

## 8 e Internationale Sprintdriekamp

Al weer voor de 8e keer waren we zaterdag in Veenendaal voor de jaarlijkse snelwandeldag. Na een volledig verregende vrijdag zag het er zaterdagmorgen opnieuw niet goed uit. De regen viel met bakken uit de hemel. De voorspellingen spraken elkaar een beetje tegen met betrekking tot de kans op verbetering. Gelukkig lieten de deelnemers zich niet afschrikken en was er slechts 1 afmelding. Bovendien kregen we vanaf 9.30 u. ook af en toe droge periodes. Bij de clinic deelden Victor Mennen en ik de groep weer in tweeën. De deelnemers aan de eerste serie gingen mee met Victor en de deelnemers uit de tweede serie gingen met mij mee. Victor gaf zijn pupillen weer een hoop tips en aanwijzingen mee, die ze goed konden gebruiken bij de wedstrijden later op de dag. Zelf gaf ik aan mijn pupillen vooral een warming up, zodat ze klaar waren voor de hoge snelheden die ze later op de dag zouden ontwikkelen.

Na een korte pauze was het tijd voor de wedstrijden. Dit jaar hadden we de zwaarste editie: 3000 m, 1000 m en 2000 m. Van 2013 wisten we nog dat voor sommigen de 2000 m als derde afstand net iets te lang is. Het weer werkte redelijk mee. De vlaggen bleven naar beneden hangen, wat het teken is van weinig wind, en het bleef tijdens de meeste races droog of bijna droog. Alleen de eerste serie 2000 m was heel erg nat. Qua temperatuur (16 graden) kon je spreken van een prima temperatuur. De resultaten waren er naar. De beste 10 mannen en de beste 5 vrouwen, van wie er slechts 2 voor het eerst in Veenendaal startten, zetten bij 34 van de 45 resultaten hun beste tijd in Veenendaal neer.

### 3000 m, 1e serie

Boetje Huliselan ging na de start gelijk naar de kop, gevolgd door Han Holtslag en Erwin Arnold van den Bosch. Al na 400 m had Boetje een gat geslagen van een meter of 70 en hij breidde dat steeds verder uit. Erwin schoof door naar plek 2, Han volgde kort daarachter en Sandra Maas ging naar plek 4. In deze serie hadden we verschillende debutanten: Erwin, Arjan Lukken, Yvonne Grootswagers, Dick Gnauck en Paul Koks. Paul was in de allereerste editie aanwezig als snelwandeldjury. Dick was met een blessure gekomen en kwam daarom uit in de prestatieklasse. Verder was het goed om Cees Versteeg na enkele jaren weer terug aan de start te zien. Uiteindelijk won Boetje met 100 m voorsprong op Erwin en Han en zo'n 300 m voorsprong op Sandra en Cees, die Joost van der Plicht vlak achter zich wisten. Daarachter werd om elke plaats geknokt en wandelde Bauke te Nijenhuis naar een nieuw Nederlands record M80. Met 20.38,46 was hij 9 seconden sneller dan op 5 mei 2016 in Gouda en ook was hij sneller dan op 1 juli in Best. Bauke ging mee met Corina Riezebos en beiden bleven de hele race in elkaars buurt.

### 3000 m, 2e serie

In serie 2 was van te voren duidelijk dat Rick Liesting zijn zinnen had gezet op een nieuw Nederlands record M40. Dat record stond op 13.21,0 en van te voren was wel duidelijk dat Rick daar makkelijk onder moest kunnen komen. Mooi was ook de aanwezigheid van Kate Veale, de oud wereldkampioene jeugd uit Ierland. Kate was na haar overwinning in 2012 voor de tweede keer aan de start. Als supporter had zij haar moeder meegenomen en ze logeerden bij de familie Versteeg. Colin Versteeg stond na drie jaar afwezigheid ook weer aan de start en we waren natuurlijk benieuwd waartoe hij na zo'n lange pauze in staat was. Rick liet er geen gras over groeien en ging als een komeet van start. Een eerste ronde van 1.28 op de 3000 m is in Nederland vrijwel ongezien. Later moest hij wel iets in tempo terug, maar het bleef hard gaan. Hij passeerde de mijl ruim een halve minuut sneller dan vorig jaar (toen hij 6.59,9 als eindtijd neerzette) en verpulverde het Nederlands record uiteindelijk met een ruime minuut. Met 12.17,81 zette Rick meteen ook een van de beste tijden aller tijden neer. Bovendien verbeterde

Rick het baanrecord van Miroslav Uradnik uit 2013. Achter Rick volgde Rob Tersteeg die de 3000 m relatief rustig aflegde. Meer strijd was er voor de plaatsen erachter. Remco de Bruin moest alle zeilen bijzetten om Kate achter zich te laten en dat lukte nipt met iets meer dan een seconde verschil. Kate was bijna 2 minuten sneller dan in 2012. Achter dit duo wandelden Wilfried van Bremen en Anne van Andel naar persoonlijke records, ruim binnen de 15 minuten. Voor Wilfried was dit een verbetering met bijna een minuut. Anne had in Kate eindelijk eens een goede tegenstandster in Nederland en was de eerste 1000 m met Kate meegegaan. Hierdoor kwam ze na 1 mijl zo snel door (7.42,30) dat haar beste Nederlandse prestatie uit 2015 (7.47,4) eraan ging. Een volgend record dat werd neergezet, kwam op naam van Boguslaw Seidel, die het Poolse record M65 op 15.39,40 bracht. Colin wist hem, na een felle strijd, aan de finish nog net voor te blijven. Het laatste record in deze serie kwam op naam van Richard Christian Wiltsch. Hij wandelde met 16.21,84 een record M50 voor Nordrhein-Westfalen. Udo Schaeffer wist hem op zijn beurt weer enkele seconden voor te blijven.

#### 1000 m, 1e serie

De 1000 m was de eerste afstand voor de jeugd en we waren erg benieuwd hoe Tygo Hulsebos en Bart Grootswagers het zouden doen. Bart heeft niet zo vaak een uitdager van ongeveer hetzelfde niveau. De twee wandelden ook de eerste 300 m met elkaar samen. Maar toen ging Tygo er voorbij en hij nam een kleine voorsprong. Uiteindelijk bouwde hij dat nog uit naar 100 meter. Met 6.55,54 was Tygo iets langzamer dan vorig jaar. Bart, die voor het eerst in Veenendaal aan de start stond, volgde in 7.26,18. Marit van Bremen was het enige meisje dat aan de start kwam en zij stal weer de show door de hele afstand lachend en plezier makend af te leggen. Op het eind bleek dat de 3-jarige zelfs een snelheid van boven de 6 kilometer per uur gehaald had door de 1000 m in 9.55,78 af te leggen. Van de anderen viel vooral Loes van Bremen op. Zij draaide op deze afstand voorin mee en het scheelde weinig of ze had nog de 2e plek in de serie gegrepen. Een nieuw persoonlijk record in 5.33,07 was haar deel. David Gerrits stond voor de 2e keer aan de start in Veenendaal. Hij benaderde zijn tijd uit 2015 tot op 3 seconden. Cees wist zijn tijd uit 2012 tot op 7 seconden te benaderen en kon daarmee tevreden zijn. Boetje won opnieuw deze serie, kort voor Erwin, Loes en Han.

#### 1000 m, 2e serie

Rick had alles gegeven op de 3000 m en hield daarna het toernooi voor gezien. Hij verdedigde daardoor zijn overwinning van vorig jaar niet. Hierdoor werd Rob de favoriet voor de zege, hij was immers 2e geworden op de 3000 m. Rob ging hard van start en kreeg achter zich het vandaag onafscheidelijke duo Remco en Kate achter zich aan. Daarachter volgden Hub Kaenen (die de 3000 m had laten lopen), Colin en Anne. Anne rukte in de tweede ronde op naar de 4e plaats en ze bleef Remco en Kate op een meter of 20 volgen. Op indrukwekkende wijze knalde ze daardoor naar een tijd van 4.25,91. Zo snel was een Nederlandse nog nooit. De oude beste prestatie van Marica Onos stond op 4.35. Persoonlijke records waren er o.a. ook voor Rob (4.04,24), Remco (4.18,05) en Wilfried (4.44,43). Indrukwekkend ook de 68-jarige Boguslaw die ruim onder de 5 minuten bleef. Tenslotte ook alle lof voor Liesbet De Smet die met 5.08,02 haar snelste 1000 m ooit wandelde.

#### 2000 m, 1e serie

Omdat Tygo verstek liet gaan, was Bart de enige jongen aan de start van de slotafstand. Met 16.20,60 stelde hij de overwinning bij de jeugd veilig. Marit mocht in plaats van de 2000 m een 400 m wandelen en ook nu legde zij die afstand weer vol goede moed af. Zij is by far de jongste winnares bij de meisjes. Op de 2000 m herstelde de rangorde vooraan zich weer. Boetje eindigde voor de 3e keer als eerste en Erwin en Han volgden. Cees bleef dit keer Sandra voor.

Arjan liet op het eind zien dat hij tot veel meer in staat is, want hij had nog flink over. Deze serie werd verwerkt in een stevige bui. Juryleden en deelnemers die niet (meer) met de wedstrijd bezig waren zochten massaal schuil onder een partytent bij de finish.

#### 2000 m, 2e serie

Bij de snelste groep leek het nog lange tijd spannend te worden, want Rob wandelde maar kort voor Remco en Kate uit. Hij hield de voorsprong van 20-30 meter echter tot het einde vast en pakte zo zijn tweede overwinning in de sprintdriekamp. Net als Rob, bleven Remco en Kate nog binnen de 9 minuten. Kate scherpte daarmee het baanrecord van Liesbet met enkele minuten aan en pakte zo haar tweede overwinning in de driekamp. Het was al weer de vierde Ierse overwinning in 8 jaar. Anne volgde dit keer op gepaste afstand van de drie voorsten, maar ook Anne kon met 9.46,73 tevreden zijn. Zij bleef ruim 3 seconden onder de beste Nederlandse prestatie aller tijden op deze afstand. Marica Onos was ooit tot 9.50 gekomen. Anne nam op het eind afstand van Wilfried, die met 9.52,29 opnieuw een ruim persoonlijk record neerzette. Eindelijk was er voor Wilfried ook een podiumplek met een echte beker. Voor Colin was de laatste afstand er te veel aan, maar hij wist nog wel nipt Udo Schaeffer voor te blijven. Ook voor Liesbet was de 2000m een kwestie van uitwandelen zij had duidelijk alles gegeven op de 1000m

Na de wedstrijden vond er een lunch plaats. Na de lunch volgde de prijsuitreiking, welke o.a. door computerproblemen iets later dan gepland plaatsvond.

Bij de prijsuitreiking waren er weer veel prijswinnaars:

Rob Tersteeg - 1e prijs mannen

Remco de Bruin - 2e prijs mannen

Wilfried van Bremen - 3e prijs mannen en 2e prijs aantal deelnames (6)

Kate Veale - 1e prijs vrouwen, stijlprijs en 2e prijs teamwedstrijd

Anne van Andel - 2e prijs vrouwen en 1e prijs teamwedstrijd

Liesbet De Smet - 3e prijs vrouwen en 1e prijs aantal deelnames (7)

Bart Grootswagers - 1e prijs jongens

Marit van Bremen - 1e prijs meisjes

Boguslaw Seidel - strijdlust

Dick Gnauck - strijdlust

Loes van Bremen - stijlprijs en 2e prijs aantal deelnames (6)

Tygo Hulsebos - 1e Veenendaler jeugd

Colin Versteeg - 1e Veenendaler senioren en 2e prijs aantal deelnames (6)

Cees Versteeg - 1e Veenendaler masters

Rick Liesting - Nederlands record

Bauke te Nijenhuis - Nederlands record

Erwin Arnold van den Bosch - 1e prestatiewandelaar en 2e prijs teamwedstrijd

Boetje Huliselan - 1e prijs teamwedstrijd

Han Holtslag - 1e prijs teamwedstrijd

Hans van der Knaap - 2e prijs teamwedstrijd

Voor de anderen waren er diploma's, sleutelhangers en mokken.

Na de prijsuitreiking gingen de meeste deelnemers en juryleden naar huis. Rick Liesting ging in zijn eentje op de baan trainen. Hij wilde verder voorbereiden op het NK 50 km in Tilburg.

Overigens was hij niet helemaal alleen, want er waren springwedstrijden op de baan (verspringen en polsstokspringen). Deze waren met de regen in de ochtend deels uitgesteld

naar de middag. Met een uitgedund groepje gingen we vervolgens een rondje van bijna 6 km op de weg trainen. Rob en Anne gingen voorop. Boetje volgde daarachter, vervolgens kwam er een groep bestaande uit o.a. Hub, Erwin en ikzelf en Sandra en Liesbet sloten de rij. De route ging vanaf de baan richting het Benedeneind, vervolgens over de Dragonderweg en via de Spitsbergenweg weer terug naar de baan. Zelf was ik in 43.41 weer terug. Sandra en Liesbet volgden een paar minuten daarachter. Onderweg kregen we 1 bui, maar verder bleef het droog en zagen we zelfs even de zon.

Uiteindelijk kunnen we, ondanks de nattigheid, denk ik terugkijken op een geslaagde 8e editie. Zeker sportief was het een succes. We hebben de 30 deelnemers weer net gehaald en er waren heel veel records. Voor de 9e editie is het van belang om nu al rekening te houden met het feit dat de baan in Veenendaal volgend jaar in de periode half mei - half september zeker niet beschikbaar zal zijn. De baan wordt vernieuwd. Ik zal in overleg met VAV-Veenendaal gaan kijken welke opties er over blijven om deze wedstrijd volgend jaar doorgang te kunnen laten vinden.

Met vriendelijke groet,

Frank van Ravensberg