

De Friese PLN Monstertocht, terug naar de roots: Verslag van een ooggetuige

“Waar het voor mij allemaal begon; 2008, het liep tegen de kerst. Samen met mijn vriend Jeroen stond ik in ons Hilversumse kleine keukentje het eten voor te bereiden. Jeroen wilde net met een wildschaar de kip in 2 helften snijden, toen hij plots onderuit ging, de eerste heftige hartritme stoornis was een feit. Vele jaren, ziekenhuisbezoekjes en onderzoeken later kreeg deze ziekte voor ons dan een naam: “PLN”, een erfelijke hartspierziekte (Phospholamban-genmutatie).

Nu ben ik in Bolsward en trots draag ik mijn T-shirt van de PLN stichting, en wat voelt dit goed om onderdeel te mogen zijn van een groep bevlogen en enthousiaste vrijwilligers. Vandaag is de dag van de Friese PLN Monstertocht, een tocht langs de Friese 11 steden en terug naar de roots van deze ziekte, daar waar het in de 12^e eeuw allemaal begon.



Maar deze dag, 12 september 2020 staat in het teken van positiviteit en sportiviteit. Aan de start op Plein 1455 in Bolsward verzamelen zich ruim 35 wielrenners om deze sponsortocht te rijden, een tocht van 235 km. Nog even kletsen, wat lachen, een laatste bak koffie en een korte uitleg en peptalk van Bas die deze tocht georganiseerd heeft.

Je voelt de spanning veranderen, een laatste check aan de fiets en go. De 1^e groep wielrenners is op weg. Wat een prachtig gezicht deze wielrenners die allen onbaatzuchtig wegfietsen en zo geld voor de PLN stichting ophalen. Een stichting met een missie: genezing vinden voor deze levensbedreigende en erfelijke ziekte.



Op weg naar de **1^e stop** in Oudebildtzijl. Dit eerste stuk is 54 km. Inmiddels is het 9.00 uur en het spandoek hangt al tussen de bomen als de eerste wielrenners in zicht komen. Zij worden door een groep vrijwilligers opgewacht voor een drankje en een energie boost.

Maar er is geen tijd om lang uit te rusten, er moeten kilometers gemaakt worden. Op naar Leeuwarden, een tocht van in totaal 106 lange km.



De vrijwilligers zijn alweer met de auto onderweg om de wielrenners op deze **2^e stop** in Leeuwarden op te vangen. De statafel staat klaar maar met barkrukken want voor o.a. Jeroen als drager van het PLN gen met een pompfunctie van 30% is lang staan geen optie. En zo rond 11.15 uur is het zover. Met 160 km in de benen komen de eerste wielrenners aan. De versnaperingen vinden gretig aftrek, want na zo'n inspanning lust je uiteraard wel wat en de waterflesjes moeten worden gevuld. Na een rustmoment vervolgen zij hun weg richting Bolsward.



Het is een pittige rit, maar hoe leuk is het om aan te komen voor deze **3^e stop** in Bolsward en daar weer enthousiast ontvangen te worden voor een uitgebreide lunch, met diverse broodjes en een paar overheerlijke pastasalades die er goed in gaan. Er wordt druk gepraat over de rit, want dit laatste stuk was best pittig. Er stond veel wind en op die open vlaktes ga je dat wel voelen. Maar door goede samenwerking in de groepen en om af en toe een windvanger te zijn voor je mede wielrenners die de benen gaan voelen, kom je er wel. En een letterlijk duwtje in de rug tijdens dit stuk mag dan ook niet ontbreken! Heel veel respect voor Casper die zelf al een harttransplantatie ondergaan heeft en een groot deel van deze tocht heeft mee gereden!

Om 13.00 uur vertrekt de 1^e groep wielrenners weer voor de één na laatste etappe richting Oudemirdum, gelegen in een bosrijk gebied. Zullen de wielrenners gelegenheid hebben om hiervan te genieten....of is de focus te hard nodig om de tocht te behalen? We gaan het afwachten.



Ondertussen sta ik zelf samen met de andere vrijwilligers in Oudemirdum de wielrenners op te wachten. Maar we staan heerlijk in het zonnetje te genieten en zijn in afwachting van de eerste wielrenners voor hun **4^e stop**. En ja hoor daar komen ze aan. Even een stop, een gezellig babbeltje en een oppepper, de emmers met marsen en snickers ontbreken niet! Daar gaan ze weer, voor de laatste etappe van 46 km.

Voor ons nu ook inpakken, spulletjes inladen en doorrijden naar de finish in Bolsward. Als we daar aankomen, staan de andere vrijwilligers al klaar om de wielrenners door de finish te juichen.

Natuurlijk met inachtneming van de 1,5 meter want uiteraard houden we daar in deze corona tijd rekening mee, maar dat mag de pret niet drukken.

En ja hoor daar komen de helden, de helden van deze PLN Monstertocht, de wielrenners bestaande uit cardiologen, (huis)artsen, PLN dragers en andere betrokkenen. Er wordt een laatste eindsprint ingezet, naar wie gaat de winst, het is.....maar uiteindelijk is de winst voor iedereen. De inzet, dat is wat telt.

Lekker bijkomen, napraten en als dank is er voor alle wielrenners en vrijwilligers een zakje echte Fryske dúmkjes, wat attent en wat een leuke verrassing.



Dan het grote moment, wat heeft deze sponsortocht opgebracht. Daar is dan de onthulling van de check door onze voorzitter Pieter en de penningmeester Evert. En ja hoor, ons streefbedrag hebben we gehaald: er is een bedrag van € 101.069,06 opgehaald.





Wat een geweldige dag, waar we dankbaar voor zijn! Niet te vergeten speciale dank aan de hoofdsponsors van deze dag en aan iedereen die een specifieke wielrenner heeft gesponsord of een algemene donatie heeft gedaan. En heel belangrijk: er blijft niets aan de strijkstok hangen, 100% van de donaties gaat naar onderzoek en de doelen van onze stichting.

Ik kijk terug op een enerverende dag, die veel voldoening heeft gegeven!

Liefs Francis

PS: Kijk voor meer informatie ook op onze website: <https://plnheart.org>