

Skippyballen en roze olifanten op gymschoenen

Vanuit een onrustige slaap veer ik op. Om me heen is het stikdonker. De stilte is oorverdovend en ik vraag me kort af waar ik ben. Tot opeens: ***bam bam* *bam bam***, m'n hartslag de stilte doorbreekt. Ik beseft me dat ik in de Ardennen ben. Het is 14 augustus 2010, 3 uur in de morgen. Ik heb 7 maanden lang getraind voor deze dag. Vandaag is mijn eerste echte Luik – Bastenaken – Luik.

Een wielerliefhebber neemt alleen genoegen met de buitencategorie. Zijn materiaal moet perfect zijn, zijn kleding moet als gegoten zitten, z'n lijden moet hets zijn, z'n bril moet flitsend zijn, als het slecht weer is moet het de zondvloed zijn, als het warm is moet het bloedheet zijn, als het eten is moet het heerlijk zijn én, als hij het zelf in de hand heeft, moet zijn verblijfplaats uitmuntend zijn. Om deze reden verblijf ik bij Annemarie in het [CCR](#). Op vrijdagavond zijn we aangekomen, waar ik een wat bezorgde blik in haar ogen meende te zien toen ik vertelde dat ik alleen zou rijden. Ik hoop maar dat ik me dat inbeeldde. Nu zit ik om half 5 aan een uitgebreid ontbijt, en spreek voorzichtig mijn ontzag uit naar de combinatie van afstand en hoogtemeters die voor me ligt. *"Toen ik LBL reed, wilde ik er op de Redoute af",* vertelt Annemarie me, *"maar er stond zo veel publiek, dat ik me dat niet liet gebeuren."* Ik hou me vast aan het idee dat publiek en aanmoedigen je ook na ruim 200 kilometer in het zadel kunnen houden.

Om iets voor 6 uur rijden we de parkeerplaats in Luik op. Trainingsbroek uit, schoenen aan, helm op en voorzichtig rijdend naar de start. Er hangt een opgewonden spanning, en menig coureur is z'n materiaal voor een laatste maal aan het controleren. Ik zet nog iets spanning op m'n voorband, zeg m'n fantastische team gedag en klik m'n pedalen in. M'n hartslagmeter geeft 129 slagen aan, 89 boven m'n rusthartslag. Aan zenuwen geen gebrek.

Luik uit komen vergt nogal wat vaardigheden. Na de nodige wegopbrekingen en verkeerslichten draaien we de stad uit en gaan we praktisch meteen omhoog. De Cote d'Embourg is de eerste officiële col in het routeboek. De col is niet extreem zwaar, maar omdat ik nog niet warm ben doe ik maar rustig aan. Waar we in een aardig peloton aan de klim beginnen, ligt het veld halverwege al volledig uiteen. Enkele renners rijden indrukwekkend hard omhoog, waar anderen zich, mede met oog op alles wat nog komen gaat, toch wat inhouden. Ik probeer een mooie groep te vinden, maar als dat niet lukt rij ik alleen door. Als ik bijna boven ben haak ik in bij drie heren uit Zwolle, waarmee ik rustig doorrijd.

Via de eerste afdaling en het nodige valse plat schieten we de brug over en knallen we tegen de [Chambralles](#) op. Deze heb ik tijdens [Tilff Bastogne Tilff](#) goed verteerd, ondanks de flinke hellingspercentages. Vandaag voelt alles anders. Ik heb na 50 meter het gevoel alsof ik veel te veel suiker binnen heb gekregen en ik voel me heel weëig. Ik probeer een ritme te vinden, maar dat valt nog niet mee. Na de eerste bocht naar links gaat het beter en ik probeer staand door m'n slappe gevoel heen te trappen. Plots hoor ik een paar bochten lager een hoop

getoeter. Een grote Belgische stationwagon scheurt omhoog en hij is niet enthousiast over de fietsers voor hem. Met kunst en vliegwerk weten we hem te ontwijken en uiteindelijk ben ik boven. Ik heb wel het gevoel dat dit soepeler had gekund. Ik besluit dat de zenuwen nog niet helemaal weg zijn.

Waar ik normaal in de eerste 40 kilometer een beetje warm kan draaien, biedt dit parcours je daar geen gelegenheid toe. Er is nergens rustig vlak stuk waar je even de benen warm kan draaien en ik merk dat ik daar moeite mee heb. Over een heuvelrug fietsend probeer ik m'n eerste reep naar binnen te werken, maar de volgende afdaling ligt al weer op de loer. Met een reep half in m'n mond en m'n handen in de beugel knal ik omlaag. Vervolgens draaien we de laatste lange klim op, alvorens we richting Champ de Harre gaan voor de eerste stempelpost. Ik loop hier 5 minuten achter op m'n schema, iets waar ik niet ontevreden over ben. Een stempel, een stroopwafel, even ruimte maken voor nieuwe isostar en ***hup*** op de fiets. Op naar Bastogne!

Wat me in de volgende kilometers overkomt is me een raadsel, en wel een van het soort waar je hoofdpijn, of in mijn geval: buikpijn, van krijgt. Ik vraag me af of de stroopwafel zich wreekt of dat het de temperatuur van de isostar is. Misschien ligt het aan het tijdstip in combinatie met de inspanning en het vele eten dat ik al heb gedaan, maar ik heb het gevoel alsof ik een skippybal heb doorgeslikt. De uivormige handvatten prikken net links van m'n navel en ik raak een beetje in paniek. Wat is hier in vredesnaam aan de hand? Ik laat m'n tempo iets zakken en ga rechtop zitten. Dit gaat beter, maar lekker is het nog niet. Ik rij een dal door en zie een weide. Hierboven hangt nevel, de zon komt op en ik zie twee prachtige paarden gezamenlijk door de morgenzon en -nevel galopperen. Dit aangezicht verzacht de pijn. Tot ik weer voor me kijk en ik de weg vervaarlijk omhoog zie lopen. Alle hens aan dek! Wat is dit en waarom staat het niet op de kaart, vraag ik mezelf af. Ik weet gelukkig een lekker tempo te vinden, focus me op m'n ademhaling en krijg zo m'n hartslag op een keurige 148 slagen per minuut. Ik rij in een redelijk tempo omhoog, en heb het idee dat ik sterker word. Een heerlijk gevoel.

Zoals met zoveel op het eerste gezicht goede ideeën, blijkt ook mijn bedachte herstel onrealistisch. Ik kom namelijk boven, neem een slok drinken en voel de skippybal weer. Mijn hemel, hoe moet ik dit gaan doen. Hoe ver is het nog naar Bastogne? Ik besluit m'n eigen regel te breken en kijk naar m'n afgelegde kilometers. Nog 14 kilometer, dan ben ik er. Dat valt mee, hou ik mezelf voor.

Wederom een naïef idee. 14 kilometer door de Ardennen heuvels is, op het moment dat je slecht zit, het equivalent van 187 normale-mensen-kilometers. Ik ploeter en ik steun en maak mezelf wijs dat ik bijna op de helft ben. Dat dit de helft van de naam van de tocht is, en niet van de afstand, vertel ik mezelf er niet bij.

We rijden over de snelweg heen en slaan rechtsaf. Ik zie "Bastogne" op de borden staan. Dat moet goed zijn, bedenk ik me. Links, rechts, omlaag, en... ik zie vlaggen. "[Le Champion](#)" staat er. Ik wil snel naar de stempelpost, en dan mijn fantastische team zoeken. Nog voor de stempelpost hoor ik echter "*Hey, hier!*", en ik zie Jel, Dave en Nicole staan. Ze hebben een krat met alle goodies voor een renner mee en ik word volledig opnieuw bevoorrad. Ik vertel dat ik niet best lijkt te zitten en ik zie aan hun ogen dat de vergelijking tussen mij en de rest hen tot dezelfde conclusie heeft gedwongen. "*Je bent nu hier, ik weet zeker dat je het nu ook redt,*" krijg ik te horen. Ik wil het geloven, neem afscheid en rij door. Daar gaan we, op naar Wanne.

Ik weet dat dit moeilijke kilometers gaan worden. Ik zit nog niet halverwege, terwijl ik wel al in Bastogne ben geweest. Ik denk dat ik ook de volgende 50 kilometer wel even wegtrap, terwijl ik juist dit deel van het parcours niet ken. Ik lig nog maar 10 minuten achter op m'n snelste geschatte schema en wil dit vasthouden. Dit lukt vanzelfsprekend niet.

Ik kom nu in een deel waar het uitgestorven is, de heuvels hoger en de afdalingen korter zijn, de wind harder is en het wegdek slechter is. M'n skippybal komt terug, en ik val voor m'n gevoel helemaal stil. Op iedere col word ik door alles en iedereen voorbij gereden. Strak gesoigneerde renners, oude krakkemikkige fietsen, roze olifanten op gympen, oude vrouwen in rolstoelen, pelotons afgetrainde renners, vrachtwagens en muizen op rolschaatsen: allemaal razen ze me tussen de zwarte sneeuw door voorbij. Ik weet niet meer wat ik moet doen. Wat gebeurt er allemaal? Ik sta volledig geparkeerd en rij een helling van 5 procent met nog geen 10 kilometer in het uur op. Ik kan wel janken, maar zelfs dat lukt niet meer. Ik word voorbij gereden door een jongen op een mountainbike. Dat is nog eens lekker voor de moraal. Ik weet niet meer wat ik moet doen.

Dan zie ik in een afdaling een man zwaaien. Een agent. Ik schrik me kapot, wat is hier gebeurd? Ik zie een auto met een kontvormige ster in de ruit. Ik zie een fiets in tweeën liggen en een renner beteuterd met de bestuurder van de auto praten. Dit kan dus ook. En dat gaat mij niet gebeuren. Ik heb hier keihard voor gewerkt, ben maandenlang op freaking zondagochtend om freaking 7 uur met freaking min 8 graden de fiets op gegaan en ga dit niet weggeven. Ik ga hier niet jammerend met een skippybal in mijn buik ten onder door een valpartij of door een opgave om welke reden dan ook. Ik moet hier door. Ik weet me te herpakken en de routegod is me goed gezind: we draaien een kilometer of 8 vlak, waardoor ik weer ritme kan pakken.

Ik zie een bord naar rechts, daar moet de Wanne zijn. Ik weet dat deze pittig kan zijn en bereid me voor. Terug naar de triple en bijschakelen als het kan. Op het eerste stuk staan hele pelotons renners geparkeerd. Ik rij er redelijk makkelijk voorbij. Dit gaat goed! Halverwege even uitwijken voor een vrachtauto en door naar boven. Ik voel zweet van m'n lichaam lopen en het voelt fantastisch. Dit is klimmen zoals een renner wil. Het shirt open, zweet langs de kop, kuiten op spanning en dansen op de pedalen. Wat een heerlijk gevoel!

Boven opnieuw bevoorraden, even een vlug woord, en snel terug op de fiets. De afdaling in die ik sinds T-B-T toch wat vrees. Ik rij gelukkig vrij alleen en weet heelhuids beneden te komen. Met een aardige snelheid kom ik Stavelot binnen. Ik moet vol in de remmen om de Stockeu niet te missen en draai scherp naar rechts. Eén van de grote cols van de dag. Ik besluit zo lang als ik kan te blijven zitten. 10 procent, 12 procent, 17 procent: ik zit nog steeds. Dan gaan we over de twintig procent heen en ik moet staan. Ik probeer m'n fiets niet achterover te trekken en zie m'n blikveld versmallen. Tussen de zwarte vlakken door zie ik nog een smal verticaal streepje weg. Ik hoor m'n fantastische supporters roepen dat het bijna afvlakt en probeer door te draaien. Plots zie ik koning Merckx in het koper naast me opduiken. Ik steek m'n duim naar de meester op en ploeter door omhoog. One down, one to go!

Om weer terug te komen bij Wanne moet een flink klimmetje worden bedwongen. Omdat je lichaam toch nog wil herstellen van de Stockeu, gaat dit niet van harte. Heel langzaam peddel ik omhoog. Ik merk wel dat ik minder moeite heb om één ritme te houden. Ik krijg extra moraal wanneer ik zie dat menigeen achterstevoren op de fiets zit. Het is drukkend stil in alle plukjes renners die ik tegenkom. De afstand en de cols beginnen zich te laten gelden!

Via Wanne gaan we weer naar beneden, en we rijden in een lus via Werbomont de donkere wolken tegemoet. Ik besluit om tot Aywaille m'n blik op oneindig te zetten. Dit stuk kon nog wel eens langer gaan duren dan ik wil op dit moment. Apatisch voor me uit kijkend, peddel ik met een acceptabele snelheid door het Waalse land. Ik vermoed dat ik nog een kilometer of dertig moet naar de stempelpost en dan de Redoute op zal draaien. Dan ineens: "*Heeeeeeey, hieerrrrrr!*" Ik kijk naar de overkant en voor een leegstaand pand zit m'n team lijkt het wel. Speelt de stroopwafel weer op? Dit keer zie ik geen zwarte sneeuw, ze moeten het dus echt zijn. Wat super, ze zitten op een extra punt in het parcours, dat is nog eens goed voor de moraal! "*Hoe wisten jullie nou dat ik hier langs zou komen?*" vraag ik. "*Hoe we dat wisten? De stempelpost is om de bocht, maar daar mogen we met de auto niet komen,*" hoor ik. Ik zit al verder dan ik denk!

Ik word voor de laatste keer bevoorrad, krijg een laatste trap onder m'n reet en ga vrij opgetogen weer op de fiets zitten. Ik rij de bocht om en na een korte afdaling stempel ik voor de twee na laatste keer. Ik zie menig renner er doorheen zitten, terwijl ik lijk te verbeteren. De skippybal is leeggelopen en de uiers steken niet meer door m'n navel. Ga ik het dan toch halen?

We rijden licht omhoog en draaien oostwaarts de eerste bui in. Ik verwelkom de regen als een aangename verkoeling. Op menig heuvel ben ik nu degene die gevolgd moet worden, en dat is ook wel een lekker gevoel. Achter in het peloton wonen de mongolen en ik heb vandaag het merendeel van de tijd nog achter hen doorgebracht, maar nu wordt alles beter. Omhoog, omlaag, omhoog, op ieder bultje kan ik blijven staan. Wat een gevoel is dit!

Via Stoque / Kin daal ik af richting Aywaille. Het wegdek is hier van ongelooflijk Waals niveau, dus ik hoe m'n handen in de buurt van de remmen. De bocht draait naar rechts en voor ik het doorheb sta ik in een soort grindbak. De weg is hier opgebroken! Wat is dit? Als ik hier doorschiet en op m'n bek ga is alles voor niets geweest. Heel rustig step en loop ik door de losse stenen. Beneden onder het viaductje door en rechtsaf naar m'n vriendin: [Cote de la Redoute!](#)

Voor het water links, de brug over rechts, tussen de huizen door en de weg begint te stijgen. Ik zie renners die al ver voor het viaduct op de pedalen gaan staan. Dat wordt een lange klim voor hen, kan ik me voorstellen. Ik neem me voor om me niet op te blazen en wil zo lang mogelijk blijven zitten. Het rechte stuk langs de snelweg is verlengd, valt me op. Vorige keer was dit een paar honderd meter, maar nu is het zeker een paar kilometer. Gelukkig is alles zwart om me heen, dan kan je niet gedemotiveerd worden als je de top ver van je af ziet liggen.

Instinctief draai ik naar links en ik hoor m'n fantastische supporters roepen dat het goed gaat. Ze staan hier gewoon in de regen om mij omhoog te schreeuwen! Het moet en zal me lukken, *"impossible is nothing"*, denk ik bij mezelf, en ik draai in één tempo door. Ik zie het monument en nog blijf ik zitten. Het steile stuk begint en ik kom iets overeind. Ik hoor kabaal achter me en er komen twee losers met een motor omhoog. Veel gelach en veel gegas en ik stik bijna in hun ranzige uitlaatgassen. Ik sta een moment volledig stil. Een 'sur place' zoals nog nooit vertoond. Ik word kwaad: *"Tief op met je stinkmotor!"* hoor ik mezelf roepen. Heb ik hier nog lucht voor? Dat verbaast me, moet ik zeggen. Dan komt m'n pedaal weer in beweging. Langzaam en recht naar voren. De ander volgt, en ik vermeerder vaart. Ik kan zelfs bijschakelen. Het vlakt af en ik zie het tweede steile stuk. Dit gaat lukken!

Op het tweede stuk geef ik gas bij. Ik hoor gejoel en zie publiek. *"Allez Allez!"* Het lukt! Ik schiet bijna vol, maar weet het af te houden. *"Focus, concentratie, je bent er nog niet,"* hou ik mezelf voor. Ik stempel voor de laatste maal en rij via Sprimont richting Luik. De [Cote du Hornay](#) is me niet eens opgevallen. Het maakt me niet meer uit, ik moet het redden. *"Scherp blijven, op de fiets blijven zitten, en je haalt het!"*, hou ik me voor. Via vals plat omlaag rijden we naar Luik. Op een mooi stukje vlakke weg gaat het hol nog even flink open: het paardje ruikt z'n stal en ik weet nog een nieuw vaatje benen te vinden. Met 40 in het uur komen we aan de rand van Luik.

Zaterdagmiddag in Luik is verkeerstechnisch op zijn minst uitdagend te noemen. Via veel gezwabber, gerem en gecorrigeer draaien we door de stad. We mogen nog een stukje over kinderkopjes, om de spieren goed los te schudden. Dan zie ik een gebouw dat ik meen te herkennen. Vlaggen, muziek, gejuich. Ik zie ballonnen en hoor champagne knallen. M'n beeld wordt troebel en ik zie nog net Jel's schouder op me afkomen. Ik ben binnen...

Luik Bastenaken Luik was een fantastische ervaring. Ik heb voor het eerst zo lang en zo gericht naar iets toe getraind en heb nog nooit eerder op het *moment supreme* zo slecht gezeten. Eerst zat ik continue alleen en ver achter de mongolenwaaier en later reed ik menigeen voorbij waardoor ik nog in geen wiel kon zitten. Ik weet niet meer precies hoe ik op sommige punten door ben gegaan en door welke factoren ik het allemaal uiteindelijk gered heb. Wat ik wel weet, is dat ik het zonder m'n fantastische supporters en uitmuntende team niet had kunnen doen. Ik wil iedereen bedanken voor de lieve kaartjes, aanmoedigingen en smsjes. Ik wil speciaal m'n supporters en team onderweg bedanken. Zonder jullie had ik niet genoeg kunnen eten en drinken, had ik niet de noodzakelijke schoppen onder de zak gehad, was ik niet de Stockeu opgekomen, had ik op de Redoute rechtdoor gereden, was ik op de Wanne op een bankje blijven liggen, had ik niet zo'n super ontvangst in Luik gehad, kortom: had ik dit alles niet kunnen doen. Dank jullie wel!