



Els Aelbers, diensthoofd Sport bij de gemeente Lanaken, woont samen met haar man en twee dochters te Uikhoven. In 2012 liep ze haar eerste ultra op het snelle parcours van Stein. In Steenwerck werd ze dit jaar vicekampioen en eerste in haar categorie (W45). Twee weken later werd ze eerste in haar categorie op de 24u van Steenbergen.

**Dit jaar liep je in Steenbergen een nieuwe PR op de 24u, 10 km verder dan twee jaar geleden. En dit 3 weken na het BK 100 km. Kunnen we stellen dat dit je piekmoment was?**

Het was een mooie prestatie, maar het piekmoment was voorzien voor het najaar 2016, meer bepaald op de 24u in Zelzate. Jammer genoeg ben ik geplaagd met een rugblessure en is de voorbereiding hier helemaal in het water gevallen. Ik hoop dat ik in oktober wel kan deelnemen, maar zal nog even moeten afwachten of het 6u, 12u of 24u wordt. Ik hoop eigenlijk nog op een mirakel, want ik heb sedert 15 juli niet meer gelopen.

**Je loopt heel wat ultrawedstrijden. Heb je een specifieke voorkeur voor een type wedstrijd of loop je gewoon alle ultra's graag?**

Voorgaande jaren was ik echt wel gefocust op mijn 6-uur wedstrijden. Sinds de 100 km in Amiens vorig jaar en het BK 100 km dit jaar, valt me de 100 km ook zeer goed in de smaak. Tevens merk ik dat er nog wel wat progressie mogelijk is. Tijdens mijn eerste 24u was ik ervan overtuigd dat ik nooit meer een 24-uur zou lopen. Toch besloot ik om het dit jaar nog eens te proberen en met slechts 4km van 180 km wordt dit een nieuwe uitdaging en kriebelt het om het zeker nog eens erop te wagen.

**In 2014 vond het BK 24u te Uikhoven plaats. Een streek die je goed kent en waar je zelf aan deelnam. Hoe kijk je hier naar terug?**

Het was mijn eerste 24u. Oorspronkelijk was het de bedoeling dat ik de 100km zou lopen, maar doordat er een tijdslimiet was van 13 uur en ik twijfelde of dit haalbaar was voor mij, had ik me maar ingeschreven voor de 24u. Mijn doel was, eerst de 100 km mooi volbrengen, dan proberen er nog een

marathon bij te lopen en als dat lukte was 150 km mijn ultieme uitdaging. Mijn ervaring van die eerste 24u waren fantastisch. Tijdens de eerste 50 km passeerden we vijf maal onze woning, maar daarna passeerden we iedere twee kilometer twee keer ons huis en vervolgens ook nog eens het huis van mijn ouders. Deze gingen zo op in het hele gebeuren, dat ze het slechte weer trotseerden om mij en de andere lopers de hele dag aan te moedigen. Zelfs mama was tijdens haar slaap zo nieuwsgierig of ik nog aan 't lopen was, dat ze ineens om 4 uur 's nachts achter het raam stond om te kijken of ik nog aan het lopen was. Dat doet je wel iets! Dan de laatste vier uur, bij het verschijnen van de dageraad, kreeg ik hoe langer hoe meer steun van mensen die ik niet ken. Het was een ongelooflijke ervaring zo in eigen dorp te mogen lopen. Hopelijk zal het ooit nog eens in ons dorp plaatsvinden, dan zal ik zeker mijn beste beentje voorzetten.

**De 24u van Steenbergen, net zoals nog een aantal wedstrijden, vinden volgend jaar niet meer plaats. Het is dan ook geen gemakkelijke discipline. Moeten we ons gaan bezinnen over de toekomst van de 24u of zie je eerder een nieuwe opmars?**

Het zal zeker niet makkelijk zijn om in de toekomst wedstrijden op straat te organiseren, maar ook op de piste is het allemaal niet vanzelfsprekend. Je organisatie moet 24 uur op en top draaien, en ervoor en erna is er heel wat werk, en dat voor slechts een zeer beperkt deelnemersveld. Wij ultralopers hopen alvast dat er wat mogelijkheden zijn in eigen land.

**Bedankt voor het interview Els. Alvast een spoedig herstel gewenst.**

Kevin Simons