

YES!!! TOP 3.....

Afgelopen zaterdag, 11 oktober jl., stond hij dan eindelijk op de agenda: de Chrono Valdieu.



Ter ere van de 40^e verjaardag van de [Wielervrienden Eijsden](#) werd een oude traditie in ere hersteld: een afsluitend clubkampioenschap (tijdrit) van 8 kilometer in de omgeving van het mooie klooster van Valdieu (B). Een sterk glooiend parcours met in totaal ongeveer 100 hoogtemeters.

Al van het begin van het seizoen had ik hier naar uitgekeken en eigenlijk is dit voor mij ook dé reden geweest dat ik mij dit jaar überhaupt aan de discipline tijdrijden heb gewaagd. Absoluut geen verkeerde keus, zo is inmiddels wel gebleken. Na de Monstertijdrit twee weken eerder probeerde ik mijn vorm zo goed mogelijk vast te houden. Ik deed wat korte inspanningen op de Tacx, reed een week van te voren in behoorlijk regen- en modderachtige omstandigheden met een combinatie van team 1 en 2 een snelle ronde over Maasmechelen (B) en verkende tot tweemaal toe nog even het parcours. Immers, dit laatste lag bijna in onze achtertuin.

Tijdens de verkenning bleek al snel dat een tijdrit met hoogteverschil iets heel anders is dan mooie vlakke stroken weg. Het was dan ook niet verwonderlijk dat ik me in de eerste kilometers te snel opblies en niet goed doseerde. Zeker de tweede verkenning op slechts 2 dagen voor de wedstrijd ging helemaal mis. Er stond een behoorlijke wind op kop en al snel joeg ik mijn ademhaling helemaal over de kop. Het leek wel bijna hyperventileren!

Nee, een fatsoenlijk training, waarbij ik de 8 kilometer in een mooi ritme vol kon maken, bleek niet meer te lukken. De nervositeit begon dan ook wel toe te slaan. Ik analyseerde bijna dagelijks nog maar weer eens de verrichtingen van andere club- en teamleden in de voorbije weken (gemiddelde snelheid, indeling, etc.) en hield de weersvoorspellingen nauwlettend in de gaten.

Andersom werden ook mijn verrichtingen in de voorbije weken nauwlettend gadegeslagen door collega teamleden en in de regenachtige rit van een week eerder, werd de druk op mijn schouders nog maar eens verhoogd. "Als jij volgende week zo rijdt, win je met dikke cijfers in team 2. En we durven er een wedje op te maken dat je het zelfs de jongens van team 1 lastig kunt maken", zo klonk het veelvuldig. Tuurlijk, dat was ook mijn doelstelling: winnen in team 2 en proberen top 5 overall.

Zoals inmiddels bijna gewoon, bracht ik mijn 'stalen ros' reeds de avond voor de wedstrijd in orde. Een goede poetsbeurt (was hard nodig na dat modderbad.....), alles nog eens goed smeren en de tijdrtritbeugels weer gemonteerd. De benen werden glad gemaakt en alle kleding, voeding, etc. klaargelegd.

De dag van de wedstrijd brak aan. Omdat er op voorhand niet bekend werd gemaakt in welke volgorde gestart zou worden, ging ik uit van een late start. Een dergelijk korte en explosieve afstand vraagt om een lange warming-up, des te meer omdat ik nog altijd wat last had van mijn knie na de Monstertijdrtrit. Omdat we echter rond de klok van 13:00 uur met de gehele club en dus gezamenlijk richting start zouden rijden (10km), was dat ter plekke niet mogelijk. Dus klom ik rond de klok van 12:00 uur op de Tacx voor een stevige warming-up. Met nog een half uur op de klok, stapte ik af, wisselde mijn Tacx-wiel voor mijn racewiel, nam nog een stevige lunch, een goed glas bietensap en vertrok richting verzamelplek.

Gezamenlijk ging het vervolgens richting Mortoux, een klein gehucht op zo'n 500m voor de start. Omdat het parcours een doorgaande weg betreft, was deze niet verkeersluw en konden we daar niet als groep van 40 deelnemers halteren. Vandaar dat er vanuit het gehucht Mortoux op afroep, één voor één richting de startlijn werd gereden.

Inderdaad! Pas laat in de startlijst. De gok voor een stevige warming-up op de Tacx had dus goed uitgepakt. Ik nuttigde nog twee gelletjes voor de laatste portie suikers, dronk nog een hele bidon leeg voor het vocht en begaf mij naar de start. Ik werd daar weer netjes opgevangen, klikte mijn beide voeten in de pedalen en het aftellen begon. "5, 4, 3, 2, 1... Go!", en weg was ik.

De eerste 50 meters liepen enigszins omlaag dus ik zette, staand op de pedalen, flink aan tot in de eerste bocht. Ook nu weer stond er wind; dit keer iets minder en schuin van voren, maar met een glooiend parcours toch een gevaarlijke combinatie. Na de bocht pakte ik mijn liggende houding en probeerde te consolideren op een hartslag van 175-180bpm en een cadans van 90rpm. "Dat gaat best lekker", dacht ik na de eerste 2 kilometer met een snelheid van 38km/u, "veel beter als in de trainingen. Dit ga ik nog volhouden ook!". Toch nam ik iets gas terug, want het venijn zat 'm in de staart zoals ze dat zo mooi zeggen. De eerste 4 kilometer waren weliswaar vals plat, maar voelden dat eigenlijk niet. Pas na 3 kilometer kwam het eerste hellend vlak. Daar kwam ik lichtjes uit het zadel – ik bleef in liggende

houding – om extra druk te kunnen zetten op de trappers. Ook schakelde ik 1 tandje terug. Op zo'n moment blijkt parcourskennis toch wel erg fijn.

Na een lange, wijde bocht naar rechts volgde een S-bocht en reed ik over de brug het rechte stuk op langs het klooster van Valdieu. Dat was ook meteen de start van het tweede, meer glooiende gedeelte van het parcours. Bij het uitrijden van de bocht, had ik de eerste renner in het vizier en omdat ik redelijk vooruit kon kijken was nummer twee ook niet meer ver. Onder luide aanmoediging van collega clubleden, zette ik nog eens extra aan. Het lukt mij om de snelheid rond de 34-35km/u te houden en ook de hartslag bleef netjes rond de 180bpm. Omdat mijn fiets is uitgerust met een triple (50-39-34) in combinatie met een 11-23, schakelde ik wel van buiten- naar middenblad, oftewel van 50 naar 39. Ik had zo wat meer speelruimte voor de laatste kilometer, want daar wilde ik niet nog op de voorbladen hoeven terugschakelen. Mocht de vermoeidheid toeslaan, zou 50-23 dan net te zwaar kunnen zijn.



De cadans bleef netjes rond de 90rpm, en voort ging het. Nog voor de eerstvolgende bocht vlakke de weg weer wat af en schakelde ik weer wat bij. Het tweede voor mij gestarte clublid moest er aan geloven. Met een aardig snelheidsverschil reed ik hem voorbij. Met nog 2 kilometer op de klok pakte ik nummer drie ook nog even mee en zo had ik al drie minuten te pakken. Uiteindelijk moet ik dat wel in perspectief plaatsen, want er zat geen logische volgorde in de startlijst. Alle 5 de teams, van jong tot oud, van langzaam tot supersnel, starten door elkaar.

“Nog twee bochten, nog twee kilometer, nog 1 moeilijke passage naar de finish”, zo bedacht ik me. Alhoewel steeds moeilijker, zette ik nog eens extra aan. De laatste kilometer (nog niet eens het steilste hellend vlak) zou het moeilijkst worden. Na de voorlaatste bocht trekt het klimmetje door naar de finish. De finish die je echter niet ziet, omdat er op 150m nog een laatste flauwe bocht ligt. De vermoeidheid sloeg nu toch wel toe en de snelheid begon te zakken, uiteindelijk net onder de 30km/u. Ik perste er alles uit en begon weer te zwalken op de fiets. De laatste bocht voorbij zag ik een collega clublid op 50 meter voor de finish helemaal kapot gaan. “Die moet ik hebben!”, dacht ik, en dat bleek als een rode lap voor een stier om nog net even dat beetje extra te geven.

Helemaal kapot rolde ik over de finish en liet mij snel daarna in het gras naast de weg vallen om op adem te komen. Ik had het gered! De 8 kilometer aan een stuk én volledig in aero houding uitgereden. Ik was hoe dan ook al dik tevreden. Wat dit voor de uitslag zou betekenen? Geen idee.



Op de terugweg verzamelden we op de binnenplaats van het klooster van Valdieu en werden we door het feestcomité getraakteerd op een lekkere gelijknamige pilsener. "Toch wel maar even een blikje cola erbij om het eerste vocht aan te vullen". Die Valdieu-kes hakken er nl. behoorlijk in na zo'n inspanning. Aan de hand van tijden en gemiddelden op ieders snelheidsmeter, werd er uiteraard op het terras al flink gespeculeerd over winst en verlies. "Jij hebt zeker team 2 gewonnen", hoorde ik veelvuldig. "En top 3 overall moet er ook in zitten". "Kom op mannen, ik ben tevreden over mijn eigen race en al blij met een top 10!".

Nadat eenieder zijn glas had geleegd, ging het 'en groupe' weer terug naar Eijsden. De uitslag bleef het best bewaarde geheim tot in de avond tijdens de afsluitende feestavond.

Thuis logde ik mijn rit op Strava en probeerde aan de hand van andere loggings te analyseren waar ik was geëindigd. Nu weet ik ook wel dat er een hemelsbreed verschil ligt tussen het registreren van een rit met de 'app' op een telefoon of met bijvoorbeeld een Garmin – welke laatste veel nauwkeuriger is – maar toch begonnen de zenuwen toe te nemen. Eigenlijk konden er maar maximaal 3 a 4 mannen boven mij zijn geëindigd in het overall klassement en kwam die top 5 klassering wel heel kort bij; de winst in mijn eigen team had ik wel dik te pakken, vermoedde ik.

's Avonds kwam het verlossende woord. Na de huldiging van de jubilarissen was het dan eindelijk zover: de uitslag van de Chrono Valdieu. "... en winner van groep 2 in een tijd van 13 minuten en 57 seconden – enig positief geroezemoes over deze tijd hoorde ik al om mij heen – is... Boudewijn Leunissen". Mijn eerste winst van het jaar was een feit; ik voelde mij dolgelukkig! Maar nu nog het overall klassement.... Hoe moeilijk zou ik het de

jongens van het 1^e team hebben kunnen maken? Zou die top 5 er dan echt in kunnen zitten?

Uiteindelijk een geweldig mooie 3^e plek op slechts 1 seconde van de nummer 2 en 29 seconden achter de winnaar.



Uitslag Chrono Val-Dieu 11 oktober 2014

		Groep	Tijd	Gem.
1	Creuwels Jef	1	0:13:28	35,6
2	Linke Rogier	2	0:13:56	34,4
3	Leunissen Boudewijn	2	0:13:57	34,4
4	Groen de Gerrie	1	0:14:05	34,1
5	Jeukens Jeu	2	0:14:20	33,5
6	Winkelmolen Jan	1	0:14:21	33,4
7	Holla Jan	1	0:14:25	33,3
8	Braam Frank	1	0:14:40	32,7
9	Waterval Robert	1	0:15:02	31,9
10	Spauwen Coen	2	0:15:06	31,8
11	Theunissen Guy	2	0:15:08	31,7
12	Teuwen Marco	2	0:15:09	31,7
13	Kessels Eric	2	0:15:17	31,4
14	Boyers Theo	2	0:15:19	31,3
15	Gulikers Wil	3	0:15:25	31,1
16	Poismans Math	2	0:15:29	31,0
17	Bormans Roy	2	0:15:35	30,8
18	Hessels Armand	2	0:15:53	30,2
19	Blaas Edy	3	0:16:01	30,0
20	Pachen Raif	3	0:16:13	29,6
21	Pinckaens Jef	4	0:16:17	29,5
22	Purnot Tom	3	0:16:42	28,7
23	Steijns Martijn	3	0:16:44	28,7
24	Henquet Jef	3	0:16:45	28,7
25	Theunissen Ger	3	0:16:48	28,6
26	Maes Mathy	3	0:16:55	28,4
27	Steijns Ed	3	0:16:55	28,4
28	Swinnen Maurice	4	0:17:21	27,7
29	Broers Richard	4	0:17:27	27,5
30	Vanlinden Ivan	4	0:18:10	26,4
31	Meesen Math	5	0:19:45	25,6
32	Pachen Tony	5	0:20:07	23,9
33	Spauwen Jo	4	0:21:00	22,9
34	Parbous Theo	4	0:21:47	22,0
35	Doensen Fred	5	0:25:22	18,9



Na afloop ontving ik veel lovende woorden en felicitaties en uiteraard een uitnodiging om komend seizoen te 'koersen' in het 1^e team. Over dat laatste ga ik nog eens goed nadenken, te beginnen om in de winterperiode (als het tempo wat lager ligt) te wennen aan de groep. Ik zal vooral nog veel winst moeten gaan pakken op de klimmetjes, maar daar wil ik graag aan werken.

Het was een mooie een waardige afsluiter van het seizoen!