

Trainings update

Omdat de wedstrijden nog vrij ver weg zijn , en het trainen momenteel op een laag pitje staat, is er vrij weinig te melden.

Afgelopen weken niet veel gelopen (2 - 3 keer per week).
Wel 2 keer per week gezwommen.

Ook de afgelopen twee zondagen met een groepje gefietst, en gisteren met de harde wind een tocht in de buurt van Bergen op Zoom gedaan.



Mooie tocht, met hierin een paar klimmetjes. Gemiddelde snelheid rond de 27KM / u.

Ben er nog niet helemaal uit of ik de ronde van Vlaanderen ga doen.

De afstand lijkt me nog te doen, maar de 16 hellingen weet ik niet of dat verstandig is 2 weken voor de Marathon van Rotterdam.

Volgens mij is er te weinig tijd om voldoende trainingskilometers te maken voor de 244KM onder de te verwachte omstandigheden.