



Meike gaat de HandbikeBattle aan

Ze is 27 jaar, heeft sinds vorig jaar maart een dwarslaesie en traint al vanaf begin winter met het hele handbiketeam van Adelante Zorggroep keihard voor de HandbikeBattle in Oostenrijk op 18 juni. Meike heeft er duidelijk zin in. "Ik verwacht dat de klim heel zwaar gaat zijn, maar ik zie het als een enorme uitdaging om boven te komen", vertelt Meike lachend.

Na een fataal auto-ongeluk op de terugweg van Winterberg naar huis belandde Meike twee weken in een Duits ziekenhuis en daarna in het MUMC+. Die hele periode heeft ze in een roes doorgemaakt. "Ik kreeg heel veel medicijnen, vandaar. Zo heb ik wel langzaam in stappen kunnen wennen aan het idee dat ik nooit meer zal kunnen lopen." Eind april ging Meike revalideren en kwam ze bij Adelante in Hoensbroek terecht. Via een ergotherapeut maakte ze kennis met de handbike. "We gingen samen, ieder met een eigen handbike, naar buiten. Een eind fietsen. Heerlijk vond ik die frisse lucht, dat bewegen en ondertussen je hoofd leegmaken."

Stoer

'Wat knap, wat stoer, dat ze dat kunnen', dacht Meike op het moment dat in de oefenzaal bij Adelante beelden werden vertoond van de battle uit juni 2014. Toen twee therapeuten haar vroegen of ze mee wilde gaan trainen voor 2015, aarzelde Meike dan ook geen seconde. "Ik vind het een hele eer dat ze denken dat ik dat kan. Nu nog waarmaken natuurlijk!" Ze traint er hard genoeg voor. Drie dagen per week een aantal uur per dag afwisselend duurtraining, krachttraining en intervaltraining. Daarnaast traint het Adelanteteam samen om de week op woensdag, vaak in het Heuvelland waar best pittige hellingen te vinden zijn. "Ik vind het geweldig om samen met het team toe te werken naar de battle. We zijn hartstikke gemotiveerd en trainen met een doel. We willen allemaal op eigen armkracht de Kaunertaler Gletcherstrasse beklimmen en de finish halen. Het trainingsprogramma is best zwaar, maar geeft me tegelijkertijd het gevoel dat ik nog steeds iets kan. Dankzij het enthousiaste team en de begeleiders heb ik er nog steeds ontzettend veel plezier in."

Buddy

Winter 2014 is Meike weer zelfstandig gaan wonen in haar aangepaste appartement in Eindhoven. Ze heeft een leuke baan, een auto en inmiddels een eigen handbike. "Helaas lukt het mij niet om zelf de handbike in mijn auto te krijgen. Gelukkig gaat één van mijn zussen eens in de twee weken mee naar de teamtraining, zij fietst dan ook met me. Bovendien fietst zij of mijn andere zus op een gewone fiets mee als ik bijvoorbeeld ga duurtrainen in mijn eigen omgeving. Ik ben blij dat mijn ene zus als buddy meegaat naar Oostenrijk. Het geeft me een veilig gevoel en tijdens de battle is het een extra stimulans als zij meefietst. Dat geldt trouwens voor alle belangstelling die er voor de battle is. Geweldig!" 🚲

Neem voor meer informatie over de battle en sponsoring contact op met Bas Robroek of Paul Dobbels, 045 528 2232.