

# 'Marathon voltooien, wel binnen drie uur'

BEVERWIJK ► „Acht seconden kwam Michel Butter te kort. Acht!”, herhaalt Jacco Heijblok en ziet zichzelf in verwondering opnieuw staan daar in het Vondelpark, op het '40km punt', terwijl de deelnemers aan de Amsterdam Marathon hun laatste kilometers rennen. Het was die bewuste 18e oktober 2015, toen de bekende Nederlandse atleet Butter zo weinig tekort kwam om zich te kwalificeren voor Rio.

„Dat was voor mij het moment waarop de ambitie bovenkwam een marathon te gaan lopen”, start Heijblok zijn verhaal. De week daarna sprak hij vriend Johan Artmanni, om hem van zijn plan op de hoogte te stellen. Artmanni, de afgelopen jaren blessure-rijk, was sinds een paar maanden blessurevrij. Ze spraken af samen een rondje te lopen. Konden ze meteen ook brainstormen over 'the road to Amsterdam'. Het plan kreeg al vorm!

Na een aantal jaren minder te hebben getraind, het gezin Heijblok ontwikkelde zich, kwam dus in het Amsterdamse park de ambitie boven een marathon te gaan lopen. Met een aantal jongens trainde hij



Staannd vlnr: Jacco Heijblok, Robert Klamer, Dave Molenaar en Rowdy Liesker. Zittend: Frank Janssen, Jeroen Paap Johan Artmanni.

al een tijdje bij atletiekvereniging DEM. Er ontstonden groepjes die dezelfde tempo's liepen. „Je praat met elkaar en je leert elkaar een beetje kennen. Je loopt eens een wedstrijd samen en zo ontstond er een steeds hechtere groep”, aldus de initiatiefnemer.

## Fanatiek

Hij opperde eind 2015 het idee

om, gelet op het nagenoeg zelfde trainingsniveau, gezamenlijk te gaan trainen voor de marathon Amsterdam in 2016. Fanatiek als deze groep mannen is, werd het doel niet de marathon uitlopen maar uitlopen binnen 3 uur. „Dat doen er circa vierhonderd in Nederland. Brainstormend kwam we vervolgens op de naam 'Project2uur59'.”

Sponsors werden gevonden. In Asics, Oosterbaan sport en wandelschoenen uit Alkmaar plus Fysiotherapiepraktijk Westertuinen (gerund door DEM-atlete Sanne Bakker) vonden ze kompanen. „Schema's werden opgesteld door onze trainer bij DEM Bert Vink”, gaat dit enthousiaste verhaal verder. „Naast Johan en Jacco sloten ook Frank

Janssen, Dave Molenaar, Jeroen Paap, Rowdy Liesker, Martin Bronder, Robert Klamer en Bas Klomp zich aan. Geen onbekende namen in de Dmondiale sportwereld.”

## Avontuur

„Het avontuur kon beginnen”, vervolgt Heijblok het verhaal. „In deze periode groeiden we echt naar elkaar toe. Lief en leed werden gedeeld. Het is niet niks om naast ons werk, onze gezinnen tijd en energie te vinden om vijf keer per week 'op niveau' te trainen. We hebben elkaar er echt doorheen gesleept.”

Vanaf de start van de voorbereiding tot aan 16 oktober, de dag van de Amsterdam Marathon rende de groep ongeveer 3.000 km 'bij elkaar'. „Waarvan het overgrote merendeel samen. Vooral na de zomer zijn er maanden geweest dat we meer dan 400 km in de maand liepen. Ook hadden we een aantal wedstrijden uitgekozen om onszelf te testen zoals de DCD-Loop, de Marquette-loop, de Damloop en 'de 30 van Amsterdam Noord’.”

## Acht

Uiteindelijk resulteerden al die gezamenlijke inspanningen in een groep van acht

atleten (Martin Bronder haakte helaas geblesseerd af), die in Amsterdam aan de start stond. Niet de volledige groep haalde het doel om binnen drie uur binnen te zijn, maar met tijden van 2.54u, 2.55u, 2.56u, 2.58u, 2.59u, 3.06u, 3.16u en 3.26u werd als 'Project2uur59' wel de doelstelling behaald. En dat schept een serieuze band. Hardlooptmaatjes zijn hardlooptvrienden geworden. En vrienden doen dingen samen.

„We besloten het een project te laten zijn zonder einde. Project2uur59 gaat door als een groep enthousiaste en fanatieke hardlopers, die plezier en ambitie hoog in het vaandel hebben staan. Daarmee willen we het beste in elkaar boven halen. We porren elkaar, maar weten ook van elkaar dat we ieder lid het allerbeste gunnen gewoon omdat we groot respect voor elkaar hebben. Zo hebben wij voor de komende maanden het NK 10km en het NK ½ marathon op het programma staan. We gaan er mooie klasseringen lopen.”

*Project2uur59 krijgt veel vragen over schema's die voor het trainen, wanneer en waar trainingen zijn, etc. Zie project2uur59.nl, Facebook en Twitter.*