

Getuigenis Jan Van den Bergh

Lopen deed ik al in de jaren 60 toen niemand liep behalve de echte lopers. Mijn overbuur liep toen ook. Hij zou later kinesist worden. En zijn grote broer trainde zelfs toen al atletiekdames. Ik was van 1952 en zij zeker 4-6 jaar ouder. Ik hield van solo lopen omdat ik te klein was voor de ruwe sjotters en de reuzebasketters.

Het heeft echter tot halverwege de jaren 70 geduurd vòòr ik het met de nodige regelmaat begon te doen. De onsterfelijk gewaande Jim Fixx had toen een boek geschreven – de eerste bestseller over lopen – dat mijn ogen verder opende. Jammer genoeg stierf hij zelf al lopend in 1984 toen hij amper 52 was. Zijn hart begaf het. Een erfelijke afwijking. Grote consternatie bij alle lopers. En zo ben ik nog meer beginnen lopen. Altijd in mijn eentje. Ik vond dat prettig. Ik bedacht toen vanalles – mijn job was toen ook reclamecampagnes bedenken. Geen muziek in de oren. Alleen de stilte. Door regen en wind. Altijd op een nuchtere maag. Pakweg 30 km per week.

Later kwamen mijn jongens erbij en toen ze 6 en 8 waren liepen die soms mee. Ze lopen nu nog. En mijn dochter die nu al 40 is loopt ook. De volgende loopboost was MMC. Dat zal dus inderdaad in 1988 geweest zijn. Ik was 35 en een van de jongste CEO's in de reclamewereld. Nu ben je soms al CEO op je 25. Toen niet. En in die Hogere Middens van oude Mannen botste ik op een dag op Hugo Moraël - een gewaardeerde collega uit A'pen die net lid was geworden en – dacht ik – er zijn eerste marathon had op zitten.

Dat begeisterte me wel: wat netwerklopen met managers en je voorbereiden op een marathon. Dus werd ik lid. We waren hooguit met 30. En het beviel me. Wilfried was ook een schitterende afjakkeraar die quasi in zijn eentje de boel trok en iedere achterblijver aanstekelijk kon oppepen. Mijn eerste en enige marathon was in Brussel (1990-1991) en ik deed er 3:45 over. Men vond dat toen goed. Ik was niet onder de indruk van mezelf. Brussel was een beest zei men. Daar kan je geen tijden lopen. In die jaren liep ik ook een paar keer de 20km van Brussel eerst met MMC en later met Vredeseilanden. Mijn besttijd was toen 1:27 – denk ik. Mijn slechtste (mèt kater) 2 uur. Rond 1990 startte ik met 3 anderen een eigen reclamebureau. Een van de vier oprichters – Mark Michils - leidt nu sinds een paar jaar Kom Op Tegen Kanker. Hij liep toen en loopt nu nog. Is hij ooit MMC-lid geweest vraag ik me nu af. Tijdens die hectische start werd het werd me te zwaar om naar de trainingen te rijden dus brokkelde mijn interesse in MMC wat af. Niet in het lopen. Bovenop dat alles startten we in 1994 met een internet-agency en was er alleen maar tijd om tussen de soep en de patatten te lopen. Mijn jaren in Shanghai (2006 – 2014) waren ook povere loopjaren. Veel te veel auto's. Amper groen en steeds erger wordende pollutie. In 2013 liep ik geregeld met een verstikkend mondkapje. Nu ben ik 65 en ik doe 3 x per week 5_6_7 km op Hofstade beach.

Ik blijf ervan genieten. Op die 40 jaar lopen ben ik eigenlijk maar een keer serieus gekwetst geraakt. Heel recent overigens. Eerst aan de rechtervoet een vreemde overbelasting vlak na mijn terugkeer uit China en maanden later aan de linkervoet ook een overbelasting die dreigde hielspoor te worden. Tientallen kinebeurten bij Jeroen Gotzen uit Elewijt (een aanrader, die man) hebben het opgelost. Sinds een jaar loop ik pijnloos. In die sombere periode heb ik veel gefietst en gezwommen en toen nog maar eens gevoeld dat lopen écht mijn sport is. En als je nu nog deze ouwe-mannen-praat zit te lezen heb je dat virus allicht ook te pakken. Het gaat jullie allemaal goed!