

Zondag 10 april 2011

Het is mij gelukt, ik heb de Marathon van Rotterdam 2011 gelopen.

Zondagochtend om half 8 vertrekken Jef, Marc en ik richting Rotterdam. Ik zeg onderweg nog tegen Jef, "Het is nou al genieten, nauwelijks verkeer op de A16". Via metrostation Capelsebrug gaan we naar het centrum van Rotterdam. Daar weer boven de grond gekomen valt meteen de rust op. We zijn de eersten... Ik wordt door Jef op bordjes langs het parcours gewezen met daarop de laatste meters naar de finish. Jef zegt nog "als je die straks ziet dan ben je er bijna". En dan naar de inschrijving om onze startnummers op te halen. Wat een perfecte organisatie, veel vrijwilligers keurig achter tafels om startnummers uit te reiken. Mijn startnummer is 7265. Daarna naar de kleedruimte, een paar straten verder op. Ook hier zijn we als eersten. Een grote tent met daarnaast douchefaciliteiten. Die douche zal straks wel lekker zijn. Tijdens het omkleden bespreken we wat het beste kunnen meenemen voor onderweg. Ik neem in ieder geval voldoende sportdrank met zout en vloeibaar voedsel mee want het wordt vandaag 19 graden met volop zon.

Ondertussen heeft ons Anja gebeld. Ze is onderweg naar Rotterdam met Floortje en Merel. We spreken af dat we elkaar op Erasmusbrug proberen te zien. 10.15 uur. Het wordt drukker in het centrum. Wij gaan op ons gemakje naar de startvakken. Jef en Marc in vak D en ik in vak E. Ik kom in het startvak Rene tegen, een jongen uit Rotterdam waarmee ik de 30 en 35 km bij Sprint heb gelopen. Dit is leuk, voelt meteen vertrouwd aan. 11.00 uur. En dan gaat het gebeuren, langzaam komt beweging in het startvak. Met de klanken van Lee Towers gaan we over de start en richting Erasmusbrug. Plotseling zie ik nog op de Coolsingel Anja en de kinderen. Zij zien mij ook en ik hoor ze nog succes roepen. Ik ben blij dat ze er zijn.

De eerste kilometers is het een beetje zoeken naar het tempo. Ik loop met duizenden andere lopers en dan is het soms dringen. De Erasmusbrug loop ik met gemak op en het is genieten van het uitzicht. Twee blusboten brengen met hun waterkanonnen een groet aan de lopers. Dan naar Rotterdam-zuid, langs Feyenoord en Lombardijnen richting Maashaven. Inmiddels staat de zon al lekker te schijnen en ik schat dat de temperatuur nu ongeveer 14 graden is. 12.50 uur. Ik passeer het 20 km punt en dan is het nog 5 km om voor de tweede maal over de Erasmusbrug te lopen. Iets voor de brug geef ik Anja een belletje. Ik geef door dat Jef en Marc er dadelijk aankomen en ik volg wat later. De Erasmusbrug voor de tweede keer oplopen gaat nu wat zwaarder. Iets over

de brug zie ik Anja en de kinderen staan. Ik veeg snel met een spons langs mijn gezicht, trek mijn rug recht en steek mijn armen in de lucht. Merel die ziet mij en maakt vlug een aantal foto's. Ik roep snel nog een paar woorden en dan weer door.



Het gaat nu richting Kralingsebos. Hiervan wordt gezegd dat dit het saaiste stuk van de marathon is. Klopt, maar het loopt wel lekker zo langs de bosrand. Met een grote boog lopen we om de Kralingse plas richting Alexander. 14.15 uur. Ik passeer het 35 km punt. Het is nu al behoorlijk warm en links en rechts van mij zie ik mensen wandelen. Aha, dus de man met de hamer woont hier in het stadsdeel Alexander. Via Alexander weer richting Kralingse plas om vervolgens richting Blaak te lopen. En dan plots ga ik mijn benen voelen. Bij het 38 km punt krijg ik kramp in mijn beide bovenbenen. Het zal mij toch niet gebeuren denk ik nog bij mezelf. Ik neem wat tempo terug en probeer niet aan de pijn te denken. Even later mijn rechter kuitbeen. Krampscheuten. En tot overmaat van ramp voel ik mijn liezen kloppen. Toen moest ik even heel hard in mijzelf vloeken. 14.45 uur. Het 40 km punt en een drankpost. Drinken, veel drinken en gelukkig gaat de pijn enigszins weg. En dan die aanzet naar lopen, dat gaat moeizaam. Ik heb geluk, mijn kramp is minder geworden. De laatste 2 kilometers liggen nog voor mij. Nog een klein stukje zeg ik tegen mij zelf, even de Ballemanseweg op en neer. En de tijd, als ik kan blijven lopen dan kan ik onder de 4 uur finishen en ben ik rond koffietijd binnen. Op het moment dat je het taai krijgt is er hulp van het publiek. Dat moedigt ons aan want die zien ook dat het voor mij en vele andere de laatste lootjes zijn. Inmiddels ben ik op Blaak en dat betekent nog

maar 1 km. Ik neem mijn laatste bocht naar rechts de Coolsingel op en ben blij dat ik de bordjes zie die de meters aftellen tot aan de finish. Ik denk dan even terug aan 9 uur vanmorgen en zeg in mijzelf “Het is wel wat drukker geworden”. Ergens tussen het publiek staan Anja en de kinderen maar ik zie ze niet, ik ben alleen met mijzelf bezig. Misschien zien zij mij wel en zullen dan wel zeggen; “waar is hij toch allemaal mee bezig”.



En dan de finish. Mijn armen wegen een paar kilo zwaarder maar ze gaan toch even de lucht in. Ik kijk op mijn horloge en zie een netto tijd van ca. 3:59 uur. “Hebben die kip” roep ik en ben blij dat ik er ben. Ik wandel nog even een stukje door en ga dan tegen een hekwerk staan. Ik kijk door de finishboog terug het parcours op. Even op mijn gemak kijken want volgens mij heb ik een stukje gemist. Want een sfeer en wat een hoop volk. Nu beseft ik het pas dat finishen op Coolsingel echt iets geweldigs is. Ik krijg mijn medaille omgehangen en ga opzoek naar heel veel drinken. Niet veel later wordt ik op mijn schouder getikt door Rene. Hij is ook gefinisht en is ook dolblij met zijn prestatie. “Misschien tot volgend jaar” zeggen we nog tegen elkaar en ik wandel terug naar de kleedruimte.

In de kleedruimte zie ik toch wel veel mensen voorzichtig wandelen. Ik ben niet de enige met kramp en vermoeide benen. Marc en Jef komen uit de douche en feliciteren mij met mijn eerste marathon. We wisselen onze ervaringen uit en dan ga ik ook onder de douche. Ik heb met Anja en de kinderen afgesproken dat we elkaar treffen op Weena, in de buurt van de grote fontein. De meiden hebben daar een plekje in de zon op een gazon gevonden. En dan gaan de mannen languit liggen en zorgen de dames voor drank....Het bier smaakt goed

en is wel verdiend. Langzaam loopt het centrum van Rotterdam leeg en wij gaan ook naar de metro om vervolgens naar huis te gaan. Daarmee passeren we nog de aankomst van de marathon waar nog steeds lopers finishen. Het is dan al 16.50 uur. Die lopers zijn bijna 6 uur onderweg en zijn nog steeds niet de laatste.

Ik denk dan nog "ik ga lekker naar huis, het is mooi geweest!!".



11-04-2011

Jan Bastiaansen