

Fysius Adventure IQ-Race

Survivalrun: een zware en veelzijdige vorm van duursport, waarbij het lange-afstand lopen gecombineerd wordt met het overwinnen van verschillende zware hindernissen. Adventure-race: een wedstrijd waarbij de deelnemers op eigen kracht ongemotoriseerd een parcours moeten afleggen met behulp van een kaart en kompas. Wat gebeurt er als je deze twee sporten met elkaar mengt? Dan krijg je een survivalrace! En als je intelligentie ook nog van belang is om zo snel mogelijk de eindstreep te bereiken? Dan heb je te maken met de Fysius Adventure IQ-race! Deze race werd op 26 november jl. georganiseerd door Stichting Survival en Adventure Race uit Nijverdal.

Voor de mannen van Survivalgroep Ge Speult Nie zou het de eerste survivalrace worden. Ervaring met survivalruns hadden Stephan en Teun genoeg, adventure races nog nooit gedaan en hun hersenbol gebruiken tijdens een race zou ook nieuw worden. Omdat er dit jaar de keuze was uit een 4-uurs en 8-uurs race werd gekozen voor de 'makkelijkste' variant: de 4-uurs. Ervaring met kaartlezen hadden beide heren wel, maar een kompas gebruiken om de richting te bepalen zou een uitdaging worden. Daarom werd vooraf getraind met kaart en kompas en werden diverse routetechnieken bestudeerd op het beeldscherm van de computer.

Twee weken voor de race kreeg Stephan echter een vervelende mededeling van zijn sportfysiotherapeut. Een blessure aan zijn nek, 1,5 jaar geleden opgelopen tijdens een survivalrun, speelde weer op en het advies luidde dan ook: "Vanaf januari weer rustig opbouwen met survivalruns, tot die tijd volledige rust houden". Team Ge Speult Nie werd hiermee direct gehalveerd, deelname voor Teun kwam in gevaar. Gelukkig werd al snel een waardige vervanger voor Stephan gevonden: niemand minder dan Rick Stroet uit Dinxperlo. Rick is een bekend figuur in de survivalwereld en loopt de laatste tijd verrassend goed in de BSC-categorie.

Daar de afstand tussen Berlicum en Dinxperlo maar liefst 115 kilometer bedraagt, was een gezamenlijke voorbereiding op de race lastig te organiseren. Er werd gekozen om telefonisch enkele belangrijke zaken door te nemen en ook e-mailverkeer bood prima uitkomst. Rick kreeg een paar dagen voor de race nog een spoedcursus kaartlezen en kompasgebruik van Herbert Luimes. De dagen voor de race werden de benodigde spullen bij elkaar gezocht en ook de mountainbikes werden weer onder het stof vandaan gehaald. Vrijdagmiddag werd nog snel een bezoekje aan het Kruidvat gebracht voor een doos mueslirepen, waarna de rugzak in gereedheid werd gebracht en de mountainbike op de fietsendrager gezet. Niet al te laat werd het bed opgezocht, dit keer met toch wel enige spanning.

Zaterdagochtend om 6.15u liep in huize de Laat de wekker af en om 6.30u werd een snel maar goed ontbijt genuttigd. Om 7.15u vertrok een volle auto richting Nijverdal, alwaar het avontuur om exact 11 uur zou gaan beginnen! De supportersgroep bestaande uit Bart en Petra de Laat was weer van de partij en ook de geblesseerde Stephan ging mee om ondersteuning op de fiets te bieden. Om 8.45u kwamen ze aan in Nijverdal, waar Rick in de kantine al aan een bak koffie zat te wachten. Na het melden bij de inschrijfbalie kregen Teun en Rick een envelop met daarin alle benodigde informatie. Om 10.00u zou de stille briefing beginnen maar eerst moesten de startnummers nog aan de fietsen worden gemonteerd en pakketjes met reservekleding op de juiste plaats worden gedropt.



Exact om 10.00u begon de briefing en braken er 45 spannende en stressvolle minuten aan. Op het ene scherm kon (soms) nuttige informatie worden gevonden, het andere scherm toonde een videoroute waarbij een mountainbiker een route door de omgeving van Nijverdal fietste. Rick en Teun verdeelden de taken zo goed als mogelijk, uiteindelijk bleef er zelfs wat tijd over om het routeboekje en de topografische kaarten te bestuderen. Om 10.45u gingen de schermen uit en was er nog kort gelegenheid jezelf wat op te warmen. Exact

om 11.00u startte de survivalrace met een proloog, in de vorm van een mini-survivalrun. Na het startschot mochten de deelnemers direct het ijskoude water in en moest vanaf de overkant een parcours gevolgd worden. Onderweg moesten diverse survivalhindernissen overwonnen worden. Een aantal daarvan waren op de trainingsbaan van Regge Survival. Voor Rick en Teun was dit een mooie warming-up, ze hebben tijdens diverse survivalruns voor hetere vuren gestaan!

Na ongeveer 3 kilometer afgelegd te hebben kwamen beide heren weer bij het startpunt. Hier was de mogelijkheid om snel droge kleding aan te trekken en moest de rugzak opgedaan worden. De steps stonden al klaar om een parcours door Nijverdal af te leggen. Een blinde oleaat (route op doorzichtig velletje papier) moest op de kaart geprojecteerd worden en op die manier kon de juiste route gevonden worden. Onderweg zat een OCP (opdracht checkpunt), waarbij één teamlid vanaf een brug langs een verticaal net moest afdalen, om met behulp van de Sportident (elektronisch tijd en identificatie systeem) in het checkpunt in te klokken. Vandaar gingen ze nog zo'n 500 meter

verder met de step. Hier startte etappe 2, de alcoholvrije route. Middels lastig vindbare bierdopjes op bomen en palen moest de juiste route gevonden worden. Na wat rondolen kwamen beide heren (nog steeds alcoholvrij) bij de kano's aan. De stappen werden hier achtergelaten en ze lieten snel de 2-persoons kano te water. Onderweg zou ergens aan stuurboord (rechts) een ZCP (zoek checkpunt) te vinden zijn, deze werd snel gevonden!



Onderweg waren twee opdrachten, waar telkens een OCP te behalen was. De eerste was een self-made swingover: met een dun touwtje een swingover creëren en vervolgens deze uitvoeren. Het punt was hier snel binnen, daarna terug de kano in en weer verder peddelen. Ondertussen werden de armen wat moe maar opdracht nummer twee kwam snel in zicht. Dit keer een verticaal touw waarbij het OCP bovenaan het bruggetje was bevestigd. Teun klom het touw in terwijl Rick de kano in bedwang hield. Ook dit punt was voor de heren makkelijk verdiend. Een kleine 100 meter verderop moest de kano aan wal en waren er Bonus Checkpunten (BCP) te verdienen door pijl en boog te schieten. Teun schoot in de blauwe ring, Rick helaas in de buitenste zwarte ring waardoor totaal 1,5 BCP werd verdiend.

Direct hierna was de start van de videoroute: de survivalracers sprongen op de mountainbikes en fietsten de route keurig zoals 's ochtends vertoond op het scherm bij de briefing! Onderweg vonden zij gelukkig ook het ZCP, weer een puntje erbij dus! Een stukje verderop was het begin van etappe 5: de klokkenroute. Verschillende raar opgeschreven tijden moesten hier van een 24-uurs analoge klok omgezet worden naar een 12-uurs analoge klok, waarna de grote wijzer de richting aangeeft waar je heen moet en de kleine waar je vandaan komt. Klinkt erg simpel maar het IQ liet de mannen hier in even in de steek. Met behulp van de coördinaten van het startpunt van etappe 6 bepaalden ze

desondanks toch snel hun route. Met heel veel geluk en een scherpe blik van Rick werd een ZCP gevonden! Schijnbaar hebben de heren daar geen 12- of 24-uurs klokken voor nodig!

Bij etappe 6 aangekomen werden de smaakpillen op de proef gesteld. Grote konijnendrinkflessen gevuld met water met een bepaalde smaak gaven aanwijzingen voor de te volgen route. Zoet betekende rechtdoor, zuur linksaf en zout rechtsaf. Geteisterd door een gure wind ging de route door de open velden richting de bosrand. Een stukje verder was het begin van etappe 7: de stripoute. Deze routetechniek was bij team Ge Speult Nie volledig onbekend en wegens tijdgebrek werd snel het startpunt van etappe 8 ingetekend op de kaart. Via een hobbelig fietspad ging het duo



plankgas naar de blinde kompaskoersroute. Precies 5 minuten voor sluitingstijd van de opdracht begon Teun met het voelen in een afgesloten kist naar een in hout gegraveerde kompaskoers. Rick tekende ondertussen de route in om zo snel mogelijk richting etappe 10 te kunnen gaan. De gevoelde kompaskoers bleek uiteindelijk te kloppen, maar bij etappe 9 aangekomen bleek de tijdslimiet te zijn overschreden: we moesten zo snel mogelijk verder naar etappe 10. De opdracht bij etappe 10 bevond zich midden in het centrum van Nijverdal: een kraanhindernis van wel 15 meter hoog, die door Rick (uiteraard gezekerd) zeer vlot werd overwonnen. Ondertussen kreeg Teun de gelegenheid de volgende etappe voor te bereiden. Het gezonde verstand was inmiddels diep weggezakt en de tijd tikte langzaam door. Na kort overleg besloten Rick en Teun dwars door het centrum zo snel mogelijk de eindhindernis op te gaan zoeken. Hiermee liepen ze een extra checkpoint in het centrum mis

maar de eindhindernis moest vóór 15.30u bedwongen worden. Met een tyrap aan de crank van de fiets (verplicht bij deze etappe) ging het al hollend naar de eindhindernis. Na ruim 4 uur racen viel dat niet meer mee....



De eindhindernis was een (zeer) lange apenhang over de rivier de Regge heen. Met rugzak en helm op klom Rick in het touw, begon aan de apenhang en bereikte de overkant van het water. Ook Teun herhaalde dit kunstje en zo stonden beide heren na een goede 4,5 uur weer

bij de start. Aan de gezichten was uitputting maar ook voldoening af te lezen! Helaas was de maximale eindtijd van 4,5 uur met drie minuten overschreden maar dat mocht de pret niet drukken! Het was een prachtige dag in de machtig mooie natuur van Twente geweest, waarbij Rick zich een waardige vervanger voor Stephan had getoond! Volgend jaar reist de kleinste survivalgroep van Noord-Brabant (of zelfs Nederland?) zeker weer af naar Nijverdal, voor het NK Survivalrace 2012!