsrecord M60 betekende. We kunnen constateren dat Luc Krotwaar een geslaagde proeve van bekwaamheid heeft afgelegd. Winst in de Zestig van Texel is een resultaat dat telt, ook al is de winnende tijd de zwakste in de historie, en was de winst minder afgetekend dan je misschien zou verwachten. De omstandigheden zullen ook niet vaak zo zwaar zijn geweest. Krotwaar zelf heeft regelmatig aangegeven dat hij in het proces van fysieke en mentale metamorfose tot ultraloper nog heel wat tijd nodig heeft. Het bezit van de schoen van Knippenberg kan een mooie stimulans vormen om op de ingeslagen weg verder te gaan. En de uitstekende wedstrijdmentaliteit die hij in de slotfase liet zien belooft veel voor de toekomst, want bij de internationale kampioenschappen over 100 km is dat altijd een factor van grote betekenis.



Na 37km een nog bijzonder fitte Chantal van der Geest

Weer nieuwe namen bij de vrouwen

Bij de vrouwen heeft het ultralopen in Nederland nog een hele inhaalslag te maken, zeker in vergelijking met landen als Duitsland, Engeland en Frankrijk. Bij het bekijken van de winnende tijden in de historie van de Zestig van Texel valt op dat de kwaliteit heel wisselend is. Ook heeft, na Letteke Broekman in de beginjaren, geen Nederlandse loopster de Zestig voor een tweede keer weten te winnen. Wel stelden "gevestigde namen" nogal eens teleur, zodat er een verrassende winnares uit de bus kwam. Een uitgesproken favoriet was er deze keer niet, want de sterkste loopster die we momenteel hebben, Irene Kalter, is nog herstellend van een blessure. De winnares van vorig jaar, Inge Tijmsmans, verdedigde haar titel wel, zij het nu onder de naam Inge Smit. Vrij snel werd duidelijk dat prolongatie van de titel er ook voor haar niet in zou zitten, want na het eerste strandgedeelte moest ze al verschillende loopsters voor laten gaan. Inge liet zich daardoor niet uit het veld slaan, en knokte zich naar een verdienstelijke zesde plaats. Aan de kop maakten vooral twee loopsters van Hellas Triathlon uit Utrecht er een boeiende en verrassende wedstrijd van. Chantal van der Geest liep voortdurend aan de leiding, maar werd op korte afstand gevolgd door enkele andere loopsters. Na 37 km liep Marjolein Bil op iets minder dan vijf minuten, Anita Joziassie op 6.30, en Hermina van Dijk op 9 minuten. Al deze loopsters zagen er nog behoorlijk fris uit, en voor de verdeling van de podiumplaatsen leek nog van alles mogelijk. Voor Joziassie pakten de ontwikkelingen minder gunstig uit. Zij kreeg blijkbaar met een flinke inzinking te kampen, en moest niet alleen veel tijd op de anderen toegeven, maar raakte ook haar podiumplaats kwijt. Uiteindelijk finishte zij op een zevende plaats. De winst ging naar Chantal van der Geest in 5.33.39. Marjolein Bil eindigde op elf minuten als tweede, en weer elf minuten later kwam Hermine van Dijk over de streep. Van der Geest en Bil hebben veel dingen gemeen: beiden zijn lid van Hellas Triathlon, deden enkele weken eerder nog mee aan een ultratrail bij Parijs, zijn nog betrekkelijk jong, en hebben uitdagende sportieve doelstellingen. Chantal wil in september met een andere clubgenote de Trans Alpine Run gaan doen, en Marjolein wil zich aan een hele Ironman gaan wagen. Hopelijk gaan ze ook vaker aan ultrawedstrijden in Nederland meedoen. Het succes van hun vereniging werd gecompleteerd door de winst van de vrouwenploeg bij de estafette.



Jan-Albert Lantink eenzame klasse en helemaal stuk op het laatste strandgedeelte

Onemanshow van Lantink bij 120 km

Bij de start van de 120 km, s morgens om half vijf, golden Jan-Albert Lantink en de Duitser Rainer Koch (winnaar van de Trans Europa Lauf 2009) als grote favorieten. Lantink is al jaren onze sterkste en meest allrounde ultraloper. Hij is de vijftig inmiddels gepasseerd, en heeft zijn afscheid van de wedstrijdssport al een paar keer afgekondigd. Een topprestatie in de Spartathlon is altijd zijn sportieve droom geweest, maar na het realiseren ervan ontdekte hij elke keer weer zoveel "verbeterpuntjes" dat hij toch maar besloot om die bedachte verbeteringen nog een keer in de praktijk uit te proberen. Wanneer ultratoppers moeten kiezen tussen de altijd knagende twijfel dat ze misschien een topprestatie zijn misgelopen door een vroegtijdig afscheid, en het risico van teleurstellende prestaties omdat ze net te lang zijn doorgestaan, kiezen ze meestal voor de laatste optie. Lantink is op die regel geen uitzondering. Na zijn tweede plaats in de Spartathlon van vorig jaar gaat hij nogmaals een poging wagen om als eerste Nederlander het hoogste treetje te halen. Heeft hij eenmaal dat besluit genomen, dan gaat hij er vervolgens ook helemaal voor. Hij schroomt niet om voor ondersteuning aan te kloppen bij vooraanstaande wetenschappers (zoals Asker Jeukendrup), voert de zwaarte van de trainingen nog verder op dan de vorige keer, en stelt al zijn wedstrijden in dienst van die Spartathlon. Hoewel hij twee weken eerder zijn heup flink had bezeerd, ging hij op Texel wel van start om een maximale prestatie neer te zetten. In zijn strijdplan had hij opgenomen dat de tijdswinst in het beginstadium van de wedstrijd geboekt moest worden, omdat het overdag te warm zou worden, en het strand door hoog water moeilijker begaanbaar zou zijn. Toen de lopers na het rondje over de wielersbaan in Den Burg weer uit het donker tevoorschijn kwamen, vroegen de toeschouwers zich verbijsterd af wat Lantink van plan was. Hij ging er als een speer vandoor, en had in enkele minuten al een voorsprong van een paar honderd meter genomen. De andere deelnemers hebben hem alleen terug gezien toen hij hen op de terugweg weer tegenkwam. Bij de eerste strandopgang na 36 km was de voorsprong al opgelopen tot 22 minuten, en bij het keerpunt halverwege tot bijna een half uur. Hij liep toen ook duidelijk onder het bestaande parcoursrecord van Dirk Westerduin. "De dood of de gladiolen", zo omschreef Jan-Albert onderweg zijn aanpak, "alles in het teken van de Spartathlon". Kon er in de eerste ronde nog goed op het strand worden gelopen, in de tweede ronde was dat door het opkomende water al vrijwel onmogelijk geworden. Mede onder invloed van de snel oplopende temperatuur kwam Lantink in het laatste strandgedeelte helemaal kapot te zitten. Het parcoursrecord verdween daardoor geleidelijk uit het zicht, maar het te boven komen van zulke inzinkingen is ook weer onderdeel van het trainingsproces. Jan-Albert constateerde dan ook met tevredenheid dat hij in de slotfase het tempo toch weer aardig had kunnen opvoeren. Hij finishte in 9.43.02, de tweede tijd ooit op deze 120 km. Na hem bleef het finishgebied nog heel lang angstwekkend leeg. Rainer Koch was ver teruggezakt, en zou in de achterhoede finishen. Op meer dan een uur achterstand eindigde Peter Palmans (België) verrassend als tweede, en zijn landgenoot Geert Stynen bekroonde een evenwichtig gelopen race met een derde plaats. De knappe vierde plaats van Pat Leysen maakte het Belgische succes compleet. Hierna kwamen weer twee Nederlanders op korte afstand van elkaar binnen. Rut Zoutman liep de hele dag heel sterk en gemotiveerd, en spoelde met zijn tijd van 11.39.05 de nare smaak van het uitstappen bij de vorige editie voorgoed weg. Hij heeft inmiddels een jarenlange en indrukwekkende staat van dienst opgebouwd. Jan Nabuurs is een sterke etappeloper, die in de Trans Europa Lauf van 2009 een prachtige vijfde plaats behaalde. Bij Limburgs Zwaarste van drie weken geleden liep hij heel moeizaam, maar op Texel liet hij weer zien waartoe hij in staat is. Hoe diep hij was gegaan bleek na afloop, toen hij lange tijd bezig was zijn maaginhoud op een minder prettige manier naar buiten te werken. De verrassing van de dag was Ronny Samuel, die op het laatste moment als deelnemer was toegelaten, en nog aan het begin van een mogelijke ultracarrière staat. Zijn mooie zevende plaats biedt perspectief voor de toekomst.



Leonie van den Haak met haar begeleidster Els van der Meer op weg naar het keerpunt. Het strand van de Hors was toen nog goed beloopbaar. Rechts Richard van der Klis.

Beide vrouwen op de 120 km leveren een boeiende strijd

Leonie van den Haak en Sharon Gayter (Engeland) bleven de hele dag dicht bij elkaar in de buurt, en wisselden af en toe van positie. Gayter had van de twee verreweg de meeste ervaring. Ze beleefde haar sterkste periode tussen 1995 (toen ze bij de RUN 8.12.03 liep) en 2002. In dat jaar werd ze voor de tweede keer Engels kampioene op de 100 km, en liep ze in Apeldoorn 217.508 m op de 24 uur, een afstand waar nog geen Nederlandse vrouw bij in de buurt is gekomen. Leonie van den Haak maakte vorig jaar als betrekkelijke nieuwkomer in het ultralopen veel progressie, en verbaasde iedereen door bij het NK 100 km de titel te grijpen met een tijd van 9.29.52, waarmee ze net binnen de toelatingslimiet voor de 120 van Texel bleef. In korte tijd is zij een kleurrijke verschijning geworden in het ultrawereldje, niet alleen door haar fleurige outfit. Ze is niet bang om haar mening te geven, en durft zich op het sportieve vlak ook hele ambitieuze doelen te stellen. Ook zij zag deze 120 km als tussenstap naar de Spartathlon, maar dan wel naar de editie van 2012. Op het zware strand van de tweede ronde had Leonie het heel moeilijk, maar op het warme asfalt wist ze zich weer bewonderenswaardig te herpakken. Gayter had weliswaar de leiding genomen, maar de achterstand van Leonie bleef binnen de marge van 10 minuten. Bij de finish bleek het verschil nog geen zeven minuten te bedragen (12.24.04 voor Gayter, 12.30.35 voor Van den Haak). Bij de vorige editie zou de tijd van Leonie zelfs voldoende zijn geweest voor de winst bij de vrouwen, terwijl de omstandigheden deze keer duidelijk zwaarder waren. Reden genoeg om heel tevreden te zijn met dit resultaat. Ook de organisatie kan terugzien op een goed verlopen en zeer geslaagd evenement. De eerbiedwaardige traditie van deze ultraklassieker op het eiland van Jan Knippenberg is op fraaie wijze voortgezet. We verheugen ons al weer op het paasweekend van 2013.

De volledige uitslagen zijn te vinden via: www.dezestigvantexel.nl

© hardloopnieuws.nl

dit artikel is op 29-04-2011 om 06:17:11 geprint van www.hardloopnieuws.nl
verantwoordelijkheid voor de inhoud van het artikel en copyright rechten berusten bij de auteur

URL: <http://www.dehardloopkrant.com/artikel.php?date=2011-04-27 13:39&id=Zestig van Texel, een prachtige loopdag, maar o zo zwaar>

Copyright © Maart 2000 Running&Sound. Alle rechten voorbehouden