

# P'TIT YETI NIEUWSBRIEF

## MEI 2015

OEKRAÏNE - JURACIME



Versie 1.00.002

# Mei 2015

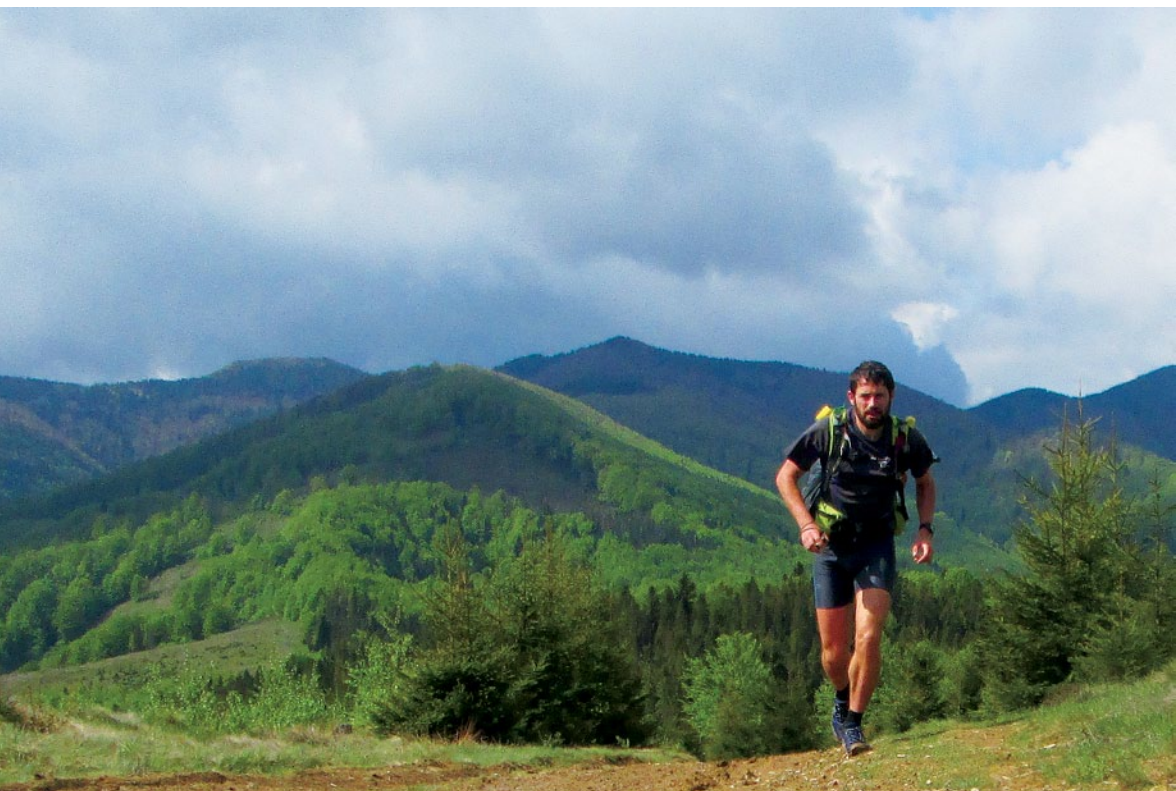
## Oekraïne - Juracime

---

### Oekraïne

Het grote voordeel van mei is dat je daar steeds een paar lange weekends hebt die je toelaten om eens een minder klassieke bestemming te kiezen. Het eerste van dergelijke weekends is met Hemelvaart. Tijdens die paar dagen trok ik eens richting Oekraïne. Tegenwoordig komt dat op een nogal dubieuze manier in het nieuws, maar als je de andere kant van het land kiest mag dat geen enkel probleem opleveren. Aan de andere kant, de westkant, heb je dan toevallig ook nog de Karpaten. In Roemenië, Polen en Slowakije was ik eerder al in de Karpaten, maar het Oekraïense stuk was nieuw voor mij. Hoewel maar een erg klein stukje van de Karpaten in Oekraïne ligt, is dat nog zeker groot genoeg om je een paar weken bezig te houden. Zoveel tijd had ik natuurlijk niet. Ik moest er dus een deeltje uitkiezen en ging gewoon voor wat het makkelijkst met de trein bereikbaar is vanuit ЛЬВІВ (Lviv).

Na een treinreis van anderhalf uur (die omgerekend toch wel iets meer dan een euro kostte) stapte ik af in Сколе (Skole). Dat ligt aan de noordkant van de Karpaten. Het plan was dus simpelweg om min of meer *Lopend over de eindeloze groene heuvels.*



meer naar het zuiden te lopen en een paar dagen later en een paar stations verder terug op de trein te stappen. Mijn timing was perfect. Bij het binnenrijden van Сколе begon het te regenen. Het regende nooit hard, maar het zou de hele dag niet meer stoppen met regenen. Ik koos een beetje op goed geluk een pad dat er volgens de kaart veelbelovend uit zag. De eerste vaststelling is dat het gebied erg bebost is. Het pad slingert zich over de flank van de vallei omhoog. De kaart bleek redelijk goed bij de realiteit aan te sluiten, wat veelbelovend is, maar hier en daar was toch redelijk wat fantasie nodig om beide te laten overeen komen. Het is vooral de precisie van de kaart die niet denderend is en het onderhoud van de paden is duidelijk ook geen topprioriteit.

Zo passeerde ik aan Озеро Журавлине (Ozero Zhuravline)<sup>1</sup>. Volgens de kaart heeft dat de ambitie een toeristische attractie te zijn. Op dat moment was het gewoon een miezerig meertje in de regen. Daarna trok ik verder omhoog. Daar bleek de overeenkomst tussen paden op de kaart en paden op het terrein nog meer bij de haren getrokken te zijn. De bomen die over het pad gevallen zijn eens opruimen lijkt me ook geen overbodige luxe. Ik had de indruk dat er soms meer bomen op het pad lagen dan dat er naast stonden. Verrassend genoeg kwam ik aan een paar mooie kalksteenformaties. Het pad slingerde er wat kriskras doorheen en plots vond ik het niet meer.



*Boven komen na een steile klim.*

Dan ga ik maar op goed geluk dwars door het bos in de min of meer juiste richting. Paden zijn uiteindelijk toch maar voor softies. Uiteindelijk kwam ik zo toch terug op een pad dat ik op de kaart kon terugvinden. Ergens in de loop van de namiddag passeerde ik in de buurt van een oorlogsmonument. Daarnaast stond een soort van schuilafdakje annex kapel. Hoewel het nog

<sup>1</sup> Озеро betekent gewoon "meer".

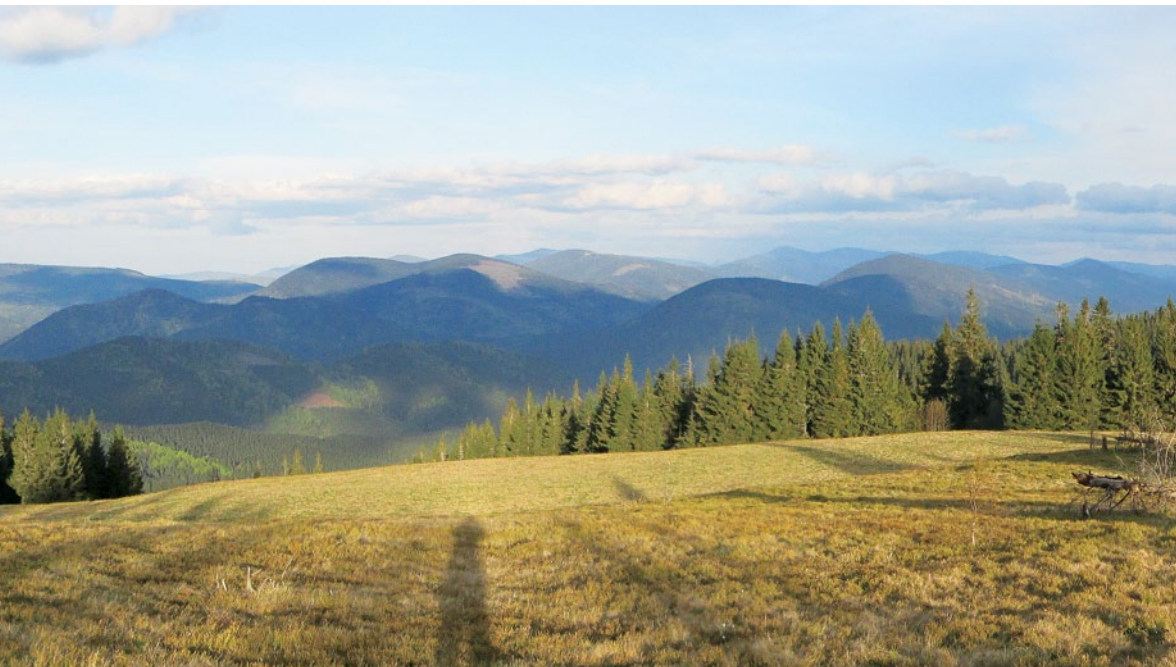
erg vroeg was besloot ik daar te stoppen en te overnachten. Het was nog altijd aan het regenen en na de natte slaapzakervaring van een paar weken tevoren in Zwitserland speelde ik liever op veilig. Daarmee was mijn eerste dag in de Karpaten behoorlijk kort.

Die strategie bleek goed gedacht van mij, want de volgende dag klaarde de lucht helemaal op. Stralend blauwe lucht en een zonnetje zorgen voor een aangename afwisseling met de miezerdag die ik achter de rug had. Ik zat boven op een heuvelrug en de meest logische weg was eigenlijk om die heuvelrug gewoon zuidwaarts te volgen. Dat deed ik dan ook. Het grootste deel van de tijd liep er volgens de kaart een pad. Meestal bestond dat nog ook. Verkeerd lopen lukt daar ook al niet zomaar. Als je niet op het hoogste punt bent, ben je waarschijnlijk verkeerd bezig. De stukken waar volgens de kaart geen pad was, kon je er ook vanop aan dat er op het terrein ook geen zou zijn. Meestal was het op die stukken zodanig steil dat geen zinnig mens er op of af zou willen. Daar ging ik dan maar dwars door het bos heen. Meestal lukte dat zonder grote problemen, maar soms waren de struiken behoorlijk dicht en moest ik toch een beetje zakken om sneller vooruit te geraken. In de namiddag kwam ik dan op een stuk waar volgens de kaart gemarkeerde wandelroutes waren. Vergeet dat maar. Op veel meer dan een markering om de vijf kilometer moet je echt niet rekenen. Op een pad moest ik grote stukken ook al niet rekenen. Toch niet op een pad dat de juiste richting uit liep. Niet dat ik dat erg vind, maar het zorgt ervoor dat je *Typisch uitzicht in de Oekraïense Karpaten.*



een heel pak trager vooruit komt dan je op voorhand denkt.

Mijn derde dag bleef ik die heuvelrug volgen. Wanneer die vertakt naar een oost-west georiënteerde kam, kies ik voor oostelijke richting. In die richting lag nu eenmaal de spoorlijn. Het landschap veranderde hier. In plaats van volledig bebost tot de top waren de heuvels nu kaal vanop zekere hoogte. Waarbij die zekere hoogte niet heel ver onder de toppen ligt. De heuvels zijn er ook wat hoger. Terwijl ik de eerste dag amper de duizend meter hoogte bereikte, kwam ik nu soms in de buurt van de 1500 meter. Ik kan die kale toppen wel appreciëren. Die zorgen er voor dat je een veel beter uitzicht hebt dan wanneer een volledig bos het zicht belemmert. Zo naderde ik toch opnieuw de beschaving en een paar dorpjes om dan uiteindelijk af te dalen naar Воловець (Volovets). Dat heeft een station waar ik de trein terug naar Львів kon nemen. Een ticket voor de trein kopen had de nodige voeten in aarde. Ik snap nog altijd niet helemaal wat het probleem was, maar zonder kennis van Oekraïens of Russisch verstond ze echt geen woord van wat je zegt. En versta je ook geen woord van de uitleg die zij afratelen.



## Juracime

Na Hemelvaart komt natuurlijk Pinksteren. Ik profiteerde daarvan om nog eens naar Zwitserland een wedstrijdje te gaan lopen. Dat was de Juracime, een bergloop in vijf etappes op vier dagen doorheen de Jura. De etappes variëren in lengte van 7 tot 23 kilometer. Voor mij is dat dus gigantisch kort en snel. De wedstrijd is ook zeker niet de mooiste die er te vinden is. Waarom ging ik er dan toch heen? Vrij simpel. Op de dikke tweehonderd deelnemers waren er meer dan zestig Belgen. Het grootste deel zijn er dan nog waar ik regelmatig mee samen train. Het was gewoon een gezellige clubuitstap. Ambitie had ik niet echt vooral omdat mijn achillespees zich al een paar weken onaangenaam liet voelen. Die zou beslissen hoe hard ik kon doorlopen.



*In actie tijdens de eerste etappe. (Foto: Pascal Accarain)*

De eerste etappe is de vrijdagavond. Het is een korte etappe van zeven kilometer met vijfhonderd hoogtemeters. Na een vlak stuk in Tavannes gaat het omhoog tot de top van de Wertberg. Na een hele dag in de bus zitten is dat even een schok. De

start ging natuurlijk veel te rap voor mij. Ik beperkte me tot wat achter de feiten aanhollen. Eens de beklimming begon schoof ik dan rustig wat naar voren op. Niet zo ver voor mij liep Bastien die een ideaal mikpunt vormde. Die schoof ook naar voren op zodat de afstand tussen ons steeds ongeveer gelijk bleef. Ik werkte de etappe af in 35 minuten als veertiende.

De volgende ochtend stond de tweede etappe op het programma. Met 22 kilometer en 900 positieve hoogtemeters was dat al iets meer mijn

ding. De start was gelukkig niet al te heftig en ik volgde kort na de kopgroep. Tijdens de eerste tien kilometer moesten we ongeveer zevenhonderd meter klimmen, dus al snel werd het parcours iets pittiger. Blijkbaar zat ik redelijk goed op positie. Een paar lopers die direct moesten lossen van de kopgroep haalde ik direct bij, maar de rest zag ik voor mij uit het zicht verdwijnen. Alleen Tom bleef niet zo heel ver voor me uit lopen en fungeerde als een uitstekend mikpunt. Tegen het einde van de beklimming kwam ik bij hem en ging hem voorbij. Dalen is duidelijk niet zijn sterkste punt, want ik liep erg vlot van hem weg.

Mijn afdaling was niet super, maar ik liep toch vrij vlot. Ver voor me uit kon ik wat volk zien, maar dat waren echt wel al grote verschillen om even dicht te lopen. Een verhard stuk in die afdaling deed niet bepaald deugd, maar waarschijnlijk was dat voor iedereen zo. Ik ken eigenlijk niemand die graag op straat daalt. Na de afdaling volgt een redelijk vlak stuk waar ik toch wat moeite had om het tempo hoog te houden. Op een kilometer van de aankomst is er een nog een nijdig klimmetje dat ik nog vlot opliep. Velen gaan daar redelijk zwaar dood. Ik kwam toe na 1u42 als zevende. In het klassement rukte ik eveneens op naar de zevende plaats met de niet bepaald riant voorsprong van twee seconden op Tom. Dat belooft een mooie strijd.

De derde etappe volgde al een paar uur later. Dit was een vrij korte tijdsloop van zeven kilometer. Het gaat een klein beetje op en neer, maar niets om over naar huis te schrijven. Tijdsloop wil zeggen dat iedereen individueel start. Om de twintig seconden start een loper en dan probeer je gewoon zo veel mogelijk vol in

*Mijn aankomst na de korte en snelle derde etappe.  
(Foto: Pascal Accarain)*



te halen en zo weinig mogelijk ingehaald te worden. Een beetje jammer is dat de startvolgorde volgens borstnummer was. Ik vind het altijd leuker als ze zoiets volgens omgekeerde volgorde in het klassement doen. Nu had ik de twijfelachtige eer dat de leider in de tussenstand veertig seconden achter mij zou starten. De strategie was daar zo lang mogelijk voor blijven en op het moment dat hij passeert zo goed mogelijk aanpikken.

Na vier minuten had ik het al aan mijn rekker. Volgen zat er ook niet in. Het was echt erop en erover. Gelukkig had ik toen zelf al de twee lopers voor mij ingehaald om toch een beetje een goede moraal te hebben. Daarna moest ik maar proberen om zelf het tempo hoog te houden. Ik had het daar toch moeilijk mee. Regelmatig haalde ik lopers bij, maar het snelheidsverschil met mij was zodanig groot dat ik daar eigenlijk niets aan had. Het einde is een afdaling waar je nog eens alles eruit kan persen. Ik werkte de afstand af in 26 minuten, wat me voor deze etappen een 19<sup>e</sup> plaats opleverde. In de tussenstand zakte ik terug naar de tiende plaats. Tom was erin geslaag om welgeteld drie seconden sneller dan mij te lopen, wat hem in de stand een seconde voor mij plaatste. Wat een spanning.

De vierde etappe is de koninginnenetappe. In 19 kilometer gaat het een kleine duizend meter omhoog. De aankomst ligt boven op de Chaseral die met zijn 1606 meter hoogte de hoogste top in de omgeving is. Net als bij de tweede etappe volgde ik een beetje na de kopgroep. Ook hier ging het direct omhoog en dat zou het eigenlijk blijven doen tot kort voor de aankomst. Na een kilometer was het over en uit. Mijn achillespezen hadden zich twee dagen goed gehouden, maar nu lieten ze zich te veel voelen om verder te lopen. Ondertussen weet ik wel hoe ver ik daarmee kan gaan om na afloop niet voor lange tijd buiten strijd te zijn. Stappen ging gelukkig wel zonder pijn en dat besloot ik dan maar te doen. Op een dergelijk parcours kan ik al stappend nog altijd gewoon in het pak eindigen. Elke beklimming stapte ik terwijl ik de zeldzame vlakke of dalende stukjes liep. Als ik liep ging ik iedereen voorbij, maar de beloofbare beklimming verloor ik echt veel terrein. De echt steile beklimmingen waar iedereen stapt, ging ik dan weer sneller dan de lopers rond mij.

Het gaf met de mogelijkheid om wat van het uitzicht te profiteren. En dat uitzicht is er zeker. Deze etappe is veruit de mooiste van de hele wedstrijd. We hadden ook nog het geluk van een stralend blauwe lucht



en zo goed als geen wind. Vooral dat laatste schijnt daar behoorlijk zeldzaam te zijn. In het klassement kon ik natuurlijk helemaal niks meer betekenen. Kort voor de top passeerden we een sneeuwplek. Daarvan profiteerde ik om een paar sneeuwballen te maken. Eentje was voor Luc die net voor me liep en de andere mocht Vincent aan de aankomst incasseren.

De laatste etappe op maandagmorgen is hoofdzakelijk dalend. Daarom besloot ik toch maar te starten met dezelfde strategie als de dag tevoren. Ik had de pech dat er eerst een paar honderd meter bergop waren. Iedereen begon te lopen terwijl ik vol goede moed begon te stappen. Alleen twee zestigers stapten nog trager dan mij. Alle anderen liepen van mij weg.

Na die paar honderd meter begon het gelukkig te dalen. Ik begon te lopen en liep een heel pak volk voorbij. Na een paar kilometer had ik ongeveer mijn plaats in het peloton gevonden. Bergop werd ik voorbij gelopen, op de vlakke stukken liep ik dezelfde mensen terug voorbij en de volgende beklim-



*De laatste etappe zit er ook op. (Foto: Pascal Accarain)*

ming waren het terug dezelfde die me passeerden. Er zijn er die ik een tiental keer gezien heb tijdens de wedstrijd. En zo haalde ik toch de aankomst van die laatste etappe.

Momenteel probeer ik vooral die achillespees terug in orde te krijgen. Het gaat in elk geval de goede kant uit. Dat zal ook nodig zijn want over een paar weken begin ik een reeks wedstrijden waarbij ik ze hard nodig zal hebben.

P'tit Yeti Nieuwsbrief - Mei 2015

Tekst en foto's (tenzij anders vermeld): P'tit Yeti (Wouter Hamelinck)

Deze zijn beschikbaar onder een CC-BY-SA licentie

Indien anders vermeld: alle rechten bij de auteur en zijn toestemming is nodig voor elk gebruik

Volledig archief van alle momenteel onder deze vorm beschikbare nieuwsbrieven op <http://www.kleineyeti.be/nieuwsbrief/>

Cover foto: Training in de Oekraïense Karpaten