



DE TWENTSCHE COURANT

# Tubantia

HART VOOR DE REGIO | OOG VOOR DE WERELD

PREMIUM



▲ Tom Oude Nijhuis (39) , Kevin Lensen (24) , Wouter Neven (25) en René Wolkorte (44) deden afgelopen weekend mee aan een 32 uur durende adventurerace © Reinier van Willigen

## Deze Twentse vrienden raceten 32 uur aaneengesloten door de heuvels

**LOSSER/OVERDINKEL** - 32 uur aaneengesloten rennen, fietsen, kanoën en navigeren, zonder te slapen of fatsoenlijk te eten. Voor velen een nachtmerrie, maar voor de vrienden Kevin, Wouter, René en Tom uit Overdinkel en Losser een 'megagaaf avontuur'. Zij deden het dit weekend tijdens de adventurerace in Duitsland.

Jadrike Boels 23-04-18, 17:32 Laatste update: 17:47



▲ Kevin doet een dutje naast zijn fiets © Wouter Neven

„De ogen ‘los’ houden was het moeilijkst”, zegt Kevin Lensen (24) op z’n Twents. De rest barst in lachen uit. „Als wij vijf minuten naar de kaart keken, lag Kevin naast zijn fiets op de grond te slapen.”

De vrienden blikken maandag samen terug op hun avontuur. Tom Oude Nijhuis (39) vat samen: „Het was echt afzien, maar ook puur genieten.”

### **'Niet goed wijs'**

De meeste mensen in hun omgeving verklaarden ze voor gek toen ze vertelden dat ze mee gingen doen aan een 32 uur durende sportwedstrijd. Adventureracing wordt omschreven als ‘de zwaarste duursport ter wereld’. Voor de mannen is de race, zoals de naam al verklapt, een groot avontuur, maar ook een test. Het is een zoektocht naar hun fysieke grens. „Je lichaam kan veel meer aan dan je zelf denkt”, legt Tom uit. Zijn teamgenoten Kevin Lensen (24), René Wolkorte (44) en Wouter Neven (25) knikken instemmend mee.

### **Samen de grens opzoeken**

De vrienden leerden elkaar zo’n zes jaar geleden kennen bij de survivalvereniging in Oldenzaal en zoeken sinds die tijd hun grens op. Na adventureraces in Nederland, was het tijd voor een hoger niveau. „Nederland is plat en hier duren de races maximaal 12 uur. Wij wilden meer.” Toen de 32 uur durende ‘the hARZ Adventure Race’ door bergachtig gebied op hun pad kwam twijfelde de groep dan ook geen seconde. Na maanden van voorbereiding, bestaande uit loop- en fietstrainingen, begon hun avontuur afgelopen zaterdag in het holst van de nacht.

#### **Wat is adventureracing?**

Adventureracing wordt omschreven als ‘de zwaarste duursport ter wereld’. Teams van vier personen moeten in een bepaald aantal uur in verschillende etappes zoveel mogelijk checkpoints bereiken. Bij elke etappe hoort een ander ‘vervoersmiddel’. Dit varieert van een kano en een mountainbike tot een zipline en te voet. De locatie van de finish en de checkpoints zijn bekend, de route moeten de teams zelf uitstippelen aan de hand van een kaart en een kompas. Gebruik van gps is niet toegestaan.

### **Eerste obstakel**

Zelfverzekerd stippelden de vier vrienden hun route uit en begonnen ze aan de race, maar al snel stuitten ze op hun eerste obstakel. Tom kon geen eten binnenhouden. „Het was heel warm en daar was mijn lichaam blijkbaar nog niet aan gewend. Ook de grote hoeveelheid vocht die ik binnenkreeg kon mijn lichaam niet aan.”

Even leek het gedroomde avontuur abrupt tot een eind te komen. „Ik was fysiek compleet uitgeput en stond op het punt op te geven.” Maar daar staken zijn vrienden een stokje voor. Wouter Neven (25): „Het draait voor ons niet om een snelle tijd, het gaat erom dat we het samen doen. Al gaan we kruipend over de finish, we doen het samen.”

## Bouillon

Het team besloot bij een medische post een korte rustpauze te nemen. Na een bidon vol mierzoete ranja en een flinke kom bouillon durfde Tom het weer aan. Samen begonnen de vrienden aan een beklimming. „Hoe hoger ik kwam, hoe sterker ik me voelde”, blikt Tom terug. „Dat soepje heeft ons gered”, zeggen de mannen lachend.

*Lees verder onder de foto...*



▲ Tom kan weer lachen na een flinke kom soep © Wouter Neven

## Gevecht tegen de slaap

Het binnenhouden van voedsel, dat de mannen overigens nuttigen tijdens het fietsen en rennen, was niet de enige uitdaging. Het gevecht tegen de slaap bleek, met name voor Kevin, het moeilijkst. Schaterlachend bekijken de mannen een reeks slaapfoto's van hun teamgenoot. „Ik ben zelf op de fiets in slaap gevallen”, geeft de 24-jarige toe. Het team besloot toen toch maar een powernap in te lassen van twintig minuten.

## Samen knokken

„Je moet goed naar elkaar luisteren want je moet het toch samen doen”, vertelt Wouter die minder last had van de vermoeidheid. Tom vult aan: „Tijdens zo'n race leer je elkaar echt kennen, je moet je er samen doorheen knokken. Je gaat samen door extreme dieptepunten en schakelt echt over op de overlevingsstand. Maar als je je daar doorheen slaat is het zo enorm kicken.”

En door die extreme dieptepunten ontstaan volgens de vrienden ook extreme hoogtepunten: „Ik heb nog nooit zo genoten van de opkomende zon en de eerste zonnestralen”, vertelt Tom. „Je beleeft een natuurgebied zo intens”, aldus Wouter.

## Hoger dan de hoogste berg van Europa

De mannen bereikten in 32 uur 37 van de 58 checkpoints, legden 225 kilometer en 5575 hoogtemeters af per kano, mountainbike en te voet: „Dat is meer dan de hoogste berg van Europa”, roept Kevin trots. Het gevoel toen ze samen over de finish kwamen, drukken de vrienden allemaal uit met hetzelfde woord: 'Euforisch'. "En daarna hebben we direct een halve liter en een bratwurst gekocht, je bent toch in Duitsland hè”, grapt Kevin.

Waar de vrienden zijn geëindigd in het eindklassement is nog niet duidelijk, maar dat maakt eigenlijk ook niet uit. „We hebben intens genoten.”

### **Zoektocht gaat door**

De zoektocht naar hun fysieke en mentale grens gaat door, want „we hadden zo nog acht uur door gekund”, zegt Wouter. Het ultieme doel van de vriendengroep is meedoen aan een vijfdaagse adventurerace van de World Series. Er is één probleem: „We hebben dan een vrouw in ons team nodig”, legt René uit. „We hebben nog geen vrouw gevonden die het wil en die fysiek dezelfde ambities heeft als ons”, zegt Tom. Het team roept sportieve vrouwen die een meerdaagse adventurerace wel zien zitten op zich te melden op hun Facebookpagina

