

# Dertig kilometer, alles wind tegen

Voor zelfkastijders was er zondag de Afsluitdijkrun. Den Oever-Zurich, 30 ijskoude kilometers hardlopen tegen de wind in. Iwan Kamminga (in korte broek) en Jan Stuursma wonnen.

PETER VAN DER MEEREN

**O**f-ie misschien ook omgedraaid kan worden? Lopen van Zurich naar Den Oever, weliswaar bij een gevoelstemperatuur van ruim onder het vriespunt, maar wel 'lekker' de snijdende noordoostenwind in de rug.

Nee dus. De tweede Afsluitdijkrun blijft zoals-ie is uitgeschreven. Van Noord-Holland naar Friesland, over het fietspad. Alles wind tegen. Of toch niet: de laatste 250 meter kan, richting het wegrestaurant, worden afgelegd met zijwind. Een weldaad na de bijna 30 kilometer tegen de harde wind in, waarbij het voor de 210 deelnemers (90 blijven weg, kennelijk te koud) noodzakelijk is om groepen te vormen. 'Bussen', zoals wielrenners dat doen in bergetappes.

Zie ze staan, aan de start bij de viskraam op de parkeerplaats in Den Oever. Flink ingepakte atleten, allemaal met muts en handschoenen. Enkelen dragen rugzakken met drank en eten, alsof ze op weg zijn naar de Noordpool.

Wat een contrast met Iwan Kamminga, een van de favorieten. De 34-jarige atleet uit Nieuwe Pekela, trainend op schema's van Jelle Luinstra uit Dronrijp, staat - alsof het de gewoonste zaak van de wereld is - in korte broek te wachten op het startsein. Geen muts.

Dat laatste geldt ook voor Jan Stuursma, nog zo'n sterke loper die onder begeleiding van Liontas-trainer Luinstra richting de nationale top dendert. De 26-jarige atleet uit Sappemeer won zaterdag nog de halve marathon van Haren, in de puike tijd van 1 uur en 16 minuten.

Het unieke karakter van de Afsluitdijkrun heeft deze toppers de kou ingedreven. „Dit is natuurlijk heel speciaal”, aldus de Groningers. Ze zijn in gezelschap van onder andere ruim 60 Friezen, 85 Noord-Hollanders, 60 Groningers en 2 Duitsers.

Jan Verwoert is een van de bedenkers van de loop, die vorig jaar via Twitter begon 'te leven'. „Eén tweet was voldoende om honderd mensen aan de start te krijgen”, aldus de inwoner van Midwolda. „Zo gaat dat vaker. Ik ben zelf onlangs bij een Limburgse 'twitterloop' geweest. Prachtig mooi.”

De eerste Afsluitdijkrun werd een daverend succes. Het schreeuwt om een vervolg. Verwoert („Ik ben een perfectionist”) en zijn medewerkers laten niets aan het toeval over. De deelnemers betalen elk 10 euro, bij 300 aanmeldingen wordt 'stop' gezegd.



Bikkelen op de Afsluitdijk. In korte broek Iwan Kamminga, samen met de hier bijna niet zichtbare Jan Stuursma winnaar van de loop over 30 kilometer. FOTO HENK JAN DIJKS

Het merendeel van het geld is gebruikt om zes autobussen te huren. Daarmee worden de lopers van Zurich naar de start vervoerd.

O ja, en er is een 'bezembus', geen overbodige luxe onder deze uiterst kille omstandigheden. „Eén voordeel met dit weer: je ziet verder geen hond op het fietspad”, zegt Verwoert, die zelf ook de elementen trotseert en finisht in 2.29.

Hij zegt soepel te zullen omgaan met de vastgestelde tijdregels. Alle lopers moeten de eerste 10 kilometer binnen een uur hebben gelopen en de volgende 5 in een half uur. „Maar met deze wind zal iedereen minder snel gaan.”

Dat klopt. Zelfs Iwan 'de Ver-

schrikkelijke' en Jan Stuursma moeten een stapje terug doen. „Nog geen 15 kilometer per uur”, aldus Kamminga. Hij krijgt onderweg last van zijn oog. „De kou sloeg erop, ik zag er nauwelijks meer wat mee.” Eerlijk is eerlijk: „Ik had beter een lange broek kunnen aandoen.”

Hoe dan ook weten hij en Stuursma („Op zo'n parcours kun je in elk geval niet verdwalen”) in de laatste kilometers Robert Parinussa uit Weesp af te schudden. Zonder erover te praten, besluiten de Groningers zij en zij over de finish te komen, 2 uur, 7 minuten en 7 seconden na de start.

Ze deden dit eenmaal eerder, de-

ze winter in Gorredijk. „Het is voor ons een training, dan kan het. In een wedstrijd zullen we er denk ik om knokken”, zegt Kamminga. „Wel en unieke training, mooi werk.” Stuursma: „Deze loop was zwaarder dan een marathon.”

Stuursma wil over twee weken pieken, tijdens het NK halve marathon in Venlo. In mei gaat hij met Kamminga voor een marathon naar Hannover. „Daar willen we 3,25 minuut per kilometer lopen.” Ter vergelijk: door de koude tegenwind komen ze op de Afsluitdijk tot 4,10 minuut per 1000 meter.

Het duo (door de zege een arrangement voor een sauna-beautyboerderij rijker alsmede een

cheque van 50 euro) heeft er alle vertrouwen in. Kamminga: „Sinds we op schema's van Jelle trainen gaan we met sprongen vooruit. Door hem lopen we nu gestructureerd.” Stuursma: „Ik loop het ene p.r. na het andere.”

Een uur en twintig minuten na de winnaars komt de laatste loper over de meet. Hij wel. Verwoert heeft 16 uitvallers genoteerd. De ambulance is dan al op weg naar Sneek. Een atlete uit Heemstede wordt na de finish onwel en wordt met onderkoelingsverschijnselen naar het ziekenhuis vervoerd.

Meer atletiek (onder andere de Merenloop in Grou) op pagina 16.