

Frank Reintjes baant zich een weg door de mist over de Pannerdense dijken

Door Benno Stevering

PANNERDEN – Vanuit de mistige slierten was in de verte de stijl van de koploper op de tien kilometer te onderscheiden. Het was Frank Reintjes van Running Team Liemers die op Oudejaarsdag heer en meester was op de dijk met een eindtijd van 34.36 minuten. Vorige week won hier nog zoon Daan. Frank altijd op de fiets vanuit Oud-Zevenaar, kwam al snel na het startschot los van de groep lopers. "Het was een race tegen mezelf na een hardere beginfase dan ik gewend was. Al rap kwam ik los te lopen van de rest. Ik heb het maximale eruit gehaald wat mogelijk was. Na Aerdt was het op de dijk echt een klein wereldje met deze mistflarden. De kou remde me af waardoor ik niet volledig kon doortrekken. Dat merk je ook direct aan je ademhaling. Meer concurrentie is altijd gunstig voor een snellere eindtijd. Nu won ik met een grote voorsprong. Op het middengedeelte van het parcours liep ik gemiddeld 17.30 km per uur. Maar met die wind stokte het naar 16.8 km per uur. Dit is wel een goede basis voor het NK 3km indoor in Apeldoorn op 6 februari. Vorig jaar behaalde ik daar een zilveren medaille. In januari scherp ik mijn snelheid aan met harde baantraining. In april word ik vijftig en richt me op het NK 5 km baan." Brigith Schreven-Willemsen uit Zevenaar, lid van running team Liemers liep zich naar een winnende tijd van 44.01 minuten bij de dames. "Ik heb mijn pr aangescherpt en dat geeft me moed. Vanaf start ben ik rustig begonnen. Het ging heel lekker. Vervolgens ben ik even iets ingezakt en kon verder alleen doorlopen. Gelukkig ben ik hersteld van mijn blessure die ik had in augustus. Halverwege liep ik rond de 20.47 minuten. Ik ben nu een jaar lid bij de Liemers en krijg schema's van Titus Fierkens. Ik kijk uit naar de Marikenloop in Nijmegen. Mijn doel is verder nog om wat sneller te worden op de vijf kilometer." Trainer Paul van Rooijen uit Arnhem liep mee bij de heren vijftig plus. Hij had daar tegenstand van Peter Weinans, Chris Henet en Fred Keurtjes uit Zevenaar die voor hem liepen. Vorige week was hij nog tweede. De verwachting is dat hij gaat voor een podiumplek bij de veteranen. "Ik ben twee maanden griepig geweest. Naast het hoveniersbedrijf dat ik heb geef ik looptrainingen via Ciko'66. Leuk om te doen is tegenwoordig Timepace, dan loop je in opdracht van iemand die specifiek een bepaalde tijd op een afstand wil lopen. Via een evenementenbureau wordt je ingehuurd en dan regel ik een aantal Timepace lopers voor een wedstrijd. Dit doe ik nu voor het vierde jaar en ook voor de Run 2 Day keten." De 70-jarige Willy Gunging uit Zevenaar hoopt nog steeds op een categorie in zijn leeftijdsklasse. Hij zette iedere zondag in Pannerden een goede prestatie neer. Toevalligerwijs had hij tijdens de Montferlandrun exact dezelfde tijd als vorig jaar. Floortje Gierman uit Arnhem van Ciko'66, reeds drie jaar actief in de atletiek, ging samen met haar trainingsmaatje Maud van Lent ten strijde en won de tien kilometer door na een kilometer afstand te nemen. "Ik voelde heuvelopwaarts de hete adem van Maud dichterbij komen en moest er een tandje op doen. Maud zal in verband met haar vakantie geen klasement lopen in Pannerden. Gierman daarentegen wel. Trainer van Rooyen volgde tevreden het resultaat van beide dames. De 19-jarige Thijs van Aalten van Atletico'73 uit Terborg pakte de winst op de vijf kilometer in 17.25 minuten , gevolgd door Alex Waneta uit Arnhem die een trainingsachterstand had. Van Aalten studeert bewegingswetenschappen in Amsterdam en gaat zich weer focussen op het korte baanwerk. Door goed samen te werken met Waneta zette hij in Pannerden een mooi eindresultaat neer. Van Aalten: "Onlangs ben ik op de tien kilometer wat te hard gegaan. Nu kies ik voor de vijf kilometer. Bewegingswetenschappen is een erg mooie studie op de universiteit. In principe heb je veel theorie, maar dat spreekt me ook wel aan!" Het was leuk om Jeroen Reintjes uit Nieuw-Dijk weer eens voor in het front te zien. Meedoen is immers belangrijker dan winnen, toch wist hij zich ondanks zijn wedstrijdritme nog prima in de frontlinie te nestelen. Snelste dame werd Floortje Gierman uit Arnhem met 20.28 minuten. In maart wil ze graag een snelle halve marathon lopen. Samen met Maud van Lent uit Arnhem werd er door haar hard aan getrokken. De 71-jarige Wim Grob uit Pannerden liep de Dijkencross voor de 39^e keer. Hij kent de heroïsche strijd op de tien kilometer als geen ander. Grob geeft aan: "Wij vallen onder de oudste lopers van de Dijkencrosscompetitie. Ik zie nu al uit naar het jubileum volgend jaar. Al moeten we ons van de dijk laten rollen zullen we de finish gaan halen. In de afgelopen 39 jaar heb ik alle weersomstandigheden al meegemaakt van sneeuw en ijs tot wind en water. Met name de koude wind op de dijken valt altijd wel tegen. Je moet er tegen kunnen. Vroeger

in de beginjaren werd je voor gek uitgemaakt als je hard liep. De omstanders riepen al scherend 'heb je hem al' en werd je er voor aangekeken dat je hard de dijken op liep." Ook Johan Schrader was weer van de partij. De 81-jarige Tonny Schiphorst liep de vijf kilometer. Voor iedere loper en toeschouwer was er een overheerlijke oliebol nadat vorige week de deelnemers werden verrast met een heuse kerstmuts. De charme van de weersomstandigheden rondom de Dijkencross is sterk wisselend. Ook dit keer was de mist en de koude wind een bepalende factor die invloed had op de eindtijd. Volgende week zondag zal het Dijkencross Comité Pannerden de Dijkencrosscompetitie afsluiten.