

destreekkrant.be

## “Intensief trainen”

**SCHELLE** - Sinds Gerda Andries uit Schelle deelnam aan de 'Start to Run'-loopsessies, heeft ze haar tweede jeugd ontdekt. In slechts enkele jaren tijd wist ze uit te groeien tot een van de meest succesvolle atletes van ons land. Vorig jaar al wist ze de titels en de ereplaatsen op te stapelen, met als uitschieters haar nationale titels op de 60 m hardlopen indoor en de 400 m hardlopen. “Dat is het resultaat van intensief trainen”, legt ze uit. “Bij Atletiekvereniging Kontich-Aartselaar (AVKA) train ik vier keer per week. Mijn hoofddoel van dit jaar is de 400 m horden op het Europees Kampioenschap in Tsjechië. Maar zelfs als ik mijn doel niet behaal, vind ik dat niet erg. Het leuke aan atletiek is dat het zo'n kleine wereld is en dat je dus veel mensen vaak terugziet.”

(BECO/Foto BECO)

