

De 4daagse 2009

Wat was het weer een beleving!

Het is moeilijk om iets van de bijzondere sfeer en gezelligheid in woorden uit te drukken, eigenlijk moet iedereen dit zelf een keer meemaken, al is het maar vanaf de zijlijn.

Vorig jaar kon ik het nog niet echt begrijpen als mensen het over het "4daagse-virus" hadden, wat een onzin dacht ik toen. Ik ervoer het meer als een "strijd" naar de eindstreep.

Inmiddels moet ik erkennen dat ik besmet ben met dit virus, want ik weet nu al dat ik volgend jaar weer ga (bij leven en welzijn uiteraard). Waarschijnlijk komt dit door het feit dat ik, in tegenstelling tot vorig jaar, goed getraind had. De laatste weken voor de 4daagse liep ik wekelijks wel zo'n 30 a 40 km. Daardoor heb ik dit jaar veel meer plezier gehad en kunnen genieten van alles.



De dagelijkse start was om 5.15 uur of 6.15 uur, dit laatste heet dan gek genoeg de "late start". De organisatie bepaalt hoe laat je mag starten, en daar dien je je dan ook aan te houden.

Nauwlettend wordt alles in de gaten gehouden, bij start en finish wordt je code gescand en onderweg zijn er onverwacht zo'n 2 a 3 controles. Spijbelen is dus geen optie.

De sfeer

In Nijmegen zelf word je uitgezwaaid door jongeren, die aansluitend pas hun bed gaan opzoeken. "Kom op Meissie"; en allerlei andere bemoedigende opmerkingen worden je toegeworpen onder luid geklap.

En eigenlijk gaat dat de hele weg zo door. Mensen klappen onophoudelijk naar de lange stoet mensen die langs wandelen. Delen snoep/fruit/water uit.

Versieren huizen en straten. Plaatsen muziekinstallaties buiten. En dat al vanaf 4 uur 's ochtends! Het is niet te begrijpen, en soms bekwam mij even de gedachte;

"lieve mensen, ga toch nog even lekker slapen".

Alle plaatselijke muziekkorpsen brengen hun kunsten ten gehore, en in de diverse dorpjes staat de burgemeester (inclusief ketting) op een podium blij de

menigte toe te zwaaien.

Het is werkelijk een groot feest.

Ook onder de wandelaars is het gezellig. Iedereen spreekt met elkaar en de sfeer is goed, hoe ernstig sommige mensen er lichamelijk en geestelijk ook aan toe zijn...

Lichamelijk

Door de betere training ging het lichamelijk goed. Oké, na dag 1 wel al 4 blaren, maar de meesten hebben wel ergens een blaar. En natuurlijk voel je steeds meer "pijntjes" naarmate de dagen vorderen. Ook wel heel leerzaam overigens, want ik wist voor de 4 daagse niet van het bestaan van sommige spieren af, maar nu wel.





Af en toe een paracetamol of een wat sterkere pijnstillert (makkelijk mee te nemen uit het ziekenhuis) doet ook wonderen. En door alle mensen en gezelligheid heb je zoveel afleiding dat je je voeten/benen vaak wel wat vergeet. En mocht je toch in een dip zitten, loop je gewoon achter een stoet militairen aan die je al zingend wel mee trekken.

Weer

In tegenstelling tot de voorspelling troffen we het erg met het weer. Dag 1 en 2 geheel droog. En ja, dag 3 een aantal uren "hoosbuien". Een poncho is dan prettig. Een groot voordeel; doordat je meer met de regen bezig bent, voel je je voeten minder (een positieve tip van mijn wandelmaat). En dat was nog echt zo ook! Dag 4 weinig regen onderweg, maar de mensen die mij kwamen inhalen kregen na mijn aankomst een forse bui over zich heen.

Sponsors

In ben er werkelijk stil van geworden dat jullie, met zo'n groot aantal, hebben toegezegd mij te willen sponsoren.

Wat ben ik daar ontzettend dankbaar voor! Zo ook de jongens in Roemenie en het bestuur van Împreună!!!

Bij elkaar heb ik ruim € 1300,- mogen ophalen voor Împreună!!!

Sommige van jullie hebben het geld al over gemaakt of cash gegeven.

Zo niet, mag u/jij dit alsnog overmaken op rekening nr: 1952.05.588 tnv D. Verbruggen-Leeflang.

Ik maak het dan in 1 keer over naar Împreună.

