

TWINTIGSTE 200 MYLS 'SOLO'

RACE UIT HET BOEKJE

200 Mijl in je eentje zeilen over het IJsselmeer, de Noordzee of Waddenzee. Helemaal alleen aan boord en volledig aangewezen zijn op jezelf. Een uitputtingsslag waar zich elk jaar weer rond de honderd deelnemers voor inschrijven. Ook dit keer, voor de 20ste editie. De weersomstandigheden lijken ideaal. Dit wordt een race uit het boekje.

Tekst Klaas Smit Foto's Klaas Smit,
Kees Tabak e.a



De Etap 34S Chick-a-Bee van Erik Hardonk gaat de Noordzee op.

Kees Tabak op zijn White Mustang.

Theo Hin is ervaren; hij doet dit jaar voor de twaalfde keer mee. "Het is een kick om tweehonderd mijl alleen af te leggen. Telkens als ik over de finish zeil heb ik het gevoel een superprestatie te hebben geleverd." We vragen Theo hoe zijn hij boot op orde brengt voor deze wedstrijd. Zijn Hanse 400 *Geisha* voldoet aan alle veiligheidseisen die het bestuur van de 200 Myls 'SOLO' eraan stelt. En die eisen zijn strikt, ISAF3. De 24-uursrace, waar Theo ook bijna elk jaar aan meedoet, stelt eveneens hoge eisen aan de veiligheid en die race is altijd een paar weken voorafgaand aan de 200 Myls 'SOLO'. *Geisha* is daarmee eigenlijk gewoon altijd op orde.

Hoe bereid je jezelf voor?

Voor Theo begint de race al twee weken vóór de start. Vanaf dat moment houdt hij de weersvoorspellingen in de gaten. Windfinder, Windguru, Weeronline en Meteo Schiphol bekijkt hij meerdere keren per dag. En dit jaar werden de voorspellingen met de dag beter: een mooi windje en veel zon.

Eten is erg belangrijk. Inmiddels weet Theo wat hij nodig heeft. En omdat hij tijdens de race geen boodschappen wil doen, slaat hij alles vooraf in. "Bij slecht weer heb ik veel soep en warme chocolademelk aan boord. Dat is zo lekker wanneer je het koud hebt. Is het weer gunstiger, dan vind ik lichte rijstmaaltijden beter. En ik heb altijd kapucijners met spek mee. Die zijn gemakkelijk klaar te maken en heerlijke kost voor onderweg." Daarnaast liggen de kastjes vol met brood, afbakbroodjes en chocola, veel chocola. "Je blijft 's nachts beter wakker als je zo af en toe (of vaker) chocola eet. Ik heb ook overal flessen water staan. Na een zeilwissel heb ik altijd enorme dorst en dan drink ik meteen zo'n fles leeg. Die zeilwissels zijn zwaar en vreten energie."





Het rondenvan de MN1-GZ2 bij Volendam



Black Magic Woman.



Baan 1 deelnemers in de sluis.



Stinkfoot, de Minitransat van Sander van Doorn.



Moshulu (X34) met Ronald Lettenmeijer.



KERN VAN DE 200 MYLS 'SOLO'

De 200 Myls 'SOLO' is een solozellevenement voor monohulls dat sinds 1996 elk najaar wordt verzeild. Het maximum aantal deelnemers is honderd schippers en evenveel jachten. De wedstrijd start op een woensdag tussen 7.00 en 10.00 uur en eindigt de zondag daarna. Op die dag moeten de deelnemers vóór 12.00 uur de finishlijn weer passeren.

De zeilers hebben de keuze uit vier banen van elk 200 mijl. De windkracht, -richting en het tij zijn doorslaggevend voor de keuze van de baan.

Onderweg dient iedere schipper in totaal minimaal 27 uur rusttijd te nemen, verdeeld over ten minste drie afzonderlijke periodes. Van die rustperiodes moeten ze er één voor anker liggend doorbrengen. Schuttijden tellen als rust. Van de vier banen hebben er twee een zilte route. Het totale wedstrijdwater beslaat het Markermeer, IJsselmeer, de Waddenzee en de Noordzee. De schippers strijden volgens een ruim geïnterpreteerd SW-handicapstelsel. De boten zijn tijdens de race uitgerust met een tracker, zodat de organisatie voortdurend weet waar de deelnemende schippers en hun boten zich bevinden. De race voldoet aan de veiligheidseisen van de ISAF. De Stichting 200 Myls 'SOLO' organiseert de wedstrijd zelfstandig en wordt bekostigd door inschrijfgeld en sponsoring.

De solozellwedstrijd is bedacht door Jan Luyendijk. Jan zocht naar een wedstrijd met meer uitdaging, een wedstrijd die zwaarder was, extremer en alles zou eisen van de deelnemers. En daar is Jan volledig in geslaagd.

“Uitdagend, zwaar, extreem en alles van de deelnemers eisend”

De 200 Myls is echt een wedstrijd.



Een makkie met dit weer

De weersvoorspellingen voor nu zijn zeer goed: oost 3 tot 4 Beaufort en overdag staalblauwe lucht met veel zon. 's Nachts is het helder, de maan zorgt voor de verlichting, maar het wordt wel koud. Het lijkt dus een makkie te worden, deze editie. Theo is het daar niet mee eens. Er gebeurt altijd wel wat, weet hij uit ervaring en 's nachts word je sowieso moe. Met dit weer is het bij hem voortdurend gennaker erop en gennaker eraf, inspannend en vermoeiend. Met weinig wind moet je veel uren maken om toch aan die 200 mijl te komen. Nee, dit wordt geen easy race. Ook afmeren voor rustperiodes en sluispassages kost energie. Die energie goed verdelen over de race, daar is hij bewust mee bezig en de fysieke vermoeidheid is het zwaarst.

“Twaalf jaar geleden, tijdens mijn eerste 200 Myls, was ik begin veertig. Toen liet ik de spi bij windkracht 5 gewoon staan, maar ik merk dat ik nu sneller zeil minder. Nu haal ik hem er onder die omstandigheden af. Ik zoek de grenzen niet meer zo op. Of mijn grenzen liggen nu wat minder ver, dat zou ook kunnen. Ik heb geen zin om doorvermoed in lastige situaties terecht te komen. Ik weet wat dat is en dat is niet leuk. Bij calamiteiten doe je in je eentje namelijk niet zo veel.”

Fysieke of mentale uitputting

Tijdens de race hebben we regelmatig contact en tijdens één van die gesprekjes komt Theo terug op wat nu het vermoeiendst is. Bij hem is dat, naast de fysieke inspanning en de vermoeidheid, overal pijn in het lijf na uren en uren zeilen. Een paar andere deelnemers vertelden dat ze zo bezig zijn met de waan van alle dag, dat de 200 Myls 'SOLO' een manier is daarvan los te komen.

Jeroen Paardekooper - Scanner 391, *Florijn* - heeft bijvoorbeeld een drukke baan, heeft zijn huis net verkocht en is bezig zijn nieuwe woning grootschalig te verbouwen. De eerste dag alleen aan boord kreeg hij tijd om na te denken en begon hij te tobben. Op de tweede dag was dat over en heeft hij zich volledig op het zeilen kunnen concentreren. En ervan kunnen genieten: “Wat een schitterende zeildag, ik vloog erover. Na een dag ben ik alleen nog maar met mijn boot en de elementen bezig. Heerlijk.”

Fanatiek

We treffen René Klaassen aan de steiger bij Kornwerderzand. Hij heeft net zijn eerste rusttijd achter de rug aan boord van zijn Dufour 425 GL *Mare*. Het is donderdagochtend 11 uur en René scharrelt wat rond in de roef. René is een rookie. Het kwam er niet van om eerder mee te doen aan de 200 Myls 'SOLO', maar hij wilde het al wel een tijdje. Na een aantal keren de 24-Uurs Race te hebben gevaren, wist hij het zeker: dit jaar doe ik mee. René heeft jarenlang hockey gespeeld op het hoogste niveau. Hij kwam vele keren uit voor Oranje en werd in 1990 wereldkampioen. Ook nam hij deel aan twee Olympische Spelen. Hockey ging altijd voor en zodoende had hij minder tijd om te zeilen. “Ik ben altijd al fanatiek geweest met sport, ik wil altijd winnen, ook met zeilen. Wanneer we met het gezin voor de lol een toertje zeilen, dan vaar



Alle deelnemers hebben een tracker bij zich.



Zo houdt Gert Jan Koele onderweg zijn race bij.

ik met boten in de buurt een wedstrijdje. Bij de 200 Myls 'SOLO' doe ik mee als toerzeiler, maar wil ik wel een optimaal resultaat behalen. De Line Honours prijs (de prijs voor de snelste deelnemer zonder rating; voor degene die als eerste over de finish komt) is alleen niet voor mij weggelegd."

Zijn race begon twee maanden vóór de start. Stukje bij beetje heeft hij zijn boot in goede conditie gebracht, zodat die zou voldoen aan alle veiligheidseisen. René heeft met een stuk of twaalf anderen gekozen voor baan 1, de baan over de Noordzee en het Wad. Vlak voor vier uur 's middags kwamen ze de sluis uit bij IJmuiden en dat was precies op het goede moment om met de stroom mee over de Noordzee naar Den Helder te zeilen. Ze hadden met z'n allen afgesproken in één keer door te gaan naar Kornwerderzand. Tot een uur of één 's nachts zou het tij gunstig zijn; dat moest dus net lukken. Onderweg van IJmuiden naar Kornwerderzand had René het zwaar. Zijn Dufour heeft een grote genua, die eigenlijk niet geschikt is om mee op te kruisen. Tussen Texel en de kop van Noord-Holland kreeg hij wind tegen stroom en inmiddels had hij zeker 22 knopen wind aan dek staan. Met een dubbel rif en een ingerolde genua is hij het gat doorgestamppt. De genua wilde hij eigenlijk niet inrollen, omdat deze daar niet goed tegen kan, maar hij had geen keus. De Waddenzee was ook zwaar, omdat de stroom er bijna uit was en de wind op weg van Oudeschild naar Kornwerderzand pal op de kop stond. "Gelukkig heb ik elektrische lieren, hoewel die steeds langzamer gingen draaien. De genua met de hand bedienen is geen doen, dus ik heb de motor aangezet om stroom op te wekken. Tot mijn schrik zag ik dat de diesel volgens de meter bijna op was. Voor de zekerheid heb ik vijf liter diesel in de tank gegooid, genoeg voor anderhalf uur stroomdraaien. Toen de accu's weer waren opgeladen, bleek de tank echter nog bijna helemaal vol te zitten."

Vast

Ze hadden met de club van Baan 1 afgesproken met z'n allen in één keer door te gaan. "Ik kwam alleen aan om half twaalf 's nachts. De rest heeft ervoor gekozen in Oudeschild te rusten. Toen ik door de sluis was, overwoog ik even om door te gaan naar Hindeloopen, want het waaide nog best lekker. Maar ik was ook moe. Vermoeder ook dan ik doorhad en ik liep vlak voor het havenhoofd vast. Ik kon geen kant meer op. Ik belde een vriend van me en die vertelde me dat op een paar honderd meter van mij vandaan nog een deelnemer lag. In het logboek dat alle schippers hebben gekregen, staan gelukkig alle telefoonnummers en ik belde Jaap Metzlar. Zijn *Pursuit* steekt wat minder diep dan mijn Dufour, dus dat moest kunnen. Gelukkig was hij bereid om mij los te trekken, zodat ik niet op die gevaarlijke plek mijn anker-rusttijd hoefde door te brengen."

René haalt altijd het uiterste uit zichzelf en de uitdaging van 200 Myls 'SOLO' trok hem aan. "Verplicht drie keer zeven uur rusten komt goed uit, want anders had ik van mijn vrouw niet mee mogen doen. Ze weet hoe ik ben,

namelijk dat ik doorga tot ik omval. Ik vind het mentaal niet zwaar, maar fysiek wel. Ik ben toch niet meer zo fit als vroeger. Dat doe ik volgend jaar zeker anders."

Mist en windstilte

Vrijdagochtend zit het potdicht, overall dikke mist met zicht van een paar meter. Iedereen ligt ergens te rusten en dat komt goed uit, omdat deelnemers tijdens mist dringend wordt afgeraden te gaan varen. In het noorden, bij Makkum, blijft de mist het langst hangen, maar om tien uur kunnen ook daar de trossen los. Donderdagavond zaten we bij Theo en Jeroen aan boord in Makkum. 200 Mylers mogen in de verenigingshaven van Makkum gratis overnachten. Zo ook in die van Hoorn, zo hoorden we later. Theo en Jeroen namen de rakken van de voorbije schitterende zeildag nog even door. Ze hadden genoten en niet zo'n beetje ook. Het gesprek kwam op de weersverwachting en die baarde hen zorgen. Tot zaterdagochtend 11 uur lijkt er wind te zijn en daarna is die op. Tot die tijd moeten de heren nog hun derde rustperiode nemen en veertig mijlen afleggen. Met de mist op vrijdagochtend een hele puzzel.

De winnaars

Om 13.25 uur op vrijdagmiddag gaat Bart Desauois met zijn J 133 *Batfish* als eerste over de finish. De Line Honours prijs is wederom voor hem. Al vijf keer in negen jaar sleept Bart deze prijs in de wacht. Wat een prestatie! Bart heeft een router -een coach op de wal - die hem letterlijk leidt, die hem vertelt wat hij moet doen en die aangeeft hoe zijn concurrenten presteren. Bart vaart puur op tijd. "Elk rak liep ik 8 tot 8,5 knoop en daarmee was ik vijf tot tien minuten sneller dan mijn concurrenten. Het waaide mooi in het begin van de race, dus ik wilde meteen zo veel mogelijk mijlen pakken. Aan het eind van de wedstrijd hoefde ik dus maar een paar korte rakken te zeilen, met telkens een rustperiode. In totaal heb ik 27 uur en 13 minuten gerust en dat is toch 13 minuten te lang. Planningsfoutje." Bart heeft onderweg vooral geleefd op Adventure Food. "Op het zakje staan streepjes en ik moet het zakje tot streepje negen vullen met heet water. Ik kan helemaal niet koken, maar dit lukt prima. Ook een hamburger bakken gaat goed en daar begin ik de dag dan ook mee." Sander van Doorn planeerde met zijn Minitransat 650 *Stinkfoot* over het IJsselmeer. Downwind is hij niet bij te houden en zeilt hij iedereen voorbij. "Wat een schitterend weertje en windje voor deze race. Ik heb heerlijk kunnen scheuren. Af en toe haalde ik in plane veertien tot vijftien knopen. Fantastisch." Op rating heeft Sander de 200 Myls 'SOLO' van 2015 glansrijk gewonnen. Een knappe prestatie deze eerste keer.

Race uit het boekje

Natuurlijk zijn de deelnemers bij aankomst vermoeid, maar het fantastische zeilweer maakte deze editie tot een race uit het boekje. Zo mooi hebben ze het nog niet meegemaakt. Een jubileumcadeautje. De meeste deelnemers leven alweer toe naar de volgende 200 Myls 'SOLO', eentje die vast veel zwaarder zal zijn. ●

Gerwin Brynooge op *Cerva*, een Comet 38s.

"Zeilwissels zijn zwaar en vreten energie"



ZES TIPS VAN BART DESAUNOIS

- 1 Zorg ervoor dat je boot op orde is en voldoet aan alle eisen. Veiligheid staat voorop.
- 2 Begin de week voorafgaand aan de race al met het bijhouden van de weerberichten en zie wat de tendens is. De ervaring leert: wanneer het de week voor de race mooi weer is, is de kans op slecht weer tijdens de race groot. En andersom.
- 3 Bekijk de banen vooraf en zeil ze vast meerdere keren in je hoofd.
- 4 Zorg ervoor dat je goed in je vel zit tijdens de race en verdeel je energie over alle dagen. De fysieke conditie is belangrijk.
- 5 Neem een router op de wal, een walcoach. Als je moe wordt, is nadenken lastig en rekenen vaak onmogelijk. Laat je dus goed begeleiden.
- 6 Neem voldoende eten mee aan boord: Adventure Food, salades en drinken. En chips, nootjes en bier voor na de wedstrijd.

Olivier Verhaar op *Gotscha*.

JUBILEUMBOEK

De 20ste editie is een mijlpaal. Speciaal hiervoor is een jubileumboek verschenen: 20 x 200 MYLS 'SOLO', maar niet alleen, door Klaas Smit. Het boek is te bestellen bij de uitgever Smit Publicaties, www.smitpublicaties.nl, voor €17,26 (incl. verzendkosten).

