

Minder dan een week....

De weersvoorzichten zijn redelijk.

Vooruitzichten

Zacht en wisselvallig.

	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Zonneschijn (%)	20	20	30	30	10	0
Neerslagkans (%)	60	40	90	40	80	90
Neerslaghoeveelheid (mm)	1/2	0/1	4/6	0/1	1/9	1/5
Minimumtemperatuur (°C)	6	4/5	6/7	2/3	2/5	5/7
Middagtemperatuur (°C)	7	8/9	8/9	5/7	8/10	7/8
Windrichting	VAR	ZW	ZW	ZW	ZW	ZW
Windkracht (bft)	3	4	4	4	5	4

In ieder geval is de temperatuur goed. Of de rest gunstig uit gaat pakken, zal ik zondag pas weten denk ik. In 2011 was het in ieder geval een flinke modderpoel, en dus erg zwaar.

Van de andere kant kan ik heel erg slecht tegen de kou, omdat vooral de voeten en handen helemaal gevoelloos worden bij temperaturen zo rond het vriespunt. Vorige editie nog 2 weken last van gehad, dus voorlopig liever zo. Als het weer een zware editie wordt, heeft in ieder geval iedereen er last van.

Afgezien van het weer voel ik me prima. Mijn knie lijkt het vol te gaan houden, want gisteren nog een pittige 10K gedaan zonder problemen. De training van afgelopen zaterdag was minder prettig. Ik was de Rucphense bossen in gegaan om een paar uurtjes rustig te MTB'en, en op zich ging dit erg lekker. Lekker temperatuurtje, en op een gegeven moment kwam zelfs de zon er door. Op een bepaald moment een groepje van 5 en een groepje van twee ingehaald, en de KM'ers vlogen voorbij. Totdat ik aan op een gegeven moment 3 honden tegelijk achter me aan had hangen. 1 hele grote zwarte hond, met gelukkig een muilkorf op, + 1 Mechelse herder en nog een wat kleinere hond. De mechelse herder was de agressiefste van het stel, en die sprong constnt tegen me op, flink blaffend en grommend. De grote zwarte sprong me ook een keer bijna van mijn fiets, maar omdat hij niet kon bijten met een muilkorf was ik daar minder bang van. Omdat ik op dat moment midden in de bossen zat, besloot ik gewoon zo hard mogelijk door te fietsen. Toch heeft het minimaal 10 minuten geduurd voordat ik een stukje asfalt tegen kwam. Eenmaal op het asfalt aangezet, en zo hard mogelijk gefietst. Toen werd ik na een paar honderd meter met rust gelaten.

Flink schrikken dus. Ik twijfelde zelfs of ik nog een ronde zou doen, want ik was heel erg bang om deze honden weer tegen te komen. Gelukkig niet meer gezien, Wel nog een paar gewone loslopende honden, met baasje in de buurt, maar dat is tegenwoordig al vrij normaal.....

Ondanks de verbodsborden laat praktisch iedereen zijn hond loslopen in dit gebied, en dat maakt het er niet prettiger op. Dus vanochtend maar even aangifte gedaan, en hopelijk wordt deze overlast binnenkort minder. Vorige week ook al een keer bijna van mijn fiets, omdat er twee honden losliepen op een singletrack stuk. Die eigenaar heb ik wel (op een vriendelijke manier) verteld dat het erg gevaarlijk was omdat dit een MTB route is, en hij leek het te begrijpen.

Nu deze week weer meer rusten. Minder trainen, en ook minder werken want afgelopen week was weer vrij heftisch in verband met de standby en geplande werkzaamheden.

Al met al een goed gevoel voor a.s. zondag! Heb (veel) minder getraind dan vorige keer, maar in verhouding wel meer MTB kilometers gemaakt. En deze keer start ik met een betere fiets, dus als de rest ook een beetje meezit, dan moet een nieuw PR er wel in zitten. Maar met een finish ben ik al weer uiterst tevreden.