

In The Picture

novembre 2016

Erik Kuijer

Vainqueur Triple-Marathon

Eelde-Wardenburg



HIGH5
SPORTVOEDING



CORNELISBEDDING



Erik Kuijer vit à Ruinerworld avec sa compagne et ses deux enfants. Il aime le duathlon, la course à pied et regarde la télévision belge pour le sport. Ce coureur de haut niveau a remporté le Triple-Marathon Eelde-Wardenburg et peut parcourir plus de 80 km en 6 heures de course. Erik est un exemple de persévérance!

Quand as-tu commencé l'ultra running?

En 2011, j'ai fait mes débuts lors des 50 km d'Assen. Ce n'était pas une période spectaculaire. Mais 3:55:13 n'était pas un mauvais début non plus. Un an plus tard, je me suis mieux préparé sous la direction d'Ed van Beek, qui m'entraîne toujours. J'ai fait une progression d'une demi-heure puis j'ai gagné le 50 km Eemmeerloop en 3:25:31. Cette même année, j'ai également amélioré mon record personnel au marathon, 2 heures 49 minutes. En 2013, j'ai fait mes débuts dans les courses de 6 heures. Avec 75,848 km j'ai gagné les Six Heures de l'Epe. En 2014, j'ai encore amélioré mon record personnel au 50 km. Cette fois, j'ai couru l'UltraRun de 50 km depuis Gieten en 3:20:25. Par la suite, j'ai dû arrêter de me préparer pour Texel à cause d'une blessure à la hanche. Après cette blessure, j'ai d'abord couru le 50 km RUN à Winschoten, puis le Centennial 50 km à Deventer et plus tard j'ai amélioré mon record de 6 heures. J'ai ensuite couru 80,008 km sur De Zes Uren van Epe. Cette année, j'ai gagné le Triple Marathon Eelde-Wardenburg.

Vous exécutez vos ultras à dessein. Y a-t-il des projets ambitieux sur la table pour 2017?

Je ne cours pas beaucoup d'ultras par an. Je cours habituellement deux ou trois par an. Mon objectif pour 2017 est de courir une course de 9 heures.

Y a-t-il des compétitions où vous aimeriez établir un nouveau record personnel?

À Helsinki, je veux réessayer en 2017 pour améliorer mon record personnel dans une course de 6 heures. Mais à l'avenir, je veux aussi améliorer mon record personnel au 50 km.

Y a-t-il des types de compétition que vous préférez courir sur d'autres types?

A partir de l'année prochaine je me spécialiserai dans l'ultra running de 6 heures. J'aime cette distance. Cela ne devrait vraiment pas être plus long.

L'une de vos ambitions pour 2017 est de courir une course de 9 heures, mais en même temps vous vous spécialiserez dans la course de 6 heures. Peut-on dire que vous courez une fois une course de 9 heures?

C'est en effet un concours auquel je ne participerai qu'une seule fois.

Vous avez remporté sept des onze compétitions ultra que vous avez courues et vous avez terminé deuxième à deux reprises. Pouvons-nous dire que vous êtes un bon exemple de coureur qui choisit ses courses avec soin et en même temps peut culminer au bon moment ?

Je ne pense pas être un bon exemple. J'aime les courses de pointe, mais je commence généralement trop vite. Je soupçonne que cela a plus à voir avec la chance que je sois autant sur scène. La plupart des matchs ultra ne sont pas non plus très occupés. L'endroit lui-même n'a pas vraiment d'importance. Je préfère faire une bonne performance où je ne gagne pas, que gagner un match avec une performance médiocre.

Merci pour l'interview Erik. Bonne chance pour les préparatifs de votre course de 9 heures.

Kevin Simons