



PERSBERICHT

Handbikers toppen 23 juni

Op 23 juni vindt de achtste editie van de HandbikeBattle plaats in het Oostenrijkse Kaunertal. De deelnemers hebben er lang op moeten wachten want door de pandemie kon het evenement de afgelopen twee jaar niet doorgaan. 110 sporters met een lichamelijke beperking gaan de strijd aan met een indrukwekkende berg. Er is een wedstrijd tussen 14 teams van Nederlandse revalidatiecentra en een wedstrijd voor individuele deelnemers.

Na het startschot bij de Tolpoort van de Kaunertalergletscherstrasse, trekt een lange stoet van handbikers met hun buddies door het prachtige berglandschap, langs het stuwmeer naar boven. Onderweg komen zij loslopende koeien, het enthousiaste publiek en de verzorgingsposten tegen, maar vooral zichzelf.... Zij leggen een afstand van 20 km af, met een hoogteverschil van bijna 1000 meter. Volledig op armkracht. Dat red je niet zonder training.

Grensverleggend

Luciën de Louw (51) deed in 2019 voor het eerst mee aan de HandbikeBattle. Over zijn ervaring kan hij kort zijn: "Écht grensverleggend." De Louw komt uit de wielwereld. Hij reed eind jaren negentig bijna vier jaar als professional voor de Nederlandse wielploeg Foreldorado - Golff. In die tijd behaalde hij vijf overwinningen. Hij kent de geheimen van het klimmen: "Ik ging altijd berg op, berg af. Vlakke wegen is niets voor mij."

Na het beëindigen van zijn profcarrière kwam De Louw door een klapband ten val tijdens een trainingsrondje. Hij kwam ongelukkig terecht op een paaltje. Het leverde hem een dwarslaesie, drie gebroken rugwervels, een paar gebroken ribben en een klaplong op. Sindsdien zit hij in een rolstoel. Tijdens zijn revalidatie kwam hij al in aanraking met de handbikesport. Zo kon hij ook na het ongeluk weer fietsen en het gevecht met de heuvels aangaan.

Over de verschillen tussen klimmen op een fiets of in een handbike is hij heel duidelijk: "Ik moet nu alles met mijn bovenlichaam doen. Dat is wel 4 keer zo zwaar als met je benen. Je trekt jezelf echt omhoog. Een ander groot verschil is dat je niet kunt gaan staan om gebruik te maken van je lichaamsgewicht. En het tempo is natuurlijk lager dan op een fiets."

Dromen waarmaken en van elkaar leren

Een aantal enthousiaste zorgprofessionals nam het initiatief om dit evenement neer te zetten. Zij delen de visie op het aangaan van uitdagingen en het belang van lichaamsbeweging; ook voor mensen met een beperking. Naar hun idee gaan sporters van een extreme uitdaging als de HandbikeBattle niet alleen fysiek vooruit, maar krijgen zij ook een mentale boost. Zij ervaren dat zij veel meer aan kunnen dan zij denken en doen motivatie op om ook andere uitdagingen aan te gaan en dromen waar te maken.

De meeste deelnemers verblijven in het Kaunertal bij Hotel Weisseespitze en Haus Renate. In deze gastverblijven vindt een ander belangrijk aspect van de HandbikeBattle plaats. Mensen die - recent of al langer geleden - een lichamelijke beperking hebben opgelopen zijn daar een week lang onder elkaar. Zij delen ervaringen en leren lessen van elkaar. Degene die recent een beperking hebben opgelopen, zien wat anderen bereikt hebben; dat zij een baan hebben, een gezin en een sociaal netwerk. Dat geeft hen het vertrouwen dat zij dat óók kunnen.

-----Einde persbericht-----

Meer informatie

- www.handbikebattle.nl (23 juni livestream van de start en de finish; 9.00-16.00 uur)
- [Film HandbikeBattle 2016](#) en [2017](#)
- Volg ons op de wedstrijddag via [Facebook](#), [Twitter](#) en [Instagram](#); ook op de wedstrijddag
- [Weekprogramma en programma wedstrijddag](#)
- De eindtijden van alle deelnemers proberen we 14 juni meteen op twitter te plaatsen en via facebook delen we beelden van de wedstrijddag.
- We maken gebruik van tijdsregistratie en hopen dat dat ook vanuit Nederland te volgen is. Informatie hierover op de wedstrijddag via onze website.
- De prijsuitreiking delen we op vrijdagavond ook rechtstreeks via sociale media.

Uitwijkdatum

Als de weersomstandigheden erom vragen vindt de HandbikeBattle een dag eerder plaats; op 22 juni. De beslissing hierover valt op maandag de 20^e.

Contact

info@handbikebattle.nl, Edith Rijnsburger +31-627276148