



Eerste ultramarathon ervaring

Jesse Robbroeckx

Endurance Day Hamme 50 km 4:05:31

Het begon allemaal zo'n 9 jaar geleden. Af en toe trok ik mijn loopschoenen aan om rondjes te lopen van maximaal 10 kilometer.

Het begon allemaal zo'n 9 jaar geleden. Af en toe trok ik mijn loopschoenen aan om rondjes te lopen van maximaal 10 kilometer. Op een bepaald moment vroeg een vriendin of ik geen zin heb om de 10 miles van Antwerpen te lopen. Zes kilometer extra? Ik heb het nog nooit gelopen, maar het leek me wel een uitdaging. Het was een leuke ervaring maar zoals vele lopers na de wedstrijd wil je volgend jaar "iets van de tijd afdoen". Na een 2de en 3de deelname had ik nood aan een nieuwe uitdaging. De grootte van het evenement maakte het voor mij minder gezellig.

Waarom is geen marathon? De vrienden vonden dat een zot idee.

Waarom is geen marathon? De vrienden vonden dat een zot idee. Al jaren neem ik deel aan de Dodentocht en loop ik de eerste kilometers om de drukte voor te blijven. Waarom die ervaring niet gebruiken om een eerste marathon te lopen? Ik onderging een inspanningstest en vond een haalbaar 20-weeken schema. In april 2011 was het zover. Vol enthousiasme startte ik aan mijn eerste marathon in Antwerpen... Maar misschien met een beetje teveel enthousiasme. Ik ging veel te snel van start en na 33 km kwam ik de man met de hamer tegen. Beide kuit stretchen op de Singel van Antwerpen, het is eens iets anders. Ik had 3 uur en 30 minuten nodig om te finishen op de Grote Markt. Fier maar toch met een dubbel gevoel want ik heb mijn eerste marathon niet echt helemaal uit "gelopen".

Begin 2013 schrijf ik me in voor de marathon van Mallorca zodat mijn vriendin en ik het sportieve en het aangename kunnen combineren. Ik heb het trainingsschema veel beter nageleefd, het zaalvoetbal aan de kant geschoven, en ik dronk een maand voor de marathon geen alcohol... Allemaal met een positief resultaat als gevolg. 3 uur 24 minuten dankzij een goede wedstrijdindeling.

Wat me tijdens de voorbereidingen opviel, was dat ik enorm genoot van de lange duurtrainingen.

Wat me tijdens de voorbereidingen opviel, was dat ik enorm genoot van de lange duurtrainingen. Na de marathon van Oostende in 2014 (4u), Sint-Petersburg in 2015 (3u38), Great Breweries Marathon (3u17) en Lanzarote (3u19) in 2016 had ik het gehad met trainen om een bepaalde tijd te lopen. Ik wou meer genieten van de wedstrijden en omgeving.

Hamme, hell yeah!

Na wat zoekwerk kwam ik op de website van Ultraned terecht en vond ik de 50 km Endurance Day Hamme. Het was niet ver van het thuisfront en mijn eerste ultraloop in mijn loop carrière. Ik wou niets aan het toeval overlaten en schakelde een volgfietser in om mij te bevoorraden tijdens de wedstrijd. Het zou zonde zijn geweest, moest ik na al die voorbereidingen mijn eerste ultraloop niet kunnen uitlopen door andere voeding. Mijn doel in Hamme was gewoon aankomen. Lopen en genieten van de wedstrijd. Voor de start viel het me op dat mijn collega lopers elkaar bijna allemaal kennen. Een zeer ontspannen en relaxte sfeer. Het startschot werd gegeven en ik liet me een beetje meeslepen door een groepje lopers. Er werd wat met tijden en namen gegoocheld en ik geniet enorm van het moment. Het werd me snel duidelijk dat ik in een select publiek ben terecht gekomen die al veel loopkilometers op hun teller hebben staan. Ik kende de "Spartathlon" al lang maar het was altijd een ver van mijn bed show. Als er dan tegen je gezegd wordt dat die loper en die loopster de Spartathlon (voor mij de meest mythische wedstrijd van het ultralopen) heeft uitgelopen, komt het toch ineens dichtbij. De wil om verschillende vragen aan hen te stellen is groot maar jammer genoeg was het de verkeerde moment. Er moest eerst nog een wedstrijd uitgelopen worden.

Het was fantastisch weer en de lussen van het parcours zorgden ervoor dat je de lopers altijd tegenkwam, kon supporteren en stiekem opkijken naar al die ervaren rotten.

Het tempo lag wel een pak hoger dan verwacht. Enkele kilometers na de start kwam mijn begeleider me vervoegen en we sloegen een babbeltje. Zolang dit kon, moest ik dit tempo aankunnen. Het was fantastisch weer en de lussen van het parcours zorgde ervoor dat je de lopers altijd tegenkwam, kon supporteren en stiekem opkijken naar al die ervaren rotten. Na 35 kilometers ging alles nog behoorlijk en ik besliste om een tandje bij te steken. Ik hield dit vol tot 45 kilometer. Het is goed geweest, denkt mijn hartslagmeter en ik besluit om de laatste kilometers echt bewust te genieten van de wedstrijd en het tempo iets lager te leggen.

Na de aankomst had ik een fantastisch gevoel.

Na de aankomst had ik een fantastisch gevoel. Mijn eerste poging was direct de goede poging. In heel mijn loop carrière had ik nog nooit een negatieve split gelopen, tot nu in Hamme. Enkele dagen later zag ik op de uitslag dat ik zesde was geworden van de 28 lopers. Het is niet belangrijk aangezien mijn hoofddoel gewoon aankomen was, maar stiekem ben ik er toch fier op. De wedstrijd in Hamme heeft er misschien wel voor gezorgd dat ik de ultraloopmicrobe te pakken heb gekregen. In april staat de 60 km van Texel op het menu en ik heb een klein plannetje gesmeed voor de Dodentocht in augustus...

De wedstrijd in Hamme heeft er misschien wel voor gezorgd dat ik de ultraloopmicrobe te pakken heb gekregen