



De laatste voorbereidingen.

« Wil jij me even dichtritsen, schat? »

07.00 uur: pompen of verzuipen.

Zwemsucces: 1

> zonder schade: verschillende verbogen spaken, een gedeukte velg en twee volledig versplinterde drinkbushouders. Bovendien is de helft van m'n fietsgereedschap op Zaventem in beslag genomen door de douane, wegens te gevaarlijk. Ik ben zo stom geweest om die spullen mee te nemen in m'n handbagage.

### Woensdag 23 mei: T-day - 3

Ik word uit bed gebeld door de receptie. Problemen: een dubbelboeking. Ik krijg ter compensatie elders een ruim appartement aangeboden. In de *bike shop* van Club La Santa wordt mijn gekneusde fiets er weer helemaal bovenop geholpen. Niet ideaal voor de concentratie! Tijdens de fietstraining die namiddag slaat mijn humeur helemaal om. Ik geniet van de desolate aanblik van de Montanas del Fuego. Hier zal ik binnen enkele dagen keihard toeslaan. Merkwaardig fenomeen: telkens wanneer ik een voet aan de grond zet om even rond te kijken of om m'n fiets wat bij te regelen, duikt er binnen de tien seconden vrijwel uit het niets een loper, een fietser of een chauffeur op die me eerst bezorgd vraagt of *everything ok* is, om me vervolgens met opgestoken duim veel succes te wensen voor zaterdag. Anderhalf uur later, moegetergd door een niet aflatende stormwind die zelfs steile afdalingen tot een zwaar en gevaarlijk karwei maakt, loop ik minder hoog op met die bliken van solidariteit. Mijn koninkrijk voor een T-shirt met opdruk *«Yes! Everything's ok! Please leave me alone!»* Hoogtepunt van de dag blijkt de avondlijke zwemtraining van 3,5 kilometer. In het 50-meterbad (de helft minder keerpunten!) knibbel ik zonder veel moeite vijf minuten van mijn beste tijd af.

### Donderdag 24 mei: T-day - 2

Zeven uur 's ochtends. Op het strand trek ik mijn *wetsuit* aan. Ik heb mijn hartslag redelijk onder controle. Dit moet ik aankunnen. In zout water zwemmen is immers oneindig veel makkelijker dan in een zwembad. Ik duik het water in en begin ogenblikkelijk te hyperventileren.

## «Eindigen drie maanden van Spartaanse voorbereiding hier? Na twee minuten? Roemloos in een reddingsbootje?»

Weg controle. Weg coördinatie. Ik probeer mijn geest tot de orde te roepen. Te vergeefs. Ik schaaft mijn hand aan een rots. Op deze manier hoef ik niet eens te starten, flitst het door mijn hoofd. Fotograaf Evert is voor niets onderweg. Om een of andere reden blijf ik doorploeteren in plaats van terug te keren naar het strand. Plots lijkt de paniek weg te ebbelen. Mijn bewegingen worden doelgerichter en efficiënter en enkele minuten later begin ik zowaar een soort van pervers plezier te beleven aan mijn zilte ochtendwandeling. Ik zwem nog een paar rondjes in de baai en keer terug naar het strand. Het uittrekken van m'n *wetsuit* lukt niet al te best. Mijn benen zijn slap. Ik verlies mijn evenwicht en stap in een stuk glas! Een kwartier later meld ik me bloedend als een rund bij de dokter. Het valt mee: geen hechtingen, maar ik zou het sporten toch beter een weekje laten voor wat het is. Verdomme!

### Vrijdag 25 mei: T-day - 1

*Bike check-in* en briefing zijn achter de rug. Mijn loop- en fietsspullen zitten netjes in een rode en een blauwe zak, gelabeld met m'n rugnummer: 608. Ik loop een tiental keer van het strand waar ik - hopelijk - morgenochtend rond halfnegen uit het water zal komen naar de fietscorridor en terug. *Dàar neem ik morgen mijn fietstas, dan de kleedtent in, fietsschoenen aan, dan eerst de helm op (wie opstapt zonder helm wordt onmiddellijk gediskwalificeerd) en de heuvels in, richting Timanfaya. Na het fietstraject opnieuw de kleedtent in, loopschoenen aan, pet en zonnebril op.*

Ik laat me voor de zoveelste keer het zwemtraject uitleggen. Bijna vier kilome-

ter. Het door rode en gele boeien afgebakende parcours lijkt minstens dubbel zo lang.

### Zaterdag 26 mei: T-day!

Vijf uur 's ochtends. Fotograaf Evert laadt de camera's en checkt de uitrusting. Ook voor hem wordt het een lange, zware dag. Het weerbericht voorspelt een bloedhete dag van 30 graden, met bijzonder hevige wind en mogelijk woelige zee. *Hoka hey*: het wordt een mooie dag om te sterven. Ik trek mijn Menzo triatlonpak van Bio-Racer aan en knipoog naar mezelf in de spiegel: *you're looking good!* Het pakje zit me als gegoten. Ik masseer nog even mijn benen en eet met lange tanden een *energy bar*. Tien voor zeven. De zon komt op en ik sta op het strand. Eén van die 860 in zwart neopreen gehulde gladiatoren. Plotse-ling, zonder aftellen, zonder waarschuwing, gaat het startschot af. Geen tijd gehad om zenuwachtig te worden. Binnen enkele tellen is het wateroppervlak voor mij veranderd in een kolkende massa. Het lijkt wel een Siciliaanse tonijnslachting. Ik gooi me tussen de klauwende, stampende lichamen en krijg meteen een paar elleboog- en voetstoten in mijn gezicht. Mijn handen graaien naar water, maar ik raak alleen maar lichamen. Er is te weinig plaats. Geen aandrijving, geen snelheid: ik zink. Meteen vormt zich boven mij een dak van watertrappende lijven. Met tientallen zwemmen ze over me heen. Wild klauwend en graaiend slaag ik erin om even het hoofd boven water te steken maar word dan meteen weer ondergeduwd. Voorgoed ditmaal, lijkt het. Eindigen drie maanden van Spartaanse voorbereiding hier? Na twee minuten? Roemloos in een reddingsbootje? Ik wil niet! Ik deel op mijn beurt een paar tikken uit en worstel me tussen de worstelende massa naar rechts, waar het wat rustiger is. Daar kan ik weer ademen. Vervolgens komt de boel weer samen om de eerste boei te ronden en het gedrum begint opnieuw. Opnieuw kopje onder en proesten, maar ik onderga het gelaten en paniek blijft uit. De branding is ster-