

ZOMERSEIZOEN Ioann Lobles sluit zijn zomerseizoen ondanks pijntjes positief af

Persoonlijk record en EK als hoogtepunten

Met een negende plaats op de 5000 meter bij het NK atletiek in Hengelo liep Ioann Lobles zaterdag zijn laatste baanwedstrijd van dit jaar. Zijn zomerseizoen zit erop. Hoogtepunt voor de atleet van AV Noordkop was, ondanks tegenvallende prestaties, het EK onder 23.

Paulien van den Berge

Hengelo ■ Het was niet vaak voorgekomen dat de 21-jarige Ioann Lobles aan de start van een 5000 meter verscheen. Naar eigen zeggen was drie jaar geleden de laatste keer voor de hardloper uit Den Helder. „Het was een beetje aftasten welk raceplan ik zou volgen, meestal loop ik een kortere afstand”, aldus Lobles. „Daarom was het in mijn voordeel dat het tempo in het eerste deel laag was. Maar toen er een groepje met drie favorieten wegging, dacht ik: ik moet maar gewoon gaan volgen en kijken of ik iets kan betekenen.”

Lobles moest echter in de laatste kilometer het drielat laten gaan en werd ook ingehaald door het peloton. „Achteraf was het iets te veel gevraagd, ik was te vroeg begonnen met versnellen.” Toch was zijn tijd van 14.14,19 minuten een persoonlijk record. „Ja, maar het vorige record stond op zestien minuten. Dus ik wist eigenlijk wel dat ik een pr mee naar huis zou nemen.”

1.500 meter

Aanvankelijk zou Lobles op het NK ook de 1.500 meter lopen, maar hier zag hij van af. „Ik had die combinatie nog niet met mijn coach besproken. Hij vond het geen goed idee en zei dat ik beter alleen de 5.000 meter kon doen. Ook omdat ik de afgelopen weken best wel heb gekwakkeld met mijn lichaam en met mijn achillespees. Daarom was de 5.000 meter voor mij de afsluiting van het zomerseizoen”, aldus de Nieuwedie-



Ioann Lobles tijdens het EK onder 23 in Noorwegen. „Het EK was een bizarre ervaring.”

FOTO ERIK VAN LEEUWEN/GETTY IMAGES

per, die nu in een atletenhuis van Team Distance Runners in Bakkum woont

De vraag is of hij zich in de toekomst misschien toch meer wil gaan toeleggen op de langere afstanden. „Uh, nu zeg ik 'nee'. Ik vind de 1500 meter een machtig mooie afstand. Eigenlijk was het plan dat ik de weken na het NK wat meer langere afstanden zou lopen, puur om te kijken wat echt bij mij past en wat ik leuk vind. Maar met die pijntjes gaat dat nu niet. Na een paar weken van rust ga ik weer voorzichtig opbou-

wen. Ik hoop op een mooi crossseizoen.”

Lobles lijkt een alleskunner te zijn als het om hardlopen gaat. „Van 400 tot 5000 meter, ik vind echt alle afstanden leuk. Deze winter heb ik zelfs een halve marathon gedaan. Lekker in beweging blijven, dat vind ik het beste aan deze sport”, legde Lobles (‘mijn vader is Surinaams, mijn moeder Fries en ik heb een Oekraïense voornaam’) uit.

Vorige maand deed Lobles in het Noorse Bergen mee aan het Europese kampioenschap onder 23, waar

hij op zijn favoriete afstand, de 1500 meter, op een 23^e plaats al in de voorronden strandde. „Dat was natuurlijk niet helemaal wat ik voor ogen had. Ik had gehoopt op een finaleplek”, bekende hij.

Tactisch

„Maar ik was in de series op tactisch vlak echt heel slecht. Het was veel duwen en trekken en het tempo lag laag. Ik had nog wel een goede actie rond de 800 meter, maar 100 meter later was ik die positie weer kwijt. Daarna kwam ik niet meer van vo-

ren en heb ik de wedstrijd een beetje weggegooid.”

Het EK had voor hem de belangrijkste wedstrijd van het jaar moeten worden. „Mijn lichaam was niet in optimale staat, maar toch bereidde ik me zo goed mogelijk voor. Het was jammer dat het zo verliep. Toch kijk ik terug op een geweldige tijd. Het EK was een bizarre ervaring. Mijn ouders en vriendin waren er ook en ik heb nieuwe vrienden gemaakt. Voor mijn land uitkomen, kan ik alleen maar omarmen. Het was iets dat ik nooit zal vergeten.”