

# Interview



## Bergenaren negentien uur op de fiets



door Timo van de Kastele

### Na 374,34 km hun doel bereikt!



Om tien uur 's avonds, na negentien uur op de fiets, arriveren Jurgen en Eric in Rijsenhout waar ze die ochtend vertrokken zijn. Familie, vrienden en kennissen staan dan inmiddels al uren te wachten. De teller geeft uiteindelijk 374,34 kilometer aan, die afgelegd werden met een gemiddelde snelheid van 25,5 kilometer per uur en met 'n hartslag van 130 slagen per minuut. Pech hebben ze niet gehad. Spierpain daags na de rit ook niet. De twee denken nu al na over 'n nieuwe uitdaging. Vijfhonderd op één dag moet volgens Jurgen mogelijk zijn.

**Door vrienden werden ze voor gek verklaard. Want wie fietst er nu 374 km op één dag. Bergenaren Eric Wientjes en Jurgen Soerewijn zoeken graag het extreme op. Dit jaar gekoppeld aan 'n goed doel: The Blue Cap Foundation. Een stichting die wereldwijd in actie komt voor veilige zwembaden.**

**BERGEN OP ZOOM** - Om twee uur 's nachts gaat de wekker. Het is zondagochtend 5 augustus. Tijd om op te staan. Een uur later moeten Eric en Jurgen op de fiets zitten. De start is in Rijsenhout, onder de rook van Schiphol. Terwijl het nog donker is, vertrekken de Bergenaren voor 'n monster-tocht van bijna 400 km.

#### Een rondje IJsselmeer XL

Ze rijden 'n rondje IJsselmeer XL. De route voert van Rijsenhout naar Amsterdam, Volendam, Hoorn en Medemblik, en bij Den Oever de Afsluitdijk over. Via Hindelopen, Stavoren en Lemmer zakken ze af naar Lelystad en Almere. Bijna con-

stant rijdend langs het water. „Meteen de eerste kilometers zaten we in 'n bui”, vertelt Eric. „Dat is lekker wakker worden. Gelukkig klaarde het snel op.” Terwijl Eric en Jurgen over de dijk richting Volendam rijden, worden ze opgeschrikt door enkele jongeren die 't fietspad verkozen hebben als slaapplek. „Onderweg kwamen we ook meerdere mensen tegen die net uit het café kwamen.”

#### Bij Edam soep en brood

De eerste kilometers vliegen voorbij. Wind staat er nauwelijks en de route vinden blijkt geen probleem. De fietsnavigatie werkt prima. In Edam is de 1e tussenstop. Daar hebben

de vrouwen van beide heren soep en brood klaarstaan. „Als je negentien uur op de fiets zit, moet je goed eten.” Tegen de middag bereiken de twee de Afsluitdijk. Vanuit het westen breekt de zon het wolkendek open, en stijgt de temperatuur. In Friesland trekken de heren hun arm- en beenstukken uit. „Pas toen werd het 'n beetje aangenaam.”

#### The Blue Cap Foundation

Het lukt Eric en Jurgen prima om op schema te blijven. De gemiddelde hartslag is bepalend. Die houden ze bewust rond de 130 slagen per minuut. Vooraf is flink getraind. Eric en Jurgen rijden wekelijks samen op de racefiets. Voor 'n rondje Zeelandbrug of Oosterscheldekeringen draaien ze de hand niet om. Uit ervaringen weten ze dat ze een hartslag van 120 tot 130 slagen per mi-



Eric Wientjes (links op de foto boven) en Jurgen Soerewijn hebben in één dag ruim 374 kilometer afgelegd. Iedere 80 km was er een tussenstop. De vrouwen van beide heren hadden alles tot in de puntjes verzorgd.

noot urenlang kunnen volhouden. Dat de gemiddelde snelheid fors keldert, nemen ze voor lief. Waar het om gaat is dat ze de tocht uitrijden. De Bergenaren hebben de sportieve prestaties namelijk gekoppeld aan het goede doel: The Blue Cap Foundation. De stichting is in 2010 opgericht door Jan Jonker, nadat z'n 12-jarige kleinzoon Willem verdronk in een zwembad omdat hij werd vastgezogen. Een spinningmarathon en losse donaties van familie, vrienden en bekenden hebben inmid-

dels al 1.600 euro opgeleverd.

#### Allemaal heel avontuurlijk

Als Jurgen en Eric via Lemmer Flevoland binnen rijden, wakkert de wind aan. „Tot Almere hadden we wind op kop. Als je dik 250 km in de benen hebt, valt dat vies tegen.” Even bo-

ven Amsterdam raakt de navigatie de weg kwijt. „Daar zit je niet op te wachten. Na een paar keer fout rijden, kwamen we toch weer op de oorspronkelijke route terecht. Daarvoor moesten we wel met 'n trekpuntje een vaart oversteken. Allemaal heel avontuurlijk.”

#### VOLG RIT(TEN) JURGEN EN ERIC

Ook wielrenner en actief op Strava? Dan kun je de ritten van Jurgen Soerewijn en Eric Wientjes volgen via [www.strava.com](http://www.strava.com). Op de eigen Facebookpagina van Jurgen staat ook 'n aantal filmpjes van hun monstertocht zondag.

