

Ouwe rotten heersen

De oudere atleten waren zaterdag heer en meester tijdens de elfde editie van de Tri-Ambla Cross Triathlon Ameland. De jonkies delfden het onderspit.



De triatleten duiken de Waddenzee in voor het zwemonderdeel van de Tri-Ambla. FOTO JAN SPOELSTRA

'Mannen als Armstrong en Barel zijn een klasse apart'

WILMKE BOERSMA

De ruwe golven, het mulle zand en de soms venijnig opstekende wind in de duinen vormden het decor van het Open Amelands Kampioenschap (OAK). Anderhalve kilometer zwemmen in de Waddenzee, 35 kilometer mountainbiken en als toetje twaalf kilometer hardlopen door de bossen, duinen en over het strand. Zo'n 850 deelnemers, van wie 150 wedstrijdathleten, trotseerden de voor Ameland zo typerende elementen.

De off-road variant is er eentje voor de natuurliefhebbers, voor de avonturiers en degenen die van een gemoedelijke sfeer houden. Maar de Tri-Ambla, die al een keer het Europese kampioenschap onder zijn vleugels had en twee keer het Nederlands kampioenschap, was ook het domein van de ouwe rotten in het vak.

Topatleet Rob Barel schreef voor de zesde keer de crosstriathlon op zijn naam in een tijd van 2.45.07. Hij liet de Belg Paul Embrechts met negentien seconden nipt achter zich. Bert Flier kwam een kleine vier minuten later binnen, gevolgd door Tim Dullaart die op precies zes minuten van Barel finishte. Bij de vrouwen pakte Mirjam Weerd de winst in een tijd van

3.06.24. Riikka Vreeswijk-Kelja (FIN), de winnares van vorig jaar, finishte als tweede op 1 minuut 36.

Menigeen blijft zich verbazen over het prestatievermogen van Barel, onder andere meervoudig Europees kampioen triathlon op de midden- en lange afstand. De 55-jarige atleet reed op de mountainbike in het zand met speels gemak weg. Hij verraste zijn concurrenten door naar het mulle gedeelte van het zand te sturen, en vervolgens een versnelling te plaatsen. Daar hadden zijn veel jongere col-

lega's Tim Dullaart (23) en Martijn Dekker (26) geen antwoord op.

Een rondvraag onder de triatleten leert dat de overmacht van de oudere generatie vooral te maken heeft met ervaring en het mentale aspect. De 31-jarige Leeuwarder Stefan van der Pal, als negende gefinisht, schaart Barel in de buiten-categorie op dat gebied. „Je hebt mensen zoals Lance Armstrong en Barel, die een klasse apart zijn. Zelfs op een wat latere leeftijd presteren zij nog op topniveau. Ik denk dat het ook komt omdat hij

zich niet presenteert als favoriet, zo legt hij zichzelf geen druk op.”

Ook Tim Dullaart erkent dat ze te maken hebben met een concurrent van de buitencategorie: „Het blijft de eeuwige vraag waarom hij nog steeds in staat is om zulke prestaties te leveren.”

Barel zelf heeft wel een idee hoe dat komt: „Ik ben nog steeds zuinig op mijn lichaam na al die jaren. Ik leef en werk er nog altijd hard voor. Ook weet ik precies hoe ik mijn wedstrijd in moet delen, een stukje ervaring dus.”

Bij de vrouwen is het verhaal niet veel anders. Ook daar domineren vooral atleten van boven de veertig jaar. Mirjam Weerd en Riikka Vreeswijk-Kelja denken dat je wat ouder moet zijn, voordat je goed doorhebt dat vermoeidheid en pijn 'tussen de oren' zit. Maar Vreeswijk-Kelja komt met nog een verklaring: „Jongeren richten zich toch liever op de olympische afstand op de weg. Daar kunnen ze meer uithalen en het heeft ook meer aantrekkingskracht vanwege de Olympische Spelen”, vertelt de 44-jarige atlete.

Wat de argumenten ook mogen zijn, feit blijft dat de 'ouwe mannen en vrouwen' niks onder doen voor de jonge, fitte generatie. Sterker, de jonkies krijgen een ouderwets pak voor de broek.



Rob Barel op de Engelsmanduun bij Hollum. FOTO JAN SPOELSTRA