



TV DEBUUT TUSSEN DE PROFS IN GP JEAN PIERRE MONSERÉ

Op 8 maart reed ik mijn eerste U.C.I. 1.1 koers en wat was het gaaf om tussen de grote mannen mijn mannetje te kunnen staan!

Al voor de start keek ik mijn ogen uit naar de grote teambussen, waarmee de grotere teams naar de koers kwamen, zoals de teambus van bijvoorbeeld Bora Hansgrohe die tegenover ons parkeerde. Zo zaten ze warm in de bus kijkend naar ons omkleedend in de kou, maar zo zijn zij ook ooit begonnen toch?!

Om kwart voor twaalf klonk het startschot. Ik stond goed vooraan waardoor ik makkelijk meerdere malen mee kon springen met verschillende ontsnappingen. Uiteindelijk reden er 2 man vooruit, ik zwom tussen het peloton en de kopgroep in wachtend op meerdere renners die van achteren zouden gaan aansluiten. Eenmaal bij mij aangesloten besloten ze het inmiddels weer rustig aan te doen en dus bestond de vroege vlucht uit 2 man. Eenmaal terug in het peloton werd er rustig aan gedaan. Dit aangezien de koers ook nog lang was (200 km om precies te zijn).

Dit was ook de eerste keer dat ik met een oortje in de koers reed, we kregen dus via de ploegleider alle informatie door over wat er in de koers gebeurde. Ook was de landelijke tv zender Sporza aanwezig met een helikopter en meerdere tv motoren. Daar krijg je toch een boost van!

Het bleef de hele koers regenen waardoor het erg koud was in het peloton. Ik probeerde mezelf warm te houden door af en toe een sprintje te trekken en weer vooraan mee te schuiven. Op 60 km voor het einde probeerde ik voor een bocht snel op te schuiven, ik sneed hierbij een renner achter mij iets af. Ineens voelde ik een hand op mijn schouder, het was een ploeggenoot van Peter Sagan, Daniel Oss om precies te zijn. Hij zei 'Easy easy boy, it's still 60 k to go'.

Ik lach en zoek een beetje ongemakkelijk maar rustig mijn plekje in het peloton weer op, toch gaaf dat zo een grote naam tegen mij praat, gaat er in mijn hoofd om. In de laatste ronde met nog 18 km te gaan probeer ik weg te rijden uit het peloton. Net voor de bocht in het centrum van Monsré ga ik aan, er ontstaan kleine breukjes in het peloton, maar al snel zie ik dat het geen nut heeft. Het wordt een massasprint, ik verlies in de laatste ronde mijn plek vooraan, waardoor ik van achteren mee sprint in het peloton, ik eindig al 41^e een plek voor Daniel Oss. Mijn eerste profkoers is nu officieel een feit en ook de eerste tv minuten zijn gemaakt 😊.



NIEUWSBRIEF KWARTAAL 1 2020

**Trainingskampen goed
verteerd**

Eerste koersen verreden

Corona virus

Seizoen 2020 onzeker

Brussel Opwijk 2020

MEER INFO VIND JE OP:

www.Nielsvanekeren.nl

Facebookpagina: Nielscycling

Instagrampagina: Niels_cycling

BRUSSEL – OPWIJK 2020



Samen met mijn team stond ik op 1 maart aan de start van mijn eerste klassieker Brussel-Opwijk, een lastige koers met smalle wegen en ver nijdige klimmetjes zoals de Varent, Blakmeers en de Putberg (met kasseien) over 150 km. Naast de klimmetjes zorgde ook de wind voor een zware koers. Na 10 km bevond ik mij goed voorin het peloton, het was nerveus, er werd vaak geremd en ook vonden de eerste valpartijtjes plaats.

Een renner schiet naar links en klappt zo mijn voorwiel in, mijn gedachten gingen (Dit meen je niet! dat heb ik weer). Als snel besef ik mijzelf dat ik rustig moet blijven. Handje omhoog en naar recht. Al snel stond onze ploegleider bij mij en werd mijn wiel snel gewisseld. Dus hup achter de auto's en weer snel terug naar voren gereden. Inmiddels bevonden we ons op de grote rondes waarvan we er 5 moesten afleggen en waar de lastige klimmetjes zich bevonden. Doordat het zo smal was moest ik goed mijn best doen om van voren te blijven. De Putberg volgde snel en dus nam ik een risico om via de zijkant nog snel op te schuiven. Een risico teveel waardoor ik vol door een put heen rijd en stootlek heb, weer wachten...

Gelukkig is de auto er weer vlug bij waardoor ik al snel mijn weg met mijn 2e nieuwe wiel kan vervolgen. Wel was dit natuurlijk niet een goed moment aangezien er op de klim vol werd doorgetrokken. Eenmaal terug in de eerstvolgende groep zie ik dat er een gat is ontstaan, snel begin ik mee te draaien aangezien we maar 2 man van het team op 30 mee hebben. Net voor de laatste keer Putberg weten we terug te keren, snel baan ik mij een weg naar voren, eenmaal boven zie ik dat ik samen met mijn ploeggenoot in groep 2 zit. Er wordt een waaier opgetrokken en we draaien 60 in het uur volle bak mee. We kunnen terugkomen roep ik naar mijn ploeggenoot Daan, eenmaal op de plaatselijke rondes valt onze groep stil, maar we zagen de eerste groep nog rijden. Daan valt aan en ik spring snel mee, samen rijden we het gat naar de eerste groep dicht.

We zitten erbij, nu vlug herstellen nog een gel nemen en alert zijn. Er springt een groep weg en ik anticipeer door mee te springen, het is de beslissende kopgroep van 13 man. In de finale weet mijn oude ploeggenoot Lars Loohuis weg te springen met een renner van Lotto Soudal, ze krijgen al snel een mooi gat, om nog op het podium te rijden zal ik moeten wegspringen en het liefst alleen dacht ik. Dus 5 km voor het einde rijd ik zo hard als ik kan weg, helaas weet een teamgenootje van Lotto Soudal mij terug te rijden, vervolgens houdt hij zijn benen stil. Nog maar een keer dan, op 2 km voor het einde spring ik nogmaals. Ik krijg een gaatje, maar word op 1 km voor het einde teruggepakt. Balen maar met de vorm zit het wel goed. In de sprint zit ik kapot, maar ik word na een hectische en zware koers mooi 13e. Mijn oud ploeggenootje wint de koers, dik verdient. Eenmaal over de streep is het eerste wat ik doe mijn maat Lars omhelzen, het was weer een dag om in te lijsten!

GESLAAGDE PLOEGEN PRESENTATIE

Op 3 februari vond de ploegenpresentatie van het Volkerwessels Merckx Cycling team plaats in Nijverdal, het was weer een fantastische avond met een super sfeertje. Marijn de Vries (voormalig profwielrenster) en Karsten Kroon (voormalig profwielrenner) verzorgde de avond van mooie verhalen en stelde ons voor aan het publiek.

Toch gaaf om te zien wat een professionele uitstraling ons team heeft, ook erg gaaf om nu officieel deel uit te maken van de continentale formatie.



MEER INFO VIND JE OP:

www.Nielsvanekeren.nl

Facebookpagina: Nielscycling

Instagrampagina: Niels_cycling



Op 26 januari mocht ik gezellig mee met de mannen en vrouwen van het Nagel-Nekst Cycling team uit Tiel om een mooie rit af te leggen op de MTB. Samen reden we een mooie tocht van 50 km door de bossen van de Veluwe, ook het warme bakje chocomel werd halve wegen de tocht niet vergeten! Ik wil hierbij de initiatiefnemers van de vereniging bedanken voor hun steun gedurende het seizoen. Mede door deze vereniging heb ik mij super kunnen voorbereiden op het seizoen 2020 door op trainingskamp te kunnen gaan in Spanje.

Een van deze initiatiefnemers was Marja van Hoorn, spijtig genoeg is Marja nu niet meer onder ons door het verschrikkelijke Corona virus. Hierbij wil ik alle vrienden en familie en vooral haar man Henk van Hoorn een hart onder de riem steken, veel sterkte!

Rust Zacht MARJA VAN HOORN



Meer info vind je op:

www.Nielsvanekeren.nl

Facebookpagina: Nielscycling

Instagrampagina: Niels_cycling

EIGEN TRAININGSKAMP SPANJE 2020

Na 10 super goede trainingsdagen waarvan 7 op Spaanse en 3 op Franse bodem te hebben vertoefd is de vorm goed aan het stijgen.

Om de aansluiting tussen de grote mannen te maken zijn deze trainingsstages van groot belang, je merkt dan ook echt dat je meer als een prof gaat leven (goed eten, slapenuren maken, rekoefeningen doen, route maken, goede training uitvoeren, herstellen). In deze trainingsstage heb ik 34 goede trainingsuren gemaakt plus een rustdagje waar natuurlijk nog een uurtje op werd gepeddeld.



De trainer adviseerde een uurtje met een zo laag mogelijk hartslag op deze dag te fietsen, dus ik me best doen om dit zo goed mogelijk uit te voeren (wat ik nogal moeilijk vind, rustig fietsen 😊). Ik was dan ook bezig met nieuwe weggetjes vinden die ik nog niet kende. De weg ging 2 kanten op, rechts asfalt en links gravel, op dat moment sprongen er 3 herdershonden uit de bosjes. Ik schok me kapot en schakelde zo snel als ik kon naar mijn buitenblad, op een halve meter van de hond versnelde ik zo hard als ik kon, waardoor ik het gravel pad op schoot. Na 2 km had ik de honden gelost en vervolgde ik mijn weg over het gravel pad. Zes km later zat ik gelukkig weer op een normale weg en kon ik me route weer vervolgen. Sorry, trainer maar deze peakhartslag kon ik niet voorkomen 😊😊



Naast deze rustdag waren er natuurlijk ook zware dagen, zo werd er een rit over 222 km gereden met 4347 hoogtemeters en 28,5 gemiddeld! Een zware dag waarin maar liefs 6598 calorieën werden verbrand, oftewel het was op sommige dagen eten geslagen 😊.

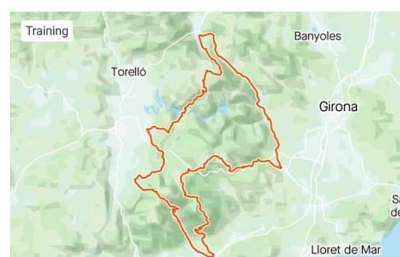
Voor deze trainingsstage wil ik in het bijzonder Nieskens the Readshop & Nagel-Nekst Cycling Team bedanken, zonder hen was het niet mogelijk om deze stage te maken, oftewel 'samen sterk'.



Niels Van Ekeren

🚴 Vandaag om 08:12

**He le maal CHOCO, maar voldaan
#solo #3colls**



Afstand
222,61 km

Hoogteverschil
4.347 m

Beweegtijd
7:48:53

Gem. vermogen
234 W

Gem. snelheid
28,5 km/u

Calorieën
6.598 kcal



EIGEN TRAININGS KAMP 2019

Op 10 december ben ik samen met mijn goede vriend Lars Loohuis op trainingskamp geweest in het warme Calpe, Vanuit Calpe heb ik verschillende trainingen uitgevoerd tussen de 2 en 6,5 uur op de fiets. Ook was het erg gaaf om te zien dat je verschillende profteams 'toekomstige collega's' op de fiets tegenkomt.

Zo hebben we stukjes met Team Quick Step Floors en Team Movistar meegefietst, dat is toch erg cool! Er was zelfs een dag dat we bij de grote mannen aansloten en dat Niki Terpstra ineens in mijn wiel bleek te zitten, nou die kan ook weer van mijn bucketlist af 😊

Ik wil hierbij al mijn sponsors bedanken, want zij maken het mogelijk dat ik in mezelf kan blijven investeren door bijvoorbeeld op dit trainingskamp in Calpe te gaan. In het bijzonder wil ik dit keer Rijschool van Klaveren bedanken, want hij staat altijd klaar om mij weer verder te helpen. De weg naar de top is nog lang, maar elk stap is er een!

SEIZOEN 2020 ONZEKER DOOR CORONA CRISIS

Op zaterdag 14 maart stond de klassieker 'De Ronde van Zuid-Holland' op mijn programma. Zoals altijd had ik me goed voorbereid op de wedstrijd, nietsvermoedend lag ik de donderdag voor de koers op de massagetafel toen het nieuws dat alle evenement met meer dan 100 man werden afgelast mij bereikte. Ineens is je doel weg, zomaar verdwenen, dat is erg gek om mee te maken. Je probeert meteen een nieuw doel te stellen, maar alles is en blijft onzeker. Wedstrijd na wedstrijd wordt afgelast, dit zou zomaar nog heel lang kunnen duren gaat er dan door je hoofd.

Na 3 dagen vol emoties waarvoor je wel niet hebt getraind deze winter besef ik mij dat de hele wereld op zijn kop staat en dat wielrennen nu niet het belangrijkste is. Gezondheid staat in deze dagen voorop!

Ook besef ik mij dat alle trainingen die ik nu uitvoer ook goed zijn voor later, want ook volgend jaar zullen er weer wedstrijden zijn waar ik mijn mannetje wil staan. En we weten allemaal 'stilstand is achteruitgang'. Dus trainen we lekker door, zo pak ik naast mijn duurritten de krachttraining samen met BASE Lifestyle weer zorgvuldig op om dit op een hoger niveau te kunnen tillen in deze soort van 2^e winterperiode.

Ook probeer ik mezelf uit te dagen met verschillende challenges, zo heb ik zelf de #Olivernaesenchallenge bedacht. Oliver Naesen (prof bij AG2RLAMONDIALE Pro CyclingTeam) reed namelijk een rit van 12 uur over 365 km. Ik wou deze uitdaging graag aangaan, zelf had ik nog nooit een lange rit dan 240 km gefietst. Vol goede moed stapte ik om tien voor 6 te fiets op. Met een mooie zonsopgang startte ik de dag fris om vervolgens weer met zonsondergang thuis terug te keren. Het was een fantastische rit met een nog mooier gemiddelde dan Oliver, check hieronder deze gave rit!



Hierbij wil ik alle sponsors nogmaals bedanken voor hun bijdrage, jullie maken het mogelijk dat ik de top kan bereiken!



Fiets
domein



THE READ SHOP

