

Marc Papanikitas wil finishen in Nacht van Vlaanderen: 'Ik word een échte ultraloper'

'Nadat ik vorig jaar in Torhout 60 kilometer lang tempo maakte voor de Kroatische winnares, besloten mijn coach Ed Van Beek en ikzelf dat een race over 100 kilometer weer haalbaar was', aldus Papanikitas.

'In november liep ik daarom de 100 kilometer van Deventer. De laatste jaren had ik er niet veel meer van gebakken op die afstand. Opgeven was toen eerder regel dan uitzondering.'

'In de slotfase crashte ik in Deventer, maar ik won in 7.59, terwijl het doel 7.30 was. Maar goed, in Deventer voelde ik me als herboren en liep ik de 100 kilometer uit. Dat was een eeuw geleden.'

Papanikitas liep nadien in Rodgau zwalpend de 50 kilometer uit. Hij overwon ook daar de klopp van de hamer.

'Ik werd er derde en won in mijn categorie. Nadien won ik de indoormarathon van Amersfoort. In het Belgisch kampioenschap marathon in Lier werd ik vijfde en tweede 40-plusser.'

'De belangrijkste test was de 6 uur van Steenberg. Daar werd ik tweede, met goed 80 kilometer op de teller. In Stein was ik moe, maar ik bleef wél lopen', vertelt de Mortselse kleuteronderwijzer.

Gezien zijn recente prestaties besloten coach Van Beek en Papanikitas om toch maar weer te starten in Torhout.

'Ik maalde de laatste tijd vooral veel kilometers en bleef rustig. In Torhout is de plaats niet belangrijk', vindt hij. 'Be-doeling is de 100 kilometer uit te lopen en 7.30 te klokken. Stilaan word ik een échte ultraloper.'

'Ik voel dat ik steeds beter langzaam kan lopen. Vroeger liep ik altijd snel, welke afstand ook.'

'Nu hebben we gelet op mijn loophouding. Verder loop ik meer wedstrijden op trainingsschoenen, met daarin een aangepast zooltje, zodat ik minder pijn heb en minder energie verlies. Zo hoop ik stilaan door te groeien naar mijn eerste race over 24 uur volgend jaar.' (lhw)