

Training Zondag 19 Juli 2009

Vrijdag avond een feestje van de thuiszorg gehad. Het leek me daarom verstandiger de training van zaterdag ochtend te verzetten naar Zondag ochtend.

Ik ben gestart samen met Maaike, en na c.a. 5Kilometer draaide zij om, en ging ik alleen verder om mijn lange duurloop af te maken. In de buurt van het klooster kreeg ik een flinke regenbui. Gelukkig geen onweer, maar wel helemaal nat. Vooral mijn schoenen stonden vol met water, dus dat was niet zo prettig. Hierna werd het beter, en af en toe kwam de zon er door. Het liep verder erg goed, en weer in Rucphen aangekomen, drukte ik de Garmin af. Hij gaf 22,3KM aan. Dit is toch wat minder dan we altijd aangenomen hebben. Van te voren dachten we altijd dat dit rondje 23,5 KM was.