

Dubbelinterview. Profrenners en academici Bert De Backer en Serge Pauwels blikken terug op

ZOT van de FIETS

Winnen doen ze (haast) nooit, maar ze behoren tot de meest gewaardeerde renners in het profpeloton. Ter afsluiting van een mooi seizoen praten we met bewegingswetenschapper Bert De Backer en TEW'er Serge Pauwels. 'De dominantie van Philippe Gilbert is dé verrassing van het jaar.'

HANS VANDEWEGHE

Oen van beiden rijdt Putte-Kapellen, dinsdag de afsluiter van het Vlaamse wielerspeel. Serge Pauwels geniet op Kreta van een welverdiende vakantie. "Het was op" - maar Bert De Backer moet de kelt tot op de bodem ledigen. Hij was eerste reserve voor de Tour of Guangxi in China, maar kreeg te horen dat ze hem toch nodig hebben bij Team Sunweb, dat hij eind dit seizoen verlaat voor het Franse Vital Concept. "Ik was al wel vijf keer in China. Het kan meevalen, maar ik heb ook ooit gehad dat ik vloekte dat ik moest doechen na een etappe, zo vies was het hotel."

Bert De Backer en Serge Pauwels kennen elkaar en hoewel ze totaal verschillende programma's rijden - De Backer het Vlaamse werk en Pauwels het Waalse en betere rondewerk - lukt het wel eens dat ze samen aan de start staan.

De Backer: "Waar hebben we elkaar dit jaar nog gesproken? Was dat de Dauphiné niet? Als het rustig is in het peloton, kunnen we een babbelje slaan."

Pauwels: "Dat was de eerste rit toen Thomas De Gendt won. Ik vroeg hoe het met je kleine was en ik was verrast dat je net voor de tweede keer vader was geworden."

De Backer: "En ons voorlaatste gesprek ging over jouw tweede die op komst was terwijl ik het vermoeden had dat wij ook zwaager waren. Je ziet, wij praten over de kindjes, niet over auto's en ook niet over koers."

Het seizoen 2017 loopt op zijn eind. Wat is jullie opgevalen in de lijst met uitlagen van de World Tour-wedstrijden?

Pauwels: "Ik zie op je print dat de Ronde van Lombardije en Parijs-Tours nog niet zijn ingevuld."

PHOTOWEBS

Dat doet mij denken aan iets wat mij laatst erg stoorde: Het Nieuwsblad maakt zijn genomineerden voor de Handriens bekend nog vóór de Ronde van Lombardije, de zwaarste wedstrijd van het jaar waarin een Belg ook kan winnen - ik denk dan aan Tim Wellens. Lombardije is de zwaarste van alle klassiekers, maar die interesseert ons minder dan de Omloop Het Nieuwsblad? "Internationaal vond ik Alejandro Valverde tot zijn val in de Tour enorm sterk. Greg Van Avermaet heeft ook heel goed gepresteerd en dat na een half verloren winter door dat breukje. Greg rijdt al jaren op heel hoog niveau."

De Backer: "Wat mij opvalt, is hoe weinig Bahrein en Astana hebben gewonnen. Vooral Bahrein kwam met veel geld en veel lawaai, maar pas nu in Lombardije hebben ze met Nibali kunnen winnen. Verder vind ik het presteren van Philippe Gilbert en dan vooral zijn dominantie dé verrassing van het jaar. Wat hij in de Ronde van Vlaanderen deed, was buitengewoon. Er zijn er nog die zo hard naar boven knallen op de Muur maar in de Amstel zag ik hem op de grond liggen en hij lag te kermen. Ik dacht: die zien we niet meer. Maar even later was hij terug en hij won."

Pauwels: "In de Amstel zag ik hem op de grond liggen en hij lag te kermen. Ik dacht: die zien we niet meer. Maar even later was hij terug en hij won."

Peter Sagan, verrassing of toch niet?

De Backer: "Een fenomeen. Ik heb één keer samen met hem in de kopgroep in Roubaix gezeten." Pauwels: "Ik heb hem niet als mens. We hebben wel eens kort gesproken, maar dat was het dan. Een bijzondere renner, dat wel."

De Backer: "Die amuseert zich op de fiets, dat is

duidelijk en daar draait het om."

Pauwels: "Zijn gevoel is dat van een junior die weet dat hij altijd sterker is dan die links en rechts van hem. Hij moet alleen in een kansrijke positie aan de meet geraken. Daarbij is hij een halve acrobaat op de fiets."

Zijn we er al uit wat er is gebeurd in die Tour-etappe waar hij Mark Cavendish al of niet in de nadars rijdt?

De Backer: "Wildte hij Cavendish doen crashen? Dat niet. Wildte hij de deur toedoen? Dat wel denk ik. Een renner die iemand doet vallen moet weten dat die andere daarvan kan doodgaan. En daar moeten we heel hard tegen optreden."

Pauwels: "We moeten naar een veiliger peloton en de belangrijkste actoren zijn de renners. Die moeten hun gedrag aanpassen en dat heeft Sagan niet gedaan. Nu, als Stephen Cummings en ik die mannen over een sprint horen praten, trekken wij grote ogen. Voor ons is dat een andere sport."

De Backer: "Ik heb een jonge gast gehoord in de ploeg die het meende wat hij zei: ik sprint voor de eerste plek en als ik val dan is het maar zo. Dat is te gek."

Pauwels: "Als je in de Vlaamse klassiekers start, trek je vooral een lotje: één kans op de tien dat je crasht."

De Backer: "Ik herleid dat voor mijzelf tot één kans op honderd. Ik wil altijd een uitweg. Dat is mijn tip aan jonge gasten: hou risicomarge in."

Pauwels: "We willen niet remmen, dat is het probleem."

De Backer: "Bang om plaatsen te verliezen, ik ken dat. Het is nat en koud, je zit à bloc. Je durft niet aan je remmen te komen en dan zie je iets verder een Sagan nog een vestje uittoken."

En wat is er gebeurd dit jaar in de Ronde van Vlaanderen?

Pauwels: "Gebuurd? Dus je bedoelt dat ik per ongeluk won? (lacht) Ik was beschermde renner en ik geraakte alleen voorop, tot Omar Fraile mij inhaalde. Ik zag dat er iemand op mijn wiel kwam. Ik keek en ik dacht: iets, een Ene-wiel, dus een ploegmaat. Fraile heeft dan nog eens overgepakt en kop getrokken en heeft mij laten winnen. Het bijzondere was dat ik eigenlijk twee koersen, de etappe en de eindwinste. Ik ben echt door de Kanaalunnel naar huis gereden in een soort euforie."

Oefenen jullie soms het winnen? Handen in de lucht na een sprintje, als niemand het ziet?

Pauwels: "Ik heb toen in Yorkshire mijn handen in de lucht gegooit. Als je kans hebt..."

De Backer: "Ik heb dat wel eens gedaan, maar dat was toen ik nog met de fiets van school naar huis reed. Ik heb zelfs ooit mijn jump geoffend en ik had een rugzak aan waardoor ik te veel gewicht

'Ik ben prof geworden omdat ik de koers begreep. Later zijn er veel prof geworden omdat ze hoge wattages stampten'

BERT DE BACKER

'Ik ben een beetje bang voor na mijn carrière. Ik denk dat ik de uren alleen op mijn fiets ga missen. Ik hou van die eenzaamheid'

SERGE PAUWELS

wie de kopman is en wie wat moet doen, nu al, en er moet veel gebeuren om daar van af te wijken. Of Tom Dumoulin de Tour rijdt, weet ik niet, maar ik vermoed van wel."

Pauwels: "Dat zal toch wel."

De Backer: "Ik heb vorig jaar samen met hem de Giro gereden. Toffe gast, is in het echt zoals hij op tv overkomt. Hij zegt ook waar het op staat en hij is natuurlijk een ongelukkig talent."

Pauwels: "Ik zou het graag zien: Dumoulin volgend jaar tegen Froome in de Tour."

De Backer: "Froome zal niet meer verbeteren en Tom kan nog beter."

Wat vinden jullie van de dominantie van Sky?

De Backer: "Je mag hen alvast niet verwijten dat ze hun werk goed doen. Ik heb er weinig contact mee, maar ik ben niet geïntimideerd. Soms lijkt het wel arrogant, als ze in ploeg op kop komen, maar ik laat mij niet doen. Ik ga niet uit de weg."

Pauwels: "Ik heb alleen contact met de jongens die ik ken van mee samen te rijden. Michiel Kwiatkowski bijvoorbeeld, een hele aardige gast, en Wout Poels. Daar praat ik wel eens mee. Er is ook veel afgunst gemeeld met Sky, dat grote budget, die vele middelen. Toen bekend raakte dat elke renner om hygiënische redenen zijn eigen wasmachine had in hun nieuwe race hub werd dat wat om gelachen, maar wij zijn in de Vuelta wel met zes uitgevallen: allemaal rotavirus, iets wat baby's normaal krijgen. We hadden elkaar besmet."

Alberto Contador visiert Sky als hij zegt dat er een verbod op powermeters moet komen.

Pauwels: "Dat is onzin."

De Backer: "Zeker! Inderdaad, maar een beetje meer op gevoel rijden kan geen kwaad. Serge, als

naar achteren legde en ik achterover op mijn rug belandde, een mislukte wheeler."

"Winnen werd voor mij steeds lastiger. Ik heb voor het laatste gewonnen in de Grote Prijs Jef Scherens in 2013 en dat is een van de redenen dat ik wegga, ik hoop van volgend jaar af en toe eens mijn kans te kunnen gaan in Vlaamse wedstrijden, maar meestal zal ik rijden om Bryan Coquard in de sprint af te zetten. Ik wil een hele jaar in dienst rijden, maar die ene dag in Roubaix wil er voor mijzelf. Ik heb ook al bewezen dat ik vooraan kan eindigen, maar bij Sunweb kreeg ik de kans niet. Mijn beste plaats in de hiërarchie was tweede na Sinkeldam, in Roubaix."

Pauwels: "Allemaal voor één kopman, dat is opvallend aan zijn ploeg Sunweb, dat heeft Sagan gepassieerd en dat heeft Sagan niet gedaan. Nu, als Stephen Cummings en ik die mannen over een sprint horen praten, trekken wij grote ogen. Voor ons is dat een andere sport."

De Backer: "Ik heb een jonge gast gehoord in de ploeg die het meende wat hij zei: ik sprint voor de eerste plek en als ik val dan is het maar zo. Dat is te gek."

Pauwels: "Als je in de Vlaamse klassiekers start, trek je vooral een lotje: één kans op de tien dat je crasht."

De Backer: "Ik herleid dat voor mijzelf tot één kans op honderd. Ik wil altijd een uitweg. Dat is mijn tip aan jonge gasten: hou risicomarge in."

Pauwels: "We willen niet remmen, dat is het probleem."

De Backer: "Bang om plaatsen te verliezen, ik ken dat. Het is nat en koud, je zit à bloc. Je durft niet aan je remmen te komen en dan zie je iets verder een Sagan nog een vestje uittoken."

En wat is er gebeurd dit jaar in de Ronde van Vlaanderen?

Pauwels: "Gebuurd? Dus je bedoelt dat ik per ongeluk won? (lacht) Ik was beschermde renner en ik geraakte alleen voorop, tot Omar Fraile mij inhaalde. Ik zag dat er iemand op mijn wiel kwam. Ik keek en ik dacht: iets, een Ene-wiel, dus een ploegmaat. Fraile heeft dan nog eens overgepakt en kop getrokken en heeft mij laten winnen. Het bijzondere was dat ik eigenlijk twee koersen, de etappe en de eindwinste. Ik ben echt door de Kanaalunnel naar huis gereden in een soort euforie."

Oefenen jullie soms het winnen? Handen in de lucht na een sprintje, als niemand het ziet?

Pauwels: "Ik heb toen in Yorkshire mijn handen in de lucht gegooit. Als je kans hebt..."

De Backer: "Ik heb dat wel eens gedaan, maar dat was toen ik nog met de fiets van school naar huis reed. Ik heb zelfs ooit mijn jump geoffend en ik had een rugzak aan waardoor ik te veel gewicht

het wielersjaar 2017

► Bert De Backer en Serge Pauwels. 'Als je echt spannend, onvoorspelbaar, onvoorspelbaar wedstrijden wil, dan moet je die powermeters weghalen.'

© THOMAS LEGREVE

seerde mij. Vroeger met Wouter (Weylandt, die overleed in de Giro in 2011, HV) mochten we geen bord tegenhouden van de sprinters."

Pauwels: "Ik ben een beetje bang voor na mijn carrière. Ik hou van die eenzaamheid."

De Backer: "Fietzen is mijn meditatie moment. Mijn vrouw gaat weer werken en meestal met de fiets. Ik heb haar gezegd: profiteer ervan want dat zijn de momenten voor jou alleen. En na een tijd zei ze: jij hebt veel tijd om na te denken op die fiets. Dat klopt ook."

Jullie worden op de een of andere manier ploegleider, toch?

De Backer: "Een hele dagen in de auto zitten? Onze ploegleider deed Parijs-Tours en reed daarna naar Nederland naar huis, of uren aan een stuk achter het stuur. Management zou mij beter liggen, ik heb trouwens optie management gedaan in mijn master, pas later heb ik training er bij gedaan. Ik wil geen negen tot vijf job, ik wil flexibiliteit en ik wil niet in de file staan."

Pauwels: "Ploegleider zou ik wel zien zitten, maar dan in een opleidingsstructuur. Ik heb het gevoel dat ik nog elk jaar heel bijgeleerd terwijl ik op mijn 24ste voor het eerst dacht: nu weet ik het ongeveer wel. Niet dus. Die rugzak met ervaring wil ik doorgeven. Daar zit ook een opleiding economie in, maar daar heb ik straks vijfien jaar uit."

De Backer: "Ach, dat fris je in één jaar op en je bent veel slimmer dan toen je bent afgestudeerd met al die levensvaring. Heb jij je studies gecombineerd met een profstatuut?"

Pauwels: "Bij Topsport Vlaanderen en ze waren daar trots dat ik dat kon. Ik weet niet of het nu nog mag of kan."

De Backer: "Daarom sta ik in volle bewondering voor Tiesj Benoot. Die start een mullie naar zijn prof, gaat op stage naar de Sierra Nevada met twee boeken en voor hij de Ronde van België instapt, legt hij nog even examen af. En als ik hem dan vraag hoe het is geweest, zegt hij: o ja, ik was er door. Informatie? Zonder naar de les te gaan, die doet dat gewoon. Het duurt iets langer, zegt hij, maar het gaat ook. Chapeau."

Pauwels: "Ik heb ooit nog de Giro gereden en daarna twee examens afgelegd. Ik weet niet of ik dat nog zou kunnen opbrengen."

Wat is tot nog toe de prestatie als wielrenner waar je het meest trots op bent?

De Backer: "De dag die ik wilde winnen in Roubaix. Ik dacht tot dan: niet klagen, je hebt het talent van de kopman maar je hebt de schoonste job van de wereld en je verdient iets meer dan met je diploma. Die dag heb ik begrepen dat ik meer waard ben. Als ik de sprint voor de tweede plaats niet aantreft aan voor John Degenkolb, die hij wilt, ben ik een vijfde plaats waard."

Pauwels: "Mijn Tour van 2015 waarin ik derde ben geworden. Ik need niet eens voor de voorlaatste dag nog Alpine d'Huez op. Barguil had nog voor de klim afgehaakt en Thomas zette zich bij de klim van de klim op kop voor Froome en ging dan op kant. Ik was dus gerust met die twee wet, tot op vier kilometer van de aankomst werd gemiddeld dat Barguil en Thomas bij mij kwamen. Ik weet nog dat ik toen mijn biden heb weggegooid, mijn oortje uitgetrokken en vier kilometer de naaf van Thomas heb geïmagineerd. Ik was helemaal leeg, maar ik heb niet gelooft dat dat was waar op karakter. En neen, er was geen televisie bij."

geen echt beroep?

Pauwels: "Het heilige vuur is bij mij beginnen branden op vakantie in Le Grand Bernard toen we de Tour zagen passeren. Jijon Oegromen won en ik was verkocht. Als ik van de winter nadken over het hoe en waarom van mijn ambitie om er tegen aan te gaan, dan grijp ik altijd terug naar dat moment in de Alpen. En dat ik nu meer verdienen als wielrenner dan als TEW'er, heeft er niks mee te maken."

De Backer: "Ik ben tot van het fietske, al van toen ik een kind was tot op het erf bij ons. Mijn ouders en familie hebben nachtdans niks met wielrennen, wij zitten vooral in de paarden, maar bij mij is het fietsen. De vrijheid spreekt mij aan, bij mij is fietsen synoniem voor spelvreugde."

Vreemd voor een sport waarin afzien wordt verheerlijkt.

De Backer: "En toch, zo is het begonnen, als een spel. Ik reed wedstrijden en we reden zo hard als we konden: aha, we zijn nog niet tien. Nog eens hard rijden: aha, nu nog met vijf. Bon, ik won natuurlijk niet te veel op die manier maar ik kamu-

bepaalde hoogte overnemen en dan presteer je soms dingen die fysiologisch niet mogelijk zijn.

De Backer: "Precies en daar ben ik momenteel een boek over aan het lezen van ene Fitzgerald, *How Bad Do You Really Want It?* Ik geloof in de manipulatie van het lichaam door de hersenen. Als je echt spannende, onvoorspelbare wedstrijden wilt, dan moet je die powermeters weghalen."

En de ploegleiders, en de auto's, en minder renners per ploeg.

Pauwels: "Dat laatste, daar ben ik erg voor. Zes renners per ploeg zoals in de Ronde van Yorkshire, dan kun je niet een heel peloton in de Tour lam leggen. Alleen zou dat voor renners als Bert en mijzelf een slechte zaak zijn, want dan dreigen wij ons werk te verliezen. Nu zitten ze aan acht, misschien gaan ze ooit naar zeven."

De Backer: "Het zal wel aanpassen zijn en koers hangt aan elkaar van de tradities. Verander de bandendruk bij wijze van spreken en er is al protest."

Waarom koersen jullie, waarom hebben jullie

je een training hebt met blokjes, en je komt buiten en je powermeter doet het niet? Hoe ongelukkig ben je dan?"

Pauwels: "Ik zou inderdaad even duren voor ik mij daar over zou kunnen zetten, maar dan zou het wel op gevoel moeten. Ik zet dat ding soms af in wedstrijden en ik geloof ook niet dat je bij Sky continu op die meters kijkt, zoals wordt gezegd."

De Backer: "Bij ons is er voor tijdritten wel zo iets als een *paceing plan*, dat stuk aan die wattage, bergop zoveel watts, afdaling idem, enzovoort."

Pauwels: "Ik hoorde dat Dumoulin tijdens de tijdrit op het WK dacht dat zijn meter kapot was, omdat hij te veel watts trapte. Cavendish zei mij dat hij vandaag geen kans zou krijgen om prof te worden omdat zijn tests te slecht zouden zijn."

De Backer: "Ik ben prof geworden omdat ik de koers begreep. Later zijn er veel prof geworden omdat ze hoge wattages stampten, maar een keer wringen om als eerste aan een klim te beginnen, dat konden ze niet. Wattages zeggen niet alles."

Ook de geest kan het lichaam tot op een