Rhonda Derijnck, halve marathon Kreta 2018

Beste lopers,

Op 7 oktober 2018 heb ik de halve marathon in Kreta gelopen. Het was een heel avontuur, want door allerlei gesukkel, dat al heel lang duurt, heb ik me niet goed kunnen voorbereiden. Maar op zondag de 7de was het dus toch zover: 21 km lopen op Kreta, door olijfboomgaarden en wijngaarden. Er is superveel reliëf, maar gelukkig was de ondergrond goed. Op zaterdag hadden we nummers afgehaald op het centrale plein van 'Heraklion'. Wel lang moeten zoeken, want Grieks verstaan we niet en kunnen we ook niet lezen. Heraklion (Iraklion) is de hoofdstad van Kreta. Super druk, groot, vol volk en met heel veel auto's en weinig parkeerplaatsen. Na een hele tijd pijlen volgen met 'Central Parking', daarbij kronkelend door nauwe straatjes, bergop en bergaf, moesten we onze autosleutels afgeven, en onze auto 'werd' geparkeerd in een betaalparking waar je anders niet zou durven binnenrijden. Daarna hebben we de start gezocht, zo'n 30 km daarvandaan, in Arkalochori in een speciaal gebouwd 'expositiecentrum' in de vorm van een amfitheater. Zondags op tijd vertrekken, en dan zou het wel goedkomen.

Er waren verschillend afstanden: eerst vertrokken 350 lopers voor 10 km. Na 25 min was onze start: 21km, en na 5 km kwamen we de lopers van de 10 tegen, die 5 km moesten klimmen in de tegenrichting, om terug in het stadion te raken. En toen van de halve marathon bijna iedereen aangekomen was, vertrokken nog 1500 lopers voor een rondje van 5 km . Zó moet je dat doen als je veel ambiance wil en veel supporters! Heel het amfitheater zat op den duur vol, en toen werden we getrakteerd op een optreden van Griekse dansers en danseressen. Heel leuk, zeker met de life-(Griekse) music erbij ! En daarna werd pas het 'podium' gedaan. Iedere loper die aankwam van de 21 kreeg een medaille: een stenen schoen van asics. En ook de 1ste van de elke categorie een stenen schoen (handmade) van Asics, wèl schadelijk voor in de valies, want direct een kilootje meer…

Het lopen zelf: ik had 2 weken voor vertrek nog nieuwe zooltjes laten maken, waar ik eerst 2 weken aan moest wennen, voor ik ermee mócht lopen. En met de oude schoenen lopen was ook geen optie, dus ik heb het een beetje gecombineerd: 5, of 7 of 9 km trainen met oude of nieuwe combinatie van schoenen en zolen. Ik was vooral goed uitgerust aan de start, en wist niet of het zou lukken. Maar na 21 km 'genieten' ben ik wel aangekomen: 2u 07!

Zo moe ben ik al lang niet meer geweest na het lopen, en ook minstens 3 dagen heel stijf achteraf, maar dat komt zeker door al die bergen! (240 hoogtemeters) Ik vond het toch een leuke ervaring. Gelukkig hadden we achteraf ook nog tijd om van de andere aspecten van Kreta te genieten: Grieks eten, de natuur, het mooie weer, en vooral een weekje vakantie…

Rhonda Derijnck