

Glibberen door het Limburgse land



Zompige bospaadjes, modderige landweggetjes en soms een stuk door het natte gras.

De Salomon Koning van Spanje Trail in Gulpen beleefde vorig jaar zijn eerste editie en werd meteen een begrip in de trailrunningwereld. Half december werd de inschrijving geopend en binnen enkele dagen waren de 750 startbewijzen vergeven. Hilde Pach was er op tijd bij en schreef zich in voor de 11,6 kilometer. Op 6 mei was het zover. Dankzij de aanhoudende regen lag het parcours er perfect bij. "De Limburgse klei is erg stroperig."

■ Hilde Pach
❖ Foto's: Roy Coumans

Het is meivakantie, daarom arriveren we al op woensdag in Gulpen. Samen met mijn man verken ik wandelend een deel van het parcours. Landweggetjes, paadjes door het bos, het lijkt allemaal wel te doen. Vrijdagochtend loop ik een rondje hard door het Zuid-Limburgse heuvelslandschap. De zon schijnt en het uitzicht is schitterend, maar wat zijn die heuvels steil! Ik ga af en toe wandelen om niet al mijn kruit voor zondag te verschieten. Vrijdagavond begint het te regenen, en dat gaat de volgende dag door. Tot nu toe had ik me weinig zorgen gemaakt: weliswaar wordt dit mijn eerste echte trailrun, maar heuvels ken ik van de duinen, en ook modder kan ik wel aan. Toch is het hier allemaal iets extremer

dan ik gewend ben. En voor zo'n trail schrijven zich natuurlijk alleen maar zeer ervaren lopers in. Misschien eindig ik wel als laatste...

Kanonnen

Marc Weening van organisator MudSweatTrails wuift zaterdagavond tijdens de pastaparty in klimhal en buitensportcentrum ROCCA mijn zorgen weg: "De korte trail van 11,6 kilometer is er juist voor mensen die nog niet zoveel ervaring hebben in trailrunning." MudSweatTrails is ook ontstaan vanuit de behoefte mensen vertrouwd te maken met trailrunning, zegt hij. "We zijn een paar jaar geleden begonnen met het

geven van clinics. Aanvankelijk richtten we ons op lopen in de bergen, maar dat sprak niet zo aan. Daarom hebben we er een Nederlands sausje overheen gegoten, voor mensen die over onverharde paden willen lopen, bij voorkeur met hoogteverschil en vaak over een nat en modderig parcours. Na een tijdje wilden we zelf een loop organiseren, en toen Salomon ons wilde sponsoren, kregen we die gelegenheid ook. We waren het erover eens dat dat bij Gulpen moest gebeuren, op een van de mooiste plekken van Nederland." MudSweatTrails kent geen leden – "Trailrunners zijn vrijgevochten lopers" – maar heeft wel een groot bereik via de website, de sociale media en een partnerschap met de Atletiekunie.

Zo kwam het dat zich vorig jaar binnen korte tijd 450 mensen hadden ingeschreven voor de korte trail van 10,8 kilometer en de lange van 28,8. "De loop gaat door kwetsbaar gebied, daarom wilden we niet te veel inschrijvingen. Alles verliep goed, en we kregen veel positieve reacties. Daarom hebben we het aantal nu verhoogd tot 750."

De afstanden zijn dit jaar 11,6 en 30,6 kilometer. Aan de korte afstand zullen uiteindelijk – zo blijkt uit de uitslagen – 285 lopers meedoen, aan de lange 409. Onder de deelnemers zijn een aantal 'kanonnen', aldus Weening, zoals de mannelijke winnaars van vorig jaar, Zac Freudenburg (lange afstand) en Tim Pleijte (korte afstand), en bij de vrouwen onder meer Rian van der Burgt, winnares van tal van crosslopen, en Jolanda Linschooten, Nederlands kampioen 100 kilometer en winnares van de 120 kilometer lange Traces des Ducs de Savoie, onderdeel van de Ultra-Trail du Mont-Blanc.

Peperkoek

Zondagochtend bij de start regent het nog steeds. Mijn man heeft een fiets gehuurd en vertrekt dapper naar een plek waar hij mij kan toejuichen. Om elf uur klinkt het startschot voor de korte afstand. Het wordt een zwaar parcours, voorspelde Marc Weening gisteravond al: "De Limburgse klei is erg stroperig, en de Gulp, waar de 30-kilometerlopers doorheen moeten, komt tot kniehoogte." Maar het eerste deel gaat via een asfaltweg over de Koning van Spanje-klim, een heuvel waar naar verluidt in de Tachtigjarige Oorlog de Spaanse koning met zijn leger overheen trok. Steil, maar goed te doen. Na een kilometer slaan we rechtsaf en lopen in ganzenpas via een 'single track' door een grasveld omhoog. Het tempo ligt erg laag, maar inhalen is hier onmogelijk. Voor me uit zie ik een kleurige lint door het groene landschap trekken. Eenmaal in het bos kan ik een aantal mensen inhalen, maar al gauw wordt het zo steil dat iedereen gaat wandelen. Ik blijf aanvankelijk stug doorrennen, totdat mijn tempo zo laag ligt dat wandelen me efficiënter lijkt. Afdalen blijkt vervolgens ook een kunst, in de glibberige modder. Om me heen zie ik tot mijn verbazing veel lopers op gewone hardloopschoenen, die dan ook af en toe moeite hebben om op de been te blijven. Een loper voor mij vliegt zelfs uit de bocht en loopt in het prikkeldraad, maar hij blijft erbij lachen. Zelf heb ik trouwens nergens last van; mijn trailschoenen hebben stevige noppen en kunnen alles aan. Zompige bospaadjes met stenen en boomwortels, modderige landweggetjes en soms een stuk door het natte gras. Na een steile klim wacht de verzorgingspost met water, sportdrink, peperkoek en bananen. Dan komt er een heerlijk glooiende afdaling over een tractorpad, gevolgd door een gemene klim, en dan is het weer genieten met een lange afdaling door het bos. Een kilometer voor de finish is het opnieuw klimmen geblazen, over een asfaltweg ditmaal, en tot slot volgt een lastige afdaling over een pad met losse stenen. Via een grasveld naderen we de finish, waar we verwelkomd worden met doedelzakmuziek en grote glazen alcoholvrij bier van sponsor Erdinger. 11,98 kilometer, wijst mijn Garmin aan.

Chocolademelk

Mijn man doet er op de fiets aanmerkelijk langer over dan ik om de finish te bereiken en is minstens zo natgerend. Als we weer een beetje droog zijn, zien we met een beker chocolademelk in de hand de prijsuitreiking van de korte afstand. Net als vorig jaar wint Tim Pleijte bij de mannen, in 44.15; de snelste vrouw is Rian van der Burgt in 57.23. Zelf ben ik overigens in 1.19.57 op een verdienstelijke 49ste plaats geëindigd, van de 117 vrouwen.

Dan gaan we snel naar buiten om de winnaar op de lange afstand te zien finishen. Het is opnieuw Zac Freudenburg, in 2.01.25. Hij komt bijna huppelend binnen, alsof hij een ontspannen trainingsloopje achter de rug heeft. Dit in tegen-

stelling tot sommige lopers na hem, die rechtstreeks van het slagveld lijken te komen en letterlijk van top tot teen onder de modder zitten. We wachten nog even op de binnenkomst van de eerste vrouw, maar het duurt ons te lang. In de uitslagen zie ik later dat Edith Kortekaas in 2.35.50 eerste is geworden. De favoriete Jolanda Linschooten wordt tweede in 2.44.56. Dan zijn wij alweer op weg naar huis. Bij aankomst in Amsterdam schijnt de zon. Maar eerlijk gezegd: voor de Koning van Spanje Trail hadden we geen beter weer kunnen treffen. Volgend jaar doe ik weer mee, misschien wel aan de lange afstand! ◀◀

Meer informatie over de Salomon Koning van Spanje Trail en andere trailrunningactiviteiten is te vinden op www.mudsweattrails.nl.



Het water in de Gulp komt tot kniehoogte.