

Ella Comenencia

Ongeveer veertig jaar geleden begonnen met lopen, dwz op een drafje tot de hoek van de straat en terug.....dan was ik buiten adem, de eerste week! Een kennis vertelde dat je op het Rif, langs het water, heerlijk en veilig kon lopen, zo aan het eind van de middag.



Dus de stoute sportschoenen aangetrokken en op naar het Rif. Daar zag ik mensen echt lopen, en die gingen zelfs de heuvel op bij het WTC! Wat een prestatie! Ik kon maar tot het bruggetje.....

Daar ben ik de mensen die zich altijd belangeloos hebben ingezet om dit mogelijk te maken dan ook dankbaar voor.

Enfin, na verloop van tijd, verkeerde schoenen, organisatie van gezin met kleine kinderen, man in de continudienst en mijn eigen baan in de verpleging, vond ik toch de tijd om regelmatig te trainen en kon ik zowaar ook de heuvel op en het hele rondje verder.....

Ella Comenencia

Toen kwam de Road Runners Club in beeld met elke maand een georganiseerde loop, met zoveel mensen van verschillend pluimage en loopniveau, die allemaal gelijk waren in die zweetkieren,,,,fantastisch! Ik hoef verder niet uit te weiden over de sfeer voor, tijdens en na het evenement.....toch?

Er werden ook trainingsgroepjes gevormd ter voorbereiding op de volgende loop....ik herinner me dat we in het stikdonker van Julianadorp naar Bullenbaai liepen en terug olv Edwin Lopez Ramirez, waar we dan na afloop heerlijke fruitshakes van hem kregen.

Eigenlijk liepen we de week voor het evenement ook altijd de afstand om te voelen hoe het zou worden, wel grappig achteraf.

We hebben het uiteindelijk allemaal gedaan, alle afstanden tot en met de Marathon aan toe, de Triathlons, de Ekiden enz.

De rol van de RoadRunnersClub was natuurlijk enorm belangrijk, de stimulans die daarvan uitging om mee te doen, om jezelf te verbeteren, om door te zetten was evident en werd ook een deel van mijn sociale leven.