



Première expérience d'ultramarathon

Paul Aarts

Endurance Day Hamme 100 km 11:33:09

L'objectif premier était de finir mon premier 100 km ultra "barefootstyle"

Après les débuts ratés de 12 heures lors de la Nuit la plus longue en 2016 à Santpoort Noord, j'ai trouvé une autre course ultraloop à proximité en une semaine. Je me suis inscrit pour un 100 km goudronné plat en Belgique. Endurance Day Hamme 2017. L'objectif premier était de terminer mon premier 100 km ultra "sans chaussures". De préférence dans un temps de 9 heures 59 minutes 59 secondes, afin que je puisse aussi me qualifier pour d'autres objectifs.

Avant le départ, j'ai eu la chance que l'expérimenté Endymion Kasanardjo se soit inscrit à la dernière minute et ait analysé en profondeur le parcours.

Pour être honnête, je n'étais pas sûr de pouvoir bien suivre le parcours à cause des nombreuses boucles et des chances de se tromper, mais si vous partez de l'arrière il s'agit de suivre les prédécesseurs, alors cela va de soi. Avant le départ, j'ai eu la chance que l'expérimenté Endymion Kasanardjo se soit inscrit à la dernière minute et ait analysé le parcours en profondeur. Avec Mo Idrissi, nous avons commencé tranquillement. Les premiers tours ensemble se sont bien passés. Avec le recul, ce n'était pas si mal avec la signalisation. À toutes les sorties, il y avait des panneaux sur le parcours avec des flèches qui indiquaient comment marcher. Après le premier grand tour, il y avait une certaine confusion vers où tourner (point de retour) mais Endymion était sûr et clair. Ici, nous devons revenir pour les tours 2, 3, et ainsi de suite. Il avait raison.

Les ultra toppers ont survolé la route, ce qui était magnifiquement inspirant

À un moment donné, nous avons commencé à marcher en solo. Cela va sans dire une fois que vous devez rechercher le dixième pour le grand message. À mi-parcours j'ai symboliquement jeté l'éponge, mon objectif n'a pas été atteint à cause du temps soudainement chaud. Pourtant, j'ai apprécié ce temps chaud et il restait encore un deuxième but. Terminer les 100 kilomètres. De plus en plus humble je continuais mon chemin.

Ce qui est bien avec ce cours, c'est la variété. La digue était occupée par les marcheurs, les cyclistes et les coureurs, mais heureusement, les boucles étaient à nouveau calmes et paisibles. En chemin, vous avez constamment rencontré les coureurs de 100 kilomètres. Les ultra toppers ont survolé la route, ce qui était merveilleusement inspirant.

Après 70 kilomètres, mon corps a commencé à crier que ce n'était plus amusant

Après 70 kilomètres (ma plus longue distance jamais parcourue), mon corps a commencé à crier que ce n'était plus amusant. L'inconnu s'est présenté... 20 kilomètres plus tôt j'avais déjà chaussé des chaussures un peu plus épaisses. Les vivo étaient un peu trop minimalistes pour le "dyke asphalté" pointu, donc le VFF V-run plus épais est arrivé juste à temps.

Pourtant, je n'abandonne pas. Je n'ai jamais marché si loin et si longtemps

Nous sommes au tournant de l'avant-dernière boucle et le genou gauche devient assez surchargé. Parce que nous avons beaucoup marché en cours de route, mon rythme a été perturbé. Mais à part le genou gauche, tout fonctionnait encore bien. Nous avons assez d'énergie et quelques douleurs musculaires, mais c'est un fait connu. Le dernier tour est un vrai supplice. Pourtant, je n'abandonne pas. Je n'ai jamais marché si loin et si longtemps. Je sens clairement la différence entre une blessure et une utilisation excessive d'un attachement. Les pieds vont bien alors continuez. De cet endroit, j'ai fait un autre compliment à Ans et je lui en suis très reconnaissant. Elle a pédalé avec moi pendant plus de 10 heures. Profiter du soleil avec Chrissie qui a également marché 30 kilomètres par étapes.

Participera-t-on à nouveau en 2018? Putain, oui

Participera-t-on à nouveau en 2018? Putain, oui. Si cela correspond à mon emploi du temps. J'aime bien l'Endurance Day Hamme, ce n'est pas trop chargé et j'ai rencontré beaucoup de nouveaux coureurs adorables. Des hommes et des femmes qui font ça depuis un moment.

L'organisation était entre de bonnes mains, beaucoup de bénévoles sympathiques et gentils aux postes de secours et aux intersections où Heidi prend également des photos de presque chaque passage.

Endurance Day Hamme - un événement de course agréable et amusant - est répétable.

Endurance Day Hamme - un événement de course agréable et amusant - est répétable