

ELZA KETELAARS

Elza Ketelaars is in 1996 samen met haar moeder, Francis van Eindhoven, lid geworden van de Road Runners Club Korsou. Hun eerste wedstrijd was de FATUM-loop en dat was zo goed bevallen dat het naar meer smaakte.



In de jaren daarna is Elza nog actief lid gebleven van de club en was altijd wel op de donderdagavond trainingen te vinden. Waar het in het begin alleen voor de "fun" was en om de overvloedige energie eruit te lopen, werd het elk jaar steeds meer een sport om tijden te blijven verbeteren.

Op een gegeven moment kwamen ook de wedstrijdrecords in het vizier en werd er gestreefd om er zo veel mogelijk te

verbeteren, wat in 2001 en 2002 voor de leeftijdsgroep t/m 19 aardig gelukt is:

- WARWARU RUN 10K gelopen in 51:37 minuten in 2001
- CURACAO 1/2 MARATHON gelopen in 1:42:38 minuten in 2001
- KAREDA CERILIO MADURO 10K (toen Coca-Cola loop) gelopen in 48 minuten in 2002
- KLIP KLEUN 5K gelopen in 21:41 minuten in 2002
- DUTCH DREAM FUN RUN 10K gelopen in 46:28 minuten in 2002
- KAREDA DI BANDA RIBA 10K gelopen in 44:24 minuten in 2002
- SCHOTTEGATLOOP 17K gelopen in 1:23:20 minuten in 2002

In de voorbereiding op de ½ marathon was er intensief getraind met Ben Platier. Ook liep ze op de dinsdagavonden met Tito Libert in de buurt van Boca Sami.

Beiden leerden haar de goede loopstijl, de opbouw van een training of wedstrijd en de

waarde van een goede balans tussen sport en geplande rust daartussen, om steeds beter en sneller te kunnen lopen.

Ook was het motto van Tito dat de training altijd zwaarder moet zijn, om zo de wedstrijd te kunnen verlichten. Daarom liepen ze vaak in de hobbelige berm, zodat het asfalt op een wedstrijddag heel soepel aanvoelt.



Elza samen met Randy Cuevas na afloop van de Coca-Cola loop als overall winnaars

Zij was een van de atleten van het "Road Test Team" dat in 2001 de Relay Team Race op St. Maarten had gewonnen. Zelf was ze het meest trots op de uitslag van de aquathlon (zwemmen/lopen) waaraan een groot deel van het team de dag daarna deelnam. Deze had een relatief lang zwemgedeelte in de baai van Philipsburg, gevolgd door een relatief korte loop.

Daar kwam ze toen als allereerste deelnemer over de finish! Naast het lopen was ze namelijk ook actief wedstrijdzwemster bij de zwemvereniging "de Sharks".

Toen in 1999 de Curaçao Triathlon Association was opgericht, heeft haar vader Rob ervoor gezorgd dat er snel een MTB werd gekocht. Zo ging een nieuwe succesvolle sportieve "carrière" van start, al was de eerste wedstrijd om een niet-geroemde reden onvergetelijk.

Ze had namelijk samen met haar zusje Silvie, met wie ze als 2de en 3de uit de zee bij Boka Sami gekomen was (net achter Olympiër Roland Melis), een niet noemenswaardig aantal minuten besteed/verspeeld aan het afspoelen, afdrogen en omkleden voordat ze vrolijk op de fiets stapten.

De RRCK was ook actief betrokken bij de organisatie van de triathlonwedstrijden, dus zijn ze er door de clubleden veelvuldig op gewezen dat de dames zich wel heel uitgebreid aan het "opmaken" waren.

Met dit goede advies op zak en een strak trainingsprogramma voor het fietsen van Wim Bussem erbij, zijn de volgende wedstrijden een stuk sneller gedaan.

Met Elza ging zelfs zo goed dat ze vaak overall winnaar bij de dames was, tweemaal Nederlands-Antilliaans kampioen werd en ze zich zelfs, toen ze in 2002 voor haar studie naar Nederland verhuisde, goed kon meten met de top aldaar.

Na een aantal jaren studie en intensieve sport te hebben gecombineerd, is het sportieve gedeelte op een lager pitje komen te staan, maar wordt er nog steeds lekker gelopen.

En als ze weer op bezoek is op Curaçao, dan doet ze nog steeds samen met Francis gezellig mee aan de donderdagavond trainingen.