

Verslag van de 10^e internationale sprintdriekamp snelwandelen op zaterdag 25 mei 2019 in Veenendaal

De eerste deelnemer, Boguslaw Seidel, meldde zich al om 8 uur bij de baan aan de Spitsbergenweg in Veenendaal. Daar zou het die zaterdag gaan gebeuren: de 10^e internationale sprintdriekamp snelwandelen. Voor de 9^e keer in Veenendaal, want vorig jaar moesten we eenmalig uitwijken naar Hilversum. Na Boguslaw druppelden de andere deelnemers, juryleden en organisatoren een voor een binnen in het mooie clubhuis van VAV-Veenendaal.

Terwijl Lieuwe Jousma (VAV) voor de inschrijving en uitgifte van startnummers zorgde, zette Frank al vast wat materialen neer op de baan, samen met zijn neef Nico. Nico zou later de honneurs van startcommissaris op zich nemen. Frank had ook nog een klus als snelwandelaar.

Om 9.15 uur begonnen we met de warming up/clinic met gelukkig een goed aantal deelnemers. Alleen Boguslaw, die snode plannen had op de 3000 m, deed zijn eigen voorbereiding. Tijdens de renovatie van de baan was een heuvelsprintbaantje aangelegd en daar maakten we dankbaar gebruik van voor enkele versnellingen. De warming-up bestond verder uit een 6-tal opwarmronden, oefeningen, loopscholing en specifieke snelwandeldrills.

Even voor 10.30 uur waren we klaar met de voorbereiding en kon iedereen zich focussen op de wedstrijden. Het was nog bewolkt, maar droog en er stond geen wind. Even na 11.15 uur (tijdens de 2^e serie van de 3000 m) zou de zon doorbreken. Uiteindelijk werd het een prachtige dag. Met ongeveer 16 graden waren de omstandigheden uitstekend om te presteren.

Jammer dat we uiteindelijk slechts 17 deelnemers hadden en dat Kate Veale rond middernacht (11 uur voor de wedstrijd) nog afzegde i.v.m. een blessure. Jammer ook dat van VAV niemand aan de start stond. In 2015 hadden we nog 35 deelnemers, sindsdien is het aantal deelnemers elk jaar minder geworden. Gelukkig hebben we toch een mooie wedstrijd gekregen met twee goede winnaars en met vele goede prestaties en PR's.

Ondanks dat we niet zo veel deelnemers hadden, besloten we toch in twee series te starten.

Verrassend was dat Liesbet De Smet dit jaar in de eerste serie meedeed. Ze moest nog naar een feestje en dan kon ze nog net twee afstanden meedoen, was haar uitleg. De eerste serie 3000 m was een leuke strijd tussen de snel gestarte Jan Nieuwenhuysen, Han Holtslag en Liesbet De Smet. Liesbet trok uiteindelijk aan het langste eind en won nog met ongeveer 80 m voorsprong op Jan. Han haalde het einde van de wedstrijd niet, in de laatste ronde werd hij gediskwalificeerd.

De tweede serie liet een oppermachtige Paul Jansen zien. Paul, vorig jaar nog vierde in de sprintdriekamp, heeft sinds vorig jaar een geweldige vooruitgang laten zien. Met een tijd van 13.06,02 bleef hij maar 10,3 seconden boven het Nederlands record M45 van Harold van Beek uit 2010.

Normaal gesproken moet hij dat record later dit jaar kunnen verbeteren. De tweede plek was voor Remco de Bruin die met 13.45,71 ook maar 7,3 seconden boven zijn eigen Nederlandse record M50 bleef. Later dit jaar gaat Remco naar de M55. Het record van 15.03 moet voor hem dan een makkie zijn. Anne van Andel finishte als derde in deze serie en legde daarbij een belangrijke basis voor haar tweede overwinning in de sprintdriekamp. Anne won eerder in 2014. Met 14.33,74 zette Anne haar beste tijd op deze afstand neer. Ze is nog maar 20 seconden verwijderd van het Nederlands record van Marica Onos-Zethof. Op de 2000 meter was er wel een beste Nederlandse prestatie aller tijden van Anne. Met 9.42 was ze enkele tellen sneller dan in 2017 in Veenendaal (9.46,73). Boguslaw Seidel wilde een aanval doen op het wereldrecord M70, dat staat op 15.07,43. Hij ging de eerste ronden met Wilfried van Bremen en Anne van Andel mee. Toen Anne er vandoor ging, kon hij niet mee. In de derde ronde noteerde Boguslaw een rondetijd van 2.05. Toen was duidelijk dat het record er niet meer in zat. In het tweede deel van de race moest Boguslaw zelfs Wilfried laten gaan. Wilfried finishte tenslotte in 15.47,44 en Boguslaw in 15.57,58. Boguslaw moest zich nog reppen om de fel sprintende Hub Kaenen van het lijf te houden. Hub klopte hem met 15.57,89 nog bijna op de streep. Later zei Boguslaw dat hij last had gehad van misselijkheid, hij had te kort op de wedstrijd gegeten, zo was zijn verklaring.

In de eerste serie 1000 m zagen we onze jongste deelnemers Marit van Bremen en Mick van Bremen aan de start. Mick wandelde 400 m en deed dat met zijn kleine beentjes nog binnen de 5 minuten.

Marit (nog maar 5 jaar) blijft verbazen met een snelheid van bijna 7 km/uur: 1000 m in 8.43,84.

Vooraan zagen we Liesbet soeverein winnen voor de verrassend snelle Boetje Huliselan. Loes van Bremen verschalkte Han nog in de eindsprint: 5.43,31 om 5.43.45. Voor David Gerrits (voor de derde keer aan de start in Veenendaal) was er een PR. Met 6.14,40 haalde hij een hele hap van zijn beste tijd af. Jan Nieuwenhuysen moest met fysieke klachten kort voor de finish uitvallen.

Jan kreeg toestemming om in de tweede serie opnieuw te starten en dit keer kwam hij wel aan de finish, in 6.01,46. Paul was ook hier weer een klasse apart. Hij haalde 25 seconden van zijn PR af.

Remco volgde als 2^e en Anne was ook hier 3^e. Anne ging alleen op de 3000 m voluit, omdat ze 1 dag later al weer aan de start zou staan in Armentières (Noord-Frankrijk).

Na de 1000 m was er een korte pauze om de teams voor de teamwedstrijd samen te stellen. Daarna volgde de slotafstand, de 1 mijl (1.609,344 m). Omdat Liesbet de laatste afstand liet schieten (ze was wel op tijd voor de BBQ), ging het nu tussen Han, Boetje en Jan. Han leek deze serie naar zich toe te trekken, maar ook nu ging hij er in de laatste ronde met 3 rode kaarten af. Nu was het Boetje die de overwinning naar zich toe trok in 9.40,31 voor Jan in 9.50,49. Loes had als 4^e de beste eindsprint. In de 2^e serie lukte het Paul net niet om zich bij het selecte clubje sub 7 minuten wandelaars te scharen. Met 7.01,95 kwam hij een kleine 2 seconden te kort. Maar toch was het weer een mooi PR. Remco bleef in de buurt met 7.17,38. Anne deed het relatief rustig aan met 8.10,86. Na de wedstrijden was het tijd voor de lunch die zoals al sinds 2010 door Jose Sterkenburg verzorgd wordt. Tijdens de lunch werd de uitslag opgemaakt en werden de verschillende prijzen toegekend. Na de lunch was het dan tijd voor de prijsuitreiking. Alle aanwezigen kregen in elk geval een mok en een sleutelhanger van de wedstrijd. En elke deelnemer kreeg een diploma met daarop ingevuld de gewandelde tijden. Daarnaast kwamen de volgende prijzen bij de volgende atleten terecht:

Paul Jansen	1 ^e prijs mannen + 1 ^e prijs teams
Remco de Bruin	2 ^e prijs mannen
Wilfried van Bremen	3 ^e prijs mannen
Anne van Andel	1 ^e prijs vrouwen + 2 ^e prijs teams
Loes van Bremen	2 ^e prijs vrouwen + stijlprijs
Liesbet De Smet	3 ^e prijs vrouwen + prijs voor 9 ^e x deelname
Marit van Bremen	1 ^e prijs meisjes + aanmoedigingsprijs
Mick van Bremen	1 ^e prijs jongens + prijs jongste atleet
Boguslaw Seidel	1 ^e prijs teams + strijdlust
Richard Christian Wiltsch	1 ^e prijs teams
Boetje Huliselan	2 ^e prijs teams
Jan Nieuwenhuysen	2 ^e prijs teams + aanmoedigingsprijs
Theo Koenis	stijlprijs
Hub Kaenen	strijdlust
Bauke te Nijenhuis	prijs oudste atleet

Tijdens de prijsuitreiking vertelde Frank dat dit zijn laatste sprintdriekamp was als organisator. Naar een vervanger wordt nog gezocht (de eerste geïnteresseerde heeft zich inmiddels gemeld, FvR). VAV heeft toegezegd dat er volgend jaar een snelwandelderdeel zal worden georganiseerd tijdens een atletiekwedstrijd.

Na de prijsuitreiking ging een deel van de aanwezigen naar huis. Een ander deel (o.a. Gerrit Riezebos die had gejureerd, Paul Jansen, Han Holtslag en Remco de Bruin) ging nog op pad voor de middagtraining. Omdat het wedstrijdgedeelte op verzoek wat ruimer gepland was (met langere pauzes), was er te weinig tijd over om naar Prattenburg te gaan en een route naar de Amerongse berg te doen. Daarom namen we deze keer genoeg met een route vanaf de baan, die we al eens eerder gedaan hebben: Spitsbergenweg – Polderweg – Benedeneind – Gelders Benedeneind – Meentdijk – Dragonderweg – Spitsbergenweg. Dit parcours van ongeveer 6 km was nog uit te breiden door vanaf de Polderweg rechtdoor te gaan naar de Groeneveldselaan en links van de Groeneveldselaan een rondje om de surfvijver te maken en/of rechts van de Groeneveldselaan in het Stadspark het bruggetje over te gaan, linksaf de Tinneweide op, linksaf de Grote Pekken op en vervolgens weer linksaf weer terug over de Groeneveldselaan.

Rond 17 uur kwam er een einde aan deze geslaagde snelwandeldag in Veenendaal.

Deelnemers, juryleden en organisatie bedankt dat jullie er waren en bedankt voor jullie inzet.

Frank van Ravensberg