

Kort

## Giezen ziet 'Aalten' als fijne training

Sander Giezen werd gisteren geen winnaar van de kwart-triatlon in Aalten, die eer was weggelegd voor Mathijs van Ark uit Groningen, maar met een tijd van 2.13 uur was Giezen wél de beste Achterhoe-ker in Bredevoort. Uiteindelijk eindigde Giezen op een tiende plaats, op 12.02 minu-ten van de Groningse winnaar.

Giezen was blij met zijn tijd, hoewel het niet zijn doel was om als beste Achterhoe-ker te finishen. „Dit was voor mij slechts een voorbereidings-wedstrijd”, aldus de 49-jarige Doetin-chemmer. „Volgende maand ga ik samen met Herbert Hage-man en Jan Gerritsen naar het Spaanse Bil-bao voor de hele tri-atlon.”

Hij was niet hele-maal tevreden over zijn prestatie. „Van-daag ging het zwem-men wat minder, ik kwam laat uit het water. Met het fiet-sen heb ik veel goed-gemaakt. Ik kon goed de snelheid van rond de 40 kilometer/uur volhouden en heb daarmee veel men-sen ingehaald. Ook het lopen ging prima.”

Wie dacht dat Gie-zen na de 1/4-triatlon zou uithijgen, kwam bedrogen uit. „Nu ga ik zo dadelijk verder met trainen. Eerst



▲ Sander Giezen.

FOTO DG

nog een stuk fietsen, morgen weer zwem-men en een dag later hardlopen. Zo probeer ik mijn lijf goed voor te bereiden op de hele triatlon die komen gaat.”

Dat is geen gemakke-lijke opgave. „Het valt inderdaad niet mee, want voor mijn werk als trappen-bouwer zit ik veel in het westen van het land. Voordat ik dan thuis ben met die drukte op de weg, is het altijd laat. Het is nu nog twee weken flink trainen en in de weken voor Bilbao doe ik kalm aan.”

Nieke Hoitink, één van de organisatoren van de Aaltense triatlon, was verbaasd over de diversiteit van de deelnemers op de Slingeplas. „Ze komen echt uit het hele land. Leuk is dat. Ik denk dat we het hier prima voor el-kaar hebben.”

**Winnaars Aalten:**  
**1/4-triatlon: vrou-**  
**wen:** Anne Siersema;  
**Mannen:** Mathijs van Ark.