

Koppeltijdrif Nijeveen 04-08-2007

Zaterdag 4 augustus hebben het Ruiter Dakkapellen team Richard Bonhof en Jeroen Lute als tandem deelgenomen aan een koppeltijdrif in het Drentse Nijeveen.

De afstand van deze koppeltijdrif bedroeg 33 km verdeeld over 3 ronden van 11 km op een parcours waar de wind vrij spel had. Vooral op het lange rechte stuk hadden zij hem pal tegen en maakte er een zware onderneming van.

Ook hadden zij een cadansmeter gemonteerd om te zien of ze een goede cadans hadden na een aantal pittige trainingsweken.



Foto tijdrif in Frankrijk genomen door Franse tandemvriendin op 27 mei 2007.

De eerste ronde ging in 14.20 minuten, de tweede ronde in 14.35 minuten en ook de laatste ronde ging in 14.36 minuten wat een eindtijd van 43.31 minuten betekende.

Uiteindelijk bleek dit ook de winnende tijd te zijn, wat maar weer aangeeft dat vorm gewoon goed is. Bertijn en Ruud Bakker uit Wormer volgden als tweede en Jan Brander (Uretrep) en Jurjen Sweering uit Sneek brachten de derde tijd op de klokken.

De gemiddelde snelheid was 45,50 km/uur en de cadans was 105 en dit stemde tot tevredenheid.

Het gevoel van tevredenheid was na afloop duidelijk aanwezig bij Richard en Jeroen, dat ondanks een windkracht 5 toch een goed gemiddelde werd gehaald, weinig verval naar het einde en met een goede cadans.

Zoals al eerder gemeld gaan ze aankomende week maandag 6, dinsdag 7 en woensdagmiddag 8 augustus van 14.00 uur tot 16.00 uur nog op de baan in Alkmaar trainen.

Maandag en woensdag solo en dinsdag met de deryn om daarna een relatieve rustperiode te nemen om straks in topvorm en met veel ambitie en moraal aan het WK in Bordeaux deel te gaan nemen.

Verslag Nico Lute