

Van Tielenkamp naar Tielenkamp door Tielen, Lichtaart en Kasterlee

Reeds enkele jaren is dwars door Kasterlee onze vaste afspraak op 21 juli. Dit jaar minder ARAC-volk want toen zag alles geel/blauw omwille van mijn 70^{ste} verjaardag. Maar toch nog genoeg deelnemers van de club. Het totale aantal deelnemers was toch ook weer 100 minder dan 1 jaar geleden, een trent die we heel de zomer al zien. Het was wel warm vandaag maar de echte hittegolf ging nog komen. Maar omdat het al zo lang droog geweest is was er genoeg los zand om door te ploegen of om zo nodig zacht op te vallen.

Uitslagen:

Heren			
Naam	Tijd 2018	Tijd 2019	Wegcup
Gerard	1h07'07	1h06'37	20
Bart	1h06'24	1h10'24	17
Frans	1h39'36	1h28'58	16
Michael	-	1h29'31	15
Guy D.	-	1h36'53	14
Guy B.	1h39'50	1h36'54	13
Rudy L.	-	1h49'34	12

Dames			
Naam	Tijd 2018	Tijd 2019	Wegcup
Kathleen	1h13'27	1h13'00	20
Rhonda	-	1h25'00	17
May	1h41'00	1h41'49	16
Karine	-	1h03'37	Op 10 km

Verslag:

Op de 10 kilometer was Karine De Proost onze enige deelnemer uit voorzichtigheid en schrik voor de warmte. Zij liep rustig haar toerke en kwam gezond aan wat ook belangrijk is.



Op de 10 mijl was er vorig jaar een duel tussen Bart Van Nijlen en Gerard O'Leary. Toen was Bart de snelste maar nu was het verschil tamelijk groot in het voordeel van Gerard die een half minuutje sneller was dan vorig jaar. Aan de foto's te zien kwam hij ook nog fris aan.



Bart zag er op het einde wel wat getekend uit.



De volgende ARAC-er was Kathleen Steemans. Zij was na 6 kilometer nog in een grote groep samen met Jolien Boonen en Maria Vranckx maar moest die nadien toch laten gaan. Kathleen finishte 3 minuten achter Jolien en 2 minuten achter Maria op de 3^{de} plaats wat haar toch maar op het podium bracht met een ontbijtbon als cadeau. Zo kan Rudy ook wat profiteren van het werk van zijn madame!



Dan was het even wachten op Rhonda die vlot haar wedstrijd liep en fris al lachend aan kon komen. Het kan wel zijn dat het lachen bedoeld was voor haar man Jan Sledsens die fotograaf van dienst was waarvoor dank.



Rhonda had onderweg Frans Beyens en Michael Marek achter gelaten. Michael wil in september een marathon lopen maar zal tijdens de schoolvakantie toch op dieet moeten om nog wat overtollige kilo's kwijt te geraken. En Frans was wel tevreden want hij was 10 minuten rapper dan vorig jaar. Alhoewel ook hij gestruikeld was in het zand en nen totter gemaakt had. Als hij zo vooruit blijft gaan nu hij op pensioen is komen er nog mooie dagen.



De volgende ARAC-ers waren een broederpaar “Guy&Guy”. De ene met zijn hoofd wat meer naar beneden en den andere met de lach op zijn gezicht als er een fototoestel in de buurt is.

Zij liepen samen toch 3 minuten sneller dan vorig jaar dus hebben ze zeker wel moeite gedaan. En dan was de Turnhoutse Guy nog gevallen op enkele kilometers van het einde. Toch dachten ze allebei dat de Kastelse bergen dit jaar hoger waren dan vorig jaar maar dat geloof ik wel niet.



Dan was het toch weer een tijdje wachten op May Timmermans die heel constant loopt in haar trainingsomgeving. Toch had ik gehoopt dat ze korter bij de Guy's was geweest want op training is zij de betere van "ons groepke".

De laatste ARAC-er was Rudy Leuse die we al een tijd niet meer gezien hadden op training. Hij loopt niet heel rap meer maar is toch blij weer mee te kunnen. Omdat hij geen geel/blauw tenue aan had hebben de fotografen hem gemist.

Na de douche konden we nog gezellig mijn verjaardag vieren.

Roger Embrechts