

Wilnisser Roland Heijzen beklimt ijskoude berg McKinley

Wilnis - Het kan verkeren. Waar de Rondeveners en de rest van Nederland zich al weken in een zomerse omgeving weten met ongewoon hoge temperaturen voor de tijd van het jaar, maakt Roland Heijzen (45) zich op voor een 'tracking' expeditie naar de top van de koudste berg van Noord-Amerika, de Mount McKinley, ook wel 'Denali' genoemd (6.194 m) nabij de poolcirkel. Daar heersen temperaturen van minimaal 40 graden onder nul. Maar daar kiest hij zelf voor. Dat is zijn sport. Hij heeft van kinds af aan altijd wat gehad met stoere en actieve buitensporten, zoals snowboarden, fietsen en met name 'tracking' door ruw terrein en de natuur. 'De bergen in' is daaraan in ruime mate gekoppeld. Begin september 2005 stond hij met een expeditie op de top van de Mont Blanc en in mei 2006 maakte hij in Nepal deel uit van de Mera Peak Expeditie om de hoogste top volgens een trackingspoor te beklimmen. Ook nam hij deel aan de Jungfrau Marathon in Zwitserland. Let wel, hij is geen 'bergbeklimmer' in die zin van het woord, maar 'tracker' waarbij een uitgezette route wordt gevolgd.

Met een klein team gaat hij nu volledig selfsupported de Mount

McKinley in Alaska, ook wel de diepvrieskist genoemd, beklimmen. Hij doet dat samen met Wilco van Rooijen, een in velerlei sportief opzicht 'professionele avonturier' die woonachtig is in Utrecht. Wilco beklom de hoogste toppen van de Alpen en de Himalaya, doorkruiste heel Afrika en 15.000 km dwars door de zinderende 'outback' van Australië. Hij bereikte bovendien op eigen kracht zowel de geografische Noord- als Zuidpool en in 2004 de top van de hoogste pool, de Mount Everest zonder extra zuurstof. Hiermee is Wilco een van de weinige mensen op aarde en de eerste Nederlander die de drie polen op zijn naam schreef. Marjan Kingeman is het tweede lid van de kleine expeditie met veel ervaring in bergachtig terrein. Het drietal vertrekt op 4 mei a.s van Schiphol richting Anchorage in Alaska waarna zij met hun uitrusting op 6 mei door een speciaal toegerust vliegtuig op de gletsjer aan de voet van de berg zullen worden afgezet. De tocht naar boven en beneden duurt drie weken en als alles goed gaat arriveert men op 30 mei weer op Schiphol.

Kick

"Het is een hele uitdaging, maar

daar kick ik op," zegt Roland, die al druk bezig is om voorbereidingen voor de reis te treffen. Hij beoefent zijn sport (nog) zonder sponsors en financiert zijn tochten zelf. In het dagelijkse leven is hij business consultant bij Logica CMG, een van de grootste ICT dienstverleners van ons land. "Er is wel een basiskamp in Nederland dat ons ondersteunt.

Niels Koekkoek, vriend en mede expeditiegenoot van Wilco, houdt met ons contact via satellietcommunicatie. Na elk contact met ons gaat hij de weblog weer updaten. De route stippelen we uit via GPS Trackmaker met behulp van foto's in Google Earth. Deze expeditie vindt plaats onder de vlag van 'NaarNieuwe-Hoogte' expeditiereizen en onder de bezielende leiding van Wilco van Rooijen. "Het zal duidelijk zijn dat je een dergelijke expeditie niet zonder gedegen voorbereiding kunt doen. Je moet goed getraind zijn, aange-

paste kleding hebben, ter plaatse logistieke voorbereidingen treffen en je lichaam laten acclimatiseren. Roland: "Je moet elke keer op een bepaald punt in de route een kamp opzetten en een voorraad eten achterlaten. Van daaruit ga je steeds verder naar de top. Daar moet een systeem in zitten want je kunt niet voortdurend alles meenemen. Dat is veel te zwaar. Dit keer nemen we per persoon maar zo'n 65 kg aan bagage mee. In Nepal sjuowden we 600 kilo aan bagage en eten mee. Maar daarvoor hadden we dan ook dragers die met ons meegingen." Roland sport zo'n vier keer in de week intensief en doet veel om zijn conditie op peil te houden. Zijn partner, Miranda Braat, is hem daarbij een grote steun. Zij werkt bij PK Sport in Vinkeveen en ontwikkelt voor haar Roland de trainingschema's. Heel belangrijk is eten en drinken onderweg naar de top. Omdat het lichaam dagelijks zo'n vier à vijfduizend calorieën per dag 'verbruikt' moet dat natuurlijk ook aangevuld worden. De expeditie heeft daarom veel pasta's en gevriesdroogde producten bij zich. "Elk avontuur is weer een uitdaging en elke uitdaging is moeilijk. En er komt een keer een tijdstip waarop je jezelf tegen komt, want je weet van te voren niet waaraan je begint. Daarom moet je de fysieke en mentale kanten van jezelf leren kennen.

Dat is heel belangrijk want soms moet je de beslissing nemen om vlak voor de top om te keren. Je moet geen onnodige risico's nemen. Dan een beslissing nemen is heel moeilijk en vergt mentaal veel van je. Maar onder bepaalde omstandigheden moet je echt omkeren wil je niet in levensbedreigende situaties raken."

Maar zover is het nu nog niet natuurlijk. De expeditie staat aan de vooravond van een nieuwe tocht. En als Roland met zijn medetrackers terug is van deze reis gaan de voorbereidingen voor een volgende - nog zwaardere - uitdaging al weer van start. In januari komend jaar wil hij met een nieuwe expeditie in Zuid-Amerika de top van de Aconcagua zien te bereiken. Het is de bedoeling dat Miranda Braat dan ook meegaat.

Zodra Roland eind mei terug is ligt het in de bedoeling in deze krant er melding van te maken of hij de top van de hoogste Noord-Amerikaanse berg bedwongen heeft. Wie meer wil weten over de ervaringen in voorgaande expedities, voorbereidingen en toekomstige reizen zou daarvoor hun informatieve website eens moeten bekijken: www.expeditienet.nl.



GEEN KRANT?
BEL: 0297-581698