

CIRCUITDAG ZANDVOORT – 26 APRIL 2021

Sessie 1:

Henk: Na een paar circuit dagen besloot ik de lat wat hoger te leggen en in te schrijven in groep 2. Door de lage temperaturen en wat minder soepel door te weinig sporten (met dank aan Cor Ona voor het gesloten houden van de sportschool) ging de sessie niet echt lekker. Gelukkig besloot de instructeur het tempo iets lager te houden ivm de lage temperaturen.

Maarten: ingedeeld in groep 2a... ervaren mannen geprepareerde motoren en ook een straatmotor een ducati supersport. Licht op groen en gaan. Wow wat een gave baan, omhoog omlaag blinde bochten en veel hoogte verschil. GAAF! Het tempo van de groep ligt hoog maar is goed te doen. Wel even wennen aan de Mille strak sturende machine, clip-ons, gpshift en quickshifter. Ik heb al mijn aandacht nodig, maar man man wat gaaf.

Sessie 2:

Henk: Gelukkig warmde het snel op, en na een paar goede tips ging sessie 2 een stuk beter. Op 1 snelle rijder na kon ik de groep goed bijhouden. Daarbij gelijk sneller rondgereden dan de vorige keer Zandvoort. De racer begon, zeker in de 2 linker bochten best schudden, daarover meer in het deel sessie 3.

Maarten: De ideale lijnen blijven en referentie punten worden beter duidelijk en ik kan ze ook aanhouden ipv het achterwiel van mijn voorganger volgen. Het tempo zit er goed in, a 2 rondes komen we de eerste andere groepen al tegen.

Sessie 3:

Henk: Het warmde goed op en het tempo ging flink omhoog. We hadden na sessie 2 droog geoefend met zithouding en positie van de voeten in de bocht. Ik gaf aan dat de motor wat schudde, vooral in de Hugenholz. Wat een bocht trouwens, alsof je in het zwembad springt. De positie van je lichaam werd besproken, door met name je bovenlichaam naar binnen te hangen creëer je coutersteer, in combinatie met buitenste voet op het stepje duwend, binnenste voet met je teen op het stepje en je onderarm tegen de tank heb je een beter contact met de motor en kun je hem door met de buitenste voet te duwen sneller over de bocht zetten en de bocht uit. Tijd om te rijden. Vanaf ronde 1 ging het een stuk beter, de stabiliteit was terug, met name links insturen ging beter, weer iets sneller met de groep. En blijven kijken, buiten blijven en niet te snel naar de apex.

Sessie 4:

Henk: Genoeg geleerd in sessie 3 om sessie 4 daarvoor te gebruiken. Met name de coördinatie voeten, armen en coutersteer. Bewust een paar keer in de Hugenholz bewust wat meer coutersteer ingezet, de drive richting Scheivlak over de heuvel was een paar keer erg goed. Vanaf Slotemaker tot Vodafone liep ik in op de groep. Het deel vanaf Vodafone tot Kumho ging ook iets beter, probeer niet alles op de ingaande bocht van de chicane te gooien, je komt dan verkeerd uit de bocht en accelereert de kerbstones op. Hetzelfde als de GT op Assen. Je wint meer met eruit dan erin..

Maarten: wisselen met de instructeur om $\frac{3}{4}$ van de baan voor te rijden. Bij de wissel voorop was er vrij baan, zie je referentie punten en weet je lijn. De hoogte verschillen zijn zo tof! En dan de Arie Luyendijk bocht, zo'n kombocht is toch wel bijzonder(en je kan er bijzonder hard doorheen).

Sessie 5, vrij rijden:

Henk: Door de best wel zware sessies 3 en met name 4 begon de vermoeidheid en verkramping toe te slaan. Na 2 rondes besloot ik de sessie af te breken, rondrijden zonder concentratie is behoorlijk gevaarlijk. Mijn voorganger ging lossen en wilde weer aansluiten, helaas zag hij mij niet bij ingaan

Tarzanbocht zodat ik bijna buiten de baan werd geduwd. Gelukkig is er een run off deel, terug op de baan, ruim rond , aansluiten en toen maar de pits in. Zo te zien was voor meerdere rijders de focus weg.

Maarten: na 2 rondes achter de instructeur mogen we los. Als groep blijven we lekker bij elkaar in de buurt en we rijden een gelijk tempo. De Mille doet wat er gevraagd wordt en kan nog veel meer dan ik. Wat een machine. We komen al snel wat andere deelnemers tegen en kunnen met zn 3en buitenom op het scheivlak. Dan komen we nog meer deelnemers tegen, inhalen gaat netjes gecontroleerd maar breekt wel het tempo. En dan de zwartwit geblokte vlag. Eerste gedachte nu al... en daarna ik wil meer dit is zo gaaf!. Na de sessie bij praten en even alles laten bezinken. Daarna alles weer opladen en richting huis

Nabeschouwing 😊:

Henk: Geen idee welke tijden ik gereden heb, het ging in ieder geval weer sneller en beter dan de vorige keren. Dus in die zin, wederom missie geslaagd!

Ondanks dat je maar iets meer dan een uur bezig bent is het best spannend, niet alleen mentaal maar ook lichamelijk. Die kleine verbetering in het rijden voel je direct in je lichaam. De lockdown en het veel minder sporten en training eiste een beetje zijn tol. Zeker met iets later remmen, coutersteer en die zaken heb je een goede lichamelijke conditie nodig. Meer sporten en op naar het TT circuit 7 Juni!!

Maarten: Verbeterpunten goed in mijn hoofd planten. Vooral (uiteraard) houding op de motor. Het belangrijkste is: alles is heel gebleven en een hoop lol gehad. De volgende trackday staat gepland op 30-Augustus (weer samen met Henk) duurt wel lang eigenlijk, misschien kan ik er nog eentje bij boeken...



Henk RS250 & Maarten_RSV