



## **Prima esperienza di ultramaratona**

*Paul Aarts*

**Endurance Day Hamme 100 km 11:33:09**

***L'obiettivo primario era finire la mia prima 100 km ultra "barefootstyle"***

Dopo il fallito debutto di 12 ore durante la Langste Nacht nel 2016 a Santpoort Noord, ho trovato un'altra corsa di ultra nelle vicinanze entro una settimana. Mi sono registrato per una piana asfaltata di 100 km in Belgio. Endurance Day Hamme 2017. L'obiettivo principale era finire la mia prima 100 km ultra "barefootstyle". Preferibilmente in un tempo di 9 ore 59 minuti 59 secondi, così da potermi qualificare anche per altri obiettivi.

***Prima della partenza ho avuto la fortuna che l'esperto Endymion Kasanardjo si fosse registrato all'ultimo minuto e avesse analizzato a fondo il percorso***

A dire il vero non ero sicuro di poter seguire bene il percorso per via dei tanti loop e possibilità di sbagliare, ma se si parte da dietro si tratta di seguire i predecessori, poi è ovvio. Prima della partenza ho avuto la fortuna che l'esperto Endymion Kasanardjo si fosse registrato all'ultimo minuto e avesse analizzato a fondo il percorso. Insieme a Mo Idrissi siamo partiti in sordina. I primi giri insieme sono andati bene. In retrospettiva, non era così male con la segnaletica. A tutte le uscite c'erano cartelli sul percorso con frecce che indicavano come si doveva camminare. Dopo il primo grande giro c'è stata un po' di confusione su dove girare (punto di ritorno) ma Endymion era sicuro e chiaro. Qui dobbiamo tornare indietro per i round 2, 3 e così via. Lui aveva ragione.

***Gli ultra-topper hanno sorvolato la strada, il che è stato meravigliosamente stimolante***

Ad un certo punto abbiamo iniziato a camminare da soli. Questo è ovvio una volta che devi cercare il dixi per il grande messaggio. A metà ho simbolicamente gettato la spugna, il mio obiettivo non è stato raggiunto a causa del clima improvvisamente caldo. Tuttavia, mi piaceva quel clima caldo e c'era ancora un secondo obiettivo da raggiungere. Finisci i 100 chilometri. Sempre più umile prosegui per la mia strada.

La cosa bella di questo corso è la varietà. La diga era occupata da escursionisti, ciclisti e corridori, ma fortunatamente i circuiti erano di nuovo tranquilli e pacifici. Lungo la strada hai costantemente incontrato i corridori di 100 chilometri. Gli ultra-topper hanno sorvolato la strada, il che è stato meravigliosamente stimolante.

## ***Dopo 70 chilometri il mio corpo ha iniziato a urlare che non era più divertente***

Dopo 70 chilometri (la mia distanza più lunga di sempre) il mio corpo ha iniziato a urlare che non era più divertente. L'ignoto si è presentato... 20 chilometri prima avevo già messo scarpe un po' più spesse. I vivo erano un po' troppo minimalisti per l'affilato "asfalto a diga", quindi il VFF V-run più spesso è arrivato appena in tempo.

## ***Eppure non mi arrendo. Non ho mai camminato così lontano e così a lungo***

Siamo al giro di boa del penultimo giro e il ginocchio sinistro si sta caricando parecchio. Poiché abbiamo camminato molto lungo la strada, il mio ritmo è stato interrotto. Ma a parte il ginocchio sinistro, tutto funzionava ancora bene. Avevamo abbastanza energia e qualche dolore muscolare, ma questo è un fatto noto. L'ultimo giro è una vera tortura. Eppure non mi arrendo. Non ho mai camminato così lontano e così a lungo. Sento chiaramente la differenza tra un infortunio e un uso eccessivo di un attaccamento. I piedi stanno andando bene, quindi continua. Da questo posto ho fatto ad Ans un altro complimento e le sono molto grato. Ha pedalato con me per più di 10 ore. Godersi il sole con Chrissie che ha anche percorso 30 chilometri a tappe.

## ***Parteciperemo di nuovo nel 2018? Diavolo sì***

Parteciperemo di nuovo nel 2018? Diavolo sì. Se si adatta al mio programma. Mi piace l'Endurance Day Hamme, non è troppo affollato e ho incontrato un sacco di nuovi adorabili corridori. Uomini e donne che lo fanno da tempo.

L'organizzazione era in buone mani, tanti volontari amichevoli e dolci ai punti di ristoro e agli incroci dove Heidi fotografa anche quasi ogni passaggio.

Endurance Day Hamme - un evento di corsa bello e divertente - vale la pena ripetere.

***Endurance Day Hamme - un evento di corsa bello e divertente - vale la pena  
ripetere***