

Spartathlon 2008 verslag door Luc De Jaeger-Braet

De Spartathlon is inderdaad de meest tot de verbeeldingsprekende en de zwaarste ultraloop ter wereld. Er is maar één wedstrijd en al de rest is daarop de voorbereiding. Waar vind je nog zo een wedstrijd, alleen de afstand al 246 km maar ook het historisch kader. Het gaat hier niet om de Galliërs (en de Belgen) maar een ode aan de boodschapper Pheidippides die 490 jaar voor Christus zijn ding deed tijdens de eerste Perzische oorlog om het uiteindelijk met zijn leven te bekopen. De wegen die hij toen moet gevolgd hebben waren vermoedelijk beter geschikt voor de lopende mens dan heden met de harde ondergrond. Komt in 1982 een Engels luchtmachtofficier, John Foden, met het idee de archieven uit te pluizen en de schriften van Herodotus te ontcijferen en je hebt een parcours om U tegen te zeggen. De wedstrijd is in handen van het ISA of International Spartathlon Association en men heeft niet minder dan 42 “rules” bedacht, waar tref je zo iets. Verder ook nog eens toelatingsvoorwaarden om te mogen deelnemen met realisaties van de laatste drie jaar voor te leggen bij de aanmelding (formulier te downloaden) voor 31 mei. Dit is nog geen inschrijving want het ISA laat je schriftelijk weten of je al dan niet toegelaten word. De huidige voorwaarden (100km in 630 minuten of een 200 km gelopen in een aanvaardbare tijd – beetje onduidelijk) lijken in de toekomst te sneuvelen en te verstrengen. Mogelijks ook een maximaal aantal deelnemers. Toekomstige kandidaten kunnen beter niet te lang wachten. Inschrijfgeld €250 met daarin verblijf inbegrepen van woensdag tot dinsdag. Supporters betalen €85 per dag. Dank zij de tip van Joseph Buteneers konden we één nacht besparen want de organisatie probeert je de nacht dat je normaal loopt ook te laten betalen in Hotel Sparta Inn. Nadeel is dan als je vroegtijdig opgeeft en met de bus naar Sparta wordt gebracht dat je dan geen hotel hebt. Dus blijven lopen is lonend! Noodoplossing is dan naar Hotel Cecile in Sparta gaan. Er is geen prijzengeld voorzien en in oorsprong mocht men zich zelfs niet laten sponsoren via shirtreclame. De zuivere Olympische gedachtegang dus. Aan bevoorrading geen nood, verdeeld over 75 posten of “Check Points”, en tevens de mogelijkheid om de donderdag je eigen spullen te laten afzetten. Hierbij denkend aan sportvoeding en kledij. Tevens gebeurt daar de tijdscontrole waarbij elk CP zijn sluitingstijd heeft. Een aantal CP zijn sterk opgewaardeerd tot Major Contole waarbij ook medische bijstand, uitgebreider voeding voorzien is en de supporters (wel aanmelden bij de registratie als men aankomt in Athene) mogen je hier helpen. Tussen die CP is externe hulp verboden en lijdt tot uitsluiting! Volgers met de auto moeten grote aanplakbladen ophalen in de Major Post in Ancient Korinthie. Dit jaar deelnemers uit drieëndertig landen met als hoofdgroep een kleine 70 Japanners en 20 Koreanen. In totaal 306 starters van verschillend pluimage dus, allen met de uitstraling van een stalen ros die reeds alle stormen heeft doorstaan. Een meerderheid draagt kledij met nationale trots behalve de Belgen (4 vertegenwoordigers)

en zelfs de Nederlanders (1 dame en 6 heren). Waarom die bescheidenheid of misschien beter is de kledij wel te koop.

Vanaf de woensdag is er al drukte aan de aanmeldingstafel waar de financiën direct aan bod komen. De Griekse traagheid lijdt tot wachttijden. Daarna naar de balie van het hotel waar een kamer voor je wordt gezocht want dit is nog niet vooraf geregeld en blijkt ook later een serieus gedoe. Hotel Londen is de thuisbasis voor de gehele organisatie voor wat betreft de middag en avondmaaltijden en voor de briefing of meldingen van de veranderingen van de organisatie. Het aantal deelnemers loopt elk jaar op en de organisatorische zijde wordt er niet gemakkelijker op. We mogen/moeten naar een ander hotel gaan (met pak en zak) ergens een eindje verderop. Daar aangemeld blijkt dat dit niet meer doorgaat wegens overboeking en verwijzend naar hotel Londen enz enz. Terug doorverwezen naar een ander hotel (met pak en zak) maakte dat we uiteindelijk een stekje hadden om te bekomen van een zware dag.

Donderdag is de dag van het laatste avondmaal maar ook van de voorbereiding van de pakjes om af te geven/ deponeren in grote zakken met CP nummer erop. Dit blijft moeilijke keuzes maken. Hier kan je reeds fatale fouten maken. Waar zal je zijn op een bepaald uur van de dag waar je denk dat het kouder wordt bv, begin maar als debutant. Voor de nacht voorzie je uiteraard warmere kledij maar hoe koud wordt het, verwacht je regen. Zelf hebben wij vooraf één ding vergeten namelijk dat het s'morgens ook terug warm word en terug andere kledij nodig is. Ik heb dan maar doorgelopen tot een hoofd post waar de assistentie toegelaten is. Zonder begeleiders had ik mooi in lange maillot moeten verder lopen tot aan de finish.

Na een heerlijk maar kort nachtje slapen tot 4u30 begon de dag der dagen. De dag waar je een heel jaar hebt op zitten wachten. Hij is er. Met de vaseline rondgaan, wedstrijdkledij aan, sokken goed aandoen, schoenen niet te hard aantrekken enz, enz . Ontbijt en dan de bus op die rond 6 uur vertrekt naar de start. Het plein onder het Acropolis is meteen een scene van fotografie en filmen. Het gekende spandoek van de start wordt ontrold en meteen staan alle Japanners en Koreanen erachter. No way om daar nog tussen te komen!

Start om 7 uur met de nodige kreten. 306 deelnemers aan de start. Beginnend met een afdaling en dan de drukte van Athene in. De gekende vervuiling en het nodige verkeer ontbreken niet. Het gaat er rustig aan toe en uiteindelijk komen we met de 4 Belgische deelnemers bij elkaar. Een eerste overzicht van de BeNe lopers kwam aan CP 10 Megara na 40 km waar Jenni De Groot en Ubel Dijk in 3 u 40 , Ron Bakker, Ernst Daniel en Thijs Roest in 3u 45 ,Rudi Vanden Berghe in 3u51; Philip Verdonck en Adrie Van dijk in 3u 51, Luc De Jaeger in 3u58 en Joseph Buteneers en Ferry Van Der End in 4 u doorkwamen. Qua positie lag ik nog vrij achteraan het lopersveld op een 228 plaats met nog 277 lopers in de race.

CP 22 Anc Korinth is dan weer zeer bekend vanwege zijn eliminatie tijd na 81 km. Hier is de eerste grote Major Control waar er ook voor de eerste maal hulp toegestaan is van de supporters. Het samen lopen van de landgenoten is volledig weg , elk zijn eigen tocht. Hier vinden we doorkomsten in volgorde:

- 81 Philip Verdonck na 8u 15 min lopen
- 103 Ernst Daniel in 8u25
- 115 Ubel Dijk in 8:29
- 117 Rudi Vanden Berghe in 8u31
- 144 Jenni De Groot in 8u40
- 154 Thijs Roest in 8u42
- 160 Luc De Jaeger-Braet in 8u44
- 171 Van Dijk Adrie in 8u 47

Nog 263 deelnemers

Hier noteren we de eerste opgaven van Ron Bakker, Joseph Buteneer (nog een injectie voor zijn vertrek – opmerkelijk is zijn 12 de deelname met 1 maal finish) en Ferry Van Der Ent (maagproblemen). Tot hier was het warm en zonnig, daarna verdween de zon met regelmaat en heel vaak bewolking met een lichte tegenwind. Het werd zo waar bijna ideaal temeer men vooraf voorspelde dat het tussen de boomgaarden wel eens heel warm zou kunnen zijn. Mij niet gelaten.

CP35 is Nemea na 124 km. Halfweg de race en reeds een stukje in de nacht. Kledij keuze is toch lange maillot en lange mouwen , later zelfs een windjack toen de temperatuur nog 11°C was. Een klein stuk hiervoor kom ik Philip Verdonck tegen , voorovergebogen en voor de derde maal aan het overgeven. Een eindje verder bezwijkt Philip en gaat ten gronde. Later vernam ik van een dokteres die daar haar man volgde dat ze zeker 45 min bij Philip is gebleven omdat de toestand er ernstig uit zag maar ook omdat daar geen enkele hulp rond was. Deze dame heeft hem dan gered door een auto zo ver te krijgen om hem mee te nemen naar Nemea. Zelf weet hij daar niet zo veel van en men heeft hem naar het nabijgelegen ziekenhuis gebracht alwaar hij de gehele nacht heeft verbleven. Zo eindigt hij voor de vierde opeenvolgende deelname met een exit. Doordat hij niet op de lijst van de doorkomsten noch op de lijst van de opgaven stond, is men in Beveren gaan twijfelen en uiteindelijk gaan bellen. Niemand wist blijkbaar waar Philip was, wat een paniek eigenlijk. Noteer wel dat Philip nog steeds de jongste finisher is als 19 jarige en van de 8 deelnames hij er 4 haalde. Achteraf toegegeven had hij beter niet gestart wegens klierkoorts in de voorbereiding. In dit gedeelte maak ik reeds een serieus stuk progressie en duik voor de eerste maal in de top 100 namelijk 91° plaats na 14u 17 min lopen. Alleen Ernst Daniel van de BeNe lopers loopt nog voor me op een 69°plaats met 19 min voorsprong, hij loopt zeer sterk op dit moment.

CP 43 Lirkia na 148.5 km Laatste grote post voor de beklimming van de Sangaspas. Hier verliezen we Jenni De Groot , de nurse die reeds enige tijd flirtte met de sluitingstijd wegens ongemak door maagproblemen. Zij had voor een stunt kunnen zorgen door als eerste Nederlandse dame te finishen. Helaas. Toen waren we nog met zes. Ernst blijft hard gaan en schuift naar plaats 61 en heeft nu 25 min voorsprong op mij (78° plaats in 18u 03). Nog 185 deelnemers in de race.

CP 52 Nestani na 172 km en voorbij de passage over de Sangaspas. Veelbesproken, veel gevreesd, van 400 naar 1200 hoogte meters, geen pad, fluolampjes, holst van de nacht, heldere hemel met pracht sterrenhemel, berg van de God Pan, de kuitenbijter, de killer, het spook, de hel, de losse stenen, de heel steile helling naar boven, de rot afdaling, de kwelgeest van Leo Pardaens. Hij zit ertussen, vroeger , nu en ook later. Wie wil aankomen moet er over. Wie schrik heeft krijgt slaag. Komen op de lijst van opgevers : Rudi Vanden Berghe (B) en Thijs Roest (NL). Om welke reden ze gestopt zijn en of ze de berg gehaald hebben is mij tot heden onbekend. Wie Nestani haalt mag volgend jaar op basis daarvan terug inschrijven. Persoonlijk is deze pas mij goed gekomen. Ervaring met serieuze tochten in de bergen opgedaan tijdens onze vakanties is mogelijks een voordeel. Dit jaar beklom ik samen met mijn zoon Bert de Monte Perditto 3355m in de Spaanse Pyreneeën en die was een stuk zwaarder en gevaarlijker. Ik zou hierop stellen dat “voor de één wel en voor de ander niet” deze pas een gevaar vormt. De angsten van Leo zijn zeker waar geweest maar niet iedereen zal dit zelf zo ervaren. Ik sprak Marc Vanderplas die, luister goed, naar de Spartathlon kwam om de tocht te verkennen om dan volgend jaar zelf mee te doen. Ook hij vond de pas te doen met de bedenking van dat niet te voorspellen is hoe de benen na 160 km zullen zijn. De beklimming is een kwestie van evenwicht op de hogere steen, kijk niet naast je als er een afgrond is, met een pitzel op het hoofd lijkt mij minder gemakkelijk dan een pitzel (met ledlampjes) op de buik te dragen en bij te sturen met een hand naar de plaats vlak voor je waar de volgende voet heen moet, een lamp in de hand is eveneens mogelijk. Eigen tempo is zeker belangrijk en voelt voor iedereen anders aan afhankelijk van de ervaring met klimmen. Als voorbereiding zou ik adviseren om eens de trials van Olne te doen, Olne – Spa – Olne en de Magnetoise (64 km). Bovenaan de pas staat een verzorgingspost waar warme en andere dranken voorhanden zijn, vergeet hier niet om eens naar boven te kijken mits een heldere lucht zie je een prachtig sterrenhemel. Dan de afdaling ook hier “voor de één niet voor de andere wel”. Het schuiven van de voeten in de schoenen is niet te vermijden aangezien men meestal de veters niet te strak heeft aangetrokken. Er dient geremd te worden door het bovenlichaam naar achter te houden ipv naar voor bij een zachtere helling. Door een goede lichaambalans slaagde ik er in om lopend te dalen met uitzondering van korte haarspeldbochten waar de plaatsing van de voeten op de ondergrond niet onmiddellijk vanzelfsprekend was. Wie zijn lamp op het hoofd draagt kan onmogelijk achteroverhangen want dan kan je niet meer op de grond lichten. Enige voorbereiding/uittesten vooraf is misschien toch niet slecht. Door mijn vlotte passage had ik gemerkt dat ik heel wat lopers voorbijstak, dit resulteerde in een sprong naar de 55° plaats (24 plaatsen winst !!!) in 23u

01 na 172 km. Een 24 uur afstand van ongeveer 180 km is niet mis te noemen. Ook Ernst hielt stand en kwam als 51^{ste} door, ongelooflijk. Zijn voorsprong op mij was nu plots geslonken tot 4 minuten. Ubel kwam door als 109^{de} in 23u38 en Adrie als 163^{ste} in 24u 22. Met nog 176 deelnemers in de hoop om Sparta te halen met nog, pas op, 74 km te gaan. Nog ver dus....

CP 60 Tegea na 195 km. Ernst en ik duiken de top 50 in en voor het eerst ga ik erover. Op dit moment is de 42^{ste} plaats reeds mijn deel in 25u05 en Ernst als 45^{ste} in 25u 13. Adrie doet een zeer goede zaak en knokt zicht terug in de wedstrijd met kans op overleven. Hij zit op 4 plaatsen van Ubel met slechts 3 min verschil. In deze zone herinner ik me dat de voeding lastig word. Op zich zal iedereen dat wel herkennen en dan is het een kwestie waar krijg je nog zin in. Heel persoonlijk maar essentieel in de ultralopen. Hier moet je door, hier begin je lastig te worden tegen je supporters, very sorry, hier leer je omgaan met ongemak, hier leer je omgaan met vermoeidheid, hier ga je hallucineren, het zwarte gat, de angst en twijfel, het zout op je aangezicht, de lachende zon, de voeten, de benen, de buik, het hoofd, wat schiet er nog over..... Ja wel : het hart en de longen, de wil om er te komen, de overlevingsdrang, the struggle for live, de eeuwige roem..... Nog 165 gegadigden.

CP 68 Hero's Monument – Mnhmeio na 222.5 km. Het is weer zomer in Griekenland, denken aan vakantie, het zwembad, een lekkere cocktail, palmbomen ... was het maar waar. Voor lopen ben je gekomen en lopen zal je, met of tegen je goesting. Elk groot buffet eindigt met een dessert, hier ook. Tussen de 30 en 20 km van het einde, hier tel je al enige tijd omgekeerd, ligt een heel venijnig stuk. Lange en zware hellingen duiken op, in verschillende fazen komen ze onder je door. Waar haal ik de kracht, wie heeft nog wat in huis, ellende die je wegmoffelt, de blik richting Sparta want verder kan niet meer kijken. Nog altijd een halve marathon, dank je wel. Hoop houd me recht of is het mijn slecht karakter dat begint te werken. "We zullen doorgaan" alias André van Duin. " En het ging vooruit" alias Raymond van het Groene Woud. Eigen woorden schieten tekort. Ik leun aan, ik kreun en krijg een dreun. Het geraakt op, nee nog eenmaal de bodem roeren, het mes scherpen. Ja wel , de grote finale komt. Maak je borst nat, kam je haren en maak je klaar voor de bevrijding, de verlossing, het einde, koning Leonidas ik kom maar wacht nog even. Gelukkig een afdaling, jammer van het gevaarlijke verkeer dat rakelings langsgiert, een stuk vers gegoten asvaalt, een schuin wegdek, nog 12 km oh dank je wel. Ik zie de tweede dame, Stacey Bunton, voor me. Ze loopt 10 passen en wandelt er 4. Het speelt zich 100 meter voor me af, ik put moed uit een ander zijn leed, samen lijden,samen doorgaan en het helpt. Bij een CP neemt ze een pauze, ik wil geen pauze ik wil die kerel zijn voet. Met nog een laatste post krijg je de intrede van Sparta, verwarring , waarheen, massa auto's, hot, ik kijk zo ver ik kan en zie geen beeld, alweer een lange helling, mijn schoenen lijken versleten. Ik snak, ik hap en ik moet nog lopen daar kwam ik voor. Zie ik een politie op de motor, hij wenkt, vergeet het man ik wil naar dat beeld. Hij komt naast me gereden,de stinkerd. Kom ik erachter dat hij mij de weg zal tonen middenin het drukke verkeer. Een

onnoemelijk lang stuk en maar geen beeld, wat is dat hier. Blick naar agent, agent blick naar mij, hallo. Nog een Japanner voor mij, nee dank u, niet meer voor vandaag, misschien morgen want dan is hij toch kreupel. Begint die agent met een arm te zwaaien naar rechts, rinkel rinkel dat beeld misschien. Nog steeds omhoog en geen beeld. De lol is eraf maar bij nogmaals bocht naar rechts en zicht op oneindig, begint het handgeklap, geen verkeer meer, positieve zaken die inwerken. Waar de wereld ogenschijnlijk stopt staat hij daar vlak voor mijn neus achter een Griekse vlag verscholen maar hij staat er, zo ineens. Eerwaarde ik groet U en raak je even aan. De armen vliegen zonder enige moeite in de lucht, ik bal een vuist, je wilt er niet inzitten. Een kreet, een lach, een traan.... Het kroontje, de beker, het aandenken. De ontmoeting met de supporters (mijn vrouw Magda en kennis Guy Penny), intens, diepgang, emoties. Het zit er op, beter dan de stoutste dromen : een 29 ste plaats in 31 u 21 min en 39 sec. Ik ben Spartatleet nr 22 voor België for ever, dat zijn de feiten. Wat een droom.

Hoe ging het met Ernst Daniel ? Ernst is hier voor zijn derde poging en zal slagen en hoe. In de laatste fase gaat hij verstandig om met de warmte want dat is zijn grote tegenstander uit het verleden. Taai als hij is en geroepen door het succes haalt hij glorieus de finish als 43^{ste} in een prachttijd van 32 u 16 min en 20 sec. Ook Ubel Dijk krijgt de kroon op het hoofd, ruim binnen de limiet als 121^{ste} in 35 u 37 min en 03 sec. Even leek Adrie Van Dijk de spanning op te bouwen voor het publiek maar met een 143^{ste} plaats in 35 u 55 min en 42 sec was alles heel veilig. Daarna kwam het verhaal van Paul Kamphuis (2006) naar boven, zowat de eerste atleet die binnenkwam na de 36 uur limiet en alsnog in de uitslag kwam. Dit fenomeen lijkt nu toe te nemen en zeker een 10 tal atleten kwamen te laat binnen. Winnaar Scott Jurek had de correcte laatste deelnemer gefeliciteerd en mee op de foto, naar al oude traditie, toen er nog deelnemers bleven binnenkomen. Besluit is dat bepaalde rules hun waarde verliezen. Elk zijn oordeel hierover : “voor de een niet voor de ander wel”.

Zeker vermeldenswaardig is dat op de grote slotceremonie er voor het eerst een vertegenwoordiging van de Belgische ambassade was met de aanwezigheid van Joris Ronse, Minister Counsellor. Ik had de eer om mijn medaille en diploma van hem in ontvangst te mogen nemen. Later volgde een zinvol gesprek waarin ruimte vrij komt om daar in de toekomst iets mee te doen. Alle vertegenwoordigde ambassades werden afgelezen met dus voor het eerst ook België.

Laat me eindigen met een zachte impressie over wat me de daaropvolgende dagen overkwam in de thuishaven. Bij aankomst in Eeklo rond 21u 30 een interview met een lokale krant, de Eeclonaar , met foto's uiteraard en reeds een eerste fles champagne in het station in Eeklo met een paar afgezakte kennissen. Bij thuiskomst een complete verwelkoming door de burgemeester Annick Willems, de burens en de joggingvereniging de Kreckenlopers. Spandoeken, toeters en bellen. Een ware verrassing, onvergetelijk. Verder volgden meerdere interviews met de kranten en zelfs de lokale TV zender AVS kwam voor

opnames. Van lopen is nog niets in huis gekomen, geniet er van zegt iedereen en ze hebben gelijk. Met heel veel genoeg lees ik de ontelbare berichten, een serenade van lofbetuigingen en felicitaties. Vrijdag werd ik opgebeld door Jan van der Weijde uit Kapelle, de enige Zeeuwse finisher in 1996. Als ik hem wil geloven dan is er een leven van voor de spartathlon en een leven van na de spartathlon. Ik hoop dat het laatste hetzelfde wordt als het eerste, dan kruip ik terug in mijn vertrouwde huid.

Ik hoop dat menig atleten zich laten inspireren tot deelname aan de Spartathlon en dat we daarbij toch iets meer trots over ons eigen land mogen uitstralen. De Spartathlon is en blijft de enige wedstrijd en al de rest is de voorbereiding daarop. Waar ik in eerste instantie verklaarde dat dit mijn enigste deelname is, begint het tegenovergestelde terug terrein te winnen. De magie is groot.