

"SPORT IN WEST"

EERSTE NEDERLANDER IN ZWINTRIATHLON

Arno Rootsart ontdekte pas laat de triatlonsport. Hij was al 38 jaar toen hij zijn debuut maakte. Dat vond plaats in de Zwintriathlon van 2009. Dan laten we de Finishtriathlon in Knokke een paar weken daarvoor maar even buiten beschouwing. Die 600 meter zwemmen, 21 kilometer fietsen en 6 kilometer lopen, oftewel een achtste triatlon, tellen we niet mee. Dat was even proefstomen.

Arno Rootsart is inmiddels veertig. Hij was in de Zwintriathlon van dit jaar de snelste Nederlander. Het kan dus vlug gaan. Wat goed is komt snel, gaf ene Pim Mulier in een ver verleden al te kennen. De Aardenburger is nu zelfstandig online dienstverlener. Zijn sportieve leventje begint bij de Aardenburgse volleybalclub De Kikkers tot dat hij studierend de streek verliet. "Toen ik in 2006 terug in Aardenburg kwam wonen, heb ik nog gevolleybald, maar knieproblemen maakten vrij vlug een einde aan die sportcarrière. In 's-Gravenhage had ik nog wel wandeltochten van zestig kilometer gelopen en ook wel gefietst, maar geen competitie sport. Toen het volleybal niet meer ging, wou ik toch iets doen. Liefst in de buitenlucht in de zomermaanden. Ik ben bij Trimclub Aardenburg gaan fietsen. Op de hybride. Daar kwam ik in contact met Rini Boidin en Marc Impens, jongens die de Zwintriathlon hadden gedaan of wilden gaan doen. Ik kon zwemmen, fietsen en



lopen, al was dit laatste door de volleybalknieën beperkt. Mijn voorbereiding was dan ook niet van het gehalte dat je van iemand die een Zwintriathlon gaat doen kunt verwachten. Wat zwemmen in het Aardenburgse zwembad waar je aardig wat baantjes moet trekken om aan de 1500 meter zwemmen te komen. Ik ben ook een keer gaan "proeven" in de Damse Vaart, voor mij het mooiste open water wat ik ken en dan begin je er aan. Een koersfiets had ik niet, die leende ik van mijn neef Benedict van de Walle." Het ging onverwacht goed. "Ik voelde na afloop wel dat ik iets gedaan had, maar met een tijd van de 2 uur, 45 minuten en 3 seconden was ik een tevreden man. Temeer daar ik de 10 kilometer lopen op reserve had gedaan omdat

m'n linkerknie toch wat opspeelde."

Het smaakte in ieder geval naar meer, dus werd er ingeschreven voor de editie van 2010. "Het inschrijven voor de Zwintriathlon is vaak moeilijker dan hem volbrengen. In tien minuten is de zaak volgeboekt. In ieder geval kon ik me in 2010 op de deelnemerslijst laten boeken. Nu had ik toch wat meer getraind, wat gericht ook. Ik had ondertussen zelf een koersfiets aangeschaft, reed daarop vele grote toertochten, ondermeer de Ronde van Vlaanderen en de Van Peteghem Classic. Ik had nog wel klachten aan de linkerknie, maar klaarde de wedstrijd toch in 2 uur 28 minuten en 19 seconden. Meer dan een kwartier sneller dan een jaar eerder."

De knie werd operatief bijgeschaafd. "Tijdens de herstelperiode leerde ik de ervaren triatlete Maycke van Summen kennen. Ze was lid van Triatlonvereniging 't Zwin, ik wist niet eens dat er in de regio triatlonverenigingen bestonden. Later kwam ik er achter dat er ook nog een SC de Zwinstreek was met Oostburg als thuisbasis. Via Maycke werd ik lid van TV 't Zwin. De zwemtrainingen zijn in het sportcomplex de Eenhoorn te Oostburg. Dan leer je bij."

Toch zou in 2010 het noodlot nog even toeslaan. "Tijdens de Van Moer triatlon in Antwerpen kwam ik ongelukkig ten val en brak mijn sleutelbeen. Er volgde een operatieve ingreep, de zaak werd met een plaatje aan elkaar gezet - dat zit er trouwens nog in - en er volgde inactiviteit tot 1 januari 2011. Daarna richtte ik me weer op de triathlon. Mijn seizoen begon in mei in Oostkerke. Vervolgens werd Brugge, Eeklo, Wommelgem, Viersel, Sint Laureins, Iron Man Antwerpen, Zwintriathlon en Ieper gedaan, met uitzondering van de Iron Man Antwerpen allemaal kwartjes, Antwerpen was een halve. Daarnaast deed ik ook nog de Zwemloop van onze vereniging in Sluis. De kwartjes in België was een circuit waarvan de vijf beste resultaten telden. Ik ben rond de twintigste plaats bij de Masters 40 geëindigd." In de Zwintriathlon kwam Arno dus als eerste Nederlander binnen, op plaats 101 met een tijd van 2 uur

26 minuten en 22 seconden. Een tijd waarmee hij gezien de weersomstandigheden, windkracht zeven op de fiets, meer dan tevreden mee is. Of de volledige triatlon, bestaande uit 3,8 kilometer zwemmen, 180 kilometer fietsen en ruim 42 kilometer lopen, al een keer door zijn hoofd is gedwarreld? "Ik zal die wellicht ooit wel een keer doen, maar hij staat nog niet genoteerd in mijn agenda. Ik heb ook geen flauw idee waar ik die zou willen doen, voorlopig nog maar de kwartjes en een paar halve."

Wat is er zo mooi aan de triatlon? "De afwisseling. Zwemmen, fietsen en lopen. Dan weer gaat het ene onderdeel goed, dan weer een keer het andere. Daarnaast de enorme goeie sfeer die er in het peloton heerst. In de wedstrijd ga je zo hard mogelijk, maar na afloop is iedereen vriend van elkaar. Het geeft iets broederlijks. Dan het finishen, voor mij een onderdeel apart. Het gevoel, de adrenaline die door je lichaam stroomt als je onder dat finishdoek doorloopt, valt niet te omschrijven. Dan ben je even koning of keizer. Bovendien kun je trainen als je tijd hebt. Bij een teamsport liggen die trainingen vast. Voor iemand die een zelfstandige job heeft net als ik is het wel makkelijk om je trainingstijden zelf in te delen. Is er even tijd dan trek je de gym schoenen aan en weg ben je."

Fred Rabout

Foto: Henk Verstraaten