

Zottegem

Marathonman op doortocht



Stefaan Engels, Erik Bijvoet en Christine Schotte.



Na de ijskoude behandeling in de Cryosauna was het tijd voor een warmwaterbad.

Stefaan Engels, bij de sportievelingen onder ons beter bekend als de marathonman, begon op 1 mei 2014 aan een nieuwe uitdaging, Project 2272. Bedoeling van Project 2272 is het wereldrecord van de Italiaan Enzo Caporaso te verbreken, een kranige Italiaan die 7 dagen na elkaar 100 kilometer per dag liep.

De doelstelling van Stefaan Engels is heel duidelijk, hij wil geen 7 maar 8 dagen na elkaar 100 kilometer per dag lopen. Op 1 mei begon hij met 42 kilometer en per dag liep hij sindsdien 2 kilometer extra. Tegen 23 mei zal hij 86 kilometer lopen, op 24 mei volgt dan een keer eerste 100 kilometer per dag. Slaagt hij erin deze uitdaging tot een goed einde te brengen, dan zal hij in mei in totaal 2272 kilometer gelopen hebben. 'Een afstand die je van Brussel tot in Athene brengt, maar ik loop liever in België. Zo kan iedereen die dat wil een stukje meelopen', laat Marathon-

man weten via zijn blog (<http://www.marathonman365.be/>).

Behandeling in Aquakine

Ondertussen is de marathonman al meer dan een week aan het lopen en heeft hij er al flink wat kilometers opzitten. Dinsdag was het al zijn zesde loopdag en liep hij 52 kilometer, met start in Ieper en aankomst in Oudenaarde. Na zijn aankomst in Oudenaarde haastte hij zich naar Sint-Goriks-Oudenhove, waar hem een deugd-doende behandeling wachtte bij Aquakine, de kinépraktijk van Erik Bijvoet en Christine Schotte. Eerst een ijskoude behandeling in de cryosauna en daarna een warmwaterbad. Christine Schotte van Aquakine legt uit waarom: 'De cryosauna werkt pijnstillend, ontzwellend en ontstekingswerend. De korte blootstelling aan de koude zorgt voor een enorme doorbloeding van spieren en weefsels en drijft afvalstoffen af. Het versterkt de immuniteit en versnelt de recuperatie/revalidatie. De

cryosauna is niet enkel voor sporters, ook pijnpatiënten (reuma, artritis, fibromyalgie, suddeck) hebben er enorm veel baat bij. Na de koude gaan we terug naar de warmte. De combinatie met het zwembad van 32°C is ideaal. Je kan er ontspannend fietsen in het water zonder je gewrichten te belasten.'

Start op de Markt in Zottegem

Woensdagmorgen vertrok Stefaan Engels op de Markt van Zottegem goed uitgerust aan dag 7 van Project 2272. Het werd een tocht van 54 kilometer die hem van Zottegem via Erpe Mere, Lede, Dendermonde, Hamme en Sint-Niklaas naar Beveren bracht. Burgemeester Jenne De Potter gaf het startschot en in aanwezigheid van enkele meelopers zette de marathonman zijn moedige tocht verder. Wie wil kan Project 2272 op de voet volgen via <http://www.mychallenge14.be/>.

PDV