

## Sport Nieuws 2018 12

Paratriathlon = Triathlon voor mensen met een fysieke beperking.

PTWC = ParaTriathlon WheelChair. Wedstrijdafstanden: 750 m zwemmen, 20 km handbiken en 5 km in een racerolstoel (wheeler).

*Ik ben Geert Schipper, 40 jaar, getrouwd, heb 2 dochters en woon in Spanbroek. Na een vliegtuigongeluk in 2004 ben ik rolstoelgebruiker. Sinds 2005 ben ik bijzonder actief met verschillende aangepaste sporten. In 2012 kwam ik via het handbiken in aanraking met de triathlon. Dit heeft inmiddels mijn hobby, veranderd naar werk. In augustus 2014 ben ik opgenomen als PRO triathlon atleet bij de NTB, en behaalde ik de 3<sup>e</sup> plaats op het WK 2014 in Edmonton (Canada), een 4<sup>e</sup> plaats op het WK in Chicago (USA) 2015, een 3<sup>e</sup> op het WK in Rotterdam 2016 en zilver op de Paralympics in Rio. In 2017 en 2018 werd ik op het WK 2<sup>e</sup>.*



### De R zit weer in de maand

#### Rust Reinheid en Regelmaat

De wind waait door de bomen, de kerst dagen komen er aan, en daarmee ook het einde van het jaar.. Ik ben een kleine 2 weken niet met trainen bezig geweest na mijn thuiskomst van Hawaii, zodat ik voornamelijk van mijn gezinsuitbreiding kon genieten, heerlijk. Eindelijk had ik ook eens tijd om een hoop opgestapelde dingen in en rondom ons huis te doen. Rust zeg maar. De opleiding Sportmarketing en Media die ik volg vanuit de NOC\*NSF loopt ook ten einde en dat geeft mij weer ruimte voor andere leuke dingen op mijn enige rustdag.

Maar die rust is inmiddels over en de trainingsschema's worden langzamerhand weer in intensiviteit opgevoerd. Ik hoop op een progressie in alle drie de onderdelen van de triathlon. Er staan verschillende tests op het programma die als leidraad/nulmeting moeten gelden zodat de hopelijke progressie duidelijk zichtbaar gemaakt kan worden. Ik ben tevens bezig met weer nieuw materiaal. Een constante upgrade van materiaal is echt essentieel om bij de beste van de wereld te blijven. Ik race aankomend seizoen in een nieuwe handbike met schijfremmen i.p.v. velgremmen. Ik kan daarmee nog harder en dus later remmen. In het nieuwe seizoen race ik ook in mijn nieuwe racerolstoel.

Naast Sporter heb ik ook mijn verantwoording voor mijn gezin. Thuis met onze 3 dochters gaat het prima. Esmee, onze jongste is inmiddels al weer ruim 2 maanden. Aniek is 9 en Julia is 5 en gaan lekker op school en kijken al weer uit naar kerstvakantie. Gezellig op de bank met thee, chocolade, kaarsjes, kerstboom en kerst ontbijt. Ook ik kijk hier erg naar uit, en sinds lange tijd gaan we met het gezin er weer eens een paar daagjes tussen uit, een huisje ergens in Drenthe. Wat ben ik een gelukkig man..



***Ik wens iedereen  
fijne feestdagen en  
een gelukkig  
nieuwjaar***



#### **Hoofd sponsor: Rabobank West-Friesland**

**Business Partners.** Kees Koopman Transport/logistiek, Autospuiterij Nico Mooij, Veekro Bedrijfswagens, FA C & A Vriend Bloementeel Spierdijk, Klaver Bloembollen B.V. Zandwerven, FA A.N. Ruijter Melkveehouderij Spanbroek, Verwol, Koenis BV Diervoeders, Sailfish, Meubelfabriek FMO, Loonbedrijf FA Jos Boots, Fietsvoordeelshop.nl, Enorm Groot, Fysio in de Praktijk SW Vastgoedverbetering, Zwembad de Waterhoorn, Appel Beton Opmeer BV, Administratiekantoor A. Sinnige V.O.F, Klaver Giant Groep, Forte Sportswear. Beerepoot BV, Dio drogist Meulenbroek, Natusport, Aed4sale, CAF