

## *Inkele ympresjes fan in dielnimmer fan de 'Heeg Sportief ¼ Triatlon'*

Op sneon 9 september, moarns om goed 7 oere stie ik spartaansk yn 'e swimbroek yn 'e kjeld op de steger bij de mar wylst ik op 'e kyk set waard mei Walt Disney's Grote Boze Wolf. Yn 'e mar wie it ûnderwilens al in drokte fan belang mei in lange sliert fan swimmers dy't harren earste ûnderdiel útfierden: 1 km swimme yn it no net bepaald waarme wetter. Ik tocht noch: 'Jo moatte ek wol in bytsje gek wêze om oan dit sirkus mei te dwaan'. Mar doe't ik ienris oan it swimmen wie en oan de net al te hege temperatuer fan it wetter went wie, doe besefte ik ynienen dat wy dochs hiel wat foar dizze gekte werom krigen: in prachtige heldere folle moanne oan de almar ljochter wurdende himel, de gouden gloed fan de opkommende sinne, dit alles oer in wazige grûnmist dy't oer it wetter hong en tusken de nevels, yn in boatsje, sieten twa musikanten Fryske sankjes te spyljen en te sjongen. Al mei al spile dit earste ûnderdiel, wer't ik it meast tsjin op sjoen hie, har ôf yn in mearkeëftige sfear en wie dertroch gelyk al in hichtepunt. De dei koe net mear stikken en foar myn gefoel hiene we it swierste no hân. Mei it skitterjende, hast wynstille waar soe fytse en rinne in fluitsje fan in sint wurde.

It bysûndere fan dizze ¼ Triatlon is dat der njonken it sportive ek rom oandacht jûn wurdt oan it gastronomyske en it kulturele. Fan dizze trije eleminten ha'k de hiele dei dan ek folop genoaten. Nei it swimmen en in bakje kofje mei gebak, it besjen fan de lelaar, fytsten wy oer De Hommerts, Spannenburg, Sint Nyk, De Jouwer, Terherne, Âldskou nei Snits. Under dizze tocht fan hast 60 km hiene jo amper oen tiid om sadelpine te krijen want der moast regelmjittich ôfstapt wurde foar in stikje oranjekoek, foar it besjen fan de moaie neogotyske tsjerke fan Sint Nyk en de nep-Lourdesgrot, foar in bakje kofje yn De Oranjerie op 'e Jouwer of in hearlik lunchbuffet yn Snits. Oeral wie muzyk, fan plechtige oargelmusyk yn de Sint Nykster tsjerke oan't sfearfolle folksmusyk bij de lunch. Ik moat ek net dat aparte stel ferjitte: dy fytsemakker en syn frou. Foar safier der sprake wie fan wat lichte ynsinkings of wat materiaalpech joech dit tige meilijbende echtpear de boarger wer moed en mei harren peptalks en luchtpufkes koe men wer fleurich fierder

Nei de lunch wie it tiid foar it tredde ûnderdiel: it rinnen. Troch de moaie binnenstêd fan Snits, wer't ek noch fan alles besjoen wurde koe, rûnen wy fia it skelpepaad nei Drylts, en oer Nijesyl werom nei Heech. Ek op dit lêste parkoers binne wy wer ferrast mei allegear hearlikheden: in ijsco bij 'Min twaalf', in appel bij de houtseachmoune dy't ek wer besjoen wurde koe en op de Âlde Skatting nochris in kâlde neisimmersop mei alderhearlikste sandwichroltsjes. Ja, it wie in echte kulinêre triatlon. Jo hoeche oan dit evenemint dan ek seker net mei te dwaan om ôf te fallen want dat slagget jo fan gjin kanten.

Werom bij it Heechhûs noch efkes wat drinke, wat ûnderfinings útwikselje mei oare bliere en tefreden dielnimmers en fansels de oerwinningstroofe ôfhelje: dy stoere foto fan dizze dielnimmer, spartaansk yn 'e swimbroek yn 'e kjeld op de steger bij de mar mei Walt Disney's Grote Boze Wolf.

Doe mei in tige foldien gefoel wer op hûs oan wer't H de B my ferraste mei in tige moai boeket.

Organisaasjekomitee, it liket my in hiele hijs om alles foar in dei as dit yn kunnen en krukten te krijen, derom chapeau foar it perfekte regeljen fan dizze moaie dei! Oer twa jier bin ik seker wer fan de partij.

Anne Bakker.

Op de webstek [www.heegsportief.nl](http://www.heegsportief.nl) Binne foto's te sjen fan de 1/4 triatlon.