

Nightcrawler: 11/10/2022

Een klein verslagje van wat voor de meesten een onhaalbaar avontuur lijkt.

Maar misschien even een overzichtje van dit vreemde 'extra large' jaar tot nu.

Eerst was er Legends Trail, normaal 250 kms door de Ardennen, maar door corona-symptomen was het voor mij beperkt tot de eerste 150 met 5000 D+ op 26 uur.

Minder dan een maand na dit avontuur liep ik de Wolverine, een tocht van 200+ kms tussen Namen en Dinant. Het was de eerste keer dat ik zo lang alleen op stap was, toch goed voor een dikke 32 uur, geen grote problemen daar.

Opnieuw een maand later kon ik dan de Dark World lopen, met z'n 160 kms de kortste van de 4 Marvell Slam routes die in 1 jaar tijd af te leggen zijn. Aangezien er daar 3 lussen waren en ik gezelschap had op de laatste van die 3 was het meteen de gemakkelijkste.

Met nog de Ohm trail (80 kms: 26^{ste} plaats) en de AMT (85 kms, gestopt door onweer) was het voorjaar alvast geslaagd. In de zomer heb ik me rustig gehouden op een nachtelijke bijna Everesting (7000 D+) na. Al zou ik nog vergeten dat ik ook nog 2 wedstrijden liep: l'enfer du Viroin (60 kms, 4^{de} plek) en de eerste editie van de Mollekens-trail (50 kms, 2^{de} plek).

September stond in het teken van de Adamello Ultra (97 kms, 11^{de} plaats) met nog 3 lange tochten als voorbereiding. Al bij al toch een vrij stevige week met 13.000 D+ en 205 kms over technisch terrein.

Nu maak ik me dus voor de 4^{de} keer al dit jaar klaar voor minstens 24 uur ronddwalen in onze Ardennen. Ik heb er vreemd genoeg nog steeds veel zin in als ik om 2u 's nachts naar de Barrage De Nisramont rijd. De Nightcrawler bestaat uit 2 'heen en weertjes' voornamelijk langs de Ourthe. De eerste, 'kleine' lus van bijna 90 kms loop ik dus in gezelschap van Andy, daarna solo.



Alles went zegt men, mijn voorbereiding voor deze tocht neemt welgeteld 2 uur in beslag en bestaat uit het inladen van de auto met een voorraadjie van alles wat mogelijks welkom zou kunnen zijn op de tocht (veel eten, extra eten, veel drinken, extra drinken, koffie en natuurlijk een hoop kledij en schoenen). De route had ik wel al wat bestudeerd zodat ik wist dat er na een marathon een winkel (Gouvy) zou zijn en dat ik voor 1 uur s' nachts in Libramont (150 kms) moest geraken als ik nog de nachtwinkel nodig zou hebben.

Na een tas koffie vertrekken we om 4.20, met 20 min vertraging dus op mijn voorziene schema, we zijn flexibel. De eerste 20 kms verlopen prima maar natuurlijk niet heel erg snel gezien de duisternis en het toch wel pittige parcours langs de knuppelpaadjes aan de oevers van de Ourthe. Ik ken Andy al een tijdje maar we hadden elkaar een tijdje niet gezien dus genoeg stof om bij te praten, de uren vliegen voorbij. Gelukkig valt de mist nog mee, Andy is wat nachtblind en met de mist wordt het er niet beter op. We kennen dit soort avonturen, op tijd eten en drinken is de boodschap. Bij de zonsopgang worden we getraakteerd op een werkelijk fantastisch spel van het licht op de spinnenwebben die met dauwdruppels geladen zijn. De mist blijft en de valleien hangen en maakt het plaatje compleet.



We weten dat de routebouwers graag wat uitdagingen opzoeken en ploeteren dus regelmatig dwars door het bos op zoek naar een dierenpad of iets dat voor een single track moet doorgaan. All part of the game, no complaints. Op één sectie aan de oevers kiezen we wel om bij gebrek aan enig teken van pad recht door het struikgewas te ploeteren. Onze beider knieën zijn geschraamd en bebloed, net echt maar veel zotter moet het niet worden.



De uren schuiven rustig voorbij en we bereiken het marathon punt na een 6 uur ploeteren, het voelt best snel aan. We besluiten de winkel te bezoeken nadat we het keerpunt genomen hebben, heerlijke koffie en bier/cola. We genieten van 15 min pauze op de bank voor de winkel in Gouvy in de ochtendzon.

Even de beentjes doormasseren en dan opnieuw aan de slag, tot aan de auto is het licht bergaf met een paar kleine klimmetjes.

We kennen het traject nu, het lijkt alvast een stuk sneller te gaan. We lopen een negatieve split, een half uurtje sneller tot aan de auto. Ik had gehoopt om nog iets sneller te gaan op dit eerste deel zodat ik wat reserve zou hebben voor deel 2 maar het parcours liet dit helaas niet toe. Ik kan koffie drinken en pasta eten aan de auto. Ook

kies ik voor een volledig nieuwe outfit, vooral de voeten kunnen het gebruiken want die zijn al de ganse tocht nat door de dauw op de begroeiing.



Voor het 2de deel neem ik een grotere rugzak zodat ik extra warme kledij kan meenemen en voldoende eten, de nachtwinkel zal niet meer open zijn als ik in Libramont geraak.

Andy gaat nu naar huis en ik voel me nog super, hoewel mijn lijf toch aangeeft dat ik wel al iets gedaan heb vandaag. Het is intussen 18 uur dus ik heb nog anderhalf uur licht, ik probeer optimaal te genieten van de prachtige oevers van de Ourthe. Het tempo ligt nog steeds redelijk strak. Ik loop ongeveer 1,5 uur over 10 kms, redelijk strak gezien het terrein en de reeds afgelegde 90 kms. Ik zal er in slagen om dit tempo min of meer te houden tot de finish, goed ingedeeld dus. Het is snel donker en ik kruip in m'n ultra-mode, ik luister de ganse nacht via de Aftershokz naar podcasts over ultra-lopen (the science of ultra). Heerlijk die

bone-conducting oortjes, je kunt muziek/podcasts luisteren en toch blijf je in contact met alles rondom. Je hoort de dieren wegrennen, de vogels fluiten, de rivier kabellen. Op 120 kms in Ambreloup vind ik een life-saving bevoorrading. Een automaat met cola, koffie, redbull en ook worstjes en ander lekkers. Er is zelf een pizza-automaat, echt een aanrader. Tot hier was het parcours hoofdzakelijk op bospaden, single tracks en dwars door alles heen. De volgende 25 kms tot Libramont en terug zijn hoofdzakelijk verharde paden. Ik loop met Hoka's dus voldoende demping voor de hardere ondergrond. Ideaal terrein om de nachtelijke uurtjes goed door te lopen, overdag misschien iets minder mooi dus we klagen niet. Rond 2 uur 's nachts in Libramont is alles zoals verwacht gesloten, al zijn er wel nog mensen op stap dus er moet nog wel ergens een bar te vinden zijn.



Ik eet op het terras m'n wraps, niet teveel want die Redbull lag nog wat op de maag. Hierdoor zal ik de laatste 50 kms eigenlijk niets meer eten, niet ideaal maar 10 uurtjes lopen op een paar blikjes cola lukt best wel goed.

Net voor zonsopgang krijg ik het zoals de andere keren moeilijk om wakker te blijven. Ik leg me 2 keer voor een micro-slaapje (10 min) op het zachte mos met een dikke donsjas en kan zo weer verder. De zonsopgang is opnieuw prachtig en alle vermoeidheid lijkt weer te verdwijnen.



Als ik aan de laatste 10 kms knuppelpaadjes begin kan ik zelf nog even stevig doorgaan en optimaal genieten van de heerlijke op-en neertjes. Zoals gewoonlijk zijn helaas de laatste 5 kms er teveel aan. Het tempo gaat omlaag en de meanders van de Ourthe blijven maar komen. Ik begin zo langzaam de Barrage de Nisramont te vervloeken als er weer een bochtje zonder einde aankomt. Gelukkig weet ik dat ook aan ultra's ooit een einde komt.

Enigszins vermoeid kan ik naar huis, opnieuw een onwaarschijnlijk mooie route vol prachtige vergezichten, vossen die spelen in het bos, magische spinnewebben,

ondoordringbare hellingen met braamstruiken en netels, natte voeten, eindeloze hellingen, dwars door bos passages, Dank aan de parcours-bouwers.













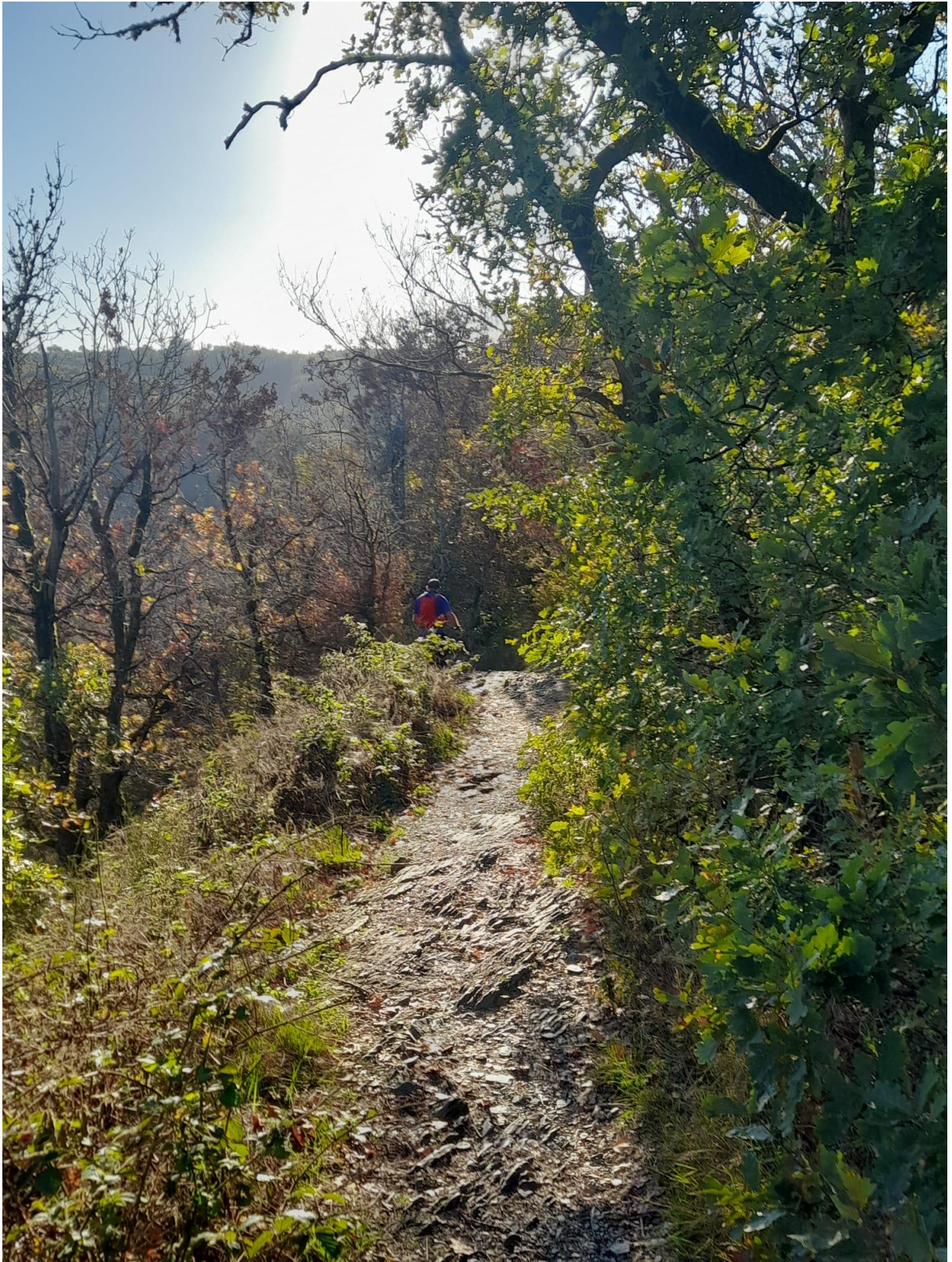
































PROMENADE "MEMORIAL DES FRERES LEONARD"
Mémorial 1h05
Village de Wathermal 1h35
+ →

PROMENADE "DES BORNES FRONTIÈRES"
Panorama Village de Huldange 1h25
Village de Wathermal 2h05
+ →

PROMENADE "SENTIER DE LA PRUSSE"
Eglise de Deiffelt 1h00
Panorama Village de Beho 1h50
+ →

PROMENADE "AU POMPIER"
S.I. Gouvy 1h30
← ◆













