

MTR2012

De monstertijdrit is een fenomeen wat al 26 jaar bestaat, waarvan ik mijn grijze verleden gehoord had via de schaatsclub waar ik lid van was. Het concept is vrij overzichtelijk, het betreft een afstand van 122,5 km, die alleen afgelegd dient te worden op een fiets, door de Flevopolder en dat in een zo kort mogelijke tijd. Ik kwam het fenomeen vorig jaar weer tegen op internet en ben mijn fietsmaten gaan enthousiasmeren voor dit avontuur. Aanvankelijk met weinig succes (ik werd voornamelijk voor gek versleten), maar mijn zwager hapte wel snel toe. Daarna kon zijn zus natuurlijk niet achterblijven, en een dorpsgenoot wilde toen niet alleen achterblijven op zondagochtend bij ons fietsclubje.

Uiteindelijk zijn wij dus ingeschreven met 4 deelnemers, Linda Krikke, mijn eega, Geert Krikke, haar broer, Vincent Koeckhoven, een fietsmaat uit Kamerik en ik natuurlijk. Wij zijn allen tourfietsers, waar alleen ik enige competitie-ervaring heb in een ver verleden (hoewel we iedere zondagochtend natuurlijk zeer competitief zijn!). We fietsen zondagochtend voor de gezelligheid en proberen minimaal nog een tweede keer in de week te fietsen, wat bij uitzondering ook lukt (dit alles bij het ongeorganiseerde verband "de fietsband Linschoten" en het zo mogelijk nog minder georganiseerde verband "Vino en Velo club Kamerik"). Normaal is ons belangrijkste hoofddoel een mooie vakantie in de Alpen, Dolomieten of Pyreneeën waar Vino en Velo strijden om voorrang, maar fietsen toch vooral de belangrijkste bijzaak is. Maar we wilden eens iets anders...



Vorbereitung, of het gebrek daar aan?

We hadden ons goed voorbereid, door te proberen veel kilometers te fietsen, wat ten dele gelukt was. Daarnaast hadden we kekke ligstuurtjes aangeschaft, wat tijdwinst moest opleveren, iedere seconde die je kan kopen hoeft tenslotte niet te trainen. Banden die er slecht uitzagen (of aan het zelfvertrouwen knaagden) werden ook vervangen. En ik heb zelfs m'n helm afgeplakt met tape (zou theoretisch een minuut winst opleveren). Voor verdere investeringen vonden we de euro per seconde ratio toch wat hoog. Echter, tegenslag teisterde ons team. Geert moest uitvallen met een nekblessure wat ons team in omvang danig reduceerde. Daarnaast stond ook mijn eigen deelname op het spel, aangezien ik tot woensdag met een stevige griep thuis zat, wat afbreuk deed aan trainingskilometers, zelfvertrouwen en vorm. Aan de andere kant, ik fiets al ruim 30 jaar en zo een lange voorbereiding kan niet in één week teniet worden gedaan. Na

een korte rit zaterdag om te testen of het lichaam al weer belastbaar was besloot ik om toch vol goede moed af te reizen.

De ochtend voor vertrek ontdekte ik wel behoorlijke stressmomenten bij mijn medestrijders 's morgens aan de koffietafel, er werd veel gegiebed, naar de wc gelopen, van alles gevraagd over technische afstellingen van de fiets en wie-wat-wanneer ging eten onderweg. Ook hadden ze niet helemaal rustig geslapen. Ik heb al enige (verouderde) ervaring in tijdritten via schaatsverenigingen en triatlons. Voor Linda en Vincent was dit de eerste tijdrit van hun leven, en dan is meteen de langste van Nederland starten natuurlijk een gegronde reden voor onzekerheid. We werden deze dag vergezeld door Esmee, dochter van Vincent. Zij zou bidons uitreiken aan een ieder en ons geestelijk ondersteunen.

Onzekerheid op de plaats van bestemming...

Aangekomen op de plaats van bestemming werd ook ik toch wat onzeker. We zagen allerlei auto's met buitenlandse kentekenplaten waar fietsen uit kwamen die wij alleen van plaatjes kennen. Esmee vroeg, na een snelle blik hierop geworpen te hebben, onzeker wie bedacht had dat wij hier gingen meedoen. Woorden als "out of our league" vielen. Uiteraard gingen alle beschuldigende vingers naar mij en ook ik begon enigszins te twijfelen... Schijnbaar was het evenement toch anders van opzet dan ingeschat want schaatsers die gewoon een rondje fietsen hebben normaal gesproken dat materiaal niet, en komen zeker niet voor een groot deel uit België. Maar twijfel maakte gelukkig snel plaats voor stress en dankzij een goede tunnelvisie had ik geen aandacht meer voor mijn omgeving. We moesten trouwens ook door voor de start, iedereen had een startnummer gekregen op basis van geschatte eindtijd, dus wij startten nogal vooraan. Van de 120 deelnemers mocht Vincent als 5^e starten, Linda als 7^e en ik als 21^e (geschatte eindtijd respectievelijk: 4:00, 3:59 en 3:35), dus des morgens even voor 10:35 begaven we ons naar de start.

Ronde 1, lekker hoor!

Na Vincent en Linda uitgezwaaid te hebben begaf ik me op het aangegeven moment naar de start. Direct na de start vroeg ik me af hoe je een tijdrit van 122 km opbouwt en besepte dat dat iets is waar ik totaal geen ervaring mee heb. Ook geen hartslagmeter als hulp. Gelukkig laat ik me nooit hinderen door gebrek aan voorbereiding... Lange tochten genoeg gemaakt, maar daar heb je altijd tijd om even bij te komen bij een kop koffie of achter een brede rug. Dit bedenkend keek ik op mijn teller en zag dat ik inmiddels al ruim 48 km/h reed, aangedreven door stress en opwinding. Snel liet ik het tempo zakken, dat kon niet goed zijn. Al zoekend naar de juiste cadans kwam ik toch in een mooi ritme voor het eerste rechte stuk. Twaalf kilometer voor de wind! Aan het eind van dit rechte stuk de eerste twee deelnemers ingehaald, dus dat ging goed. Daarna na 8 km zijwind, gevolgd door 12 kilometer tegenwind en na de eerste ronde een gemiddelde van 35,4 km/u op de teller. Ik voelde me nog goed, dus de opbouw leek goed te zijn. Linda en Vincent had ik nog niet ingehaald of in zicht, wat betekende dat ze het ook mooi volgens plan reden.

Ronde 2, plastic banjo's

Tweede ronde leidde tot een volledig nieuwe ervaring. De wind was inmiddels toegenomen, en ik voelde me top. Op mijn teller stond voor de wind 48,4 km/h en dat leek mij een buitengewone prestatie. Echter op een zeker moment hoorde ik een zwaar gebrom achter me. Het bleek het geluid van een dicht wiel met hard carbon frame te zijn (door Geert ook wel "Plastic Banjo's" genoemd, ik begrijp nu waarom!). Op het moment dat ik wilde omkijken zag ik al een rijder schuin voor me, en voor ik me kon bedenken dat ik wellicht en passant een paar seconde gebruik kon maken van zijn rijwind was hij al zo ver voor me dat dat al reeds nutteloos was. Ik dacht toch echt dat ik een stukje kon fietsen... Al rekenend bedacht ik dat net na mijn doorkomst de echt snelle mannen starten. En echt snel waren ze dus. Dit fenomeen overkwam me nog een paar keer. Goed voor de nederigheid! Het einde van het tegenwindse stuk leidde tot een mooie toevalligheid. Linda haalde net Vincent in toen ik haar inhaalde. We hebben even wat ervaringen uitgewisseld, en daarna ieder toch weer zijn weegs gegaan. De tweede ronde volbracht ik met een gemiddelde van 34,78 km/u. Zo doorgaand zou ik onder mijn doeltijd uitkomen! Kort na de finishlijn van de tweede ronde nog een bidon van Esmee aangepakt en vol goede moed stuurde ik voor de derde keer het voor de windse rak in.

Ronde 3, tja...

Het kwam als sluipmoordenaar, ik had twee ronden voor het gevoel met de rem er op gereden en dan toch... De benen waren ineens leeg, stijf en er zat weinig pit meer in. Dan weet je hoe laat het is. Tijd om te herstellen is er niet, er rest slechts één optie, verstand op nul, sensoren uitschakelen en schade beperken. Voor de wind heb ik alles nog gegeten wat er aan boord was en getracht enigszins te herstellen. Helaas, alle voortekenen klopten, ik ging helemaal stuk in de laatste 15 kilometers. Ik weet trouwens niet wat erger was, de lege benen of het zadel waarvan ik niet wist hoe ik erop moest gaan zitten. Twaalf kilometer is dan héél lang. Na 25 keer verzitten toch maar besloten de stabiele houding in het ligstuur aan te nemen en gewoon doortrappen. Er was één geluk, ik passeerde een rijdstster die kramp uit de benen stond te rekken. Ze stapte net weer op de fiets en binnen de mogelijkheden van een tijdritleg hebben we elkaar geprobeerd te ondersteunen. De snelheid op de teller daalde af en toe tot 25 km/u. Maar gelukkig na heel lang aftellen kwam dan toch de finish in zicht. Mijn medestrijdster kwam nog een keer langs en moedigde me nog een keer aan. Dat had ik nodig en ik laadde me nog een keer op. Ik nam me voor haar niet meer voorsprong te geven dan de 50 meter die ze op dat moment had (stel dat ze 1 minuut voor me was gestart dan wilde ik het hier niet verliezen). Op het tandvlees lukte dat. Bij de streep stond Esmee me aan te moedigen en ik bolde over de streep. Pas toen ik afstapte voelde ik hoe kapot ik was.

Ik was nauwelijks van de inspanning bekomen of ik zag Linda over de streep rollen. Dat moest betekenen dat ze een hele goede laatste ronde had gereden! En daarmee ruim onder haar doel uitgekomen, 3:54:59! Zowaar een super prestatie, gemiddeld 31,3 km/u. En nog eens 7 minuten later kwam Vincent binnen in 4:02, gemiddeld 30,4 km/u. Waar hij als doel had gesteld sneller te rijden dan 30 km/u, dus hij ook binnen de gestelde targets. Vincent had wel dezelfde ervaring als ik in de laatste ronde, helemaal stuk!

Resultaat:

Eindtijd: 3:35:20, dus uiteindelijk 20 seconden langzamer dan het initiële doel. Laatste ronde gemiddeld 32,4 en totaal gemiddeld 34,2 km/h. Uiteindelijk, zeker gezien de griep tot halverwege de week, toch tevreden. Besloot wel dat als ik dit nog een keer doe ik meer lange ritten zal rijden om die laatste ronde goed op te vangen!

Uiteindelijk in dit veld met 110 gestarte en 102 gefinishte renners zijn we als 74^{ste}, 97^{ste} en 101^{ste} geëindigd en zeer content met dit resultaat.

Nr	Naam	Ronde 1	Ronde 2	Ronde 3	Eindtijd
74	Ard van Straten	1:09:11	1:10:28	1:15:41	3:35:20
97	Linda Krikke	1:17:24	1:18:09	1:19:25	3:54:59
101	Vincent Koeckhoven	1:17:59	1:20:32	1:23:34	4:02:06

We hebben nog wel wat hersteltijd nodig gehad en de volgende dag op mijn werk was zwaar. Maar het was een unieke ervaring die voor herhaling vatbaar is. En Linda, die altijd een vies gezicht trok bij de woorden "wedstrijd", "tijdritleg", "ligstuur" en al het andere wat op competitie lijkt zag ik van de week geïnteresseerd kijken op de site tijdrijden.nl en op marktplaats kijken naar tijdritlegfietsjes. Wie weet wordt het dus nog eens wat met ons.

Ard van Straten