

Dag van Groesbeek

DE ZEVENHEUVELEN



FOTO THEO PEETERS

**NEEM
MEE!**

Uitgelezen? Neem dit
4Daagsekrantje dan mee
naar huis of geef hem aan
een volgende
liefhebber.

Een dag
vol **pieken**
en dalen

TERUGBLIK

Elke dag kijken we op deze plek nog even terug op de dag van gisteren.



Veel regen, toch sfeer

De sfeer zit er dit jaar hartstikke goed in, concludeerde Babs Rijke van de 4Daagse-organisatie gisteravond na de dagelijkse briefing met het bestuur. „We zijn allemaal zeer tevreden over het verloop.”

44.343 wandelaars haalden gisteren de finish. Dat betekent dat er 978 deelnemers uitvielen. In 2024 waren dat er op diezelfde dag veel meer, namelijk 1466.

Roze Woensdag stond garant voor fantastische outfits, maar werd vanwege het weer ook natte woensdag genoemd. „Dat lag in de lijn der verwachting”, stelt Rijke. „Gelukkig wordt het de laatste wandeldagen aanzienlijk beter. Niet zoals in 2001: toen waren het vier dagen met alleen maar regen.” Het is bijzonder dat het weer

niet voor meer uitval zorgde: volgens Hans Pelster van het Rode Kruis was het bij de hulpposten namelijk twee keer zo druk als vorig jaar. De regen leidde niet alleen tot meer dan duizend blaren, maar ook tot blaren die veel heftiger zijn.



Dat enthousiasme is natuurlijk leuk, maar zorgde ook voor wat krapte op het laatste stuk

Na de finish liep de wachttijd bij de tent van het Rode Kruis op tot drie uur. „Ook omdat we per persoon langer bezig waren met de behandeling.”

De drukte op de route werd gisteren nauwlettend in de gaten gehouden. „In Wijchen werd dat snel getackeld door het openen van de bypass voor de 30 kilometer, waarmee lopers om de Markt werden geloodst. Dat scheelde al snel”, aldus Rijke.

Op het einde van de tocht nam de drukte flink toe, waardoor wandelaars iets langer de tijd kregen om te finishen. „Er stonden veel supporters op het Faberplein”, blikt Rijke terug. „Dat enthousiasme is natuurlijk leuk, maar zorgde ook voor wat krapte op het laatste stuk. Om die reden hebben we een laatste groep wandelaars net wat meer speling gegeven.” De extra tijd betrof overigens slechts een paar minuten: om vijf over vijf sloot de finish alsnog.

COLOFON Deze Vierdaagsekrant is een uitgave van DPG Media BV in samenwerking met Stichting 4daagse en gemaakt door en onder verantwoordelijkheid van de redactie van De Gelderlander.

Tekst: Anne Veens

Eindredactie: Niels Gerritsen

Vormgeving: Johan van Brandenburg

Coördinatie: Niki van der Naald

IK LOOP VOOR... YVETTE DOET MEE VOOR OVERLEDEN OPA



► Yvette Dusink met de rugtas van haar overleden opa. FOTO PAUL RAPP

► Jan Hakman, de opa van Yvette. EIGEN FOTO



‘Loop het uit op mijn laatste kracht’, zei opa

Epilepsie houdt Yvette Dusink (20) niet tegen. En verdriet ook niet. Ze loopt de 4Daagse alleen, met op haar rug de tas van haar overleden opa – met wie ze deze tocht ooit samen zou maken. „Hij zei: ‘Loop het uit op mijn laatste kracht’. Dat doe ik.”

Yvette was 13, toen ze voor het eerst de 4Daagse zou lopen, samen met haar opa Jan Hakman. Maar in december 2017 ging het mis: haar opa viel in de badkamer en raakte vanaf zijn borst verlamd. „Ik heb hem toen echt vóór hem gelopen, samen met mijn moeder”, vertelt ze.

Het was een enorme klap voor de familie uit Meppel. Opa Jan – altijd sportief en fervent 4Daagseloper – zou de tocht nooit meer kunnen lopen.

„Mijn opa en ik waren onafscheidelijk, we haalden altijd grapjes uit. Samen lopen was echt een grote droom van hem. Die viel in duigen na zijn ongeluk.”

Laatste kracht

Zolang ze zich kan herinneren, is de 4Daagse een vaste waarde in het leven van Yvette. Als kind stond ze stevast langs de route om haar opa – en soms ook oma – aan te moedigen.

„Sinds mijn 4de kwam ik elke zomer de week vóór en tijdens de 4Daagse-week op camping De Hoge Hof in Groesbeek. We stonden altijd met dezelfde club op de Zevenheuvelenweg.”

Toen haar opa in 2018 in het revalidatiecentrum zat, kon hij niet langskomen om aan te moedigen. Maar hij volgde alles op televisie. „We stuurden hem voortdurend foto’s. Hij had gezegd: ‘loop het uit op mijn laatste kracht’. En zo voelde het ook echt.”

In december vorig jaar overleed opa Jan.

Op zijn begrafenis in Meppel was ook de ‘campingclub’ aanwezig – vrienden uit het hele land. En dit jaar loopt Yvette opnieuw. Met hem in haar gedachten.

Niet zelfstandig fietsen

Dat ze überhaupt de 4Daagse kan lopen, is bijzonder. Yvette heeft sinds haar 2de epilepsie. „Ik staarde als kind vaak voor me uit. Na onderzoek bleek dat ik aanvallen had. Soms lag ik op bed te schudden – daar weet ik zelf niets meer van. Veel ging langs me heen.”

Het maakte dat ze niet zelfstandig kon fietsen. „Ik zat op een tandem met een van mijn ouders, met een grote helm op. De kans dat ik zou vallen bij een aanval was te groot.”

Medicatie hielp, maar het vinden van de juiste was een zoektocht. „Van sommige medicijnen werd ik agressief of boos, van andere depressief.”

Inmiddels is haar epilepsie onder con-

trole en is ze al een aantal jaren ‘aanvalsvrij’. Ze mag daardoor nu zelfs autorijden – iets wat eerder nog maar de vraag was – én dus ook de 4Daagse lopen.

Alleen, maar niet zonder steun

Toch blijft het spannend. Geluid, licht en drukte kunnen triggers zijn voor een aanval. „Je hersenen kunnen dan een soort stroomstoring krijgen. Deelname is niet voor iedereen met epilepsie weggelegd. Gelukkig houdt de medicatie het bij mij onder controle.”

Ze haalt dit jaar met een crowdfundingactie geld op voor twee doelen: mensen met een verlamming – zoals haar opa – en mensen met epilepsie – zoals zijzelf. „Het is voor hen niet vanzelfsprekend dat je de 4Daagse kunt lopen.”

Bovendien loopt ze voor het eerst alleen. „Ik vind het spannend, want ik maak niet snel een praatje met een onbekende. Maar dat wil ik nu wel gaan doen – anders wordt het een lange tocht.”

Opa's rugtas

Yvette gaat opnieuw naar dezelfde camping en ook haar oma komt dit jaar kijken – voor het eerst sinds de verlamming van opa. „Dat wordt vast wel even confronterend voor haar”, zegt Yvette. „Maar ook heel mooi.”

En net als die eerste keer loopt Yvette weer met haar opa's rugtas. „Zijn knuffels, speldjes en gelukshangertjes hangen er nog aan. Zo voelt het alsof hij toch een beetje bij me is.”



De knuffels, speldjes en gelukshangertjes van opa hangen nog aan zijn rugtas. Zo voelt het alsof hij toch een beetje bij me is

Suzanne wandelt mee met een 4Daagsebaby in haar buik

Ooit ga ik hem lopen, dacht Suzanne Zambon uit Nijmegen altijd over de 4Daagse. Dit jaar is het zover. En het is niet zomaar een debuut, want ze is 23 weken zwanger. Van een échte 4Daagsebaby: ze ontmoette haar man aan de Via Gladiola.

Als vaste supporter langs de kant, met zelfgemaakte spandoeken, en als vaste bezoeker van de 4Daagsefeesten, was Suzanne Zambon (33) uit Nijmegen altijd al 4Daagsegek. Elk jaar kriebelde het weer om zélf te gaan wandelen. „Maar ik was te druk met feesten”, zegt ze lachend.

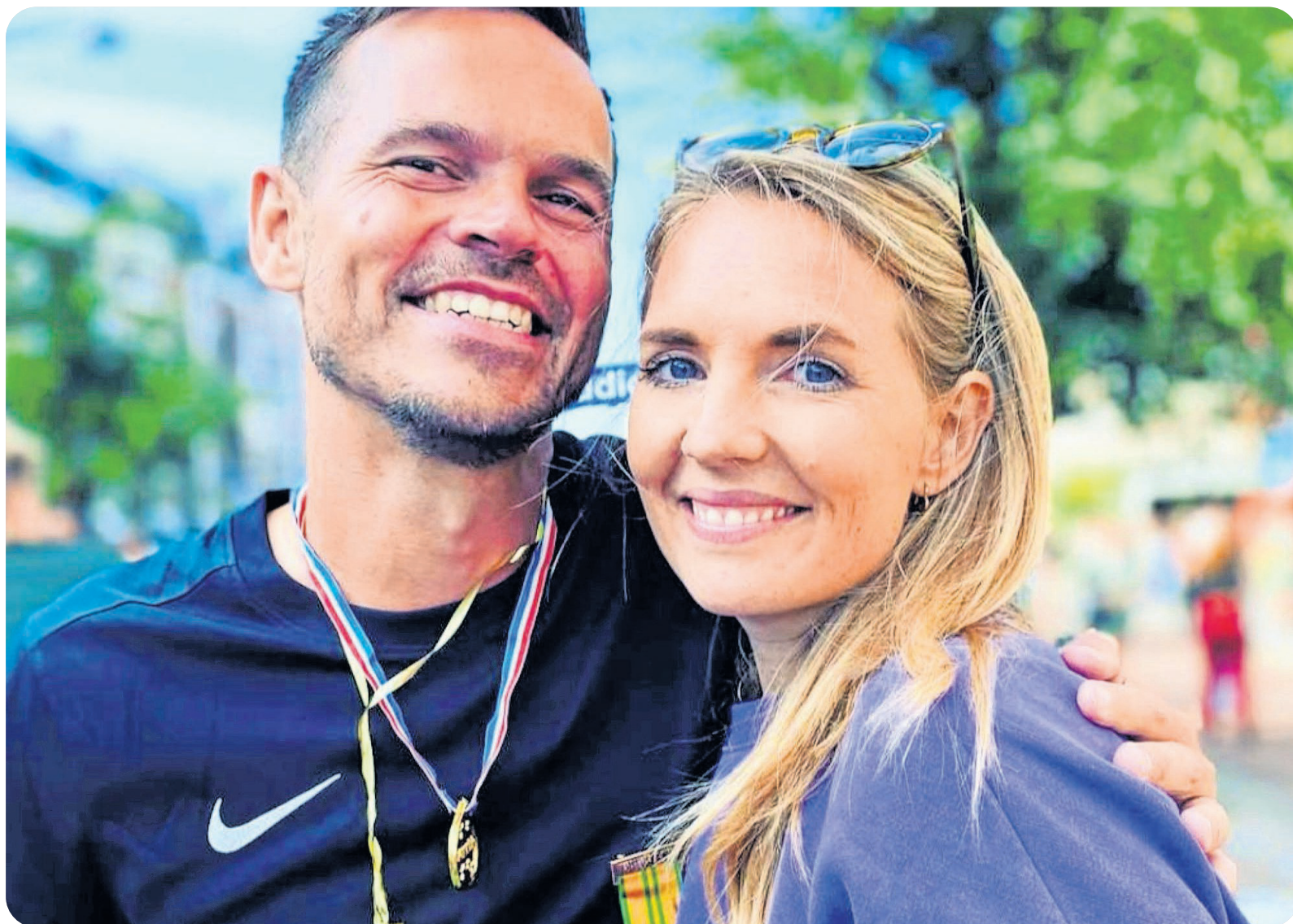
Zo ook op de vrijdag van de 4Daagse in 2017. „Ik ging naar een befaamd huisfeest in de St. Annastraat”, blikt ze terug. „Als plus-1 van vriendin Leonie.”

Daar ontmoet ze Bram Botterman uit Utrecht. Een leuke ontmoeting, in eerste instantie zonder vervolg.

Tot een jaar later, als Bram de stoute schoenen aantrekt en ‘die Suus’ tóch een berichtje stuurt. ‘Ben je er dit jaar weer bij?’. „Ze gaat vast niet reageren”, had vriendin Tari tegen hem gezegd. „Ze heeft je maar één dag ooit gezien.”

Heel romantisch

Voor Zambon komt het compleet onverwachts – maar ze reageert wél. „We spraken af in het Valkhofpark. We zochten elkaar tussen de ruïne en het kapelletje. Heel romantisch.” De klik was er meteen weer.



„Onze karakters matchen. We zijn allebei heel enthousiast, met een actief en sociaal leven.”

Een periode van daten volgt, inmiddels zijn ze al zes jaar samen. Vorig jaar trouwden ze.

„Hij vroeg me ten huwelijk in Zuid-Afrika. We klommen die dag de Tafelberg op, ook al waaide het vreselijk hard. Toen we boven waren en de mist plotseling optrok, ging hij op zijn knieën”, vertelt Zambon.

Bram Botterman verhuisde voor de liefde naar Nijmegen. Als een soort inburgeringscursus besloot hij

in 2023 de 4Daagse te lopen, samen met vriend Sjoerd die ook voor de liefde naar Nijmegen verhuisde.

Suzanne Zambon stond toen elke dag drie keer langs de kant – wederom met spandoeken – om hem aan te moedigen. Nu moet ik ook, dacht ze bij zichzelf. „Hij kwam voor mij naar Nijmegen en loopt de 4Daagse. Nu is het mijn beurt.”

Huisarts gebeld

Hoewel de twee een kinderwens hebben – en ze dus mogelijk zwanger kan zijn tijdens de 4Daagse – schrijft ze zich in. Al snel blijkt: ze is

▲ **Bram en Suzanne verwachten dit jaar hun 4Daagsebaby.** FOTO TINA JANSSEN



Wie weet lopen we de 4Daagse ooit met z’n drieën

inderdaad zwanger. „Geen reden om me uit te schrijven. Maar ik heb wel gelijk de verloskundige en huisarts gebeld: kan het eigenlijk wel? Die zeiden allebei dat het moet kunnen, zolang ik goed naar mijn lichaam luister.”

Het voelt alsof het zo moest zijn, zegt Suzanne. „Mijn grote liefde vinden tijdens de 4Daagse, en nu zwanger van een 4Daagsebaby. Ons kindje krijgt het alvast mee, in de buik. Wie weet lopen we hem ooit met z’n drieën – maar dat is letterlijk op de zaken vooruitlopen. Eerst dit maar eens volbrengen.”

MORGEN DRAAG IK...

Stephen draagt **oranje** als eerbetoon

Morgen, tijdens Oranje Vrijdag, draagt Stephen Brug uit Bergschenhoek oranje. Een feestelijke kleur, passend bij een koninklijk erkende prestatie. Al heeft hij ná de finish nog flink wat kilometers te gaan.

De Via Gladiola halen is knap, voor iedere wandelaar. Maar Stephen doet er nog een schepje bovenop. Voor hem is het slechts een ‘tussenstop’: in plaats van 1600 kilometer in vier dagen, loopt hij 1000 kilometer in 24 dagen.

Hij wandelt van Leeuwarden naar Middelburg – krijgt in alle provinciesteden een stempel van

de burgemeester – en doet óók nog de 4Daagse. „Ik wilde iets extreems doen, om echt aandacht te vragen voor kinderen en mensen met kanker in Suriname.”

„Veel patiënten krijgen de diagnose, maar het ontbreekt aan geld, zorg en psychologische hulp”, duidt hij. „Surinamers moeten de ziekte op een menselijke manier kunnen dragen. Hiermee wil ik 250.000 euro inzamelen.”

Morgen draagt hij oranje – in de kleuren van de 4Daagse – en een vlag met de tekst *Ik loop voor Hoop*. „Het is een groot eerbetoon. Aan hen, en aan iedereen die strijdt tegen de ziekte.”

Stephen liep de 4Daagse al zes

keer, eerder ook voor KWF. Toen met een A3-afbeelding van zijn vriend Rob op zijn shirt, die dat jaar ziek was en overleed. „Ik denk nog elke dag aan hem.”

Zaterdag vervolgt Stephen zijn tocht vanuit Nijmegen naar Den Bosch. „Ik denk dat de sfeer en de positiviteit van de Via Gladiola me echt een boost geven. Daar kan ik kilometers op teren.”

Voor wandelaars die nog energie over hebben, doet Stephen een oproep: „Iedereen is welkom om een etappe met me mee te lopen. Al is het maar een paar kilometer.”

■ Routes en tijden zijn te vinden op ikloopvoorhoop.nl.



▲ **Stephen Brug loopt morgen in het oranje.** EIGENFOTO

4DAAGSE IN BEELD FOTO'S RAPHAËL DRENT, EVELINE VAN ELK EN PAUL RAPP



▲ Wandelaars worden in Wijchen-Zuid verwelkomd door een gastheer in stemmig roze.



▲ Het regent pijpenstelen op de Wedren.

► Wandelaars moeten in Al-verna plassen zien te ontwijken om te voorkomen dat ze natte voeten – en wellicht blaren – krijgen.



▲ Als jonge toeschouwer gaat er niets boven een high five van wandelaars, zoals hier in Weurt.



▲ Na afloop van de wandelmars was er de traditionele Pride Walk door de binnenstad.



▲ Maj Fahim Awan uit Canada komt aan op Heumensoord. FOTO PAUL RAPP

Waarom alle militairen zweren bij **dit kamp**

Kamp Heumensoord is al decennia het militaire hart van de 4Daagse. Hier komen elk jaar duizenden militairen uit tientallen landen samen – opgewekt, uitgeput en verbonden door traditie. Wat maakt deze plek zó bijzonder? Waar hebben ze het over met elkaar? „There is a before Nijmegen and an after Nijmegen.”

Moe maar met rechte rug marcheren de militairen het kamp binnen, onder de iconische helm-met-laarzenpoort. Naast hen rinkelt het luid. Dat geluid komt van de Zwitsers.

Ze verwelkomen hun collega's van over de hele wereld in stijl. Met maar liefst vier joekels van koeienbellen, die ze speciaal voor dit moment naar Nederland sleepen. Waarom? „Traditie!”, lachen ze. „Heumensoord heeft we allerlei rituelen, dat merk je vanzelf!”

‘In the Navy’

Voor de meeste militairen zit er dan weer een etappe van 40 kilometer op. Althans, bijna. De officiële intocht eindigt in de feesttent, waar ze trots naar binnenlopen in mars. Daar wordt gejuicht, gezongen en gedanst, elke dag weer, met het laatste beetje energie.

De ene groep pakt nog groter uit dan de andere. Zo rijdt een Duitse eenheid een van hun militairen naar binnen in een bolderkar. Hij ligt voor pampus en lijkt volledig verslagen. Tot hij ineens opspringt: mét microfoon. Anderen komen in gasmaskers, met vikinghelmen op of studeren een volwaardige dansact in. Als ‘In the Navy’ van de Village People klinkt, gaat de hele tent los.

Daarna is het of bier of linea recta richting de tent, sommigen strompelend van de pijn. Met lijven nat van zweet en regen, en een loeizware rugtas die nog steeds op hun lichaam drukt.

Dat gewicht is geen vrije keuze,

maar verplicht als militair. Zo zit in de tas van de Canadese Maj Fahim Awan het noodzakelijke – kleding, eten, water – maar ook een lading zand, netjes verpakt in ducttape. Puur om die kilo's te halen.

Awan loopt mee ter nagedachtenis aan de Canadese militairen die sneuvelden in de Tweede Wereldoorlog. Morgen passeert de route het militaire kerkhof in Groesbeek, waar honderden van hen begraven liggen. „I will go and pay my respect.”

Hij herinnert zich een ontmoeting tijdens zijn eerste deelname. Een oudere Nederlandse vrouw vertelde hem hoe ze als kind voor het eerst chocolade kreeg, van een Canadese soldaat. Dat raakte hem. „Nederland en Canada zijn sterk verbonden, daarom ben ik hier graag”, zegt hij. Nu deelt hij bewust zelf chocolade uit langs de route. „Aan kinderen, maar ook zeker aan ouderen.”

Wat bespreken die militairen uit verschillende landen eigenlijk onderling? „Mostly one thing”, aldus de Noorse Philip. Hij wijst naar beneden: „Our feet!” Zijn collega Frida beaamt dat lachend: „Dat is écht de beste ijsbreker.”

De Oostenrijkse militair Kleinferrchner praat ook graag met zijn internationale collega's. Over van alles. Behalve politiek. „We zijn hier allemaal vrienden. *Beer connects*”, zegt hij grijnzend.

Of hij opziet tegen de Zevenheuvelenweg? „Ik kom uit het hooggebergte van Tirol”, lacht hij. „Wij noemen iets pas een berg bij 3000 meter, jullie al bij 3000 millimeter.”

Meer dan alleen geiten

Toch is het meer dan alleen geiten, benadrukt de Zwitserse Miguel De Mestral. „De 4Daagse heeft mijn leven veranderd”, deelt hij. „In het Zwitserse leger zeggen we: *There is a before Nijmegen and an after Nijmegen*.” Het lopen, de

gedeelde missie en het warme welkom in Nederland maken dat hij elk jaar terugkomt. „Zelfs de pijn heb ik leren waarderen.”

Sinds zijn deelname in 2015 woonde hij al vier bruiloften bij van medemilitairen, die hij kent van Heumensoord. Twee Fransen, één Duitser en één Italiaan. „Je krijgt hier in hele korte tijd een band.”

„Ook al verschillen we, de dingen waar we als soldaten doorheen gaan zijn allemaal hetzelfde”, aldus ook de Canadese Awan. „*Same problems, same fun*.” Of zoals Bram Bokschooten van Heumensoord zelf besluit: „Het groene pak verbreedert.”

Kamp Heumensoord

Kamp Heumensoord bevindt zich in het zuiden van Nijmegen – zo'n 4 kilometer vanaf de Wedren. Dit jaar verblijven er 6488 militairen uit 36 verschillende landen: het hoogst aantal nationaliteiten ooit. 2465 daarvan zijn Nederlanders.

Het neerzetten van kamp Heumensoord is een hele operatie: het huizen van al die militairen in 37 tenten. Maar ook het sanitair, een hospitaal én enorme eetzaal. „Een complete infrastructuur, noem het gerust een klein dorp”, aldus Bram Bokschooten van Heumensoord. Vanaf 1962 zet Defensie het kamp neer voor militaire 4Daagse-lopers. „We behandelen het als tijdelijk militair object”, aldus Bokschooten. Met maar liefst 3 kilometer hek eromheen én gewapende beveiliging. Zonder formele aanmelding inclusief paspoortcheck kom je er als buitenstaander niet in.



▲ Militairen tanken bij op de Wedren.

ONTMOET DE JUBILEUMLOPER: RONALD VAN RIJN UIT ALPHEN AAN DEN RIJN

50 keer hitte, regen en applaus

Voor Ronald van Rijn (79) is deze editie van de 4Daagse extra bijzonder. Niet alleen loopt hij voor de 50ste keer mee, het wordt ook de 100ste deelname voor de familie Van Rijn als geheel.

Het wandelverhaal van Ronald uit Alphen aan den Rijn begon in 1973, toen hij als 27-jarige voor het eerst aan de start verscheen. Hij hield van hardlopen en wilde 'eens wat anders doen'.

Dat 'wat anders' groeide uit tot een levenslange passie. Sinds die eerste keer heeft hij – op de edities na die zijn afgelast – elk jaar meegelopen. „Hitte, regen, onweer, noem het maar op. Eerder starten, korter lopen, een afgelaste dag, aangepaste routes, de eerste dames op de 50 kilometer. Die werden onder luid gejuich onthaald.”

Parachutespringen

Hij zag de 4Daagse door de jaren heen flink veranderen. „Ik begon met 12.000 deelnemers, nu zijn het er 42.000. En waar vroeger een zandweg lag, ligt nu een geasfalteerde autoweg. Er zijn complete stadswijken bijgebouwd.”

Alsof het wandelen hem nog niet genoeg uitdaging bood, combineerde hij het drie keer met parachutespringen bij de opening van de 4Daagse. In 1994 zelfs met de vlag van de Gouden Kruisdragers.

Op maandagavond sprong hij boven het Goffertstadion, op dinsdag stond hij alweer aan de start. „Best een logistieke operatie: naar Nijmegen voor mijn startbewijs, door naar Eindhoven voor het vliegtuig, springen in het stadion en dan weer paraat staan voor de volgende wandeldag.”

4Daagsevirus

Zijn vrouw Ursula speelde vanaf het begin een belangrijke rol. In de beginjaren bracht ze hem onderweg eten en drinken. „Ze reed ge-



▲ Ronald van Rijn (links) tijdens een vorige editie van de Vierdaagse. EIGEN FOTO

woon met de auto over het parcours. Dat zou nu echt niet meer kunnen.”

Ursula liep uiteindelijk zelf dertig keer mee. Nu moedigt ze hem vanaf de kant aan. Het 4Daagsevirus sloeg ook over op hun zoons, Sander en Benno, die als 12- en 13-jarigen al zelfstandig de tocht liepen.

„Ik moest de 50 lopen, anders zou ik mijn kruisje niet halen,” zegt Ronald lachend. „Opvoeden tot zelfstandigheid was mijn

motto. Ze maakten vriendjes onderweg en we zagen elkaar weer bij de finish.”

Familie-mijlpaal

Vier van zijn kleinkinderen hebben inmiddels meerdere keren meegelopen, samen met Ronald, die sinds zijn 50ste de 30 mag lopen. „Eén kind haalt het kruisje, dan wil de ander dat ook.” Met Ronalds 50ste deelname erbij tikt de familie Van Rijn samen de 100 deelnames aan. Dat maakt hem trots.

De 4Daagse blijft voor Ronald 'the Walk of the World', benadrukt hij. Als 'International Master Walker' liep hij in zijn leven wereldwijd meer dan 140 tochten uit. Toch blijft de 4Daagse voor hem onovertroffen.

Hoe dat komt? „Het publiek!”, zegt hij vol overtuiging. „Zoveel mensen langs de kant, overal word je toegejuicht, de hele stad versierd. Dat zie je nergens zoals hier. Dat het zó leeft, maakt het elke keer weer een hoogtepunt.”



Mijn vrouw Ursula reed gewoon met de auto over het parcours om eten te brengen. Dat zou nu echt niet meer kunnen

De familie Van Rijn in 4Daagse-cijfers

Ronald; 49 keer (nu 50)
Ursula; 30 keer

Zoons;
Sander liep de 4Daagse 2 keer: in 1983 en 1984.
Benno, liep de 4Daagse 5 keer, van 1983 tot en met 1987.

Kleinkinderen:
Donny liep de 4Daagse 4 keer.
Monetta liep de 4Daagse 2 keer.
Luca liep de 4Daagse 2 keer.
Twan liep de 4Daagse 5 keer.

MORGEN LANGS DE KANT

Rotonde Linksom uit Malden pakt elk jaar grootser uit

Wie staan morgen langs de weg om je aan te moedigen? Vriendengroep 'Rotonde Linksom', met persoonlijke aandacht voor de loper. „Herrie maken voor die éne wandelaar die het nodig heeft.”

Het begon in 2010, toen twee stellen – burens van elkaar – spontaan naast elkaar stonden om 4Daagsewandelaars aan te moedigen. Bij de eerste rotonde van Malden. „En dan linksom”, zegt Joep, van het eerste uur.

Andere burens sloten aan, en ge-

leidelijk groeide dat uit tot vijf stellen mét kroost. Inmiddels vormen ze de hechte groep Rotonde Linksom, compleet met eigen logo in 4Daagse-kleuren. Elk jaar pakken ze grootser uit.

„Het bleef niet bij wat extra stoelen en een tafel”, lacht Herco. De vaste uitrusting groeide: „Een koffiezetapparaat, een koelwagen met frisdrank, een sirene van 160 decibel om lopers binnen te halen. O ja, en een confettikanon. Eerst hadden we een boxje, nu een complete geluidsinstallatie met partytent.”

Van welwillende burens mogen



Eerst hadden we een boxje, nu een complete geluidsinstallatie met partytent

ze zelfs stroom en water tappen. „Als het écht warm is, koppelen we onze tuinslangen aan elkaar. Wandelaars kunnen dan hun flesje vullen of hun hoofd koelen.”

Extra rondje

Met de microfoon zwepen ze mensen op om 'even linksom' te lopen. Of voor een extra rondje om de rotonde. „Zelfs buitenlandse militairen snappen precies wat we bedoelen, ook als we het roepen in gebrekkig Spaans of Frans”, zegt Yvonne.

Die microfoon komt ook van pas

als het zwaar wordt. „Yvonne scant de wandelaars: wie heeft wat nodig?”, vertelt Harald. „Soms zie je iemand met pijn en tranen in de ogen die laatste kilometers maken. Als wij dan met vijftig man herrie maken voor die ene wandelaar, zie je ze soms volschieten – en wij ook. Dat zijn kippenvelmomenten, aan beide kanten.”

Want ze staan er echt voor de lopers, benadrukt Dirk. „Met het gezicht naar de wandelaars. En we blijven staan tot de allerlaatste voorbij is en de bezemwagen is geweest.”

WEER OP DE VIA GLADIOLA

Mist en wolken, prima wandelweer

Er komt een gebied met hoge luchtdruk bij ons te liggen, waardoor er tijdelijk warmere lucht vanuit het zuiden wordt aangevoerd. In de vroege ochtend zijn er hier en daar opklaringen en kan op sommige plekken nevel of wat mist ont-

staan. Dit levert soms mooie plaatjes op voor wandelaars. Later in de ochtend zal de zon soms wat zwak door de wolken heen schijnen. Tegen het einde van de ochtend ontstaan er meer stapelwolken. Mogelijk valt er aan het einde van de middag heel plaatselijk een lichte bui. Al met al is het verder

Vrijdag



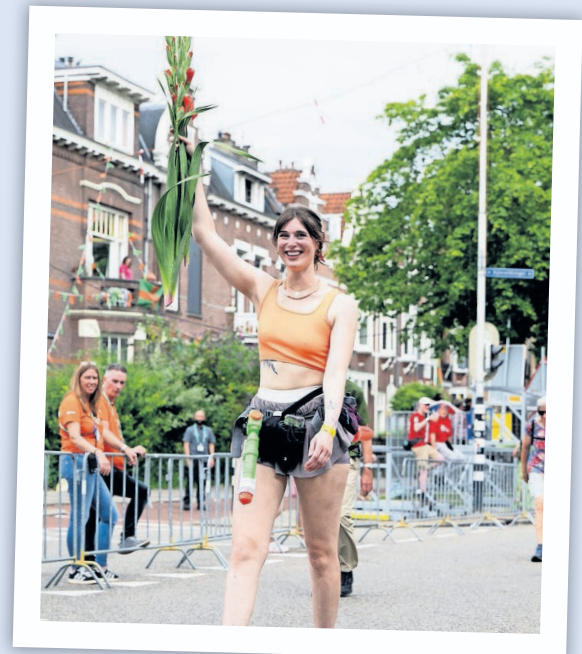
10° | 27°

prima weer om te wandelen. De wind is zwak en komt uit verschillende richtingen. De temperatuur ligt

in de ochtend rond 10 tot 11 graden en loopt op naar zo'n 26 à 27 graden. Draag laagjes, want het kan morgen fris zijn bij de start. Vanwege een hoge UV-waarde (7 op een schaal van 1 tot 10) is het wel aan te raden om ook zonnebrand te smeren, als 's middags de zon doorbreekt. – Ronald Arends



VOORUITBLIK



Dag 4: Oranje Vrijdag, de dag van Cuijk

Het is zover: morgen is het Oranje Vrijdag, de laatste dag. Overall is het feest en talloze toeschouwers moedigen je aan bij de laatste loodjes. Je hebt een duidelijk doel voor ogen: de Via Gladiola.

1 Je begint de dag met een mooie aanloop door de Haterse en Overasseltse Vennen. Direct na dit natuurschoon volgt Overasselt: de 50 loopt dit jaar voor het eerst door het centrum. Daarna volgen de fraaie uiterwaarden van de Maas.

2 De 30 kilometer slaat af richting Heumen. De 40 gaat de brug naar Brabant over, en passeert de mooie Kraaijenbergse Plassen, om vervolgens in Beers uit te komen.

3 De 50 gaat na Overasselt richting Grave. Je belandt in de eeuwenoude vestingstad nadat je over de befaamde Regenboogbrug loopt. Geniet van een stukje haven en het authentieke centrum.

4 In Cuijk krijgen de 40 en 50 een voorproefje van de intocht straks: het feest barst los! Vervolgens maak je een bijzondere oversteek over de door militairen aangelegde pontonbrug over de Maas en pak je nog een stukje Limburg mee.

5 Na de dorpen Mook en Molenhoek komen alle afstanden weer samen in Malden. Nu zijn de laatste kilometers aangebroken: op naar de Via Gladiola! De adrenaline en het warme onthaal van 100.000 toeschouwers dragen je naar de eindstreep. Gefeliciteerd met deze fantastische prestatie!

De adrenaline en het warme onthaal van 100.000 toeschouwers dragen je naar de eindstreep



◀ Rotonde Linksom langs de kant tijdens een eerdere Vierdaagse. EIGEN FOTO