

Aanloop naar 2e marathon

Op 6 oktober aanstaande hoop ik aan de start te staan voor mijn 2e marathon. Dit wordt de eerste buitenlandse marathon, daar het de marathon van Bremen betreft. Voor mijn 1e marathon had ik een uitgebreid schema gemaakt. Dit keer niet. Over een kleine 8 weken is het zover. Op de planning staan nog een paar lange duurlopen. Vanwege wedstrijden voor de clubcompetitie de 3 weekenden voorafgaand aan de marathon plan ik de langste duurloop 4 weken van te voren. Met een collega, die in training is voor zijn eerste halve marathon, ga ik deze dan doen. Eerst loop ik naar zijn huis, kilometer of 6, daarna gaan we gezamenlijk een halve marathon lopen en daarna ga ik weer naar huis. Zo kom ik aan een duurloop van 33 kilometer en door wat toeristischer terug te lopen kan ik er nog 35 van maken.

14 september wacht de Run Winschoten. Ga hier 10 kilometer en hopelijk knallen, evenals de Eemsmondloop op 28 september. Op 21 september is er de Thaisner Dörpsrun, waar je kan kiezen tussen afstanden van 4 mijl, 10 kilometer of halve marathon. Hier overweeg ik nu de 4 mijl te gaan lopen. Ik sta weliswaar ingeschreven voor de 4mijl van Groningen op 13 oktober aanstaande, maar het lijkt me dan niet raadzaam voluit te gaan, en ik wil wel het officiële 4mijl-PR dit jaar uit de boeken lopen. Daarom in Thesinge een 4 mijl en de 4Mijl van Groningen wil ik het dan rustiger aan doen. Misschien deze als haasklus gaan doen door mijzelf als haas aan te bieden. Wellicht via een facebook-actie, waarbij geïnteresseerden aan kunnen geven waarom ze graag met een haas willen lopen, waaruit ik

dan het leukste verhaal kies.