

## Barcelona 10 april 2019

### **Mijn eerste marathon!**

Vrijdagmorgen 8 april staan er 5 Arac-ers in de vertrekhal van de luchthaven van Eindhoven. Bart, al jaren vaste bezoeker van de marathon in Barcelona, Mario, Anja, Monique en Wim. De ene ziet er al wat meer uitgeslapen uit dan de andere.

Valiezen inchecken, oei te veel gewicht bij. Omstreeks 5h s'morgens een 0,5 liter rode bietensap naar binnen werken, een marathon vergt redelijk wat opofferingen dit is er ook zeker 1 van. Mario en Petra helpen ons uit de nood en alles kan ingecheckt worden.

In Barcelona aangekomen wensen we elkaar veel succes Bart en Mario slapen op een andere plaats dan de rest. Anja, Monique, ik (en onze trouwste supporters) hebben een appartement geboekt kort bij de startplaats. Eerst wat inkopen gedaan zodat we onze innerlijke mens kunnen versterken met de nodige koolhydraten. In de namiddag onze startnummer reeds gaan afhalen waar ook een sportbeurs aan de gang was. Hier kwamen we Mario en Petra weer tegen en spreken we af om een terrasje te doen. De niet lopers doen zich te goed aan een lekkere sangria, de rest houdt het sober.

Op zaterdag met de metro richting Ramblas waar we rustig rondkuieren met de nodige terrasjes. De lopers gaan in de namiddag terug naar het appartement om de benen te laten rusten en pasta te koken. Deze avond gebruiken de niet-lopers (Jan, Franky en Rachel) om een strak schema uit te werken om ons via verschillende metrolijnen aan te kunnen moedigen en proviand aan te geven. Als alles goed gaat zullen ze ons op 6 verschillende plaatsen op het parcours kunnen zien.

We slapen vlakbij Camp Nou waar Barcelona die avond een competitie match speelt. Sommigen kunnen blijkbaar goed onderhandelen en krijgen een gratis ticket aangeboden. Indien Jan (vriend Monique) mee aan de onderhandelingstafel over de Brexit zou zitten was Theresa May al lang klaar met haar huiswerk.

### **Zondag race day.**

Om 5h30 klinkt er al bedrijvigheid in de keuken: de ene zweert bij wit brood de rest bij havermout, straks weten we wat de beste keuze was. Na de nodige toiletbezoeken tegen 7h45 de metro in zodat we tijdig in het startvak staan.



Om 8h30 klinkt het startschot en mogen de snellere mensen (Bart) onder ons reeds van start. Nadien het startvak van Mario en nog wat later is ons vak aan de beurt en de eersten zijn op dat moment al 9 minuten onderweg dus eerste zullen we niet meer eindigen. Op km 30 komt Monique naast mij lopen en zegt met een smile " we gaan het halen Wim". De Wim voelt op dat moment dat hij het nog zwaar gaat krijgen en zijn gevoel zal ook uitkomen. Vanaf km 32 moet ik Monique en Anja stilletjes laten gaan. Naar het schijnt begint een marathon pas bij 30 km, waarom lopen we die kilometers vooraf dan eigenlijk vraag ik me af.

Ik zie voor mij dat ook Anja Monique moet laten gaan. Vanaf km 36 krijgt mijn tempo een serieus verval, waarom hebben ze die wegen ook zo heuvelachtig gemaakt. Slechte aannemers daar Michel, misschien is daar nog wel wat te verdienen. Eindelijk de laatste rechte lijn, verdorie dat is wel een heel lange rechte lijn. Ik wist niet dat een kilometer zo ver was.

Ik kijk op mijn horloge en zie dat er nog een tijd onder de 3h39 inzit maar dan mag ik niet meer te lang treuzelen. Mijn bovenbenen zijn volledig verzuurd en alles doet zeer.

Komaan Wim gedachten op iets anders en lopen flitst er door mijn hoofd. Oei een marathon duurt dus 42km en 195 meter, die laatste 195 meter had ik niet meer verwacht en de klok stopt

op 3h39m17s. Toch content dat ik de finish gehaald heb met een redelijk goed gevoel na mijn wisselvallige voorbereiding maar meer zat er nu gewoon niet in. Ook Anja heeft gedaan wat ze kon met een mooie tijd van 3h34. Monique heeft ons allen, en misschien ook wel zichzelf, verbaasd met haar chique tijd van 3h30.

Achteraf horen we van Mario dat hij ook 3h34 gelopen heeft en Bart zien we terug op de luchthaven en kwam op een tijd van 3h04 uit wat gezien zijn ziekte toch nog straf is, ook al dacht hij er zelf anders over. Op de luchthaven nog wat vertraging want blijkbaar was de luchthaven in Eindhoven gesloten wegens de storm, terwijl wij in Barcelona genoten van een stralend zonnetje en 20 graden. Gelukkig was dit niet nodig en zijn we met een uurtje vertraging toch vertrokken. De landing was wat hobbelig, volgens mij is die vlieger op een kasseiweg geland. Of kwam het door de wind?

Franky en Rachel waren zo vriendelijk om naar de auto te lopen en Anja en mij op te pikken aan de vertrekhal zodat wij bespaard bleven van die extra kilometer door de regen. Mij zou het in ieder geval niet meer gelukt zijn al lopend.

Ondertussen al plannen aan het smeden voor een revanche met de marathon, ik ben er nog niet klaar mee.

Groeten

Wim Verwaest.

#### **Resultaten:**

<b>Km</b>	<b>Bart</b>	<b>Monique</b>	<b>Mario</b>	<b>Anja</b>	<b>Wim</b>
<b>5</b>	20'32	25'15	23'24	24'57	24'57
<b>10</b>	41'01	49'49	46'13	49'35	49'38
<b>15</b>	1h02'05	1h14'11	1h09'35	1h14'09	1h14'10
<b>20</b>	1h23'43	1h39'02	1h33'17	1h39'03	1h39'03
<b>21.1</b>	1h28'16	1h44'17	1h38'42	1h44'19	1h44'19
<b>25</b>	1h44'42	2h03'24	1h57'20	2h03'25	2h03'25
<b>30</b>	2h06'24	2h28'28	2h22'30	2h28'28	2h28'28
<b>35</b>	2h29'14	2h53'59	2h49'46	2h54'35	2h54'52
<b>40</b>	2h53'37	3h19'36	3h20'38	3h22'43	3h25'40
<b>42.2</b>	3h04'08	3h30'31	3h34'11	3h34'59	3h39'20