

Europees kampioenschap cross voor politiemensen

Bij de politie wordt er om de 4 jaar een EK georganiseerd door de Europese politie sportbond. Zo kon ik in 2018 deelnemen aan het EK marathon in Dublin en trachtte ik me dit jaar te selecteren voor de cross (veldlopen in Denemarken).

Selectie

België mocht 6 atleten afleveren. De selectie bestond uit 2 wedstrijden die telden als Belgisch kampioenschap.

- BK 10km in Gooik
- BK cross van 7km in Kortenberg

Het begon op 5/9/2021 in Gooik, Pajottenland op het BK 10 km. Een week voor de marathon van Antwerpen wist ik dat de vorm met het schema van Roger op zijn top kwam.

Het verwonderde me toch dat ik op het BK met een gemiddelde van 3'27"/km zowel een PR op 5 als 10km liep op een parcours met 88 hoogtemeters. Ik werd 5e op het BK politie vlak na de 3e en 4e collega maar met een voorsprong van een minuut op de 6e. Een week later liep ik op dat elan verder met PR op de halve en hele marathon in Antwerpen. Pieken naar een moment toe waar je er wil en moet staan is dus goed gelukt!

Met het BK cross op 24/9 moest ik dus een 3e belangrijke race lopen in september. Op een afstand van 7,7 km moest ik mijn top 6 plaats verdedigen en kon ik op een zware omloop met veel bergskes (hier kwam de Kasterlee training meer dan van pas) enkel was het omlaag lopen geen recup maar vol gas.

Na 29 minuten hard afzien en op de adem trappen werd ik hier beloond met een bronzen plak!

BAM, 't is binnen, nog wachten op officieel bericht maar de kwalificatie had ik met de beentjes afgedwongen!

Een weekje later was de raad van bestuur van de Belgische Politie Sportbond bij elkaar gekomen en mocht ik als 5e geselecteerde mee.

Reis

Vluchten en hotel werden geregeld door de Belgische politiesportbond. Ons team bestond uit 3 Vlamingen, 1 collega van Brussel en 2 Waalse atleten.

We konden dus wat Nederlands en Frans praten in onze WhatsApp groep.

Op 5/11 stapte ik 's morgens om 5u30 in de combi van de trotse collega's met nachtdienst die hun "atleet" van de PZ regio Turnhout wel naar de trein zouden brengen.

Daarna om 10u op de vlieger va´ Brussel naar Arhus (2e grootste stad van Denemarken) via een tussenlanding in hoofdstad Kopenhagen.



Verwachtingen

4 jaar geleden had team BELGIUM

Enkele mooie individuele plaatsen en een 8e plaats in het landenklassement op het EK cross.

Dit jaar gingen we voor meer. De toppers op zo een EK zijn semi-profs die onder andere statuten werken dan hier bij ons. Ze worden er betaald om te sporten en zo werd de Franse ploeg al grondig vooraf geanalyseerd door onze Franstalige collega's die hadden gezien dat hun snelste man 2e werd op de 20 km van Parijs in 58minuten...

Voor goud moesten we dus niet meedoen.

We gingen voor het ploegenklassement en daarvoor tellen de eerste 4 plaatsen van het team. Ik was normaal de 5e sterkste doch een Waalse collega die de cross had gewonnen met een minuut voor op mij had de laatste maand een vormdip en zei dat hij achter mij zou starten in t startvak.

Jammer voor hem en extra druk voor mij om mijn team niet in de steek te laten.

Zaterdag 6/11 verkenning parcours.

Een omloop van 2,5 km die we 5x moesten afleggen. Een cross van 12,5 km dus, wat blijkbaar heel lang is voor een cross maar wel in het voordeel van mij speelde. 100 meter na de start een modderstrook van 20 meter waar je tot de enkels in t slijk moest gevolgd door een afdaling over een klein beekje en door een niet gemaaide wijde waar 't gras 25 cm hoog stond en voeten werden omgeslagen. Daarna wind op naar het diepste punt waar we over een beek van 2 m diep en 3 m lang moesten springen, (hiervoor had ik een maand geleden dus mijn cross spikes gekocht) want anders klauterde je hier niet meer omhoog. Dan 15 m klimmen naar de berg waar we 3x richting top liepen (bijna van alle windrichtingen dus, fijn voor de supporters maar super zwaar) recup in de afdalingen die technisch waren was niet aan de orde.

Tactische besprekingen leverden niet veel meer op dan oppassen voor enkels omslaan en verder voluit gaan!

Ik kreeg de 5e plek in ons startvak waar we naast Hongarije en Italië mochten postvatten.



Op de race day gingen we om 10u30 naar de modderstrook kijken hoe de vrouwen dat in hun race gingen lopen want tijdens de opwarming op zaterdag liep er geen enkele atleet door de modder (natte en vuile schoenen wil je niet voor de wedstrijd zeker?) we zagen dat de meeste er vlot door gingen en vooral hun knieën hoog optrokken bij het doorlopen van deze strook. 1 dame verloor haar schoen dus knoopten we onze schoenen nog maar wat vaster aan.



Dan het startschot om 11u30, BAM, iedereen knalde weg en als 5e in zo een startvak weet je dan waarom die veldrijders soms klagen als ze niet genoeg punten hebben om op de eerste rij te starten. Maar goed, dat was mijn plaats. Doch kon ik na een snelle start tussen veel volk aan 3'30/km beginnen aan mijn inhaalrace. Elke ronde opschuivend met Hongaren, Ieren, Noren, Nederlanders, een Spanjaard en ook 2 Belgen (de 6e was me bij de start toch voorbij gesneld) liep ik vlot naar een 4e plek van ons Belgen. Met een gemiddelde van 3'56"/km was ik dik tevreden met mijn tijd op dit parcours, doch moest ik algemeen vrede nemen met een 44e plaats van de 86 atleten. Midden in het pak geëindigd dus.

De beste Belg was met plaats 19 op 4 minuten van onze Franse vriend die de race won geëindigd, we hadden vooraf dus goed gescout. Ik kwam op 2 minuten van onze eerste Belg binnen.



Mijn 4e plaats leverde samen met de eerste 3 landgenoten een 7e plek op in het ploegenklassement van de 19 Europese landen. Heel mooi en we waren als team trots! Toch zaten we nog wel een eindje van het podium met Duitsland, Frankrijk en Denemarken.

Hopelijk was dit EK een even goede voorbereiding op de marathon van Kasterlee als het BK enkele maanden geleden op de marathon van Antwerpen.

Doel voor 2022

Volgende grote doel, kwalificatie afdwingen voor het EK marathon voor politiediensten volgend jaar in Eindhoven waar ik in onze Belgsiche 3-kleur, wat toch ook een hele mooie extra boost geeft als atleet opnieuw wil vertegenwoordigen.

Plannen werden al gemaakt met in onze selectie op de cross 2 mannen met een PR van 2u36 en 1 met 2u31 op de marathon om er volgend jaar in Eindhoven een lap op te geven en daar nog beter te gaan doen in het team klassement!

Daar wil ik dan ook vol voor de 2u35 gaan in een sterker deelnemersveld en snellere omloop dan Antwerpen! Benieuwd of ik dat op mijn 40e kan waarmaken, maar dromen blijven we doen.

If you dream, dream big!

Ik hoop velen van jullie te zien in op de marathon van Kasterlee binnen 7 dagen!

Vele groeten van een trotse ARAC atleet!

Groeten

Nick Smans



