

Karine van Elsen

Appassionato ultrarunner



In The Picture

Febbraio 2023

Karine ama la natura e le sfide. Come corridore amatoriale, ad esempio, vuole provare un giorno a fare una gara di 36 o 48 ore. Non per il tempo massimo, ma per l'esperienza.

Lei è arrivata terza nella Marathon- en Ultracup. C'è un motivo specifico per cui corri le ultra?

Mi piacciono le sfide, la natura e mi piace anche mettere alla prova la mia resistenza. E mi piace correre per lunghe distanze. A proposito, sono stato anche più volte campione belga nella mia categoria di età nella 24 ore e una volta campione fiammingo nella 100 km. Che finisca primo o ultimo, non mi importa. Tagliare il traguardo in particolare mi dà una scossa. Controllo dove si trova il corso, la posizione del corso e che tempo è previsto. Ma posso divertirmi a correre gare ultra. L'unico inconveniente è che, come professionista della sanità, devo lavorare un fine settimana ogni due. A proposito, come over 60 parteciperò ancora una volta al campionato belga 24 ore.

Sei anche diventata la prima donna nella corsa a tappe België Diagonaal (2021) e nel Ronde van Vlaanderen (2022). Hai lavorato specificamente per questo?

Per il België Diagonaal mi sono allenato molto sulle pendici. Inoltre, nelle ultime dodici settimane mi sono allenato da cinque a sei volte a settimana. Non ho svolto alcun allenamento specifico al Ronde van Vlaanderen. Ho subito un infortunio durante l'ottava tappa. Ma ho comunque portato a termine le ultime tre tappe. Poco dopo ho ricevuto un messaggio che mi diceva di essere in cima alla classifica della Marathon- en Ultracup. E poi ho deciso di allenarmi in modo più mirato in modo da poter correre molte gare ultra. Alla fine sono diventata terza donna e sedicesima assoluta nella coppa e la donna più anziana. Non penso sia male, sapendo che non sono molto competitivo.

Hai indicato di essere diventato campione diverse volte. Puoi dirmi di più a riguardo?

Il mio primo campionato belga è stato a Maasmechelen. Era il 2014 e poi ho corso i 100 km. Poi sono diventata seconda nella mia categoria di età (V50) e campionessa fiamminga, perché Valerie Turlot era un membro della federazione vallona. Nel 2016 ho corso la 24 ore di Aalter ad Aalter. Lì sono diventata anche seconda, ma poiché Wielma Dierx è olandese, sono diventata campionessa belga nella mia categoria di età. Nel 2017 sono arrivato secondo nella 100 km di Aalter. Nel 2018 ho corso la 24 ore ad Aalter con uno split di 100 km. Poi ero l'unica donna nella mia categoria di età (V55) e così sono diventata nuovamente campionessa belga nella mia categoria di età. Nel 2020 sono stata più fortunata, perché allora c'erano 3 donne nella nostra fascia d'età. Allora ho smesso, ma ho comunque ottenuto la medaglia di bronzo. L'anno scorso ero ancora l'unica donna nella mia categoria di età, ma le medaglie per categoria di età sono state abolite e da quest'anno corro nella categoria V60. André Mingneau, l'allenatore della nazionale, ha sentito di nuovo se le medaglie possono essere assegnate di nuovo all'interno della categoria di età... Altrimenti dovremmo correre contro donne che hanno dieci anni in meno. E personalmente non penso che sia corretto.

Grazie per l'intervista Karine e ti auguriamo ogni successo per il futuro.

Kevin Simons