



'Ik ben niet te houden op mijn fiets. Lange afstanden rijden is voor mij heel gewoon, uitdagende bergketens trotseren ook. Een rondje IJsselmeer van 387 kilometer op één dag? Dat lukte zelfs na een zware hartoperatie.'

Kijk hem nou: Super-opa Cor Martens (79)

'Als ik tachtig ben, doe ik de Tourmalet nog 's'

'Wat ik doe? Ik fiets sinds mijn vutgerechtigde leeftijd gemiddeld vijftienduizend kilometer per jaar, zo'n twaalfhonderd kilometer per maand zeg maar. Fietstochten van Castricum naar Den Haag (150 km) en een enkeltje naar Venray (225 km) zijn leuk. Georganiseerde fietsreizen zoals pelgrimstochten vind ik nóg uitdagender. Ik reed de afgelopen tien jaar bijvoorbeeld naar Rome, fietste van het Zuid-Franse Biarritz naar het Spaanse bedevaartsoord Santiago de Compostela en naar Fatima in Portugal. Daarnaast heb ik in de Pyreneeën de bekende Col du Tourmalet (2115 m), de Pourtalet (1794 m) en de Col d'Aubisque (1775 m) beklommen. Onderweg stel ik weinig eisen. Ik slaap als het niet anders kan in een *refuge*, maar leuker is overnachten in kloosters, scholen, sportzalen, kerken of druivenkwekerijen.'

MIJN GEHEIM?

'Ik fiets meestal non-stop een berg op en bereik altijd fris de top. En dan natuurlijk na een etappe een lekker wijntje drinken met de andere fietsers. Wat mijn geheim is? Weet ik niet, ik kan dit gewoon. Helaas gaat het niet altijd goed. Soms verdwaal ik in het buitenland. Vooral als twee plaatsen dezelfde naam hebben en als ik 's nachts geen snars kan zien. De weg vragen lukt niet, want ik spreek nauwelijks vreemde talen. Ik rijd op die momenten al gauw een kilometertje of twintig om. Ook minder leuk was de beklimming van de Mont Ventoux in Frankrijk. Veel te steil en de mistralwind was verschrikkelijk. En een nachtmerrie werd in 1996 mijn tocht naar Israël. Keelpijn en hevige steken in mijn borst werden onderweg steeds erger.

Ik stopte in Rome noodgedwongen, lag vijftien dagen in die stad in een ziekenhuis en onderging later in Nederland een zware hartoperatie: twee bypasses aan de kransslagader. Cardiologen zeiden: 'U bent een medisch wonder, want u heeft kort geleden nog de Gotthardtpas in Zwitserland beklommen. Dat kan helemaal niet.' Wel dus. Vier weken na de operatie zat ik alweer op mijn fiets, en een jaar later reed ik elfduizend kilometer en in 2002 bijna veertienduizend. Zolang ik gezond ben, ga ik door. Volgend jaar, als ik tachtig word, wil ik de prachtige Col du Tourmalet nog een keer doen. Fantastisch lijkt me dat.' ●

