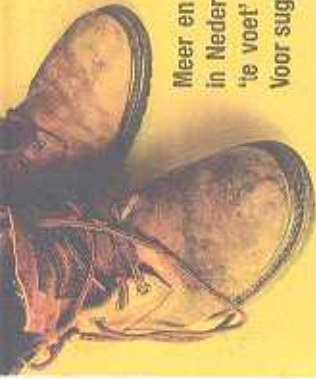


wandelsport



Meer en meer wandelaars lopen georganiseerde tochten. Voor de aanspraak, voor de sport, voor de gezelligheid. Hoe populair de wandelsport is in Nederland blijkt wel uit het feit dat organisatoren van wandelsporttochten steeds vaker een limiet moeten stellen aan het aantal deelnemers. 'Je voet' geeft op deze wandelsportpagina het woord aan wandelaars en andere deskundigen en behandelt zaken die de wandelsporter aangaan. Voor suggesties of nieuws mail naar: redactie@wandelkrant.nl, onder vermelding van 'Wandelsportpagina'

Trynitsje Dijkstra

Wandelcoryfeeën (13)

Huib verlegt zijn grenzen voor Kika

Nederland wandelsportland kent legio coryfeeën. Wandelaars die door de jaren heen hun voetsporen hebben verdiend. Zoals Huib van Broekhoven uit Dirksland. Als wedstrijdloper bekend op de lange afstanden en altijd op zoek naar nieuwe uitdagingen. Eind maart begin, april loopt hij met langeafstandslouster Annie van der Meer in achttien dagen Nederland rond. 1200 kilometer voor de Stichting Kinderen Kanker vrij (Kika). Doorzetten, daar gaat het om.

'Ik was 25 kilo zwaarder dan nu en rookte drie pakjes zware shag in de week', vertelt Huib van Broekhoven (46) over het moment waarop hij begon met wandelen. 'Een collega van me ging de Omloop doen. Vanaf

Ik was 25 kilo zwaarder dan nu en rookte drie pakjes zware shag in de week

het havenhoofd in Middelhamis keek ik altijd en eigenlijk wilde ik best een keer meedoen. 'Een mijn collega 'm ongetrond nilliep, heb ik me ook ingeschreven. In 1995 liep ik de Omloop voor het eerst en ik ben niet meer met wandelen gestopt. Ik ging steeds langere tochten lopen en steeds meer. Ook mijn vrouw en



ze een half-
uur. Als je
het niet strak
plant, kom je rust
tekort en raak je
geïrriteerd', weet de
ervaren wandelaar. De
voorbereiding bestaat ver-
der uit het controleren van
de route. 'We willen zoveel
mogelijk weten of de route
duidelijk bewegwijzerd is
en of de rustpunten klop-
pen. Zoeken kost tijd.'

**Veertien uur
per dag lopen**

Lopend geld verdie-
nen. Van Broekhoven:
'Ons straalbedrag is

ronke drie pakjes zware shag in de week, vertelt Huib van Broekhoven (46) over het moment waarop hij begon met wandelen. 'Een collega van me ging de Omloop doen. Vanaf

Ik was 25 kilo zwaarder dan nu en rookte drie pakjes zware shag in de week

het havenhoofd in Middelbarnis keek ik altijd en eigenlijk wilde ik best een keer meedoen. Toen mijn collega 'm ongetraind uithiep, heb ik me ook ingeschreven. In 1995 liep ik de Omloop voor het eerst en ik ben niet meer met wandelen gestopt. Ik ging steeds langere tochten lopen en steeds meer. Ook mijn vrouw en twee kinderen raakten verslaafd aan het wandelen.'

Trainer deed de magazijnmedewerker aanvankelijk op zijn werkschoenen van zijn huis in Dirksland naar de bouwmaterialenhandel in Middelbarnis waar hij werkt. Een en terug zo'n vijftien kilometer. De Omloop van Goere-Overflakke is een prestatietocht van 110 kilometer binnen 24 uur. Na de eerste keer wilde Van Broekhoven nooit meer. De tocht was zwaar: groten deels onverhard, over dijken en het strand. Maar toen hij het jaar erop de inschrijfpapieren kreeg, begon het te kriebelen. 'Tiet is de uitdaging', verklaart hij. 'Mensen zaden tegen me: "Dat gaat je niet lukken." En ik heb het toch gehaald.' De omloop leeft enorm op het eiland. Inmiddels hoort hij bij de vaste kern van deelnemers.

Hoger tempo

Tiet wandelwereldje spreekt de Dirkslander aan en hij heeft meer redenen om te wandelen. 'Ik geniet van de omgeving en je komt in plaat-



Annie van der Meer

sen waar je anders nooit zou komen, vertelt hij. 'En het sportieve element is leuk.' Doordat hij het tempo goed aankam, kwam hij al snel in de voorste gelederen met een ander type wandelaar in aanraking. 'Mensen die met een hoger tempo lopen, omdat de lange alsjanden anders te lang duren.' Van het één rolde hij in het ander. Nu loopt hij regelmatig wedstrijden en tochten van 150 of meer kilometer zoals Amsterdam-Leeuwarden, Nijmegen-Rotterdam of de Engelse Centurion.

Rondwandeling van 220 kilometer

Zo'n tien keer per jaar loopt hij tochten van honderd kilometer of meer. Om zijn grenzen opnieuw te verleggen, zette hij in 2006 een tocht van 220 kilometer uit: een rondwandeling vanuit Dirksland over de Hoekse Waard en Voornse Putteren. 'Die heb ik non-stop gelopen met



om de acht à negen uur een post met eten en drinken. Dat was heel apart. Vorig jaar heb ik de tocht met vier anderen opnieuw gedaan.' Inmiddels

Het tweetal loopt iedere dag van 6.00 tot 20.00 uur

is hij druk met de voorbereidingen voor een nieuw project: 1200 kilometer in achtien dagen, waarvan twee rustdagen. 'Ik las over de Ronde van Nederland van het fietsplatform en dat leek me wel wat, omdat het geasialiceerd is.'

Van Broekhoven is een man van daden. Sinds zijn idee in mei 2007 praat hij erover met andere wandelaars. Enkelon bieden aan een website voor hem bij te houden; want al gauw ontstaat ook het plan de tocht te vollengren voor het goede doel. 'Ik heb voor Kika gekozen, omdat ik deze vreselijke ziekte ken

in mijn familie en in de wandelsport; bij kinderen is het dus te erger', aldus de wandelsportster. De 60-jarige coryfee Annie van der Meer (te voet nummer 9, december 2007) vraagt hij om mee te lopen. Ze kennen elkaar al lang. De echtgenoten verzorgen de stops en de overnachtingen, elk met een camper. Iedere dag lopen er twee tot vijf gastlopers met het duo mee. 'Om de gespreksstof op te vijzelen en om ons erdoorheen te praten als dat nodig is.'

Veertien uur per dag lopen

De tocht vergt een goede voorbereiding en strakke planning. De route is opgedeeld in stukken van circa tachtig kilometer; met begin en eind telkens op maximaal een kwartier van een camping. Het tweetal loopt iedere dag van 6.00 tot 20.00 uur, met om de één à anderhalf uur een rustpost en eenmaal per dag rusten

uur. 'Als je het niet strak plant, kom je rust tekort en raak je getripteerd', weet de ervaren wandelaar. De voorbereiding bestaat verder uit het controleren van de route. 'We willen zoveel mogelijk weten of de route duidelijk bewegwijzerd is en of de rustpunten kloppen. Zoeken kost tijd.'

Veertien uur per dag lopen

Lopend geld verdienen. Van Broekhoven: 'Ons streefbedrag is tienduizend euro. Daarvoor hebben we gecollecteerd, werven we sponsoren

en proberen we zoveel mogelijk te organiseren met giften. We kampen gratis en we krijgen boodschappen van een supermarkt. Iedere euro is er één.'

'De laatste dag lopen we 45 kilometer en hopen we dat zoveel mogelijk mensen vanaf Walcheren met ons meelopen naar de finish. We starten dan om 10.00 uur. Als ze zich vooraf aanmelden en vijftien euro doneren voor Kika, krijgen ze de hele route verzorging en aan het eind een oorkonde.' Voor Van Broekhoven en

Van der Meer zou het een bijzondere afsluiting zijn. Hun uitzonderlijke tocht start op maandag 24 maart bij de VVV in Ouddorp en eindigt hier op 10 april. Wie de twee wandelaars op de voet wil volgen kijkt op www.stappenvoorkika.nl of doet mee die laatste dag.