# Mooie trail

Zo...de eerste "wedstrijd" van dit jaar zit er op. Het was een eindje rijden, maar het was zeker de moeite waard. Gelukkig viel het weer ook een beetje mee, en de verwachtte hoosbuien en storm bleven gelukkig achterwege tot ik gefinished was. Het bleef niet helemaal droog, maar normale regen maakt eigenlijk voor mij niet zoveel uit. Gewoon een regenjasje aan, en lekker rennen door de bossen. Alleen op de open stukken is het af en toe vervelend wanneer je tegen de wind in loopt, en de regen recht in je gezicht komt...

Jan en ik arriveerden zowat als eerste deelnemers bij de start (iets wat Jan ook daarna bij de finish herhaalde :-) ), en dan merk je weer hoe relaxed het er op een trail aan toe gaat. Iedereen staat vrij ontspannen te wachten totdat het tijd is om te vertrekken, en dan worden we een voor een ingescand, en kan de tocht beginnen.

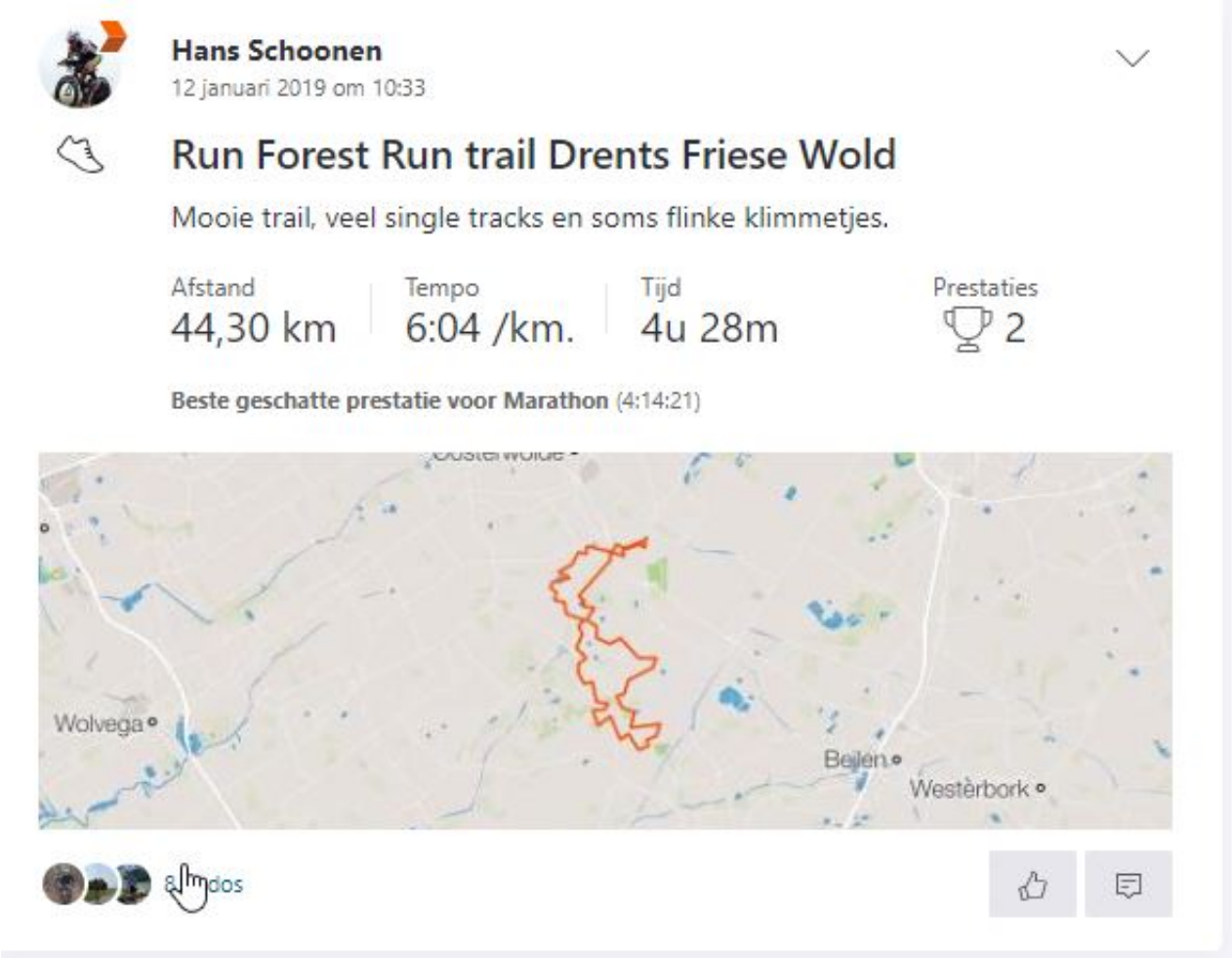
Geen geduw...geen getrek...gewoon rustig vertrekken en samen de bossen in. Tja...wat zal ik doen... Het blijft natuurlijk een flink stuk 45KM, en over een paar weken is de Dusk till Dawn al, en daar moet dit als training voor dienen Dus.. sowieso proberen horizontaal te blijven, en dus niet struikelen, want dat overkomt mij nogal eens.

Al bijna gelijk komen de singletracks, en op 1 of andere manier gaat dan automatisch de snelheid omhoog. Na een paar kilometer kijk ik op mijn horloge, en zie dat ik sneller ga dan gepland, maar besluit nog een tijdje zo door te gaan, en dat ik dan later de prijs maar moet gaan betalen, want ik vind het veel te leuk.

Mooie tracks, mooie meertjes, spaanse koeien, schapen, slingerpaadjes, heuveltjes, diepe plassen, modder, zandvlaktes...alles zit er in. Ik heb mijn Gramin Etrix bij me, maar deze kan gelukkig het grootste gedeelte in mijn racevest blijven zitten, want alles is weer perfect aangegeven. 1 keer twijfel ik een beetje, maar er blijkt in de verte een lintje op de grond te liggen. deze even snel opgehangen, en weer verder. Ook staan er verzorgingsposten, maar omdat ik alles bij heb, hoef ik alleen bij de laatste even te stoppen. Even 4 berkertjes cola weg gewerkt, maar dat was denk ik 1 beker te veel...

Even later...precies midden op de hei kreeg ik wat buik krampen, en besloot ik even te wandelen tot het zakte. Gelukkig was het daarna over, maar ja...eenmaal een stukje gewandeld ben je toch uit je ritme. Even later een erg glibberig stuk , en ook daar maar even gewandeld, want hier lieten mijn trail schoenen qua grip flink verstek gaan...

Dus de snelheid was er nu volledig uit, maar dat kon me niets schelen, omdat ik al een heel stuk sneller dan gepland zou gaan finishen. Daarna terug de bossen in, en...de dip was weg, uiteraard omdat ik wist dat de finish ook niet lang meer zou duren. Nog een fikse klim, en niet veel later de finish...




4 en half uur over 45KM gedaan, dus ik ben zeer tevreden. Sylvia kwam een paar minuten na mij

binnen, dus wij hebben elkaar net gemist bij de finish. Jan was als eerste overall binnen gekomen, en had er een uur korter over gedaan!!!

Daarna gedoucht, en nog een bak koffie gedronken, en weer naar huis...

Dat was dus de eerste trail die ik met mijn nieuwe Garmin heb gelopen, en ben er zeer tevreden over. Goed af te lezen, en eenvoudig te bedienen. Alleen de hartslag meter op de pols is veel te onnauwkeurig, dus volgende keer de externe HSM aan doen. En....de Garmin app gaf aan dat ik 130 verdiepingen genomen had, dus ook daar rammelt het een beetje, maar die info komt mogelijk uit mijn telefoon zelf...