

Pieter de Vries (58) gaat de Kilimanjaro op



Simone Stevens
s.stevens@mediahuis.nl

Hilversum ■ Ik ben nog nooit zo fit geweest als nu”, klinkt het vanachter het bureau in de werkkamer van Pieter de Vries (coaching, bedrijfsadvies en bedrijfsoverdracht) aan de Van Hengellaan. De 58-jarige Hilversummer is sinds een half jaar in training voor het beklimmen van de Kilimanjaro in Tanzania, medio januari. Hij doet dat voor een goed doel, War Child.

Pieter de Vries: „Waarom ik dit ga doen? De reden is drieledig. Eén: deze oude man moet weer superfit worden. Twee: het is een serieuze fysieke en mentale uitdaging. En drie: omdat wij zo bevoorrecht zijn wil ik iets terugdoen voor de samenleving.”

In juni zag hij in de NRC een advertentie over de beklimming van de Kilimanjaro - een begeleide trip ten behoeve van War Child. „De hoogste berg van Afrika, nog anderhalve kilometer hoger dan de Mont Blanc en één van de zeven 'summits' (de hoogste toppen op elk van de zeven continenten, red.). Ik dacht: nu kan het nog, dan ga ik eens even één van die zeven summits aantikken. Dus toen heb ik me aangemeld.”



Een rondje Hilversum , 32 kilometer, is nog wel te doen.

De Hilversummer was sportief in de zin van dat hij van flinke wandelingen hield. „Rondje Hilversum, 32 kilometer. Maar met bepakking is zo'n rondje nét vijf, zes kilometer te lang.” Om samen te trainen voor de

missie in januari vormde hij het vijf-koppige groepje 'De bikkels', met onder anderen vader en zoon Eelco en Thierry Boonstra uit 's-Graveland. Een vrij pittig trainingsschema werd de leidraad. „Dat is wel no-

dig, al was het maar omdat je door vier klimaatzones gaat. En de 'topnacht' is gewoon heel pittig, dan ga je van 4500 naar 5995 meter in acht uur tijd, dat is 1400 meter klimmen. Je begint dan om twaalf uur 's nachts en stopt bij zonsopgang, allemaal in de ijle lucht. Op de top heb je dan een uurtje of zo om daar een beetje rond te loeren en wat fotootjes te maken. Vervolgens gaat het 2000 meter omlaag.... Ik denk dat je dan wel stuk bent, ja.”

War Child

Het is de bedoeling dat elke deelnemer minstens vijf mille ophaalt voor War Child. „Zo leuk, één van mijn cliënten sponsort mij per beklommen hoogtemeter, dat is dus goed voor een bedrag van 4080 euro.” In totaal gaan drie groepen van 25 mensen in januari de Kilimanjaro berg op, 'De bikkels' vertrekken 11 januari, voor zeven dagen. „De hele voorbereiding en beklimming wordt begeleid door mensen van Mountain Network, die doen dat al acht jaar. Natuurlijke gaat er een expeditieleider mee en die is de baas. Als je bijvoorbeeld hoogtezichte hebt is iedereen gek, behalve jij. Dus

Klimmen naar hoogste top in Afrika voor War Child

als die zegt: jij gaat naar beneden, dan ga je naar beneden. Bij ons gaat een vrouw mee die al twintig keer mee is geweest. Daar verwacht ik wel veel van.”

Hoogtevrees

Hoe iemand op zo'n extreme hoogte reageert, is niet te voorspellen. „Dat is aan de grote regisseur”, zegt De Vries. „Er zijn meisjes die er zo tegenop huppelen, terwijl kasten van twee meter het afleggen. Je krijgt trouwens elke dag een saturatieprik in je vinger, om je zuurstofgehalte in de gaten te houden.” Zelf heeft hij hoogtevrees. „Dat vind ik wel een dingetje, ja. Zeker als we over een richel lopen waar je zeshonderd meter naar beneden kijkt.”

Het valt De Vries op dat de meeste deelnemers jonger zijn dan dertig of ouder dan vijftig. „In het spitsuur van je leven heb je daar natuurlijk ook geen tijd voor. Mijn drie kinderen studeren en zijn inmiddels op het droge, dus ik kom nu pas een beetje toe aan 'giving back'. Dan gaan er ineens andere wetten gelden, vraag je je af: wat gaan we doen met de rest van ons leven? Ik kan me ook heel goed voorstellen dat ik hierna ook andere charitatieve dingen ga doen. Ik vind dat wij super bevoorrecht zijn, dat is mijn motivatie.”

Fit

De Vries, terugblikkend op het afgelopen half jaar: „Ik ben inmiddels zes kilo lichter, ben inderdaad nog nooit zo fit geweest als nu. Heb onlangs de halve marathon van Amsterdam gelopen, ik dacht: dan pak ik die ook even mee.” Of hij de komende feestdagen iets gematigder dan andere jaren gaat vieren? Hij lacht: „Ik zal denk ik wat minder alcohol nuttigen. En op 1 januari is het 'cold turkey' stoppen.”



Pieter de Vries (tweede van links). In het midden en tweede van rechts Eelco Boonstra en zijn zoon Thierry uit 's-Graveland.