OLYMPISCH KAMPIOEN MAARTEN VAN DER WEIJDEN ZWEMT ELFSTEDENTOCHT VOOR ONDERZOEK NAAR KANKER



# Innovaties en begeleiding

**Tijdens de 11stedenzwemtocht in augustus maakt Maarten gebruik van de laatste technische snufjes en technieken. Zo slikt hij een thermometerpil, zodat zijn begeleidingsteam tijdens het zwemmen continue zijn kerntemperatuur kan monitoren. Indien nodig zal hij zichzelf met een verwarmd zwempak - een wetsuit met warmtegraden - op temperatuur houden. Bovendien draagt hij een speciale zwembril met licht in het glas. Daarmee krijgt hij tijdens het zwemmen lichttherapie en kan hij eenvoudiger wakker blijven. (foto: Niels de Vries)**

# ‘Net zo ver als van Leeuwarden naar Waspik!’

**OOSTERHOUT - Vier januari 1997 werd de laatste Elfstedentocht gereden, op schaatsen. In augustus van dit jaar zal de Elfstedentocht opnieuw plaatsvinden. Niet op het ijs, maar in het water. ‘Onze’ olympisch zwemkampioen Maarten van der Weijden zal van zaterdag 18 augustus tot en met maandag 20 augustus de volledige Elfstedentocht zwemmend afleggen om geld op te halen voor onderzoek naar kanker. De voorbereidingen voor zijn 11stedenzwemtocht lopen op schema.**




*Maarten wordt creatief ook ondersteund door stichting BOCK*

Maarten woont dan wel in Waspik, net buiten het verspreidingsgebied van Het Kanton, trainen doet hij bijna dagelijks in het wedstrijdbad van de Warande in Oosterhout. Afgelopen week bekende hij nog dat de afstand die hij in Friesland gaat zwemmen, hem wel een beetje beangstigd: “Als ik voor een meeting in Leeuwarden ben geweest en ik rij naar huis, tikt de kilometerteller de 200 aan, als ik thuis ben. En dan heb ik voor mijn gevoel lang in de auto gezeten!’

## 100% VAN HET INGEZAMELDE GELD GAAT NAAR GOEDE DOELEN

Maarten zwemt zo veel als mogelijk de bekende schaatsroute van 200 kilometer langs de bekende Friese steden: Sneek, IJlst, Sloten, Stavoren, Hindeloopen, Workum, Bolsward, Harlingen, Franeker en Dokkum. Na drie dagen zwemmen finisht hij in het centrum van Leeuwarden. In elk van de elf steden kunnen mensen een stuk met Maarten meezwemmen, vinden leuke evenementen plaats en wordt stil gestaan bij het goede doel. Daarbij zullen ook alle Ambassadeurs van de 11stedenzwemtocht hun opwachting maken.

**Amsterdam-Leeuwarden**

Maarten laat niets aan het toeval over om de zwemtocht goed te kunnen volbrengen. Dat begint natuurlijk met voldoende trainen. Daarom zwom hij al verschillende lange tochten. In maart nog verbeterde hij het wereldrecord 24 uur zwemmen, in de Warande. Volgende week maandag, dinsdag en woensdag - twee maanden voor de 11stedenzwemtocht - staat een lange trainingstocht van het centrum van Amsterdam naar het centrum van Leeuwarden gepland. Bij elkaar een test van zo’n 143 kilometer over het IJ, IJmeer, Markermeer, IJsselmeer en via Stavoren en Bolsward naar Leeuwarden.

Je kan in een van de 11 Friese steden met Maarten mee zwemmen. Voor het kleine bedrag van 11 euro kunnen zwemmers 500 meter of 2 km. meezwemmen. Maarten vraagt deelnemers wel zich maximaal in te zetten om zich voor 1000 euro te laten sponsoren. Info: www.11stedenzwemtocht.