

EEN MARKETEER SOLO OP DE FIETS NAAR ROME

Persoonlijk verslag van een ultrafietsstocht
van 's-Hertogenbosch naar Rome

BERGEN LIEGEN NIET



Inclusief

23 LEESTIPS

over marketing, leiderschap en persoonlijke ontwikkeling van de 'CMO of the Year 2022'

DORKAS KOENEN

Bergen liegen niet

Voor Mabel, Harm en Babette, mijn grote trots

∞

*Ter nagedachtenis aan mijn pappa
(Ton Koenen, 1944-2023)*

Bergen liegen niet

Een marketeer solo op de fiets naar Rome

Persoonlijk verslag van een ultrafietsstocht van 's-Hertogenbosch naar Rome

Dorkas Koenen

Auteur

Dorkas Koenen

Eindredactie

Janeke de Zeeuw

Uitgegeven door

BLN Publishing & Business Inspiration

Ontwerp cover

Anna Bruin

Vormgeving

Pencilpoint | creatief in vorm & inhoud, Woerden

Fotografie

Dorkas Koenen

Druk

Damen Drukkers, Werkendam

ISBN 978-90-5472-482-7

NUR 508/802

© 2023 Dorkas Koenen/BLN Publishing & Business Inspiration

Behoudens uitzonderingen door de wet gesteld, mag, zonder schriftelijke toestemming van de rechthebbende(n) op het auteursrecht, c.q. de uitgever van deze uitgave door de rechthebbende(n) namens hem (hen) op te treden, niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of anderszins, hetgeen ook van toepassing is op de gehele of gedeeltelijke bewerking. De uitgever is met uitsluiting van ieder ander gerechtigd de door derden verschuldigde vergoedingen voor kopiëren, als bedoeld in art. 17 lid 2, Auteurswet 1912 en in het KB van 20 juni 1974 (Stb. 351) ex artikel 16b, te innen en/of daartoe in en buiten rechte op te treden.

Voorwoord

In de zomer van 2021 ben ik, Dorkas Koenen, destijds 51 jaar, op de fiets van 's-Hertogenbosch naar Rome gereden. Solo. Een tocht van bijna vier weken, dwars door Europa. Meer dan 2.000 kilometer. Ruim 14.000 hoogtemeters. Bijna 120 uur fietsen.

Naar Rome fietsen is voor iedereen (fysiek) bereikbaar, maar bijna niemand doet het. En zeker niet alleen. De afstand, de route én de bestemming spreken enorm tot de verbeelding. Doordat ik de uitdaging alleen ben aangegaan, vlak na een heel impactvolle periode in mijn leven vanwege een scheiding, komt er bovendien nog een interessante dimensie bij. Na terugkomst merkte ik dan ook dat bijna iedereen die ik sprak er meer over wilde weten. Hoe bereid je je voor? Hoe rijd je nou precies? Wat neem je allemaal mee? Welke problemen kom je tegen? Mentaal? Fysiek? Verander je als mens nou door zo'n ervaring? Wat waren de moeilijke momenten? Wat was het hoogtepunt van de reis? Wat doet de enorme afstand met je? Voel je je eenzaam als je zo lang alleen onderweg bent? Was het soms niet uitzichtloos? Heb je het als saai ervaren of juist als heel leuk? Werkt zo'n ultrafietsstocht wel als middel voor persoonlijke reflectie? En wat heb je eigenlijk geleerd over jezelf? Heeft het überhaupt iets opgeleverd? En wat dan precies?

Van diverse kanten is me aangeraden om mijn verhaal op papier te zetten. Om het vorm te geven in een reisverhaal, met alle kwetsbaarheid die daarbij hoort. De afgelopen maanden heb ik daaraan gewerkt. Daarvoor heb ik één belangrijke drijfveer: ik heb de overtuiging dat ik door het delen van mijn verhaal over deze ultrafietsstocht mijn eigen leven meer betekenis kan geven. Voor mijn kinderen, voor mijn familie en voor mijn vrienden. Maar misschien ook voor mensen die privé wat verder van me af staan of die ik helemaal niet ken.



Als titel heb ik gekozen voor *Bergen liegen niet*, naar een uitspraak van een voormalige Italiaanse profwielrenner gedaan, boven op een berg in de Apennijnen. Een zinnetje dat me trof als een mokerslag. Het vatte in drie woorden samen wat ik tot dat moment aan den lijve had ervaren; een ultrafietstocht geeft je alles terug. Je kunt je niet verstoppen. Je moet de confrontatie met jezelf aangaan, of je nu wilt of niet. Er is geen keuze. Met elk compromis dat je onderweg met jezelf sluit, word je uiteindelijk (toch) geconfronteerd. Een gemakkelijke weg is er eenvoudigweg niet, zeker niet wanneer je alleen op pad bent. Steun vragen aan iemand anders kan niet. Maar iedere keer dat je letterlijk óf figuurlijk een hindernis overwint, is er het unieke gevoel dat je jezelf hebt overtroffen. Dat maakt de ervaring zo waardevol.

Ik vertel mijn verhaal in de vorm van drie leesroutes. Dat is wat *Bergen liegen niet* maakt tot een publicatie die uitsluitend en alleen door mij geschreven kan zijn; de mens én de (marketing)professional. In elk hoofdstuk beschrijf ik mijn persoonlijke ervaring op die bewuste fietsdag. Ik neem je mee in de dingen die ik beleef en in de persoonlijke transformatie die ik doormaak tijdens deze ultrafietstocht. Dit vormt de hoofdroute in dit boek. Per hoofdstuk wordt dat aangevuld met een korte beschrijving van de gefietste etappe, voorzien van een aantal feiten en weetjes: de tweede leesroute. Tot slot verbind ik, voor wie daarin geïnteresseerd is, vanuit mijn vak als marketeer in een derde leeslijn per etappe een professionele opinie of observatie met het verhaal van mijn reis, onder de noemer 'Door het oog van de marketeer'. Iedereen die mijn boek leest, krijgt hiermee een mooi gelaagd beeld van wat zo'n bijzondere reis vraagt, maar vooral ook wat het oplevert. Of niet.

Het wordt openhartig, ontwapenend, met pijn, soms rauw, maar zeker avontuurlijk. Spring dus achter op mijn bagagedrager en ga mee op reis!

Dorkas Koenen

September 2023

Inhoud

Algemene routebeschrijving	9
Colosseo	11
Deel I. Redenen	13
Proloog	15
1. Plan	19
2. Gewicht	25
3. Loreley	33
4. Generaal	41
5. Genieten	47
6. Overvloed	53
7. Ongeluk	61
8. Loslaten	67
Deel II. Ervaringen	73
9. Sleutel	75
10. Winter	83
11. Slapen	89
12. Twijfel	95
13. Dalen	105
14. Tegenwind	111
15. Pech	117
16. Beweging	125
Deel III. Inzichten	131
17. Bergen	133
18. Luxe	145
19. Verlies	153
20. Verbinding	159
21. Vrijheid	171
22. Afstappen	177
23. Arrivata	185

Epiloog	197
Nawoord	199
Dankwoord	205
Literatuurlijst	207
Over de auteur	209
Routekaarten	211

Algemene routebeschrijving

Een ultrafietstocht die tot midden Italië grotendeels over goed begaanbare fietspaden en rustige ‘landbouwwegen’ loopt. Na een start door de vlakke Nederlandse Peel en een staartje van het Ruhrgebied, wacht in de uitlopers van de Eiffel al snel wat meer geaccidenteerd terrein. Dit wordt gevolgd door een paar dagen licht glooiend landschap, waarbij grotendeels langs de redelijk vlakke loop van de rivieren de Rijn en de Neckar wordt gereden. Onderweg ligt de leuke universiteitsstad Heidelberg. Na weer wat serieus klimwerk in de buurt van Schwäbisch Hall wordt al snel de derde grote waterweg overgestoken: de Donau. Vervolgens loopt de route langs Augsburg door Beieren via Garmisch-Partenkirchen richting de Alpen. Via achtereenvolgens de Buchener Höhe, het Inntal, het Oberinntal en de Passo di Resia (of in het Duits Reschenpass) wordt door Oostenrijk, via een klein stukje Zwitserland om zo een drukke provinciale weg te vermijden, de grens met Italië bereikt. Meer dan duizend kilometer van huis zit de helft van de trip er dan bijna op (in kilometers althans).

Na twee dagen in het betoverende Zuid-Tirol en later Trento, met uiteraard het Lago di Garda, wacht ‘de stad van de liefde’: het wonderschone Verona. Hierna moet de haast eindeloze Povalakte doorkruist worden, genoemd naar de rivier met dezelfde naam. Na het passeren van de steden Ferrara en Bologna, beide zeer de moeite waard en dienend als voorportaal van de Apennijnen, volgt de inspirerende oversteek van deze ruige, betoverende bergketen richting Toscane met zijn wereldberoemde hoofdstad Florence. Via de schitterende valleien en steile heuveltjes van de Chianti en later Zuid-Toscane gaat de route daarna, ver voorbij het middeleeuwse Siena, langs de majestueuze Monte Amiata richting het grootste kratermeer in de buurt van Rome: Lago di Bolsena in de provincie Lazio. Vandaar is het nog maar ruim honderd kilometer tot aan de stadsgrens. Via het Lago di Vico en het Lago di Bracciano leidt uiteindelijk een modern fietspad langs de Tiber rechtstreeks naar het historische centrum van de Italiaanse hoofdstad. Tussen het drukke Romeinse stadsverkeer door wordt uiteindelijk het Piazza del Colosseo bereikt. Het eindpunt van deze bijzondere reis.

Kengetallen

Reiskilometers:	2.065
<i>(netto, zoals geregistreerd tijdens de 23 etappes, dus exclusief ritjes naar de supermarkt, de zoektocht naar hotels, andere uitstapjes én per abuis niet geregistreerde fietskilometers)</i>	
Hoogtemeters:	14.192
Dagen onderweg:	25
Dagen op de fiets:	23
Aantal uren actief op de fiets:	116 uur en 25 minuten
Langste etappe in kilometers:	176
Langste dag <i>(netto fietstijd)</i> :	9 uur en 16 minuten
Kortste etappe in kilometers:	52
Kortste dag <i>(netto fietstijd)</i> :	2 uur en 43 minuten
Hoogte etappe met de meeste hoogtemeters:	1.584
Hoogte etappe met de minste hoogtemeters:	115
Aantal calorieën verbrand <i>(actief)</i> :	57.427
Liters water:	65,25
Aantal Dextro-tabletten:	121
Aantal Mars-repen:	34
Liters Coca-Cola:	13,5
Aantal dagen droog:	12
Aantal dagen regen:	9
Aantal dagen hagel en sneeuw:	2

Bronnen: Garmin Edge 830, eigen notities, periode tussen 28 juni en 22 juli 2021.

Colosseo

“Signore, le farò la questa foto speciale?” (“Meneer, zal ik deze bijzondere foto voor u even maken?”) Een bewaker in een modieus blauw uniform komt met een vrolijk gezicht naar me toegelopen. Ik knik enthousiast. Natuurlijk wil ik dat dit bijzondere moment wordt vastgelegd op de gevoelige plaat. Het is me namelijk gewoon gelukt! Met mijn fiets sta ik hier. Pontificaal. Voor het Colosseum. Midden in Rome. Aan het Forum Romanum. Vlak voor de ingang. Ik ben trots op mezelf. De automobilisten keken me net best een beetje vreemd aan, toen ik een paar minuten geleden op deze plek arriveerde. Zo vaak zien ze hier blijkbaar geen langeafstandsfietser solo zijn weg zoeken door het hectische stadscentrum. Maar vanaf het begin van dit avontuur stond voor mij vast dat dit indrukwekkende Flavische amfitheater mijn ‘officiële’ finishplek zou worden. Het eindpunt van mijn reis. Door Europa. Maar zeker ook ‘door mezelf’. Van die keuze heb ik geen spijt. Het zevende wereldwonder, met een omtrek van meer dan een halve kilometer, is een fantastische achtergrond om dit voor mij zeer speciale moment te vereeuwigen.

Wat een reis eigenlijk. Elke meter tussen mijn huis en Piazza del Colosseo heb ik helemaal zelf gefietst, zonder trapondersteuning, op een klein intermezzo in de buurt van Verona na. Toen had ik even serieuze materiaalpech. In totaal heb ik, volgens mijn eigen inschatting, ongeveer 500.000 keer de pedalen rond getrapt om hier ter plaatse aan te komen. Met aan het begin een eindeloze serie etappes door Duitsland. In de stromende regen, ondanks de zomerperiode. Vooraf had ik er zeker niet op gerekend dat ik de eerste anderhalve week bijna elke avond mijn fietsschoenen zou moeten droogföhnen op mijn hotelkamer. Of dat ik mezelf langs de kant van de weg zou moeten omkleden om me zo te ontdoen van weer een setje drijfmatte kleding. Soms tot wel drie keer toe op één dag...

De kudde schapen waarin ik plotseling verzeild raakte na een onoverzichtelijke bocht tijdens een afdaling in de buurt van Castell’Azzara, stond ook niet in mijn plan. Ondanks mijn stuurmanskunsten en een succesvolle slalom langs de eerste exemplaren, crashte ik uiteindelijk toch in een droge greppel. Gelukkig bleef de schade beperkt tot wat geschrokken schapen, een paar schrammen op mijn onderbeen en een lekke voorband. Die heb ik daarna snel gerepareerd met hulp

van een aardige herder. Na een lunch met brood en verse pecorino kon ik weer moeiteloos door. Datzelfde ging niet op voor de Zwitserse fietser die ik een paar dagen daarvoor toevallig ontmoette, in de bloedhitte, zittend in de schaduw achter een grote cipres waartegen ik zelf wilde gaan afwateren. Het ging niet goed met hem. Een paar sachets magnesiumpoeder, water en een aantal Dextro-tabletten hielpen onvoldoende om hem weer op te kalefateren. Uiteindelijk moest er zelfs een ambulance aan te pas komen...

In totaal kostte het mij 23 fietsdagen om hier aan te komen; op Piazza del Colosseo. In goede gezondheid. Door de mooie etappes in de provincies Toscane en Lazio werkte deze ultrafietstocht op een plezierige manier toe naar zijn hoogtepunt. Na bijna 7.000 minuten fietsen mag ik dat hier nu beleven. Geweldig.

Glimlachend pak ik mijn mobiel weer aan. De memorabele foto is gemaakt. Eerst maar eens even het thuisfront informeren...

Piazza del Colosseo

Rome

Donderdag 22 juli 2021

15.32 uur

Deel I. Redenen

's-Hertogenbosch-Augsburg (818 kilometer)



Proloog

Een ultrafietstocht. Dat is voor mij de beste omschrijving voor een reis per fiets van meer dan 2.000 kilometer. Waarom begin ik daar überhaupt aan? Al die dagen op een fiets. Samen met een telefoon, een Garmin voor de navigatie, een bankpas, mijn paspoort en een paar tassen met bagage. Naar Rome. Dwars door Europa. Berg op, heuvel af. Eindeloze kilometers langs rivieren en groene weides. Door bossen, gehuchtjes, dorpen en steden. In de regen, tegen de wind in of juist zuchtend onder de zinderende hitte en de felle zonneschijn. Met misschien ook tegenslag onderweg. Een verkeerde route, materiaalpech, een wegafsluiting, ziekte, een blessure, een onverwachte regenbui of een dag waarop ik voel dat mijn benen gewoon niet goed genoeg zijn. Dat zijn zomaar voorbeelden van dingen die me kunnen overkomen tijdens deze reis. Die gaat voor mij grotendeels over onbekend terrein. Letterlijk en figuurlijk. Een meerdaagse fietstocht door diverse landen heb ik nog niet eerder gemaakt.

Deze trip ga ik helemaal alleen fietsen. Solo. Zonder gezelschap. Dagen achter elkaar op pad met enkel mezelf. Urenlang. Dagenlang. Nachtenlang. Niemand die ik tussendoor even om raad kan vragen. Of van wie ik onderweg wat steun krijg. Niemand dus aan wie ik me kan optrekken, of die op zijn minst een beetje begrip heeft voor wat ik allemaal ga meemaken. Niemand op wie ik kan leunen bij al die praktische zaken die onderweg ook nog geregeld moeten worden. Elke dag weer. En niemand die even een stukje met me meefietst, aan het einde van de dag op me wacht of die me een knuffel geeft na een van de moeilijke momenten die mij ongetwijfeld te wachten staan. Waarschijnlijk meer dan ik vooraf heb bedacht.

Na de eerste paar dagen, wanneer iedereen om me heen nog betrokken zal zijn, wacht mij als langeafstandsfietser enkel nog oorverdovende stilte. Een stilte die mij als persoon met het verstrijken van de dagen helemaal zal omringen. Veelal in combinatie met een vorm van tijdloze eenzaamheid en serene rust. Mijn enige vaste gezelschap zullen de kilometers wegdek zijn, met asfalt, grind en zand, dat dagenlang in allerlei verschillende vormen eindeloos onder mijn banden door zal glijden. Daarbij zal ik – gelukkig – met een ijzeren regelmaat begeleid worden door mijn ademhaling, in combinatie met de alsmat repeterende beweging van mijn benen die onophoudelijk de trappers rond zullen blijven duwen. Seconde na



Fietspad nabij Salurn (Salorno).

seconde. Minuut na minuut. Uur na uur. Dat heb ik een paar maanden terug allemaal al mogen ervaren tijdens mijn voorbereidingsstocht langs de Nederlandse kust.

Wat bezielt mij toch om op 51-jarige leeftijd in de zomer van het jaar 2021 alleen aan zo'n ultrafietsstocht naar Rome te beginnen? Is dat enkel de sportieve uitdaging? Ik ben een redelijk geoefende fietser. Fietsconditie heb ik zeker. Ervaring ook. Naar verwachting vormen met name de lengte én de duur van de reis een uitdaging voor me, zeker in combinatie met de tijdsdruk die ik heb. In vier weken moet ik uit en thuis zijn. Daarbij moet ik bijna net zo veel hoogtemeters overwinnen als een beroepswielrenner tijdens de Tour de France. Alleen in mijn geval worden de bagage en het reservemateriaal overdag niet alvast door een touringcar naar de volgende plek vervoerd. Die spullen moet ik zelf meenemen. Dag na dag.

Sportief wordt het zeker een mooi avontuur. Maar dat is niet de enige drijfveer voor mij om aan deze ultrafietstocht te beginnen. De reis naar Rome beschouw ik ook als een uitstekende manier om mezelf voor een flinke periode los te kunnen maken van de hectiek van alledag; van mijn zakelijke verplichtingen, maar ook van mijn zorgtaken als ouder. Een vorm van sportieve meditatie dus, waarmee ik fysiek en mentaal de ruimte kan creëren om nieuwe, frisse levensenergie op te doen. Om inspiratie te vinden voor iets wat ik beschouw als de tweede helft van mijn leven.

Na een bijzonder turbulente periode privé heb ik daar behoefte aan. Is daar misschien zelfs ook wel enige noodzaak toe. Ongeveer drie jaar geleden is in een periode van circa zes maanden veel verdwenen waarvoor ik meer dan twintig jaar lang heb geleefd en gewerkt. Weg levenspartner. Weg gezin. Weg kinderen elke dag om me heen. Weg thuis. Weg huis. Weg basis. Weg zekerheid. Weg perspectief op een redelijk zorgeloze toekomst. Zelf heb ik natuurlijk een heel significant aandeel gehad in het feit dat ik dat allemaal ben kwijtgeraakt, maar desondanks heeft het me toch enorm geraakt. Daarvoor heb ik tot nu toe eigenlijk nog niets in de plaats gekregen. Ofschoon ik gelukkig al wel heb mogen kennismaken met een mooie nieuwe liefde, die op dit moment jammer genoeg weer geëindigd is.

Door mijn scheiding en alles wat er daarna gebeurd is, zoek ik opnieuw naar de juiste richting in mijn leven. Er ligt als het ware een blanco blad voor me. Daarop wil ik weer een paar contouren schetsen voor de jaren die gaan komen. Mijn hoofd en hart moeten daarvoor weer verbonden worden. Of misschien juist andersom. Misschien moet ik eindelijk eens gaan ervaren wat het is om me in eerste instantie te laten leiden door mijn hart en mijn gevoel, en dat daarna pas met mijn hoofd te verbinden. De tijd, de ruimte, de rust en de ervaringen van een ultrafietstocht moeten me daarbij gaan helpen. Maar zeker ook de weerstand, de ontberingen die ik tijdens die trip ga tegenkomen. De tegenspoed. De mindere momenten. Dat ik er even flink doorheen zit. Juist de weerstand die ik ga ervaren, moet me inspireren om met de tijd weer dicht(er) bij mezelf te komen. Zelf kan ik de levenswijsheden nu eenmaal niet uit boeken halen. Ik moet dingen persoonlijk beleven en doorleven. Pas dan bekliven ze bij mij.

Dat alles bij elkaar is dus mijn reden om alleen op de fiets te stappen, met als einddoel Rome. Vanzelfsprekend weet ik op dit moment nog helemaal niet wat ik allemaal ga tegenkomen onderweg. Zelf ben ik daarom misschien nog wel het meest nieuwsgierig naar de komende weken en hoe ik die ga ervaren...

“Lo vedremo. Leggi con me?”

(“We gaan het zien. Lees je met me mee?”)

's-Hertogenbosch, 27 juni 2021

1. Plan

Daar staat hij dan, voor mijn huis, op een verzwaarde standaard. Mijn fiets van het merk Tout Terrain, speciaal voor lange afstanden. Met vier fietstassen, een stuurtas, twee bidons en een bevestigingspunt voor de Garmin, mijn navigatiesysteem. Hij schittert in de ochtendzon door zijn opvallende kleur. Klaar om te vertrekken. Dit is hopelijk mijn trouwe metgezel voor de komende dagen. Gepoetst. Bepakt. Technisch helemaal nagekeken. Mijn jongste dochter Babette en mijn zoon Harm zijn speciaal opgestaan voor dit moment. De oudste van de drie, Mabel, heb ik gisterenavond via Facetime gesproken. Zij zit na haar eindexamen een paar maanden op Curaçao. Het feit dat ik mijn kinderen nu voor een tijdje achterlaat, doet me wat. Zij waren de afgelopen drie moeizame jaren voor mij de belangrijkste ankers. Natuurlijk zijn ze in goede handen bij hun moeder. Toch zal ik ze enorm missen. Na een lange groepsknuffel en de afspraak dat ik ze zo vaak mogelijk zal bellen, stap ik op. Snel rijd ik de straat uit. Zo zien die twee mijn tranen niet. Het avontuur is begonnen.



Datum: 28 juni 2021

Etappe 1: 's-Hertogenbosch-Roermond-Düren

Beschrijving route: Langs de Zuid-Willemsvaart loopt de route meteen richting het zuiden, de dominante rijrichting voor de komende weken. Na een kilometer of veertig is De Grote Peel het eerste nationale park dat doorkruist wordt op deze reis.

De veelal rechte wegen langs de vaarten, die allemaal met de menselijke hand zijn uitgestoken vanwege de turf, zorgen voor een vlot fietstempo. De natuur is hier mooi in de vroege zomer. Via het Leudal wordt het stadscentrum van Roermond bereikt. Iets verderop, bij Herkenbosch, ligt na ruim 120 kilometer fietsen de Nederlands-Duitse grens. Tot dit moment is merkbaar dat de openbare ruimte echt ingericht is op fietsers. Daarna gaat de weg geleidelijk over in een – weliswaar goed onderhouden – grindpad, dat vrij nauwgezet de bedding van het riviertje de Rur volgt. Meanderend door een verrassend idyllisch landschap, via groene velden vlak langs allerlei Duitse dorpjes, loopt deze landweg bijna helemaal door tot aan Düren. Dat is het eindpunt van de eerste

etappe. Deze plaats, met een geschiedenis die teruggaat tot ver voor de Romeinse tijd, heeft zijn naam misschien wel te danken aan het feit dat het in het jaar 748 door de Frankische koning al erkend werd als stad (= Villa Duria).

Kilometers: 176

Gemiddelde snelheid: 19,2 kilometer per uur

Netto fietstijd: 9 uur en 16 minuten

Hoogtemeters: 323

Eten en drinken onderweg (09-19 uur):

6 bidons water (van elk 0,75 liter)

1 omelet met ham en kaas, en drie sneeën brood

2 Mars-repen

4 Dextro-tabletten

2 glazen Coca-Cola (à 0,33 liter)

Calorieën verbrand (actief): 4.202

Moeilijkheidsgraad (1-10): 2

Landschap (1-10): 3

Overnachting: Der Schwan***

De eerste vijftig kilometer rijdt een vriend met me mee. Op die manier word ik toch een beetje op weg geholpen. Maar op ongeveer een uurtje fietsen van Roermond draait ook hij om. Nu ben ik echt alleen. Het weer is intussen veranderd van lekker zomers in een aaneenschakeling van stortbuien. In korte tijd ben ik helemaal nat geworden. Ik heb een enorme hekel aan fietsen in slecht weer. Op een droog moment verwissel ik ergens langs de weg, vlak voor het dorpje Haelen, mijn bovenkleding en mijn sokken. Het irriteert me dat ik daarvoor twee tassen grotendeels moet uitpakken. Dat is echt niet handig. Daar moet ik later eens naar kijken.

In de voorbereiding op deze ultrafietstocht heb ik me uitgebreid georiënteerd. Wat staat me ongeveer te wachten? Wat moet ik allemaal meenemen? Wat niet? Hoeveel kilometer kan ik per dag gemiddeld rijden? Zijn er rustdagen nodig? En zo ja, wanneer dan? Hoe loopt de meest handige route, met de juiste balans tussen inspiratie, ontspanning en inspanning? En de belangrijkste vraag: Waar steek ik de Alpen over? Kom ik daarvóór ook al flinke beklimmingen tegen? Hoe

passeer ik de Apennijnen? Pak ik uiteindelijk, vanuit het noorden bezien, de 'linkerroute' door Italië, langs Venetië, Perugia en Assisi? Of rijd ik toch via Florence en Siena, wat aan het aantal hoogtemeters te zien een stuk zwaarder is? Hoe deel ik eigenlijk mijn dagen in? Wat is de beste voorbereiding tegen de zon en de warmte? En tegen de regen? Met dat laatste heb ik niet echt rekening gehouden. Ten onrechte, zoals vandaag direct al is gebleken.

Mijn plan is op hoofdlijnen duidelijk: ik wil binnen vier weken in Rome arriveren. De route die ik heb gepland, past bij die ambitie. Dwars door Duitsland fiets ik naar Oostenrijk. Tijdens die etappes kan ik wat extra tempo maken, zodat ik daarna iets flexibeler ben met mijn tijd. Misschien heb ik dat dan ook wel nodig. Ik kies bewust voor een niet al te moeilijke passage door de Alpen. Maar eenmaal in Italië wil ik wel via Toscane rijden, ondanks de hitte en het feit dat daar flink wat onbekende hoogtemeters op me wachten. Het landschap en de steden in die regio trekken me namelijk het meeste aan. Dat betekent dat ik over alle dagen gemeten gemiddeld tussen tachtig en negentig kilometer per dag moet fietsen, met af en toe een uitschieter naar boven. Er zullen immers ook dagen zijn dat ik die afstand niet haal. Of dat ik vanwege het weer helemaal niet kan fietsen. Het kan de komende weken bloedheet worden.

De route heb ik verdeeld in 25 etappes. Dan is er op een totaal van maximaal vier weken ('uit en thuis') ook ruimte voor een paar rustdagen. Die ritten zijn in detail uitgewerkt en daarna opgeladen in mijn Garmin. Daarbij heb ik ervoor gekozen om zo veel mogelijk over fietspaden, gravelstroken en/of kleine(re) weggetjes te rijden. Dat zorgt af en toe voor wat extra kilometers, maar mijn indruk is dat dat ten goede komt aan de beleving van de totale tocht. Daarnaast is het goed voor mijn veiligheid. Die wegen zijn immers wat rustiger. Niet voor niets heb ik voor alle zekerheid achterop nog een radarverklikker gemonteerd (ook van Garmin). Die geeft een duidelijk (piep)signaal bij verkeer dat me ongezien van die kant nadert. Op een paar plekken heb ik de route bewust om mijns inziens onnodige 'barrières' (lees: heuvels en bergen) heen geleid, terwijl ik tegelijkertijd wel geprobeerd heb om de hele tocht zo aantrekkelijk mogelijk te houden. Per etappe is mijn streven om niet uit te komen boven 1.500 hoogtemeters. Met achttien kilo bagage, anderhalve kilo vocht (het gewicht van volle bidons wordt voor het gemak vaak vergeten), een relatief zware fiets én mijn eigen gewicht is dat een prima streven.



Nationaal Park De Grote Peel nabij Griendtsveen.

Mijn dagindeling wil ik zo veel mogelijk gelijk houden. Voor de regelmaat. Zo'n tocht vereist waarschijnlijk discipline, zeker na verloop van tijd. Met mezelf maak ik de afspraak dat ik elke dag tussen 08.00 en 09.00 uur vertrek. Idealiter kom ik rond 17.00 uur aan op de eindbestemming van die dag. Tussen 12.00 en 13.00 uur is er dan ruimte voor een lunch. Ik kies ervoor om onderweg niet te kamperen. Al die kampeerspullen betekenen namelijk extra gewicht. Te veel kilo's meenemen kost me waarschijnlijk tijd, want dat gaat ten koste van mijn gemiddelde snelheid – omhoog, maar ook op het vlakke. Tijd die ik later misschien hard nodig heb om mijn doel te halen binnen de vier weken die ik daarvoor kan nemen. Bovendien verwacht ik dat mijn lichaam met het vorderen van de reis de luxe van een goed hotelbed wel kan waarderen. Misschien wat minder romantisch voor zo'n fietsreis, maar het overkoepelende plan staat vooral in het teken van het halen van mijn doel.

In dat kader is de eerste klap een daalder waard. Bij het passeren van Roermond rijd ik bewust in een flink tempo door. Ik wil geen tijd verspillen aan het bezoeken van het leuke historische centrum. Is het misschien een beter idee om vandaag zowel etappe één als etappe twee in één keer te fietsen? Dan ben ik meteen een dikke 170 kilometer verder. Dat is ongeveer acht procent van het totaal aan kilometers. Ik weet niet precies waarom, maar die gedachte geeft me ergens een goed gevoel. Ik versnel nog een beetje.

Als ik even later de grens met Duitsland passeer, begint het avontuur in mijn beleving pas echt. Niet in de laatste plaats omdat ik vrijwel meteen ervaar dat het best moeilijk is om een zwaarbeladen tweewieler in evenwicht te houden over paden met een ondergrond van nat grind en veel bochten. Mijn navigatie geeft exact aan hoelang ik erover doe voordat ik arriveer bij het hotel dat ik heb geboekt. Heel handig. Tussen de buien door heb ik tijd om te pauzeren op een bankje aan de Rur. Zo kan ik nog een paar stralen zon meepakken. Overigens is het grote industriegebied bij onze oosterburen (het Ruhrgebied) niet genoemd naar dit lieflijke stroompje, maar naar een zijrivier van de Rijn (de Ruhr) die ontspringt in de buurt van het skidorp Winterberg in Sauerland.

Iets voor 19.00 uur arriveer ik, geheel volgens plan, bij het eerste hotel van deze reis. Een typisch Duits stadshotel. Vitragegordijntjes, kledjes op de tafels, veel donker hout binnen, *sauber und pünktlich*. De aardige receptioniste vertelt me terloops dat het vandaag de een-na-laatste dag is dat het hotel geopend is. Het wordt verbouwd en krijgt een andere eigenaar. Daar is als gast nog helemaal niets van te merken. Alles is volledig operationeel, van de receptie tot en met de keuken, die ruim een uur later een heerlijke *Schnitzel mit Pommes* op tafel tovert. Geen bijzonder gezond voedsel tijdens een fietstocht, dat weet ik, maar ik had me voorgenomen om in ieder geval de eerste dag een traditioneel Duits maal te verorberen. Buiten stroomt de regen inmiddels langs de ramen: een zomeravondbui die in alle hevigheid is losgebarsten. Bezorgd check ik mijn mobiel. Het ziet er voor morgen ook niet heel best uit. Over een uur of tien ga ik ervaren of dat echt zo is.



#1. Door het oog van de marketeer

Alles start uiteindelijk met een goed plan. Op hoofdlijnen. Met heldere doelen, duidelijke keuzes, prestatie-indicatoren (KPI's), afspraken over hoe daar te komen en een dashboard om de voortgang en later de realisatie te monitoren. Een goed marketingplan hoeft niet uitgebreid te zijn, als het maar wel compleet is. In de praktijk wordt er door



marketeers maar weinig tijd besteed aan het maken van een gedegen planning. Oorzaken zijn vaak: i. tijdsdruk, ii. het feit dat marketing primair als een uitvoerend vak wordt gezien, vreemd genoeg ook door marketeers zelf, iii. een bijna natuurlijke focus op kortetermijnacties van diezelfde beroepsgroep, en/of iv. de simpele constatering dat er ook vaak niet om gevraagd wordt door andere *stakeholders*. Een gedegen planning garandeert echter dat een marketingstrategie gedisciplineerd kan worden uitgevoerd. Juist daardoor blijft er bijvoorbeeld genoeg tijd over om de markt en de concurrentie (scherp) in de gaten te houden en daarmee tijdig te reageren op hun acties. In *Strategische marketingplanning* (2020) geeft Karel Jan Alsem een prachtig handvat voor het plannen van het strategische marketingproces. Met duidelijke stappen, zodat eigenlijk geen enkele marketeer nog een excuus heeft om niet planmatig te werk te gaan.