

## Planning

Gisteren bericht gekregen dat ik de 7e Mei geopereerd ga worden.

Hopelijk ben ik snel genoeg hersteld voor de halve triathlon van Leuven.

Daarna komen de leuke evenementen..triatlon Terheijden(1/4), Meer (1/8) Oud Gastel (1/3) en Antwerpen (1/2).

Tussendoor nog wat regionale hardloop wedstrijdjes mee pakken.

Als Antwerpen en Leuven goed bevallen, dan ga ik mogelijk de hele van Almere doen.

De weken voor mijn operatie wil ik vooral nog wat lange duurtrainingen doen (koppeltraining 90KM fietsen - 10KM hardlopen). Vanaf 30 April kan ik ook weer het buitenbad van Rucphen in.