

Kellerwald Bike Marathon

18 april 2010, Gilserberg, Duitsland

Vorig jaar ben ik begonnen met mountainbiken. En omdat ik niet van half werk houd, ben ik meteen hele marathons gaan rijden. Verstandig? Nee, niet echt, maar wel een enorme uitdaging.

Na vorig jaar vier hele marathons van de RWP-cup te hebben gereden heb ik dit jaar besloten om halve marathons te gaan rijden. Ik heb namelijk gemerkt dat mijn trainingsintensiteit niet hoog genoeg is, waardoor het herstel na een hele marathon te lang duurt.

De eerste marathon die dit jaar voor de RWP-cup op het programma staat is de Kellerwald Bike Marathon op 18 april 2010. Vorig jaar zat deze marathon niet in de RWP-cup, dus voor mij onbekend terrein. De halve marathon bestaat uit 80 km met 2050 hm en de hele marathon bestaat uit 120 km met 3075 hm.

Eelco van Eijkeren heeft zich ingeschreven voor de hele marathon in ik voor de halve marathon.

Een dag van te voren waren we aanwezig om onze startbewijzen al vast op te halen. Bij aankomst kon het weer niet beter. De omgeving ziet er glooiend uit, waardoor het er naar uitziet dat de marathon goed te fietsen moet zijn. Dus met weinig zware klimmen en moeilijke afdalingen. Ook de weersomstandigheden voor de volgende dag waren uitstekend.

Na onze startbewijzen opgehaald te hebben en het hoogtepfiel bekeken te hebben, zou het morgen de eerste 20 km van de rondes van 40 km het zwaarst zijn. Na een zeer goed pastabuffet in Bio Hotel Grün duiken we ons bed in om 's morgens om 9.00 uur fit aan de start te staan.

Op zondag 18 april zitten we om 7.30 uur aan het ontbijt. Daarna trekken we onze fietskleding aan en vertrekken we vervolgens op de fiets richting start waar we om 8.45 uur aankomen. We wachten rustig in het zonnetje, omdat het in de schaduw toch nog wel fris is. Hierdoor starten we wel achteraan. Om 9.00 uur is de start. Na de "Einführungsrunde" die zelfs voor ons erg rustig is, gaat dan eindelijk het echte werk beginnen. Eelco rijdt drie rondes en ik rijdt twee rondes van 40 km.

De klimmen zijn over het algemeen goed te doen. Het zijn brede paden, waardoor je elkaar makkelijk kunt passeren. Er zitten drie wat pittigere stukjes in, waarvan een aan het einde van iedere ronde van 40 km. Op dit laatste klimmetje hadden we niet

Streckenplan des Kellerwald-Bikemarathons 2010 (minimale Abweichungen sind möglich)



Höhe [m]

gerekend. De afdalingen waren een afwisseling van brede paden en technische singletrails. Deze technische stukken waren steil met veel stenen en boomwortels.

Ik merk bij het klimmen dat ik telkens dezelfde dames passeer die mij tijdens het afdalen weer voorbij komen. Met bewondering kijk ik hoe deze dames de technische stukken van de afdaling nemen. Ik weet wel dat ik het stuur losjes moet vasthouden en achterop moet blijven en de fiets zijn weg moet laten zoeken met af en toe bijsturen en remmen, maar het dan ook nog zo doen is een tweede. Tijdens deze afdalingen ben ik zo gespannen dat als ik beneden aankom verkrampde benen, armen en vingers heb. Die vingers komt vooral van het remmen. Er valt nog veel te leren wat betreft het afdalen.

Bijna de hele marathon fiets ik bij twee Nederlandse dames in de buurt. Ik had me voorgenomen om deze dames achter me te houden bij het passeren van de finish, omdat aan het einde nog die venijnige klim zat, waarop ik de dames moet kunnen passeren en de afstand zo groot maken dat ik op de laatste drie kilometer niet meer gepasseerd zou worden. Dit plan lukte ook wat een enorme kick gaf. Een dame zat al achter me voor ik aan de klim begon en de andere dame haalde ik tijdens de klim in en kon ik de laatste drie kilometer achter me houden. Deze drie kilometer heb ik volle bak gereden, waardoor mijn benen leken te ontploffen na de finish.

Ik finishte als zesde in mijn categorie, met een tijd van 05:08:36, waar ik zeer tevreden over ben. In de RWP-cup levert dit mij voorlopig een tweede plaats op. Eelco hield het na 80 km voor gezien, omdat hij last van zijn rug kreeg. Hij heeft deze 80 km afgelegd in een tijd van 04:32:36.

De volgende marathon die op het programma staat is Saarschleifen Bike Marathon in Duitsland. Deze zal gereden worden op 30 mei.

Petra Reintjes – van Eijkeren.

