

VOGEL AAR &

IN DE RUBRIEK DE REIZ&-SUPERLEZER KOMT IEMAND AAN HET WOORD DIE VAN REIZEN HOUDT, MAAR DAT ANDERS DOET DAN DE DOORSNEE-LEZER. DEZE KEER: JAAP VAN DEN BERG (55), DIE IN MEER DAN ZESTIG LANDEN EEN MARATHON LIEP EN OOK GOED KEEK NAAR WAT DAAR VLOOG EN FLOOT.

Interview: Kees Lucassen

MARATHONMAN

'Vrijdag vertrekken we naar Moldavië, dat wordt het zestigste land! En wanneer verschijnt dit interview? Eind augustus? Nou, tegen die tijd zijn het er 62.

Wales en Isle of Man zitten er dan ook bij.' Aan het woord Jaap van den Berg, een man uit Soest met twee hobby's: vogels spotten en hardlopen. En dat laatste niet zomaar een rondje in het park, nee, Jaap loopt hele marathons.

Sterker nog, hij voltooide er al meer dan honderd en dat deed deze REIZ&-superlezer in 59 landen. Herstel: 62 landen.

Het geeft voldoening

Jaap: 'Er is een *Country Club List* en om daarop te komen moet je lid zijn van die club en dat kan pas nadat je in minimaal dertig verschillende landen een marathon hebt gelopen. En oh ja, een marathon die door twee landen gaat, kan hooguit voor één land tellen. Je kunt dus niet smokkelen door rond een drielandpunt te gaan lopen en daarna hups drie landen aan je totaal toe te voegen. Ik sta nu – geloof ik – als tiende op die lijst. Op de eerste plaats staat John Wallace, een Amerikaan, met 115 landen. Haal ik nooit meer in. John bepaalt ook wat een land is en wat niet, daarbij kijkend naar de Verenigde Naties. Er zijn - geloof ik - 193 landen. Of 194, met het Vaticaan erbij. Maar ach, zo'n hoge plaats op die lijst is zonder meer leuk, en ik ben er ook best trots op, maar daar gaat het allemaal toch niet om. Het lopen zelf, jezelf in trance brengen in een voor jou vreemde omgeving, dat is de kick. Het geeft voldoening.'

'Dit doe ik nooit meer!'

'In 1983 liep ik mijn eerste. In Amsterdam. De stad hardlopend ervaren, ik vond het prachtig. Maar na afloop zei ik: 'Dit doe ik nooit meer!' Een jaar later liep ik in Wenen. Ook erg mooi, en ik liep er mijn beste tijd ooit – 2.33.36 – maar daarna was het echt wel even afgelopen. Tot 1990: Berlijn. En daarna Kozle in Polen, New York, Parijs, Praag, Moskou, Brussel, Reykjavik en ga zo maar door. Hoe ik dat allemaal betaal? Nou, ik ben allesbehalve rijk hoor. Voor mij en Mea – mijn vrouw, zij loopt ook, maar net iets minder fanatiek – en zijn die reisjes tegelijk vakanties. Mijn vogelboeken gaan mee want als het



even kan, gaan we ook vogelen in den vreemde. En we pikken onze musea mee. Zo gaat die reis naar Wales straks tien dagen duren. En: wij hebben geen kinderen. Kortom, van het geld dat andere mensen besteden aan al hun kroost, hobby's en vakanties, loop ik door de wereld. Door Echternach, Athene, Rome, Kopenhagen, Dublin en rond de Jungfrau in Zwitserland. Maar het is dus nooit: landen, marathon lopen en dan hóp weer terug.'

De Kilimanjaro-brilvogel

'Waar ik de tijd vandaan haal? Als werkmeester bij een GGZ-instelling maak ik vaak overuren, en die moet ik ergens compenseren. En Mea is pedicure, eigen baas. Maar qua budget en tijd heb ik toch echt wel mijn beperkingen. De Country Club gaat nu naar Vietnam, en ik weet nog niet of ik dat ook ga doen. Tenzij ik morgen de Staatsloterij win. Op mijn verlanglijstje staan nog heel wat landen. Antarctica zou mooi zijn. Om pinguïns te spotten én omdat ik dan op de 7-continenten-lijst kom te staan. Of Tanzania, daar lopen ze ook marathons en er leven érg mooie vogels. De Kilimanjaro-brilvogel, de zilveroor-neushoornvogel en noem maar op. Voor Mea hoeft het niet meer zo, maar ik ga nog steeds graag ver weg. Peking in 2001 was echt een belevenis. Of in 2004, toen liep ik marathons in Luxor, Talinn, Helsinki en Havana. Een fijn kwartet, toch? En het jaar daarop deed ik er acht, inclusief Paramaribo. Zó leuk! Omdat het daar zo warm is, start je dan om vier uur in de ochtend. In 2006 deed ik er weer acht, waaronder Lissabon, Istanbul en Kiev. Maar het is niet automatisch: hoe extremer, hoe leuker. Al sinds 1993, toen was ik 38, loop ik niet meer op tijd. Ik kijk nu meer om me heen en stop zelfs af en toe voor een praatje. Gezond blijven, veel genieten en de finish halen, daar gaat het om. Hoewel, genieten is niet altijd het juiste woord. In

leper liep ik tussen de loopgraven en de kerkhoven van de Eerste Wereldoorlog. En in Bosnië stond ik op de brug in Mostar. Je ziet dan kogelgaten in de muren en kapotte huizen. Maar de mensen daar zijn echt blij omdat er in hun stad iets als een marathon wordt georganiseerd. Dat is in Bosnië niet anders dan in Rio de Janeiro, Kaapstad, Sidney of in Ulaan Baatar.'

Een miljoen sterren

'Vervelende ervaringen? Erg weinig, maar ze zijn er wel. In Rio zijn we overvallen door messentrekkers. Niet tijdens de marathon overigens, maar daarna. We zaten ergens bij een strand, en ineens stonden er drie mannen om ons heen. En in Cuba: na de marathon maakten we daar een rondrit, met een huurauto. Onderweg pikte we twee lifters op. Dat hadden we daar al vaker gedaan, want er staan nauwelijks verkeersborden, dus als je iemand op

Foto's linkerpagina:

> Mea & Jaap bij de start in Ulaan Baatar, 2008.

> Jaap moedigt collega-lopers aan in Toronto, 2008.

> Australië 2009, twee tortelende regenboog-lorikeets.

Foto's deze pagina:

> Boulder-pinguïns nabij de Two Oceans Marathon, Kaapstad, 2009.

> Duiken bij het Great Barrier Reef, 2009.

> Keerpunt tijdens de Minsk Marathon, Wit-Rusland, 2010.



GELD WEG, PASPOORT FOETSIE EN WIJ MOESTEN NAAR DE AMBASSADE

> Grazende paarden
op het Ukok-plateau,
Mongolië, 2008.
> Jaap en Mea bij een
keerpunt in Dubai, 2007.

VRAGEN AAN JAAP OF MEA?
MEA.JAAP@ONLINE.NL
MEER INFO :
WWW.100MCNL.ORG
SITE VAN DE 100 MARATHON
CLUB NEDERLAND, MET
O.M. DE LIJST VAN JAAP.

de achterbank hebt zitten die de weg kent, is dat wel zo gemakkelijk. Alleen ja, dat laatste tweetal sneedt stiekem mijn tas open. Geld weg, paspoort foetsie en wij moesten naar de ambassade. Maar voor de rest zijn het echt allemaal prachtvakanties geweest. Mijn vrouw wil vandaag nog terug naar Mongolië. Na de marathon in de hoofdstad Ulaan Baatar hebben we daar een woestijnreis gemaakt. De nacht is er zo helder, je ziet er de Melkweg en minimaal een miljoen sterren. Maar ook Jamaica, totaal anders, was érg leuk. Tien dagen geweest: overal vrolijke mensen. En in Australië heb ik mijn duikbrevet gehaald in het Great Barrier Reef. Of Georgië: de Kazbegi-marathon gelopen, Tbilisi bekeken – een schitterende stad – en daarna nog een week door de Kaukasus getrokken. Kwamen we daar weer bevriende lopers uit andere landen tegen. Maar geloof het of niet: samen met Mea een weekend in de Ardennen wandelen, vind ik ook hartstikke leuk. Of hier op de Heuvelrug spechten spotten, ik ben al 16 jaar lid van Vogelbescherming Nederland.'

En wat zie ik?

'Of ik nog train? Vier, vijf keer in de week loop ik 15 tot 20 kilometer. En ik loop ik naar mijn werk: 5 kilometer heen en 5 kilometer terug. Dat is het

wel. Blessures heb ik zelden of nooit. Wel heb ik jaren gezocht naar de juiste inlegzooltjes. Bij een sportpodotherapeut in Houten heb ik ze uiteindelijk gevonden. Als het lijf ooit echt niet meer wil, dan stop ik, maar zover is het nog niet. Kijk, vroeger liep voor een snelle tijd, en daarna om de honderd marathons vol te maken. Maar nu is het doel: lekker lopen en genieten. En er nog een paar landen erbij halen. Waar precies, dat hangt van verschillende dingen af. Of we met een reis die door een club is georganiseerd mee kunnen gaan, want dat is vaak gemakkelijker en goedkoper. En of het qua vogels interessant is. De kans dat ik in Europa een nieuwe soort zie, is inmiddels vrij klein. In Suriname zag ik er wel honderd: de roodsnaveltoekan, de griki, de dikbek-zaadkraker, noem maar op. In Australië ook, maar Mongolië viel tegen. Hooguit vijftien. Véél minder van verwacht. Al heb ik daar wel, in het midden in de woestijn, iets bijzonders gespot. In een winkel in Ulaan Baatar had ik een vogelgidsje gevonden, geschreven door een Mongoolse professor. Loop ik daarna met mijn vrouw met mijn verrekijker te speuren naar woestijnvinken, vér weg van de bewoonde wereld. En wat zie ik? Weinig vink maar wel de enige Mongool die ik kende, via een foto in dat boekje. De vogelprofessor. Een hele aardige man. Ik heb hem ter plekke zijn gids laten signeren.' •