

Kinderpsychiater Haïke loopt loodzware Marathon Des Sables uit

Haïke De Vlieger (52) uit Humbeek heeft de Marathon Des Sables tot een goed einde gebracht. De loodzware loopwedstrijd – een van de zwaarste ter wereld – bestaat uit een zesdaagse looptocht van ruim 250 kilometer door de Sahara woestijn in Zuid-Marokko. Haïke zamelde bijna 4.000 euro in voor de armoedeorganisatie vzw Born in Africa.

HUMBEEK/GRIMBERGEN

“De Marathon des Sables is meer dan alleen 252 kilometer lopen in de woestijn”, zegt Haïke. “Het is strompelen naar de medische tent om je blaren te doorprikken, om de volgende dag weer huppelend op ‘Highway to hell’ te vertrekken. Maar het is ook slapen onder een primitieve tent die Berbers voor je opzetten.”

“Daarnaast is het sleuren met je rugzak op een rug vol schaafwonden en vooral veel zweeten. Ik heb wel genoten van het ijswater dat aan elk checkpoint in mijn nek werd gegoten. Het was afzien en toch blijven gaan.” Eten en drinken bleek allesbehalve evident, zo moesten de deelne-



Haïke De Vlieger is trots op haar prestatie. © IF

“Het was strompelen naar de tent om je blaren te doorprikken om de volgende dag weer huppelend te vertrekken”

HAÏKE DE VLEIGER
MARATHONLOPER

mers hun voorzorgen nemen om uitdroging tijdens zware inspanningen in de woestijn tegen te gaan. “Ik heb warme isotone dranken gedronken om het mijn

oren uitkwam en gevriesdroogde maaltijden klaargemaakt zonder vuur. Naar het toilet gaan, dat deed ik in een recycleerbare plastic zak.”

Slappe lach

“Dagenlang die zware beproeving in de woestijn, zonder comfort, dat weegt door. Maar het feit dat je dit in groep doet, schept een band. Als je ziet dat diegene naast jou net iets meer afziet dan jezelf, sterkt dat je om verder te gaan.”

“Het was hard, maar vooral een

groot avontuur en een toffe ervaring. Gelukkig was er ook mijn onafscheidelijke maatje Leen Ackaert, die de 85 kilometer al babbelend meeliiep. Door oververmoeidheid kreeg ik soms de slappe lach.”

Extreme uitdagingen

“Deze uitdaging kan ik alweer afvinken op mijn lijstje. Ik ga deze marathon geen tweede keer doen.”

Haïke houdt van extreme uitdagingen, maar zoekt altijd iets nieuws. In 2021 was de Humbeekse zo de vierde Belgische vrouw ooit die het Kanaal met succes overzwom. In bijna vijftien uur tijd zwom ze van Dover naar Wissant. Met de stunt zamelde ze geld in voor Zorgboerderij Huppeldepup uit Humbeek.

“Aan de Marathon Des Sables heb ik het goede doel van de vzw Born in Africa gekoppeld”, vertelt ze. “Die vzw helpt kinderen uit de sloppenwijken om hen te laten studeren. Ik kon bijna 4.000 euro inzamelen. Ik kijk nu al uit naar de volgende uitdaging. Wie een idee heeft, mag het me laten weten”, lacht Haïke. (JHW)