
INTRO

De run

Lopen is de laatste jaren waanzinnig populair. Met duizenden, soms tienduizenden komen sportievelingen aan de start van klassiekers als de Antwerp 10 Miles, de 20 km van Brussel en andere stadslopen. Toen *Knack Weekend* vier jaar geleden startte met de Ladies Run in Kortrijk, voelden veel lezeressen zich meteen aangesproken. In het blad volgden we de trainingsvorderingen van onze ambassadrices en op onze site gaf het *Start to Run*-programma nieuwbakken loopsters aangepaste trainingsschema's. Want voor vrouwen die moeten koorddanseren tussen job en gezin is lopen eigenlijk een ideale sport. Je hebt niet veel tijd nodig om toch stevig te trainen (wel langzaam opbouwen om blessures te vermijden), je kunt overal joggen, alleen of in groep, je maakt snel vorderingen, en tijdens zo'n joggingronde lost stress als vanzelf op.

Gezien de respons, doen we er dit jaar een schepje bovenop: Knack Weekend Ladies Run Series, met vier edities in een jaar. We deden Knokke aan op 1 mei en op 1 juni verzamelden we in Kortrijk voor onze *original*, met de keuze tussen 5 of 11 km (waar overigens ook de andere helft van onze lezers konden meedoen: de mannen liepen een half uurtje vroeger). Brussel en Hasselt volgen in oktober

Bijna 2000 vrouwen in een zonnig Kortrijk en dat gaf een uitgelaten drukte aan de start. Minister en burgervader Stefaan De Clerck kwam de ambassadrices succes wensen, minister Crevits had haar campagne-T-shirt aangetrokken om de 5 km te lopen en Gaëlle van Dell'Anno — intussen winnares van *Mijn restaurant* — gaf het startschot. Veel camera's en fotografen ook, wat een nuchtere West-Vlaamse deelnemster de vraag ontlokte „Is dat hier Hollywood of zo?”

Maar onze ambassadrices beschikten naast *star power* ook over sportieve krachten: ex-judoka Gella Vandecaveye en Vtm-nieuwsanker Cathérine Moerkerke hadden samen getraind en liepen ook samen de 11 km. Cathérine deed 7 minuten beter dan vorig jaar, wat loopmaatje Gella trots maakte. Ze werden 52^e en 53^e (op meer dan 700 loopsters). Voor actrice en presentatrice Francesca Vanthielen was het haar eerste race ooit en ze mag best tevreden zijn met tijd en prestatie (ze werd nr. 119). Vrt-nieuwsanker Martine Tanghe legde ondanks wat knieproblemen de 11 km af in een behoorlijke tijd (samen met trainer Mieke Boeckx goed voor een 196^e en 197^e plaats). Marleen Finoulst had daags voor de Kortrijkse run de 20 km van Brussel gelopen, maar wat stramme spieren waren geen bezwaar om op haar sokken de 5 km af te leggen en nummer 67 te worden. Goed, tegen de winnares van de 5 km kon natuurlijk niemand op. Belgisch kampioene veldlopen Veerle Dejaeghere won het van Ann Parmentier, de winnares van vorig jaar.

Zelf liep ik samen met Chantal Pattyn. Zij was nog aan het herstellen van een bronchitis en we besloten de 'slakkenwalk' te doen. We hebben woord gehouden. Op een gezapig draffe gingen we van de omgeving en het vele volk langs de weg, we hebben uitgebreid bijgepraat en bij de aankomst waren we nog overmoedig genoeg om een dure eed te zweren voor de editie van volgend jaar. Maar we vertellen het nog niet verder. Eerst trainen.

Trui Moerkerke



trui.moerkerke@knack.be

**Cathérine Moerkerke
en Gella Vandecaveye.**

**Onder: Gaëlle van Dell'Anno,
intussen winnares van *Mijn
restaurant*, gaf het startschot.**



WOUTER VAN VAERENBERCH



WOUTER VAN VAERENBERCH