

BUT100

Nog ongeveer 11 weken voor de volgende uitdaging, mijn A-wedstrijd voor dit jaar...de run van Winschoten. Het herstel na het Petranpad ging alvast goed, en alhoewel ik de twee dagen daarna verschrikkelijke spierpijn had, heb ik toch vrij snel de trainingen weer op kunnen pakken.

Omdat het in het verleden juist dan een paar keer fout gegaan is, probeerde ik deze keer wel voorzichtiger te zijn, en dus nog niet te ver of te snel tijdens de trainingen.

Dus na een paar weken relatieve rust, heb ik ondertussen de draad weer terug op gepakt. Ook zorgden misschien de laatste restjes Moderna nog voor wat extra moeheid....Sinds deze week gaan de trainingen weer een stuk beter, dus kan ik me weer voorbereiden op het volgende doel.

Jan had nog een paar leuke uitdagingen gevonden, en na goedkering van Maaike me ingeschreven voor de Brabantse Ultra Trail (BUT100)

Een unieke Ultra Trail, waarbij je de mooiste padjes over de prachtige Groote Heide in Brabant loopt. Met 2 unieke routes van ieder ongeveer 50km die je achterelkaar loopt (los) of ineens (100km). Er zijn veel afwisselende paden, zand, bossen en vooral veel uitgestrekte natuur, die af en toe aangevuld wordt door het verschijnen van wilde dieren. Deze Unieke Ultra Trail kun je als liefhebber niet missen.

Dus er staat weer iets leuks op de agenda, en ik denk dat het ook een hele goede voorbereiding op de run van Winschoten is.

Hans - Triathlon's en ultra's

Verslagen van mijn wedstrijden en voorbereidingen.....

<https://triathlon.ict-oke.com>



Brabantse Ultra Trail (BUT100)