# Drukke weken

Afgelopen weken gaat het trainen niet echt lekker.

Ik merk dat de vele uren (inclusief reistijd c.a. 55 per week) werk in Belgie, en de implementatie van het project in Alphen a.d. Rijn in de avonduren en weekend alles bij elkaar voor veel te weinig rust zorgen.

Vooral afgelopen week kom ik nauwelijks aan 5 uur slaap per dag. Ook wat spanning rondom een onderzoek bij Maaike gisteren in het Sint Fr. ZKH in Roosendaal (waarvan de uitslag gelukkig mee lijkt te vallen) deed niet veel goed.

Hopelijk vanaf volgende week weer wat gas terug nemen, zodat ik me weer wat prettiger ga voelen tijdens en buiten de trainingen. Voorlopig heb ik al een paar weken last van een flinke hoofdpijn, die begint om een uur of 9, en soms vrijwel de gehele dag duurt.

Vanavond ga ik proberen een uurtje te fietsen.

Daarna moet de inproductiename voor VTL gedaan worden, en als dit meezit dan komt dit project in de afrondende fase.