

WOUTER HAMELINCK'S LOOPWERELD IS VOL SLINGERPAADJES, MODDER, SNEEUW, HOGE BERGEN, WOESTIJNEN EN EEN STRAND IN HET HOLST VAN DE NACHT. 'ALS HET MOOI WEER IS, KOMT IEDEREEN NA EEN DUURLOOP NETJES TERUG. BEHALVE IK, IK HANG VOL MODDER.'

De oneindige omzwervingen van Wouter Hamelinck

'WAT LIGT ER VOORBIJ DE HORIZON?'

Tekst: Tine Vermeersch / Foto's: Reporters

Het is mijn specialiteit om alle kleine slingerpaadjes op te zoeken. Als ik tussen de struiken een paadje zie, sla ik af. Ik kijk altijd rond. Wat ligt er achter dat bruggetje? Waar gaat dat pad naartoe?

Op de deur van het gebouw waar hij werkt, staat te lezen: wiskundige analyse. Wouter Hamelinck is als assistent aan de universiteit van Gent bezig met een onderzoek naar elektromagnetische golven in een gesloten ruimte. Lopers zijn meer vertrouwd met open ruimtes. Ook die zijn Hamelinck niet onbekend. Allesbehalve zelfs. 'Lopen maakt de geest vrij. Als ik van het lopen zou kunnen leven, deed ik het. Alleen de prestatiedruk zou ik niet leuk vinden.'

Een wedstrijd moet in de eerste plaats de fantasie prikkelen, alleen dan komt hij aan de start. Geen stadslopen dus, geen pistewerk, geen wedstrijden over een aantal rondjes. In Vlaanderen is hij bijna niet te zien. 'Het aanbod is hier te beperkt, om het zacht uit te drukken.' Hij voelt zich meer verwant met de Coureurs Célestes. Deze Hemelse Lopers uit Luik blijven ver weg van het tartan, de chrono's, het beton. Ze vormen de drijvende kracht achter de natuurtrails in België.

'Wat heb je aan een stadsliep, met al die rondjes rond de kerktoren? Wat heb je dan gezien? Na één ronde kun je beter stoppen. En wat zou er zo magisch zijn aan een marathon? Waarom altijd die 42 kilometer? Ik zie er geen heil in. Drie jaar geleden wilde ik graag eens onder 2.30 uur duiken, maar die ambitie is gewoon weg. Als het mij ooit lukt, is dat leuk. Als het niet lukt, so what? Dan loop ik in het bos. Is veel leuker.'

De komende maanden staan er weer enkele mooie dingen op het menu. Na Nieuwjaar loopt hij in Font Romeu, in de Pyreneeën, een trail van 51 kilometer door de sneeuw. 'Vorig jaar lag er op 1800 meter hoogte, midden in het skiseizoen, niet eens sneeuw. Dus wil ik straks terug, want ik wil per se in de sneeuw lopen. Verder is er in februari

een vierdaagse in Ethiopië. Daar moet je zelf je bevoorrading dragen. En eind februari vertrekt er in Frankrijk een ultra-estafette, de Ultrafondus Mega Toff, die alle departementen doorkruist en in lussen door de omliggende landen loopt. De tocht passeert eind maart in België. Ik neem een stuk van het traject voor mijn rekening.

Een mens moet kunnen dromen. Als ik een mooie wedstrijd ontdek, wil ik er aan de start verschijnen, hoe groot de praktische problemen ook zijn. Ik kan lopers uit de buurt niet overtuigen om mij te vergezellen. Mijn ideeën schrikken hen een beetje af. *Oei, is het niet wat ver? Past dat wel in mijn planning? En hoe gaat dat allemaal in zijn werk? Het idee komt van Wouter, dus zal het wel weer iets gek zijn.'*

Buiten de wereld

Vertrekt hij een dag vooraf, dan neemt hij zijn slaapzak mee en slaapt hij in de openlucht. In maart was er een loop van 47 kilometer in het Noord-Franse gehucht Bully-les-Mines. 'Ik nam de trein, reed het laatste stuk met de fiets en arriveerde pas 's avonds laat op de startplaats. Ik rolde dan maar mijn slaapzak open voor de deur van het inschrijvingslokaal en ging daar liggen. Maar het was nogal fris. Om vier uur 's ochtends werd ik wakker van de kou. Tijdens de wedstrijd voelde ik mij niet bepaald fit.' Toch werd hij eerste.

'Ik vraag me altijd af: wat ligt er voorbij de horizon? Na 24 uur lopen ligt daar nog altijd de horizon. Als je het rustig aan doet, kun je oneindige afstanden afleggen. Als ik loop, ben ik gelukkig. Het leuke is dat je als loper buiten de wereld beweegt. Iemand die voorbijloopt, passeert en maakt geen deel uit van wat er gebeurt. De mensen kijken eventjes op. *Wat gebeurt er hier? Aha, iemand die loopt.* En ze laten hem zijn gang gaan. En dan loop ik verder. Zonder daarbij na te denken. Als je me tijdens een ultraloop zou vragen waarom ik dat doe, heb ik geen antwoord.'

>



Wouter Hamelinck

geboren:	8 juni 1982
woonplaats:	Merelbeke
lengte:	1,76 meter
gewicht:	62 kilo
trainer:	Robert Bracke
clubs:	RC Gent, Les Coureurs Célestes
sponsor:	VO2 Sport
website:	www.wouterhamelinck.tk

Records

uurloop:	18,086 km
marathon:	2,31 uur
100 kilometer:	8,47 uur



Een week uit het trainingslogboek

maandag:	1.15 uur duurloop
dinsdag:	1.45 uur duurloop
woensdag:	8 x 1000 meter (in 3.20 tot 3.25 min.)
donderdag:	1.30 uur duurloop
vrijdag:	2.00 uur duurloop
zaterdag:	4.00 uur duurloop
zondag:	6.00 uur duurloop

'Ik wil niets anders op de boterham dan muizenstrontjes'

Wie niet in zichzelf gelooft, komt nergens. Deze uitspraak van de Noorse expeditieziener Thor Heyerdahl wil Hamelinck maar al te graag onthouden. In augustus deed hij mee aan de Ultratrail du Mont Blanc, een tocht van maar liefst 163 kilometer door de woeste Alpen. Twee nachten en één dag ononderbroken lopen. 'De vermoeidheid voel je vooral 's ochtends. Soms begin je te zigzaggen, soms begin je te hallucineren. Je ziet in een boom allerlei vreemde dingen hangen, maar als je dichterbij komt, krijgen ze opnieuw hun normale vorm. Overdag gaat het weer beter. Maar dan zie je onderweg lopers met de ogen dicht aan de kant van de weg zitten. Ik zou dat niet doen. Als je opstaat, zijn je spieren totaal verkrampd.'

De week erna wil je telkens vroeg naar bed en probeer je zo lang mogelijk uit te slapen. Zo moe ben je. Na een tachtig kilometer kan ik de volgende dag weer normaal trainen, maar van tochten van meer dan honderd kilometer moet ik nog altijd lang recupereren. Hopelijk is dat een kwestie van gewoon worden. Ik ben er nog niet uit of ik vaker 's nachts moet trainen. 's Nachts lopen haalt namelijk je bioritme serieus overhoop. De vraag is of zo'n training niet te veel op de volgende trainingen weegt.'

Van grens naar grens

's Nachts kun je vreemde dingen meemaken, zegt hij. 'Ik ben al een paar keer 's nachts langs de Belgische kust gelopen. Op een keer zag ik rond half twee mensen op het strand. Toen ik hen passeerde, begonnen ze spontaan te applaudisseren. Heel bevreemdend, zo midden in de nacht. Als ik 's nachts aan de kust wil lopen, neem ik de laatste trein naar De Panne. Vandaar loop ik naar de Franse grens, van de Franse grens trek ik naar de Zwingeuil en van de Zwingeuil gaat het naar het station van Knokke. De eerste trein terug haal ik meestal niet, de tweede of de derde wel.'

Het is een mooi idee om van grens naar grens te lopen. Je probeert altijd op een natuurlijke manier je traject uit te stippelen. Als je van Frankrijk naar Nederland wil, is de meest logische weg de kust. Het voordeel van op het strand lopen, is de onverharde ondergrond. En je kunt niet verdwalen: zo lang de zee links van je ligt, loop je in de juiste richting.'

Allemaal goed en wel, maar zijn al die kilometers gezond, zullen veel 'normale' lopers zich afvragen. Hamelinck: 'Het ongezondste is het leven zelf. Je kunt evengoed in je bed blijven en nietsdoen, maar ik kom liever buiten en kijk graag rond. Honderd jaar geleden liepen de mensen ook heel veel. Landbouwers legden elke dag zonder problemen een marathon af. Blessures? Sommigen zeggen dat ik te veel wedstrijden loop. Dit jaar zal ik veertien ultratochten hebben afgewerkt.'

Ik denk dat het langeafstandslopen niet belastender is dan de korte afstanden. Sterker nog: hoeveel halvefondlopers blijven na hun 25ste nog op een degelijk niveau? Door al dat snelheidswerk op de piste zijn de meesten al voor hun dertigste versleten. Als ik ergens pijn heb, loop ik gewoon wat minder. Dan gaat de pijn over. En ik eet graag boterhammen met muizenstrontjes. Eigenlijk wil ik niets anders op de boterham dan dat. Muizenstrontjes liggen ver van het gezondheidsideaal, maar dat maakt niets uit.'

Puberaal idee

Ultralopers zijn over het algemeen de veertig voorbij, Wouter Hamelinck is amper 25. 'Ik denk dat velen vergeten zijn dat ik een stuk jonger ben. Door mijn baard is het moeilijker mijn leeftijd te schatten. Ik heb die baard laten groeien vanuit het puberale idee: ik heb geen zin om mij te scheren. En ik heb nog altijd geen zin. Sommige mensen zeggen: ben jij zo jong, maar jij draait toch al heel lang mee? Terwijl ik nog maar twee of drie jaar ultra-afstanden loop. Ik kan er weinig aan doen dat de anderen veel ouder zijn. Ik vind het dan ook aangenaam als er eens een twintiger opduikt, die een redelijk niveau haalt.'

Tijdens lange vakanties maken de loopschoenen plaats voor de fiets. Hamelinck reed al eens naar de Noordkaap en doorkruiste heel Europa. 'Die fietstochten zou ik ook eens lopend willen doen. Lopen geeft per slot van rekening de grootste vrijheid. Ik denk er al over na hoe ik dat zal organiseren. Lieft zonder begeleiding. Ik zou dan zeventig of tachtig kilometer per dag afleggen en onderweg af en toe nieuwe schoenen kopen. Aan dat project ben ik echter nog lang niet toe. Het is voorlopig maar een droom. Eerst wil ik eens diagonaal door België lopen, van Luxemburg tot Knokke. En dan zien we wel.' <<