

# "Ik doe het voor de kick"

## Tien mijl in het spoor van de recreatieloper

**Vlaanderen loopt, zoveel is duidelijk. Lopen is uitermate populair geworden, conditieprogramma's als Start-to-Run, die kunnen rekenen op het engagement van een rijk welwillende BV's, hebben een ware hype ingeluid. Dat bleek nogmaals tijdens de ING Antwerp Ten Miles op 20 april.**

Die dag werd hartje Antwerpen werkelijk onder de voet gelopen door een massa lopers van uiteenlopend pluimage: jong en oud, dik en dun, man en vrouw, profs en liefhebbers, werkgever en -nemer; allen trokken zij aan zij door de binnenstad van de Scheldemetropool, en het mooie weer maakte er een echt loopfeest van.

Meer dan 16.000 fitte en minder fitte sporters verschenen om drie uur aan de start voor tien mijl, ofte zestien kilometer hard labeur. Inzet: voor de kleine groep beroepslopers natuurlijk de eindzege; de amateurs hadden andere motieven. Net als het olympische credo dat meedoen belangrijker is dan winnen, waren een weddenschap, het goede doel, werken aan de conditie en BV-spotting zowat de meest frequente 'beweegredenen'.



Drukte aan de start van de Antwerp Ten Miles.

"Al moet ik erover kruipen, de meet zal ik halen, op karakter", een vaakgehoorde lijfspreuk. Liters zweet later betekent het einde halen voor velen immers een overwinning op zichzelf. Stikkapot maar euforisch.

### Lauw applaus

Rond half zes strompelen op Linkeroever de laatste sportievelingen druppelsgewijs over de eindstreep aan de Thonetlaan. De ING Antwerp Ten Miles zit er voor de meeste deelnemers dan al op. De afbraakwerken zijn al begonnen: de dranghekken, de aankomstboog en de sponsorentjes moeten eraan geloven. Het leeuwendeel van de massaal opgekomen supporters en kijklustigen is ook al huiswaarts.

Iets voor vier uur, wanneer de snelste lopers de eindstreep bereiken, stond een menigte van 15.000 toeschouwers de toppers nog enthousiast aan te moedigen. Tweeënhalf uur later heeft het oorverdovend en onafgebroken gejoel en gejuich langs het parcours in de aankomstzone plaatsgemaakt voor een doodse stilte. In plaats van een staande ovatie wacht het handvol afgematte en rood aangelopen recreanten dat nu pas de finish overschrijdt een bescheiden applausje, wat lauwhandengeklap van familieleden en medewerkers die druk in de weer zijn met de afbraak. Een anticlimax, een domper op een dag vol loopvreugde. Onder het motto dat de laatsten de eersten zullen zijn, zetten wij de laatkomers toch nog even in de bloemen. Na de geleverde krachtingspanningen verdienen de rodelantaarndragers zeker ook een plaats op het erepodium. Dat vindt ook beroepsloper Tom Compennolle, die in de wedstrijd als vierde finishte.

"Ik heb enorm veel respect voor mensen die erin slagen om, zonder veel training, de zestien kilometer uit te lopen. Het is altijd beter om mee te doen, dan langs de zijlijn te staan lachen."

## Het podium

Gilbert (56) begon een jaar geleden met Start-to-Run, omdat hij met overgewicht kampte. Intussen verloor hij al meer dan dertig kilo, en deed nu voor het eerst mee aan de Ten Miles. "Ik

ben doodop, mijn benen wegen loodzwaar. Maar ik heb écht genoten, vooral tijdens de doortocht in de Kennedytunnel." Langs het parcours zorgde de massa supporters en sympathisanten voor heel veel lawaai, maar in de tunnel was het muisstil. "Enkel het gehijg van de lopers was te horen, dat werkte hypnotiserend en opzweepend tegelijk. Zeker toen we uit de tunnel kwamen gelopen en de toeschouwers ons opnieuw vurig aanmoedigden. Daarmee stuwden ze ons echt vooruit. Voor die kick doe ik het." Gilbert dacht nooit aan opgeven, al heeft hij zeker afgezien. "Ik wist dat ik niet te snel mocht

lopen, dan kon ik zeker tot het einde volhouden, en het is me gelukt!"

Hij vond het niet erg om voorbij gesneld te worden door profs die meedongen voor de eindzege, wat hem de laconieke commentaar deed ontvallen: "Simpel. Dat ze beter lopen als ik".



Raymond en Patrick (foto 1)

Even later komen ook Patrick (40) en Raymond (49) (foto 1), puffend en steunend, over de aankomst gestrompeld. Raymond (met fluo vest) nam deel aan de Ten Miles omdat hij zes maanden geleden door zijn baas werd uitgedaagd. Samen met alle andere collega's begon hij een tijdje geleden te trainen voor deze loodzware beproeving. Daarvoor was het van de middelbare school geleden dat hij zijn loopschoenen nog had aangetrokken. Hij weet niet of hij volgend jaar terug van de partij is.

"Vraag me dat volgende week nog maar eens. Het was leuk, maar ik had beter toch iets meer geoefend. Ik heb dit serieus onderschat." Zijn maatje Patrick wilde wel sneller lopen, maar stopte halfweg om een goede daad te verrichten. "In de Kennedytunnel werd een vrouw onwel. Ik ben ambulancier van beroep en besloot bij de dame te blijven tot de hulpdiensten ter plaatse waren. Ik verloor veel tijd en uiteindelijk kwam ik *die trage hier* tegen. (lacht) ...En samen zijn we dan naar de meet gelopen."

Bij de allerlaatsten, die pas na bijna drie uur lopen de finish bereiken, merken we Johan (61) en zijn dochter Mieke (34) op (foto 2). Johan, vroeger marathonloper, had Mieke uitgedaagd om de Ten Miles mee te lopen. Zelf kon hij de conditietraining ook goed gebruiken. "Na mijn verhuis naar Amerika ben ik door het vette eten enorm beginnen verdikken. Ik sportte ook veel te weinig." Zijn dochter vond dat hij te dik werd en dringend meer moest gaan bewegen. "Ik heb haar dan opgebeld en gezegd dat ik terug naar België zou komen op voorwaarde dat ze samen met mij de Ten Miles zou lopen." "Ik heb die uitdaging aanvaard en ben onmiddellijk beginnen trainen", pikt Mieke in. "En vandaag heb ik mijn belofte ingelost, *miljaar*. Waar heb jij me toe aangezet. Pff", zucht ze,



Mieke en Johan (foto 2)

de pijn verbijtend. "Ik heb zwaar afgezien onderweg en heb zelfs drie keer overwogen om ermee te stoppen. Maar nu ben ik echt trots op mezelf dat ik heb doorgezet en de race heb uitgelopen."

Niets dan vermoeide, maar zielsgelukkige gezichten op de Antwerpse Linkeroever. Ook dat van organisator Christophe Impens straalt. "Dit was een schitterende Ten Miles, ik ben zeer tevreden. Met bijna 17.000 deelnemers en meer dan 100.000 toeschouwers groeien we ieder jaar."

Ook de middenstand deed gouden zaken. "De weergoden waren ons goed gezind, waardoor de terrasjes bomvol zaten. Dat zullen de zaakvoerders wel merken aan hun portemonnee. (grijnst)" Impens

blijkt al vooruit naar volgend jaar. "Iedereen welkom, maar kom best niet

met de auto", alludeert hij op het fileleed dat het afsluiten van een van de verkeerskokers van de Kennedytunnel veroorzaakte. Automobilisten stonden er meer dan twee uur aan te schuiven. De volgende editie van de Antwerp Ten Miles staat 23 april 2009 op het programma.

MEI 2008

Tekst & foto's | ROOS BIJVELDS  
NICOLAS BOGAERT  
KIM VERHAEGHE