

Trail en Running club Utrechtse Heuvelrug

Nieuwsbrief 27 augustus 2018



- In deze nieuwsbrief: - Voorwoord
- Road2Trail, onze eerste meerweekse clinic komt eraan
 - Summertrails, het was een trailing good summer!
 - Lopen de trainers ook nog wel eens een rondje?

Voorwoord

Wie had dat gedacht? Ongeveer 3 maanden terug zaten we nog bij de notaris om 'onze' Trail en running club op te richten. De notaris vroeg ons toen hoe we de bestuursfuncties gingen verdelen, er viel even een korte stilte ... We hadden al nagedacht over onze eerste trainingen en dagdroomden over een evenementje in de verre toekomst. Maar wie Voorzitter zou worden en wie Penningmeester, daar hadden we nog niet over nagedacht. Á la minute werd Ton de voorzitter en Florian Secretaris en Penningmeester. Maar eigenlijk had het ook precies andersom kunnen zijn, zo spannend is dat allemaal niet.

Wat wel spannend voor ons is, onze trails en vooral wie er op af komen en hoe ze het beleven. Vinden jullie de routes net zo mooi als wijzelf? Is er genoeg uitdaging voor iedereen? Krijgt iedereen voldoende aandacht? En wat wordt de volgende locatie? Een beloning in de vorm van een big smile, vermengd met wat zweet en een modderspatten, verklapt ons dat we op de goede weg zijn. Maar spannend blijft het wel! En dat allemaal in 3 maanden tijd, daar zijn we eerlijk gezegd best een beetje trots op.

Road2Trail



Trail

2
Road



Na de eerste verkenningslopen, verdeeld over de Heuvelrug, ontstond het idee om onze off-road missie te vervolgen met een soort 'omscholing' van weg-loper naar Trailrunner. Het idee van [Road2Trail](#) was geboren. Al snel na het ontstaan van het idee vonden we in Hotel Landgoed Zonheuvel in Doorn de ideale uitvalsbasis voor deze trail clinic. Ongeveer midden in ons territorium en ook voor bijvoorbeeld Utrechtse en Amersfoortse binnen een minuut of 20 bereikbaar.

Op zondag 2 september gaan we beginnen, alle zondagen en woensdagen in september gaan we het bos in, de heuvels op, weg uit de drukte. Na 5 weken trainen op de Heuvelrug hebben de deelnemers geen angst meer voor een

heuveltje of een steile afdaling. Om dat te vieren sluiten we op zondag 30 september feestelijk af, met een mooie trail-loop door de Kaapse bossen en na afloop en uitgebreid lunchbuffet in het restaurant van Zonheuvel. Op die laatste dag hebben we ook een speciale gast, Tim van der Veer, schrijver en Ultra-trail-loper, komt vertellen over zijn boek "[Runners High](#)" en beantwoordt vragen over diverse facetten van het trail-lopen.

Speciaal voor onze *vaste klanten* bieden we de losse trainingen van de clinic ook aan als aparte training, zonder de verplichting aan alle trainingen deel te nemen. De losse trainingen kunnen zowel contant (€ 7,50) als met onze voordelige [strippenkaart](#) worden betaald. Opgeven kan per mail info@trcu.nl o.v.v. je naam en gewenste training.

Summertrails



Het plan voor de Summertrails ontstond uit de behoefte om de positieve vibe van de verkenningslopen niet te laten wegzakken. Dat de 2^e Summertrail tijdens de 'komkommertijd' meteen ons deelnemersrecord zou breken, hadden we niet verwacht. De prachtige routes en pittige beklimmingen in de zomer bleken in een behoefte te voorzien. Volgende zomer zeker weer nieuwe Summertrails, maar eerst Road2Trail, Autumn Trails en wellicht de 'Dutch mountain tour'. We houden jullie op de hoogte van onze plannen, via o.a. onze website, nieuwsbrief, onze eigen [Meetup](#) en [Facebook](#).

En ... lopen de trainers zelf ook nog wel eens een rondje?

Wat dacht jij? Enigszins verslaafd kunnen we onszelf zo ondertussen wel noemen.

Ton heeft de afgelopen weken tientallen kilometers afgelegd in voorbereiding op zijn eerste ultra, de 54 kilometer van de Wisenttrail bij Apeldoorn. Als een soort veredelde testloop liep Ton ondertussen ook nog even de pittige Trail des Fantômes in de Belgische Ardennen. Test geslaagd, spierpijn snel weer verdwenen en nu op naar de Wisenttrail.

Toen Ton tijdens de Summertrails het bos bij Amerongen bedwong was Florian op avontuur in Bosnië. Na een week acclimatiseren in de bergen hoog boven Sarajevo was het tijd voor de Jahorina trail. 35 kilometer van Sarajevo naar het wintersportplaatje Jahorina. De temperatuur was perfect en ook de beklimming van de 'Olympische berg' viel helemaal niet tegen. De prachtige bergen, de naar kruiden geurende bergweiden en de prima verzorging onderweg maakte van deze pittige trail een feestje. Met als kers op de taart een kilometer lopen door de verlaten bobsleebaan van de 1984 Olympische spelen, fantastisch!

