

Egmond aan zee, 2020

Voor we het wisten was het nieuwe jaar weer aangebroken en was het dus tijd om naar Egmond aan zee te trekken. Dit keer weer een heel gevarieerde groep met 8 wedstrijdlopers voor de 10.5 km en 6 voor de halve marathon. Op zaterdag waren er 6 mountainbikers om langs en door het water te trappen. Dat mobilhomes “in” zijn konden we zien want met 7 stond de parking aan de jeugdherberg bijna vol.

Mountainbiken Egmond-Pier-Egmond, 38 km.

Op zaterdag waaide het fors met windkracht 5-6 vanuit het Zuid-Westen wat dus betekende dat de heenweg naar de pier van IJmuiden zwaar werken was met de wind pal op kop. Dus was het de boodschap op in een groepje te gaan hangen en geen krachten te verspillen. Gelukkig was het droog. Davy Smolders vertrok met de eerste groep maar werd er na een paar kilometer uitgereden door een paar onverwachte manoeuvres van andere deelnemers. De andere mountainbikers van onze groep vertrokken bij de cycloportieven en moesten dus meer dan 20 minuten wachten op het startschot. Doordat het niet doenbaar was om tegen de wind in te trekken moesten zij allemaal wachten tot na het keerpunt vooraleer er echt gekoerst kon worden.

Maar na het keren “vloog” het vooruit. De eersten halen dan snelheden van rond de 60 kilometer per uur en als je dan een bocht

moet nemen en door het mulle zand klieven zijn er toch wel klamme handen denk ik. En als je het als renner niet voelt, dan toch zeker als supporter. Wij zagen in Castricum honderden lichte valpartijen door voorwielen die niet rechtdoor wilden.

Uiteindelijk kwamen de 8 fietsers van onze groep allemaal heelhuids aan de meet zonder mechanische problemen, dus waren we allemaal tevreden.

| Fietser | 2020 | 2019 |
|----------------------|------|------|
| Langerveld | 1h11 | - |
| Davy Smolders | 1h20 | 1h22 |
| Paul Embrechts | 1h35 | 1h30 |
| Jan-Pieter Leemans | 1h36 | 1h34 |
| Stein Schoonvliet | 1h42 | 1h45 |
| Fernand Mangelschots | 2h20 | - |
| Erik Cuyvers | 2h20 | 2h05 |



Erik en Fernand voor de start



De zaterdag supporters

Lopen

De zondag is de loopdag. Maar in onze groep begint die eigenlijk al op de zaterdag. Tegen de avond aan wat loslopen voor diegenen die goesting hebben wat na een lange dag wandelen niet zo populair was deze keer. Nadien pronostikeren wat altijd veel vragen oproept omdat het gepaard gaat met veel “onzekerheden”. Wie loopt goed, wie is een beetje gekwetst, wie is heel gemotiveerd, wie heeft weinig goesting, enz. En dan wordt er al wel eens wat gestoefd en getwijfeld en worden de kansen gewikt en gewogen. Uiteindelijk gaat het maar over een paar euro’s maar spannend is het zeker.

Voor de middag de 10.5 km voor de “watjes” en op de middag de 21 km voor de “echten”. Nu was het wel licht aan het regenen maar door de hevige wind voelde het toch koud aan waardoor er wel wat afgerild werd voor de start. Gelukkig waren onze kledijdragers op post zodat de lopers zo lang mogelijk iets extra konden aanhouden voor de start. Marina, Chris en

Guido droegen dan de extra kledij naar de eindmeet zodanig dat iedereen na de wedstrijd snel iets droogs kon aandoen.



De deelnemers voor de 10.5 km.

Tijdens de wedstrijd werd het droger maar de wind waaide nog harder dan gisteren. Dus op het strand was het strijden om een plekske midden in de groep en liefst nog op harde ondergrond. Op kop gaan lopen was zo goed als zelfmoord plegen. Dus was het voor iedereen wachten en werden er geen persoonlijke records gelopen.

Kwart marathon = 10.5 km lopen

| Loper | Eindtijd | ARAC wegcup |
|--------------------|----------|-------------|
| Paul Embrechts | 41'49 | - |
| Stein Schoonvliet | 45'43 | - |
| Rudy Goris | 52'27 | 20 |
| Steven Schoonvliet | 55'44 | - |
| Guy Daneels | 1h02'10 | 17 |
| Lenny Van der Meer | 1h04'56 | - |
| Karine De Proost | 1h06'09 | 20 |
| Herman Diels | 1h17'08 | 16 |



Stein en Guy rond de 6 km.



Karine en Rudy in de duinen.

Halve marathon = 21.1 km lopen

Deze lopers konden wel “droog” lopen. Toch was het goed dat Maria en later Herman de droge kleding in bewaring hielden voor de lopers. Die moesten wel 7 kilometer windop over het strand dus ook daar werd er heel afwachtend gelopen. Het was nog nooit gebeurd dat er zo’n grote kopgroepen nog samen liepen in Castricum als zij het strand mochten verlaten en windaf de duinen in doken.

| Loper | Eindtijd | Wegcup |
|-----------------------------------|-----------------|---------------|
| Bart Van Nijlen | 1h36'18 | 20 |
| Mario Oris | 1h41'30 | 17 |
| Katrien Bruyninckx | 1h44'07 | 20 |
| Rhonda Derijnck | 1h54'38 | 17 |
| Ann Geudens en Hanne Van de Sande | 1h56'54 | 16/15 |

Bart liep heel afwachtend tot hij de supporters zag en dan draaide hij wel op volle toeren maar toch 8 minuten meer dan vorig jaar. Mario liep slechts 2 minuten meer dan in 2019. Voor Katrien was er maar een half minuutje meer. Zij lijkt wel in staat om nog jaren nummer 1 te blijven daar aan de zee. Rhonda sukkelde met de luchtwegen en gaf 5 minuten toe waardoor zij 4^{de} werd in haar categorie en dus volgend jaar haar inschrijving zal moeten betalen. Ann en Hanne vertrokken samen, maakten er onderweg een leuke wandeling van en hadden er veel plezier in dat zij samen over de eindmeet stapten. Zij waren beiden blij dat ze zonder problemen hun rondje hadden afgelegd.



Bart zet zijn motor aan op 19 km na onze aanmoedigingen



Rhonda loopt de mannen voorbij



Katrien op solotoer



Ann en Hanne aan de supporters



Louis, Ivo, Guido, Willy, Guy en Marina wachten goed ingeduffeld op de halve marathon

Zo konden we allemaal tevreden naar huis met het vaste voornemen om er volgend jaar weer bij te zijn.

Roger Embrechts