



«De zwaarste weken zijn achter de rug. Ik heb de voorbije week bijna 500 kilometer ge



Superatleet in

Eerst stuurde hij een brief. Peter Lissens, 35, copywriter, amateur-sporter, rocker en party animal, zou deelnemen aan de zwaarste triatlon ter wereld, de Iron Man van Lanzarote. Drie maanden training moesten daarvoor volstaan, meende Peter. Hij wilde er voor Menzo een verhaal over schrijven. Een paar dagen later kwam hij langs. Begeesterd vertelde hij over zijn trainingen, zijn pijnen, zijn pieken en dalen. We moesten zelfs lachen, toen hij bekende dat hij nauwelijks kon zwemmen... Peter zou onze Menzo Man worden. Zijn maat Evert, fotograaf, trok mee naar Lanzarote. Het werd een schitterend avontuur.

door Peter Lissens / foto's Evert Thiry

Begin februari land ik op Lanzarote, het eiland van de topsporters. Voor mijn revanche op de 58-jarige die mij bij het fietsen in de Vlaamse Ardennen grinnikend voorbijstak. Een eerste wandeling door het resort van club La Santa wordt evenwel een licht surrealistische ervaring: naast het Olympische zwembad staan dertig Britten vol overgave te hyperventileren onder leiding van een kastanjebruine, gestroomlijnde *hardbody*. Verderop zit **Thomas Hellriegel**, een van 's werelds beste triatleten, pizza te eten in het gezelschap van ex-Tourwinnaar **Bjarne Riis**, terwijl ex-Europees bokskampioen **Arnold Van der Leijden** twee bejaarde Nederlanders helpt met hun koffers en beautycases. *My kinda place!* Een paar dagen later deel ik zélf een pizza met Thomas Hellriegel. Ik wil graag weten of het klopt dat de triatlon van Lanzarote de zwaarste ter wereld is. «Klopt», zegt Hellriegel. «Wanneer de wind voluit tekeer gaat, dan is het hier zwaarder dan op Hawaï. En bovendien is het fietsparcours lastig, met drie zware beklimmingen». Hij grijnst: «*I love it. You really should try it.*» Puik idee! Dat wil ik zijn: een gladge-

schoren, gestroomlijnde superatleet. Een mysterieuze *lone rider*, een eigenzinnige, veelzijdige duursporter in flitsend lycra, die pas begint waar anderen eindigen!

Slechts één moeilijkheid: het startschot voor de Lanzarote Iron Man knalt op 26 mei, binnen veertien weken. En ik kan niet zwemmen.

Geen tijd te verliezen, dus. Van de ene dag op de andere verandert mijn normale recreatieve, soms mild ambitieuze sportbeoefening in een obsessie. Ik verslind alle lectuur die ik over triatlon kan vinden, schuim het internet af op zoek naar informatie en trainingsschema's en wissel via *newsgroups* gedachten, ambities en twijfels uit met triatleten over de hele wereld.

Tien dagen later train ik drie keer per dag. Ik sta een paar keer per week om vijf uur 's ochtends op, en ik zwem vrijwel dagelijks. De eerste twee weken lijkt mijn vooruitgang - vooral in het zwemmen - spectaculair: ik hou het zonder veel moeite een uur vol. En dan houdt het op. Terwijl mijn prestatiecurves voor het lopen en het fietsen er steeds beter gaan uitzien, is er in het zwemmen geen

enkele progressie meer. Ik ga nog fanatieker op zoek naar tips en literatuur. Jammer genoeg blijken de steeds goed bedoelde tips en adviezen al te vaak tegenstrijdig en onbruikbaar: «Benen niet gebruiken, maar sparen voor het fiets- en loopgedeelte», «vooral de benen gebruiken, een goeie kick is van levensbelang», «zwemmen met gestrekte armen», «zwemmen met gebogen armen», «arm dicht insteken», «neenee, arm ver insteken». Geen touw aan vast te knopen. Aan mijn ontreddering zal pas een einde komen wanneer ik **Waldo** en **Bram** ontmoet, die mij de weg naar triatlonsucces zullen tonen.

Onderwaterspektakel

Tijdens de zwemsessies op donderdagnavond is hij me al opgevallen: een meter 90, blond en blauwe ogen. Tussen 20 en 22 uur maalt hij tegen een indrukwekkend tempo ontelbare baantjes af, telkens met drie of vier andere uitstekende zwemmers in z'n zog. Uit ontzag blijf ik weg uit de buurt van hun baan: ik wil niet hinderen en ik wil al evenmin belachelijk lijken naast deze superatleten. Op een avond begint hij zich vreemd te