

De Berenloop: afzien en genieten op Terschelling

Vorig jaar gooide een zware storm roet in het eten, maar morgen is het weer zover. De Berenloop. Vrijwillig genieten en/of afzien op Terschelling.

PETER VAN DER MEEREN
M.M.V. MIRIAM HAIJE

An de zeventiende Berenloop wagen zich morgen bijna 4900 personen. Daarvan beginnen 715 aan de marathon (42 kilometer en 195 meter). De bijna 4200 anderen gaan van start voor de halve marathon.

„De voorspellingen zijn gunstig, maar het zal toch weer zwaar worden”, voorspelt Dirk de Boer, voorzitter van het organiserende comité. „Dat hoort ook bij de Berenloop.”

Gezien de vooruitzichten zal het opnieuw flink waaien, maar niet zo extreem als vorig jaar, toen tot afgestanst moest worden overgegaan.

Een besluit waar De Boer nog altijd geen telspijt van heeft. „Zo dachten gelukkig vrijwel alle deelnemers erover. Het was veel te gevaarlijk.” „Een zeer richtige beslissing”, zegt ook Andreas Riekötter. Een zeer juiste beslissing. Riekötter is morgen één van de 29 Duitse deelnemers. In 2012 waren dat er nog 14. „Ha, wat leuk”, aldus Riekötter. „Ik heb daar wel iets mee te maken. Ik maak steeds meer vrienden enthousiast voor de Berenloop. Nu is er voor het eerst een groep uit Bocholt mee.”

De 52-jarige inwoner van Paderborn (430 kilometer van Harlingen) staat voor zijn dertiende Berenloop, die qua buitenlandse deelname voorts 17 Belgen, 2 Britten en 1 Luxemburger trekt.

„Ik heb al veertig jaar een band met Terschelling”, vertelt Riekötter. „We gingen er jaarlijks met een groep jongens van het katholieke jeugdwerk heen. Ik ben later op alle Waddeneilanden geweest, maar Terschelling is het mooiste. Op dit eiland ben ik verliefd.”

Sinds 2001 stemmen Riekötter en

Aandacht voor de vrouw met het startnummer 2833. Zij is 76 jaar!

zijn partner Claudia Rehage uit Kassel (morgen loopt ook zij de 21,1 kilometer) hun najaarsvakantie af op de Berenloop. „We gaan donderdag al van huis en rijden precies een week later terug. Zondag is de topdag, met na de finish een paar gezellige uurtjes in De Braskoer. Sicher, dan nemen we een paar biertjes. Zaterdagmiddag, als we de startnummers hebben opgehaald, ook. Maar niet meer dan drie. Of vier. Anders wordt de Berenloop wel heel zwaar.”

Riekötter waagde zich op Sklyge ook al eens aan de marathon. „In 2004 liep ik 3,46. Nicht schlecht, oder? Mijn beste tijd op de halve is 1,43. Ach, ik hoef niet te winnen, het gaat om de sfeer en de gezelligheid. Het is een jaarlijkse reünie.”

Met startnummer 2833 gaat Johanna Kempenaar morgen beginnen aan de halve marathon. Is dat het vermelden waard? Jazeker. Johanna Kempenaar is namelijk inmiddels 76 jaar!

„Ik voel me zeer bevoorrecht”, aldus de inwonster van Rijnsaterwoude, die tevens met trots meldt dat haar schoonzus Friezin is én dat ze de Elfstedentocht al 34 keer heeft gefietst. „Dat mag je ook gerust een gezonde verslaving noemen.”

Johanna Kempenaar zette zestien jaar geleden voor de eerste keer voet op Terschelling. „Een vriendin had me enthousiast gemaakt voor de Berenloop. Het was prachtig. Dat stuk over de Longway was zwaar, maar ik



Sfeerbeeld van vorig jaar toen enkele honderden lopers zich ondanks de storm toch op het parcours van de Berenloop waagden. FOTO ANNE ZORGDRAGER

wel toch genoten van al die bomen met hun mooie goudgele herfstkleur.”

Ze lacht uitbundig. „Zestig jaar waren we en weet u waar we sliepen? In de jeugdherberg!”

De eerste Berenloop smaakte naar meer. „Op m'n 62ste liep ik mijn eerste marathon. In Berlijn, viereenhalf uur.” Daarna volgden nog zes marathons. „Allemaal in het buitenland. Drie keer in New York en een keer op het 'klassieke' parcours in Athene. Dat zeg ik: ik ben een gezegend mens.”

„De krante loopster – ze blijft een week op Terschelling - voelt de jaren echter wel. „Ik heb behoorlijk last van mijn rug. Dit zou best eens mijn laatste Berenloop kunnen zijn. Maar wat heb ik te klagen? Niets toch!”

Ze lacht opnieuw. „Ik hoop dat al die vrijwilligers op me willen wachten voor ze de boel gaan afbreken.” Dat garandeert Dirk de Boer bij deze. Over vrijwilligers gesproken: „We hebben er ongeveer 650. De één helpt een halfuurtje, de ander een hele dag, maar ze zijn allemaal onmisbaar.”

Onmisbaar, voor zowel hardloper als vrijwilliger, is ook een goede voorbereiding. Veel atleten werken groepsgewijs toe naar de Berenloop.

Man met kanker wil op Terschelling zijn laatste marathon lopen

Dit gebeurt bij atletiekverenigingen en loopgroepen.

„Dat kan in ruim twee maanden, mits je al een goede basis hebt”, aldus Ylona Kruis, in juni winnares van de marathon rond de Snijser Mar. „Voor de halve marathon moet je al behoorlijk vijftien kilometer kunnen lopen, voor de marathon een kleine dertig.”

Kruis is lid van AV Horror, de vereniging uit Sneek die morgen met 70 man/vrouw meedoet. Bij Lionitas Leeuwarden (61), AV Heerenveen (52) en de Loopgroep Leeuwarden (51) is de animo voor de Berenloop eveneens groot. Clubs uit Amersfoort (40), Groningen (34), Leiden en Harderwijk (33) komen ook met grote ploegen. „Wij reizen op unieke wijze”, zegt Kruis. „We huren een clipper en steken met vijftig personen de Waddenzee over.”

Gezellig, maar de athlete uit Ysbrechtum wil ook goed presteren.

Met Jan Albert Veenema als haas (hij finishte in 2012 in 3,03, een half uur achter winnaar Jan Venhuizen uit Smilde) hoopt Kruis in haar achtste marathon rond de 3,13 te finishen. „Maar ik pin me nergens op vast.” „Ik beschouw het meer als een training voor de Zestig van Texel van

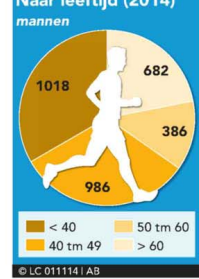
Naar deelname (2014)



volgend jaar. We willen halverwege doorkomen in 1,35 en dan zien we wel. Zwaar is het altijd, maar ondanks dat geniet ik ook altijd. De Berenloop is voor mij speciaal omdat dit in 2006 mijn eerste halve marathon was.”

De organisatie heeft geen extra maatregelen genomen naar aanleiding van sterfgevallen eerder dit jaar tijdens onder meer de triatlon van Ameland. „Iedereen moet voor zichzelf goed de risico's afwegen”, zegt

Naar leeftijd (2014) mannen

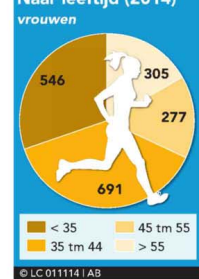


De Boer. „Je moet echt heel goed getraind zijn.”

Dirk de Boer c.s. hebben gisteren besloten een speciaal verzoek van een deelnemer te honoreren.

„Deze man lijdt aan alvleesklierkanker en wil graag op Terschelling zijn laatste marathon lopen. We hebben het er goed over gehad en hebben besloten dat we dit niet moeten weigeren. Hij mag eerder starten en we zullen een extra oogje op hem houden.”

Naar leeftijd (2014) vrouwen



Hier komen de 4891 deelnemers vandaan

