

32ste editie van 20 km door Brussel

20 km DE BRUXELLES
DOOR BRUSSEL

Dertigduizend renners zullen zondag de straten van Brussel opnieuw inpalmen voor de 32ste editie van de 20 km door Brussel. Onder hen vinden we heel wat opvallende figuren. Wij zochten er enkelen op en vroegen hoe het met hun voorbereiding zit. **ROBIN DE BECKER**

LOPEN ZONDAG DE 20 KILOMETER VAN BRUSSEL ALS VOORBEREIDING

Brusselse bokkers bekampen Mont Blanc

Twaalf jonge Brusselse bokkers bereiden zich voor om in juni de Mont Blanc te beklimmen. 'Als mijn jongens deze top halen', kunnen zij ook andere doelen bereiken, zoals zelfs Belgisch bokskampioen worden, zegt Tom Flachet (38) van Brussels Boxing Academy (BBA).

MARIAN DEBAILLIE

BRUSSEL

Boksen is de hype. Onlangs nog kreeg Unizo-voorzitter Karel Van Eetvelde boksiniciatie van Sugar Jackson in het Eén programma *Volt*. Vorige vrijdag gaf Ves Trendafilov een uur live bokstraining aan Vincent Vangeel in de Q-Music studio. Lang voor de hype, leerde BBA dagelijks jonge mensen boksen. De boksschool en een kleuterschooltje aandoenlijk naast elkaar met een gemeenschappelijke binnenkoer, aan de Kogelstraat in hartje Brussel. Sinds kort gaan de jongens ook in het Zoniënwoud joggen, als voorbereiding op de 20 km van Brussel en de beklimming van de Mont Blanc. 'De hoogste berg van Europa beklimmen vraagt een uitstekende conditie maar ook een sportieve

geest binnen de groep. Elk van de deelnemers zal geconfronteerd worden met zijn grenzen en alleen als mijn bokkers op elkaar kunnen rekenen, zullen zij samen bovengeraken', zegt Tom Flachet.

Sponsors

Als organisator, bokstrainer en ervaren alpinist is deze bergtocht ook voor hem een uitdaging. 'De deelnemers zijn tussen 16 en 20 jaar, dus heel jong. Allemaal jongens die bij ons bokstraining volgen. Jammer genoeg hebben zich geen meisjes aangeboden. Ik zal die jongens klimtechnieken moeten aanleren op 4.000 meter hoogte in de sneeuw. Toch iets anders dan gevechtstechnieken oefenen in onze boksschool hier in Brussel. We zullen elkaar op een nieuwe manier leren kennen', zegt Tom.



Deze Brusselse bokkers lopen de 20 km van Brussel als voorbereiding op de beklimming van de Mont Blanc. ©hrb

De tiendaagse expeditie gebeurt met een gehuurd minibusje, gehuurde sportkledij en materiaal, overnachtingen in tenten en berghutten en eenvoudige maaltijden. Totale kostprijs 6.346 euro voor de twaalf bokkers en hun drie begeleiders. 'De jonge bokkers betalen slechts 125 euro. We zoeken dus nog sponsors', zegt Tom Flachet. 'De beklimming wordt alleszins

de grootste uitdaging in hun leven ooit. Voor de meesten is alles nieuw: tentenkamp opzetten, verkenningstochten rond de Mont Blanc, op de gletsjers technieken in sneeuw en ijs aanleren. En dan, vanuit Gouter hut (3.800 meter) recht naar de top (4.807 meter). Het zou mooi zijn als onze vijftien uitdagers samen de Mont Blanc verslaan', zegt Tom.

Meer info: Tom Flachet 0473-61.04.76 en Mohamed Maalem 0485-00.11.50. Expeditie van donderdag 23 juni tot zondag 3 juli.

Hebt u nieuws voor ons? Mail naar brussel@nieuwsblad.be

Ook blinden en slechtzienden lopen 20 km door Brussel

BRUSSEL

Zo'n 345 mensen zullen zondag meelopen ten voordele van de Brailleliga. Onder hen ook David De Dapper, een slechtziende. 'Opgelet voor lege flesjes.'

Vier blinden, negen slechtzienden en tien begeleiders zullen zich zondag onder de dertigduizend deelnemers mengen. Verder zullen er nog 322 sympathisanten meelopen voor de Brailleliga. Ook David De Dapper uit Brussel zal als slechtziende deelnemen aan de 20 km door Brussel. Daarmee is hij ze-

ker niet aan zijn proefstuk toe. 'Het is al de 23ste maal dat ik zal meelopen. In het begin begon ik met wat vrienden, maar nu is het een afspraak geworden die ik niet meer wil missen.'

Parcours

'Voor blinden en slechtzienden is het zeker geen evidentie om het parcours af te leggen. 'Er zijn enkele punten op het parcours waar we zeker extra aandachtig zijn. Zo ben ik eens gevallen in de Wetstraat over kleine betonnen blokjes die het fietspad van de autobaan scheidden. Die zag ik dus niet aankomen.'

'Ook in het Jubelpark is het moeilijk lopen omdat de ondergrond er anders is en je de takjes van de bomen niet opmerkt. Morgen zal ik alleszins al eens de moeilijke plekje langs het parcours verkennen zodat ik zondag niet voor onaangename verrassingen kom te staan.'

Dodentocht

David bereidt zich zoals elk jaar optimaal voor om de 20 km door Brussel tot een goed einde te brengen. 'Met vrienden gaan we ongeveer vier keer per week lopen en vaak loop ik in het weekend ook nog in competitie. Ik heb ook al deelgenomen aan



De slechtziende David De Dapper loopt de 20 km ten voordele van de Brailleliga. ©hrb

de Dodentocht. Zondag word ik trouwens bijgestaan door drie vrienden die bij mij lopen. Zij begeleiden mij om eventuele

problemen te vermijden. Het wordt enkel opletten voor lege waterflesjes die de mensen op de straat gooien.' (RDB)