

DROMEN

Kop over Kop

In oktober organiseerde Red Bull de derde editie van de tactische ploegentijdrit Kop over Kop. Fietssport vaardigde voor het eerst twee teams af naar het Drentse Roden, onder leiding van kopmannen Bart en Richard.

TEKST BART VAN DE VOSSENBERG
BEELD BRAM BERKIEN / RED BULL

Niet om een podiumplek te bemachtigen, maar om grenzen te verleggen. Sneller en beter fietsen dan je ooit gedaan hebt. En dromen van een mooie eindtijd.

De voorbereiding startte een half jaar geleden. Vijf twintigers, voetballers van 'beroep', schrijven zich in voor Kop

over Kop. "Honderd km hebben we allemaal wel eens gefietst, maar niet met een gemiddelde van 35 in het uur", vertelt kopman Bart. "Daarnaast liet de techniek en de inhoud nog te wensen over." NTFU-trainer Paul van Dam ging met de ploeg aan de slag om ze op tijd klaar te stomen voor de tijdrit. Te beginnen met de basis: remmen, bochtjes



maken en in het wiel fietsen. Cruciale vaardigheden als je kort achter elkaar fietst en op elkaar moet vertrouwen. Één foutje en je ligt met de hele ploeg in de berm.

Geoliede machine

Na de opfriscursus werd specifiek aandacht besteed aan het kop-over-kop-rijden, een techniek om energie te besparen en uiteindelijk een snellere tijd neer te zetten. Hoe werkt dat? Nou, je vormt allereerst een treintje. Alle renners achter elkaar. Vervolgens wissel je continue van positie, zodat de voorste renner zo min mogelijk wind 'vangt' en er weinig energie verloren gaat. "Een goed geoliede machine wisselt continue door en verspilt op die manier zo min mogelijk energie", stelt wieltrainer Paul. Makkelijker gezegd dan gedaan natuurlijk. Een goedlopende trein vergt behoorlijk wat trainingsuurtjes en op- en afbouw van concentratie van de renners. Het was dus trainen geblazen!

Topmateriaal

Een andere belangrijke voorwaarde voor een goede klassering is betrouwbaar materiaal. Iedere wielervriend herinnert zich de Tour de France van 2016 toen Chris Froome op een geel 'kinderfietsje' zich een weg naar boven baande, omdat zijn eigen fiets het begaf. De hulp van Merida was daarom meer dan welkom. De Taiwanese fietsgigant regelde vijf gloednieuwe Reacto's voor onze renners. Een fiets die gemaakt is voor Kop over Kop: een aerodynamisch frameontwerp, subtiel weggewerkte remmen en stijve wielen waarmee je strak over het parcours stuurt. Na een fietsmeting in het Nederlandse hoofdkantoor van Merida kregen de renners van team Bart de fietsen mee naar huis. Nog vijf weken om aan de fietsen te wennen.

De race

"Met een afgeladen bus vol fietsen, helmen, sportvoeding en bidons vertrekken we op zaterdag richting Drenthe. Dan kunnen we de fietsen alvast op de juiste tussenpunten stallen en wennen aan het Drentse klimaat", grapt Bart. Vervolgens vroeg onder de wol en dromen van een mooie tijd.

Na een stevig ontbijt vertrekken de Stoemper, Klimmer, Meesterknecht en Sprinter met de bus naar de verschillende posten. Daar is het wachten op de start van de Kopman. Iets voor half 11 wordt Bart van het podium 'geschoten'. De eerste kilometers gaan razendsnel: 37,5 km/u. Met tegenwind. De andere renners volgen de verrichtingen via de grote schermen op de tussenpunten. Na 20 km is het de beurt aan Stoemper Michiel. Het tempo blijft onverminderd hoog. We passeren ondertussen verschillende teams die met pech langs de kant

De winnaars, het team USWV de Domrenner, finishten in 2,13 uur.

Bij de dames was het team Jan van Arckel het snelste in 2,32 uur.

Wil je deze winter ook eens een wedstrijd uitproberen? Check dan de funklasse agenda van de KNWU op KNWU.NL/MAGAZINE



“De ploeg kraakt, maar breekt niet; de laatste tien km zijn loodzwaar”

van de weg staan. Veel modder, grind en takjes op dit deel van het parcours, wat zorgt voor lekke banden. Niet bij ons. De Grand Prix 4000 bandjes die standaard onder onze Merida's liggen, rollen perfect en zijn goed bestand tegen een stootje.

Doorbijten

Als we door het Friese Appelscha fietsen haakt Yannick, de derde renner, aan. Omdat de route van richting verandert, fietst de driepersoonstrein een stuk tegen de wind in. Dat kost kracht. Het Drentse landschap is vlak en relatief kaal. De wind heeft daardoor vrij spel en de snelheid zakt iets. Veertig kilometer voor het einde haakt Meesterknecht Niko aan. Hij bevoorraadt

de ploeg en houdt de renners de eerste kilometers uit de wind. Terwijl het energiepeil langzaam zakt, haakt Sprinter Jesper 'de Kuit' Remmen aan. Hoewel de naam anders doet vermoeden, trapt Jesper nog een keer goed op de staart. De ploeg – of eigenlijk alleen de Kopman – kraakt, maar breekt niet. De laatste tien kilometer zijn loodzwaar. Puffend en kreunend probeert iedereen bij elkaar in het wiel te blijven. Wanneer het plaatsnaambordje Roden in zicht komt, komen er hernieuwde krachten boven. Nog één keer alles geven om een beetje snel over de finish te komen. De eindtijd: 2 uur, 54 minuten en 37 seconden. Een gemiddelde van 35,3 km/u. Een prachtige prestatie die smaakt naar meer: “Volgend jaar zijn we er weer bij.” •

