

Dielo Arvelo

Dielo Arvelo deed vroeger in eerste instantie aan waterpolo en is dus behalve een hardloper ook een goede zwemmer. Hij heeft vroeger vaak aan triatlons deelgenomen en hij heeft in 1985 de eerste op Aruba georganiseerde triatlon van de Nederlandse Antillen gewonnen.



Hij kan zich niet precies herinneren wanneer hij bij de Road Runners Club Korsou is beland. Hij denkt dat het om en nabij 1990 moet zijn geweest. Wel heeft hij vanaf de eerste keer aan de lopen rond het Schottegat deelgenomen.

Hij herinnert zich nog hoe de Schottegatloop is ontstaan doordat de kinderen van de sportleraar van het Peter Stuyvesant College, Marcel van Henneigen bij de zwemvereniging Sithoc trinden. Marcel zag toen dat zij met een groep vanaf het Rif zwembad naar het Hilton hotel en terug renden en kwam zo op het idee om een loop rond het Schottegat te organiseren.

Uit deze hardloopactiviteit is in 1981 uiteindelijk de Road Runners Club Korsou ("RRCK") ontstaan. Dielo herinnert zich hierbij namen van de oprichters, zoals Mike Sniijders, Ronald Klaas.

Enige jaren later werd er door de atletiekbond ook een estafetterace rond het Schottegat georganiseerd. Hieruit is "The Road Test Team" ontstaan, oorspronkelijk bestaande uit 8 werknemers van wegenbouwmaatschappij "De Antillen". "The Road Test Team" heeft hierbij "The Dream Team" van de Atletiekverenigingen verslagen.

Het triatlontrainingsschema van Dielo zag er indertijd als volgt uit:

- Maandag-, Woensdag- en Vrijdagochtend zwemmen
- Maandag-, Woensdag- en Vrijdagavond hardlopen
- Dinsdag- en Donderdagochtend gewichtstraining
- Dinsdag-, Donderdagavond en Zaterdagochtend fietsen

Dielo Arvelo nam indertijd niet alleen deel aan hardloopwedstrijden, maar ook aan fietswedstrijden en triatlons.

Als voorbereiding op een marathon hield hij zich aan de trainingsschema's van trainer Edwin Lopez Ramirez, zijnde 3 maal per week hardlopen en op zaterdag een lange afstand trainen.

Hij is verschillende malen met groepen van de RRCK naar het buitenland geweest, onder andere:

- In 1992, 1993 en 1994 naar Nederland voor de Rotterdamse marathon.
- In 1995 naar Hawaï.
- Regelmatig is hij op 18 maart mee naar Aruba geweest voor de halve marathon, die lange tijd op naam van de Curaçaoënaar Amadeo Kemper stond met een tijd van 1 uur en 11 min. De beste tijd waarin Dielo zelf deze halve marathon heeft gelopen is 1 uur en 27 min. wat ook een geweldige tijd is vind ik.

In zijn goede tijden liep Dielo een 10 km loop in ongeveer 40 minuten en hij heeft ooit ook wel eens een tijd onder de 40 min. gehaald.

Hij herinnert zich ook dat Glenn Macdonald indertijd veel gedaan heeft om met groepen naar het buitenland te gaan voor hardloopwedstrijden.

Hij vond het trainen bij RRCK vooral prettig omdat het leuk en stimulerend is om in een groep te trainen en andere sporters te ontmoeten. Ook vond hij het leuk om aan de verschillende door de RRCK georganiseerde wedstrijden deel te nemen. Hij herinnert zich

dat er vroeger ook veel mensen van de marine aan de trainingen deelnamen.

Een leuk detail dat hij zich ook nog herinnert is dat dit jaar niet de eerste keer is dat de Schottegatloop op Vaderdag niet is doorgedaan. Hij herinnert zich dat in 1981 de Schottegatloop ook niet doorging in verband met besmettingsgevaar door polio. De loop is dat jaar uiteindelijk verplaatst naar december.