

Politie triathlon Spijkenisse

Afgelopen zaterdag na een periode van blessures eindelijk weer eens een wedstrijd. Het was de kwart triathlon van Spijkenisse. Michel ging ook mee, om deel te nemen aan de recreatie loop van 10KM.

Om kwart over 10 vertrokken we naar Spijkenisse. We kwamen ruim op tijd aan, en toen we in de wisselzone de spulletjes aan het klaarzetten waren, kwamen we ook Wanny tegen van de WBTV. Hij had een plaatsje vlak bij mij (stond nog een fiets tussen).

Volgens de organisatie was de watertemperatuur c.a. 22 graden, maar volgens mij was het een heel stuk kouder.

Zoals altijd heb ik achteraan plaatsgenomen, omdat zwemmen niet mijn sterkste onderdeel is. Om c.a. 12:20 klonk het startschot, en vertrok ik voor de 1KM zwemmen. De eerste paar honderd meter gingen vrij aardig. Ik voelde af en toe wel wat waterplanten etc. , maar dit was eigenlijk alleen in het begin. Het viel me trouwens op dat ik (alhoewel het water wat troebel was) toch de bodem kon zien.



Na een klein half uurtje afzien kon ik gelukkig het water uit, om aan de c.a. 42 KM fietsen te beginnen. In de wisselzone kwam ik Michel nog tegen, en in de verte zag ik Wanny al wegfietsen. Het fietsen begon heel erg lekker, wat achteraf kwam door de sterke wind in de rug. Tot halverwege hield ik 38KM/u gemiddeld aan. Hierna tegen de wind in, en dat was afzien.

Het lopen ging goed. Weinig last van mijn blessures, en ik heb de 10KM rustig uitgelopen. Onderweg nog wat mensen in kunnen halen, en het voelde goed. De tijd was slecht, maar toch had ik nog c.a. 30 man achter me kunnen laten.

Hans Schoonen Rucphen Nederland M RecrM 2:38:54