

Nieuwsbrief mei 2010 Jarri's Heroes.

In de voorbereidingen naar 12- 18 september blijken er legio mogelijkheden te zijn om je enigszins voor te bereiden op de werkelijke tocht.

Voor zondagmorgen 11 april hadden Maarten en Arjan zich ingeschreven voor een zes uren Adventure Race in Dalfsen. Voor lezers die wat minder kennis hebben van dit soort buitenissige fysieke inspanningen: bij een adventure race is het de bedoeling dat deelnemers naar eigen inzicht zo snel mogelijk controlepunten langsgaan waarbij de organisatie aangeeft wat voor vervoer gebruik mag worden. Deze vervoersmiddelen variëren nogal; mountainbike, zwemvliezen, hardloepschoenen, klmschoenen, step (kickbike heet zo iets tegenwoordig), kano/ kayak en bij deze adventure race kregen we zelfs een heuse Landrover Defender (jawel met brandstof en sleutel!) tot onze beschikking.



Afijn, na een briefing konden we ons in het geweld storten van 50 teams die zo snel mogelijk allerlei opdrachten willen gaan uitvoeren. Uitstekende organisatie die op een hele slimme manier het voor elkaar heeft gekregen om alle teams toch redelijk verspreid over diverse onderdelen te laten zwoegen en steunen. Leuke van dit soort wedstrijden blijft wat mij betreft dat je ondanks dat je lang bezig kan zijn je moet blijven nadenken bij oriëntatie, planning en tactiek. Uiteindelijk hebben we alle punten binnen kunnen slepen, binnen de tijd gefinisht en daardoor op de 16^e plaats geëindigd.



Wat natuurlijk nog veel belangrijker is in de aanloop naar Duchenne Heroes is het kilometers maken op de fiets. In het vroege voorjaar hebben we een aantal afspraken gemaakt om te zien dat we met ons allen diverse trainingsmomenten hebben.

De eerste keer was 18 april naar Spa. In alle vroegte zijn we aangereden om uiteindelijk om 9.00 te kunnen starten met het fietsen. Hele dag mountainbiken, leuk gezelschap en het mooiste weer van de wereld, wat wil een mens nog meer! Uiteindelijk hebben we met drie lussen rondom Spa 75 kilometer weten te maken. Gemiddelde snelheid lag rond de 19 kilometer per uur (lag aan het route zoeken hoor, echt niet aan onze klmsnelheid) Na afloop nog een heerlijke Italiaans schepijs van uitstekende kwaliteit weten te scoren om onze calorieën weer een beetje aan te vullen.

Nieuwsbrief mei 2010 Jari's Heroes.

De laatste gezamenlijke training stond gepland voor 2 mei. Ondanks de weersvoorspellingen (regen, wind en koud) toch maar naar het zuiden afgereisd om in Valkenburg aan de Geul om 08.45 te starten. Immers staat Zuid Limburg tijdens de Duchenne Heroes voor dag 3 en 4 op de rol. We hadden bedacht dat we dit keer dan ook maar de 100 km moesten gaan. En jawel hebben we de 100 km gehaald (oké 98,6 km) maar ook met alle soorten weer die kunnen voorkomen (regen/ wind/ hagel en zon). Geweldig mooi gebied om doorheen te rijden. We hebben ons gemiddelde gelukkig iets omhoog kunnen brengen naar 23 kilometer per uur.



Helaas is Isabelle geveld door een zware blessure (enkel) en kan daardoor niet haar trainingskilometers halen. Tot overmaat van ramp is Lex eveneens geblesseerd geraakt, toen hij tijdens een fietstocht in Engeland op zijn hoofd is gevallen. Een beetje extreme manier om de valhelm breek test uit te voeren. Gelukkig maakt hij het goed, maar beide zullen niet op tijd hersteld zijn om voldoende getraind aan de toertocht te beginnen. Ons team gaat nu verder met 3 man.



Wat betreft onze sponsorbedrag; vanwege het uitvallen van Isabelle en Lex en het feit dat de door hun aangedragen sponsorbedragen op het team Jari's Heroes blijft staan, zitten we nu boven het benodigde inschrijfgeld. Dit neemt niet weg dat we wel actief blijven zoeken naar nieuwe sponsoren. We steunen immers een uitermate goed doel!

Nog ruim 4 maanden te gaan voor meters aan trainingen zowel in lengte meters als ook in hoogte meters. Mochten jullie nog mogelijkheden zien voor sponsoring dan houden wij ons van harte aanbevolen. Volgende teamtraining staat gepland in juni. Twee dagen in Houffalize (België), waar we twee maal 100 km zullen gaan fietsen. Prima training in de Belgische Ardennen, want de startdatum nadert!