

Evenement[Programma](#)[Parcours](#)[Marathon Sport Expo](#)[Pastaparty](#)[Standhouders](#)[Ingeschreven standhouders](#)[Bereikbaarheid](#)[Ronald McDonald Kinderfonds](#)[De Marathon van ...](#)[Onze toplopers](#)[Loopstad nr 1](#)[Historie](#)[Erepodia 1981-2010](#)[Nieuws](#)[Dagboeken topatleten](#)[Column Mario Kadiks](#)[Organisatie](#)[Contact](#)[Home](#) > [Evenement](#) > [De Marathon van...](#) > Cor Terlouw

Cor Terlouw

Woonplaats: Bergambacht

Leeftijd: 47

Aantal deelname: 24^{ste} keer aan de marathon**Waarom doe ik mee?**

„Het is allemaal begonnen in 1988, het jaar dat Densamo een wereldrecord liep in Rotterdam. Ik voetbalde nog bij Bergambacht en liep met de duurrondjes rondom de velden altijd voorop. Mijn teamgenoten riepen dat ik maar eens een marathon moest gaan lopen, dan piepte ik wel anders. Ik nam deze uitdaging aan zonder voor de marathon te trainen. Ik heb hem toen uitgelopen, maar vraag niet hoe. In 4.33.56 uur kwam ik meer dood dan levend over de streep. Dom genoeg deed ik ook mee aan een onderzoek van de Erasmus universiteit waarin werd verzocht niets aan mijn spieren te doen en iedere dag op te schrijven hoe ik me voel. Het heeft me op die manier ruim twee weken gekost tot alle pijnjes verdwenen waren. Ik nam me voor nooit meer een marathon te lopen, maar eenmaal hersteld bleven vooral de mooie momenten me bij. Dat ik vrij ver achteraan de Coolsingel opgestrompeld kwam en de menigte mij toejuichte. Waanzinnig, kippenviel. Sindsdien heb ik geen Rotterdam Marathon meer over geslagen.”

Mooiste belevenis?

„De eerste blijft altijd apart, maar ook die van 2007 blijft me bij. Bloedheet was het. Gelukkig was ik al op het punt van 35 kilometer toen mensen van het parkoers werden gehaald vanwege de hitte. Zo heb ik toch nog uit kunnen lopen. Mijn beste tijd in Rotterdam is 3.35 uur, maar ik loop niet alleen in Rotterdam. In totaal wordt dit mijn 81ste marathon. Mijn snelste was vorig jaar de Natuurmarathon in Lekkerkerk in 3.30.34. Daar verbrak ik mijn veertien jaar oude record uit Leiden. Mijn doel blijft een marathon onder de 3.30. Dit jaar gaat dat in Rotterdam zeker niet gebeuren omdat ik net weer opkrabbel na een hamstringblessure. Maar volgend jaar een pr in mijn 25ste marathon in Rotterdam zou natuurlijk wel speciaal zijn.”

