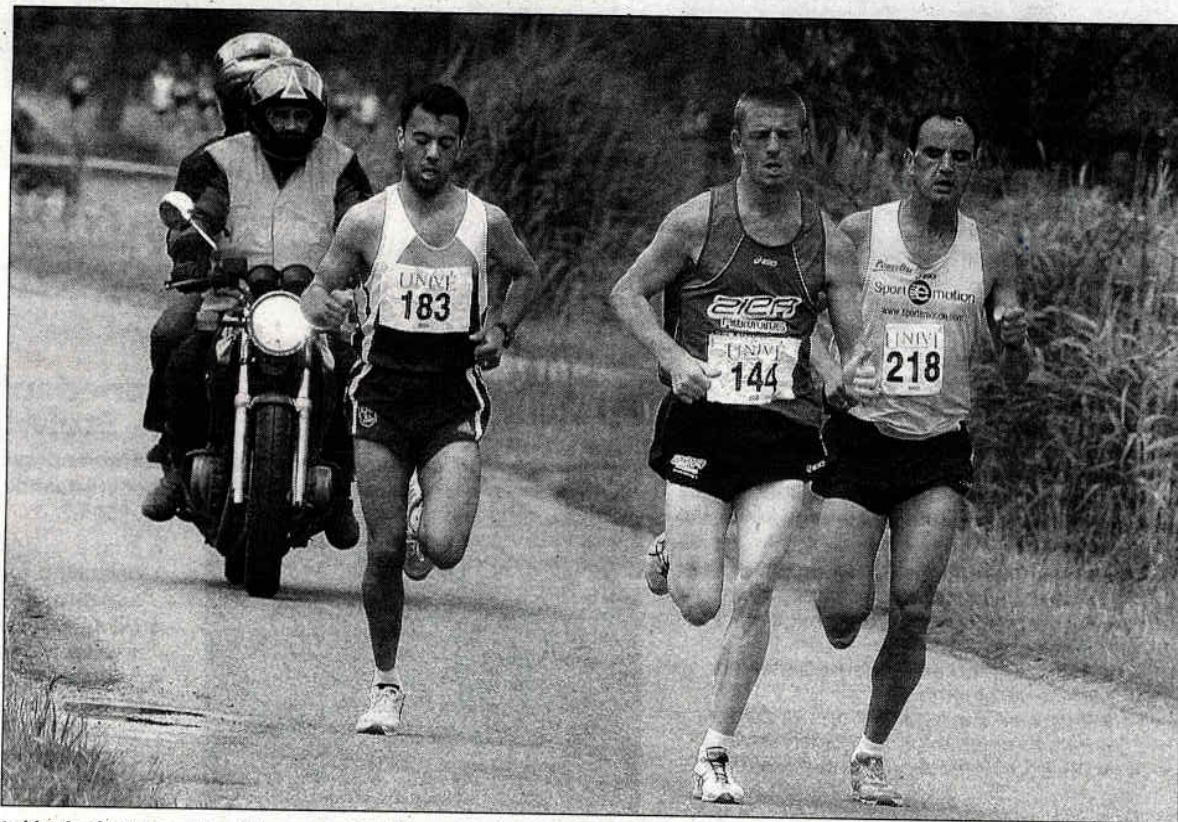


Fouad Fertoute is jonkies de baas

Winnaar duikt ruim onder 33 minuten in Ooievaarsloop



Lekkerkerker Menno Beck (nummer 144) liep zaterdag uitstekend tijdens de Ooievaarsloop in Groot-Ammers. De atleet van de Schoonhovense atletiekvereniging Avantri kwam als tweede over de streep. *foto Rick den Besten*

door Theo Sprong

GROOT-AMMERS - En weer won een vader in spé de Ooievaarsloop in Groot-Ammers. Vorig jaar Peter Jongtsma uit Strijen en zaterdag Fouad Fertoute van Spirit uit Oud-Beijerland. Jongtsma, deze editie derde, kon er na afloop hartelijk om lachen. 'Al die vaders lopen hard in de Ooievaarsloop, ze willen allemaal snel naar huis.'

Zo leek het in ieder geval wel. Samen met Lekkerkerker Menno Beck en Nabil Karimi uit Gorinchem nam Fertoute direct het voortouw. Gedrieën liepen ze de Lekdijk op en ook weer af. Eenmaal in Graafland aangekomen bedroeg de voorsprong op een groepje achtervolgers ruim vijftien seconden. In die groep onder anderen Jongtsma, die na een half jaar blessureleed eindelijk weer aan de start verscheen.

Behoedzaam bouwde het supertrio van deze middag de voorsprong uit. Op de helft van het parcours kreeg jongeling Beck (pas 20 jaar) last van een gevoelige kuit en moest hij Karimi en Fertoute laten gaan. 'Vooraf had ik mijzelf een tijd onder de 33 minuten gesteld. Dat lukte net niet en dus ben ik niet tevreden. Mijn kuit begon weer op te spelen en op advies van een oud-trainer,

die langs het parcours stond, heb ik niets geforceerd. Ik viel daardoor zelfs naast het podium. Maar wat niet gaat, gaat niet. Woensdag staat er een 5000 meter op het programma, dan gaan we daar maar vlammen.'

Versnelling

Twee kilometer voor de finish versnelde de 35-jarige Hoekschevaarder zijn pas. Karimi, ook weer net in training, kon niet aanhaken en zag Fertoute in een keurige tijd van 32.22 finishen. De Typhoon-atleet, luid toegejuicht door trainingsmaatjes, arriveerde dertien seconden later. 'Ik kwam duidelijk kracht tekort. De laatste twee jaar heb ik weinig kunnen trainen. Een geïrriteerde teen en ook mijn linker knie werkten vaak tegen. Vandaag ging het redelijk goed. Wel balen dat ik de versnelling van Fouad niet kon pareren', verklaarde Karimi, die geen last had van zijn oude kwalen, kort na de loop.

Fertoute, die ooit eerder in Groot-Ammers won, glunderde van oor tot oor. 'Vooraf ook omdat ik de jonkies heb verslagen. Onderweg spoorde de tempo makende Beck mij aan om als master voorop te gaan lopen. Op een gegeven moment voldeed ik aan zijn wens, maar windje tegen

kon hij niet meer volgen. Mijn laatste versnelling was ook voor Karimi te veel. In de vorige race in Heukelum kwam ik twee seconden tekort voor de overwinning, vandaag niet.'

Handrem

Triatlete Cora Vlot won afgetekend bij de dames. 'Ik heb met de handrem erop gelopen. Aagje Engel uit Nijmegen bleef redelijk in de buurt en had van mij mogen winnen. Maar ik kende haar niet en omdat ze onderweg geen informatie gaf, heb ik geen risico genomen. Ik loop namelijk ook voor het klassement, dat wil ik winnen. Het is een gezellig circuit en vandaag wilde ik loslopen voor de kwarttriatlon van morgen in Amsterdam. Dat is meer dan gelukt', aldus de 44-jarige inwoner van Hendrik-Ido-Ambacht.

Ook medeorganisator Hans Kruis was een tevreden man. 'Alles bij elkaar 385 deelnemers, waaronder ruim 260 bij de tien kilometer. Dan moeten we dik tevreden zijn. Een mooie wedstrijd en goede tijden. Bovendien zat het weer ook niet echt tegen', vatte Kruis de Ooievaarsloop kort samen. Ongetwijfeld wel balend van de afwezigheid van de klassementstoppers Jeroen Romeijn en Ruben Scheurwater.