

Catch me if you can, Max

Theathermaker, actrice en Le Champion-lid **Anne Rats** liep mee tijdens de Zandvoort Circuit Run op zondag 26 maart. Ze vertelt over haar oerkreten en tranen.



Veel te vroeg sta ik op het station, onderweg naar Zandvoort. Naar de befaamde Zandvoort Circuit Run. Ik wil vandaag iets bewijzen. Niet alleen aan het parcours, maar vooral aan mezelf. Een paar weken geleden, op een heel onhandig moment in mijn marathonvoorbereiding, liep mijn vertrouwen in mijn lijf een flinke knauw op door een blessure aan mijn linkerbovenbeen. Het hield me drie weken van het hardlopen af en hoewel coach Rob Veer meteen omschakelde naar een alternatief trainingsschema, voelt het lopen nog steeds niet zo vanzelfsprekend als het altijd deed. Deze race, dit parcours moet ervoor zorgen dat ik de laatste weken voor mijn voorjaarsmarathon vol vertrouwen inga. Het is nogal een verwachting die ik op de schouders van dit parcours leg.

En jawel, eenmaal in de trein slaat de twijfel toe. Zijn die scherpe bochten op het circuit niet te heftig? En hallo, die Arie Luyendijkbocht lijkt me intens! Is de overgang van het asfalt op het CM.com Circuit Zandvoort naar het strand niet een te grote klap voor de spieren? Wat heb ik daar eigenlijk te zoeken? Ik heb helemaal niks met auto's. Sterker nog: ik heb iets tegen auto's.

Met die gedachte rijd ik Zandvoort binnen en loop ik in een grote groep mensen het circuit op. En eerlijk is eerlijk, het is nogal een epische ervaring. De omvang van het terrein, de enorme hoeveelheid deelnemers, maar bovenal het circuit dat daar op ons ligt te wachten. Dit keer zijn het niet Max Verstappen, Lewis Hamilton of Sergio Pérez die er halsbrekende rondjes gaan

maken; wij zijn het. En dat circuit ligt me er toch een partijtje sexy bij.

Na alles gedaan te hebben wat je voor je race doet (en dan nog een keer) beweeg ik me - tussen stretchende, huppelende, dribbelende mensen door - naar het startgebied. Ik ben altijd behoorlijk op mezelf, zo vlak voor ik ga rennen, maar buiten spreekt een vrouw genaamd Anja me aan. Ze wijst naar de tape op mijn been. 'Dat ziet er ernstig uit', zegt ze. Ik verzeker haar ervan dat het wel meevalt, dat het vooral voor mijn hoofd een verschil maakt, dat het mijn spieren lijkt te ondersteunen. Ze knikt. Ik vraag haar of ze zin heeft. Ze knikt. Dan vraag ik haar of ze een doel in gedachten heeft, een tijd. Ze schudt haar hoofd. 'Ik wil gewoon over die streep komen'. Ze schiet vol. Ze vertelt over een vriendin, die zo dol was op hardlopen en die er sinds kort niet meer is. Deze is voor haar. Ik kan er niks aan doen, maar ik schiet ook vol. Ik leg mijn hand op haar schouder, wens haar heel veel geluk en loop het startvak in. De warming-up is begonnen, maar ik hoor bijna niet wat er gezegd wordt. Ik ben al warm. Om 12.45 uur precies springen de lichten op groen. Mijn oude trui laat ik achter in het startvak. Daar gaan we. 16,1 km hardlopen, dat is de opdracht van de coach. Maar mijn eerzucht schreeuwt harder dan hij. Catch me if you can, Max!

Voor een niet-autoliefhebber vind ik lopen op dit circuit behoorlijk te gek. Het is technisch uitdagend - niet alleen de bochten zijn lastig, ook het hoogteverschil maakt de start van de race pittig. De Arie Luyendijkbocht neem ik zoals hij bedoeld is, heb ik me voorgenomen. Niet in de →



Maureen Koster



‘Ik kan er niks aan doen, maar ik schiet ook vol’

Heilige asfalt

Een recordaantal van 14.000 hardlopers rende op zondag 26 maart op het heilige asfalt tijdens de Zandvoort Circuit Run.

Het CM.com Circuit Zandvoort, het strand en het sfeervolle centrum van Zandvoort vormden wederom uitdagingen tijdens het meest afwisselende hardloopevenement van Nederland. De Circuit Run Specials, voor sporters met een beperking, traptten het evenement af. Maar liefst 1.000 jonge hardlooptalenten volgden bij de Picnic Kids Circuit Run. Daarna klonk het startschot voor de 4 km (One Lap), 12 km en 10 Engelse Mijl (16,1 km). De hoofdafstand van 12 km werd gewonnen door de nationaal recordhouder op de 5 en 10 km, Richard Douma (36.14). Maureen Koster werd als eerste vrouw afgevlagd (40.05). Koster na afloop: ‘Iedereen heeft hier zijn of haar eigen doel, je loopt met toplopers en recreanten. Het is leuk dat hier zoveel mensen op afkomen. Het is supergroot en ik denk dat het alleen nog maar groter gaat worden.’



Anne Rats (35) nadat ze de 10 Engelse Mijl volbracht heeft.

berm lopen, echt voelen wat dat doet, zo’n zijwaartse helling. Mijn enkels protesteren, maar de gedachte aan die raceauto’s op het circuit maakt dat ik nogmaals aanzet. Mijn snelste tijden loop ik hier op het circuit, kom ik later achter.

Ik loop het strand op, met voor het eerst in veertien jaar de wind in de rug. Het voelt heerlijk om minder hard te hoeven werken om tempo te houden en even lekker door te waaien. Aan het einde van het strand zit een enorme klim in mul zand. Het is het enige punt waarop ik even ga wandelen. Dan volgt voor mij een van de hoogtepunten van de route: een daling in datzelfde mulle zand. Ik weet hoe dat moet. Ik slaak een oerkreet en laat me voorover vallen. Kleine passen, armen wijd. Ik vlieg een

groep mannen voorbij die me lachend aanmoedigen. De Amsterdamse Waterleidingduinen vliegen voorbij. Opletten, kleine pasjes als je stijgt, houd je rug recht. Het zijn technische aanwijzingen waar ik me aan vasthoud, want vanaf hier begin ik het te voelen. De groep mannen passeert me weer en wenken me ‘ga mee’. Maar ik kan hun tempo niet bijhouden. Een van hen blijft even naast me lopen. Ik zie zijn naam niet, hij is onderdeel van een business team. Hij grijnst en zegt: ‘ik dacht eigenlijk dat ik hardlopen niet leuk zou vinden, maar het is behoorlijk mooi hier hè? Misschien ga ik wel vaker een stukje lopen.’ Ik lach en steek mijn duim op, hij zet aan en haalt zijn groep bij. Ik ploeter verder en na een laatste klimmetje Zandvoort in is het dalen, dalen, dalen en ga ik door het

dorp richting de finish. Ik zie de klokken en het geluid van het juichende publiek is overweldigend. En dan is daar de finish. Ik ontvang een flesje AA Drink en krijg een medaille om mijn nek. Ik ga tegen een muurtje aan zitten. Doe even mijn ogen dicht. Voor een aantal minuten voel ik me beroerd. Ik denk aan Anja. En aan die man die in mijn bijzijn in de Amsterdamse Waterleidingduinen overtuigd raakte van hoe fijn lopen is. Als ik mijn ogen weer open, zie ik al die mensen finishen. Mensen die net als ik vandaag bezig waren met iets waar ze zielsgelukkig van worden: lopen. Mensen van wie ik de verhalen niet ken en zij de mijne niet, maar waar ik me vandaag even totaal verbonden mee voel. Dat krijgt zo’n race maar mooi voor elkaar. Kijk ons eens gaan, Max.

