

Een weekend vol wedstrijd

Afgelopen weekend leek het wel of heel triatlonnend AZVD zich had ingeschreven: in totaal deden 15 mensen mee in Huizen (zaterdag) en/of Amsterdam (zondag).

Hierbij een korte impressie met de meningen van degenen die ik gesproken heb:

Zaterdag 12 juni, Huizen

Olympische Afstand: er stond aardig wat wind, in de polders net over de Stichtste Brug. Ook met zwemmen stonden er in het naar buiten zwemmende stuk aardig wat lastige golfslag, waardoor menigeen wat meer moeite had met in het ritme komen dan normaal. Desondanks werden er aardige zwemtijden neergezet. Alleen Cor had wat moeite met de omstandigheden, maar da's ook niet zo gek in zijn eerste OD triatlon. Fietsen was door de wind redelijk pittig, het geheim leek te zitten in goed doseren zodat je op het einde nog over had voor de laatste kilometers wind tegen. Door een lekke band verloor Aaldrik zoveel tijd, dat hij het lopen maar niet is begonnen.....Lopen blijft bij dezen en genen toch nog een lastig stuk (Arnold had een getletje dat dwars zat, Michiel stond stijf van de kramp). En ondanks (recente) rugklachten van Joop en Willem, leek dat niet zozeer de limiet te geven. Eigenlijk iedereen die ik gesproken had was erg tevreden.

Ook in de kwart afstand kwamen een tweetal leden aan de start. En tenslotte in de afsluitende achtste stonden wederom 2 leden aan de start, die elk ook wel tevreden leken (in elk geval toen ik ze aan het lopen zag beginnen nog wel.....).

OD	1.5 km zwemmen	40 km fietsen	10 km lopen	Totaal
Arnold Brinkman	23:09	1:06:31	39:38	2:09:17
Ruben van Duren	23:24	1:09:52	39:28	2:12:43
Michiel Hoff	23:25	1:10:22	42:56	2:16:42
Joop Schwalbach	26:33	1:10:14	41:50	2:18:36
Cor van Mer	24:19	1:19:04	43:22	2:26:44
Willem Rademaker	27:59	1:19:12	44:48	2:31:58
Aaldrik Koops	27:48	1:14:19	-	DNF
Kwart	1 km zwemmen	40 km fietsen	10 km lopen	Totaal
Marco de Boer	19:24	1:15:36	43:17	2:18:16
Linda van Veen	20:50	1:17:07	46:35	2:24:32
Achtste	0,5 km zwemmen	20 km fietsen	5 km lopen	Totaal
Jeffrey Krijgsman	8:08	40:58	19:00	1:08:05
Greet Dekker	9:48	44:58	21:43	1:16:19

Zondag 13 juni, Amsterdam

In Amsterdam maakten 5 AZVD-ers zich op voor hun wedstrijd over de Olympische Afstand. Op een bochtig fietsparcours (8 heen-en-weer lussen, met 180° keerpunten aan de einden), met een lichte klim een brug op. Midden in Amsterdam, nou, dat wil zeggen, in en om de Sloterpas. Door de bosschages om de pas heen was het zwemparcours in elk geval spiegelvlak. Wel stond er op het fietsparcours wat wind, maar zeker niet zoveel als de dag ervoor. En het lopen tenslotte was een mooi stuk door het

park, deels onder de bomen en deels open. Ook hier weer tevreden deelnemers, al had iedereen wel een onderdeel dat de volgende keer echt sneller zou moeten kunnen: gelukkig maar, dan blijft er nog wat te wensen over.

OD	1,5 km zwemmen	40 km fietsen	10 km lopen	Totaal
Ruben van Duren	23:34	1:07:37	41:38	2:15:55
Eric Retz	25:30	1:08:47	41:06	2:18:46
Klaas Dekker	30:05	1:06:07	43:56	2:23:22
Ed Oosterhoorn	30:02	1:11:41	47:53	2:33:07
Dirk Hakvoort	34:05	1:16:47	45:20	2:42:51



Foto's aangeleverd