

Ingeschreven voor de Celtman en de Swissman

Afgelopen week heb ik mezelf ingeschreven voor de **Celtman** - www.cxtri.com - en de **Swissman** - www.suixtri.com - extreme triathlons. Helaas wordt via een loterij beslist of er een startplaats beschikbaar is, dus voorlopig blijf ik nog even in spanning. Heb ondertussen al wel heel erg veel materiaal bekeken en gelezen over beide uitdagingen. De Celtman heeft nog steeds een lichte voorkeur, omdat deze de zwaarste uit de serie (waar ook de Norseman bijhoort) blijkt te zijn.



Nog ongeveer een week geduld, en zodra ik weet of ik uitgeloot ben, en voor welke wedstrijd kan ik de voorlopige planning al weer wat verder uit gaan werken voor volgend jaar. Als 1 van deze twee het wordt, ga ik de marathon van Spijkenisse en Rotterdam mogelijk vervangen door Trail's en/of ultra run's, in combinatie met een voorjaars klassieker of andere lange fietstocht.

Afgelopen week ging het trainen heel erg moeizaam. Ik had een flinke verkoudheid, en ook was het superdruk bij de klant, omdat 2 collega's met vakantie waren, en ik ook nog standby dienst had. Vooral de duurloop van afgelopen zaterdag (23K) was zwaar. Ik had al wel van te voren besloten om geen 30K te doen, omdat ik anders a.s. zondag tijdens de A4 run nog niet voldoende hersteld ben. Vanavond weer eens zwemmen, De rest van de week misschien nog een paar rustige korte duurloopjes, en dan zondag maar eens gaan kijken hoe het er allemaal bij staat.



Hopelijk is de verkoudheid helemaal over tegen zondag, zodat ik een wat betere tijd dan vorige week weg kan zetten op de halve marathon.