

HOE HET BEGON

H"Je bent 14 jaar en je woont in Velp aan de voet van de Posbank. Wat is dan je zondagmiddag-ritueel? In mijn geval was dat na een ochtend hardlopen op mijn oude, roestige racefiets stappen om tig keer omhoog te rijden. Het doel was al klimmend echte wielrenners in te halen, en al dalend motorrijders te passeren. Dat lukte best aardig. 'Daar moet je iets mee', is me dikwijls gezegd. Dat stimuleerde en waren vroege voorkeuren van mijn levensbestemming."

JACHTIG BESTAAN

"Ik ben altijd blijven sporten, ook toen ik vanaf mijn 25ste hard ging werken als organisatieadviseur. Ik kwam terecht in een jachtig bestaan, was altijd bezig en werd kampioen in mijn tijd efficiënt benutten. Desondanks had ik toen al geen interesse in het materialisme van de wereld waarin ik werkte. Zo gaf ik niets om leaseauto's. Ik lette alleen op de grootte van de kofferbak zodat ik mijn fiets altijd mee kon nemen. Dan zette ik bij een fikse file de boel aan de kant om een stuk te fietsen tot ik verder kon. Later had ik ook standaard een Tax mee zodat ik 's avonds in het hotel nog even de pedalen kon laten rondgaan."

PARADIJS

"Na jarenlang draven leerde ik Gran Canaria kennen. Een regelrecht fietsparadijs: bergen, kust én een ideaal klimaat. Die bergen riepen me telkens of ik kwam buitenspelen en ik maakte een ommezwaai. De *locals* leerden me weer in het moment zijn, niets doen en herbronnen. Ze leven met een glimlach in het nu, en maken zich minder zorgen over de toekomst. Dat inspireerde me en het kwartje viel: lummelen – écht helemaal niets doen – is immens belangrijk voor je brein, lijf en kwaliteit van leven. Hoe tegengesteld het ook klinkt, daardoor creëer je sprankeling en succes in je werk, en kom je tot onverwachte fietsprestaties. Lummelen loont."

SPARTACUS

"Sinds een jaar of vijf woon en werk ik de hele winter op het eiland. Tijdens mijn fietskilometers kom ik vaak trainende profs tegen. Ik volg de koers goed en weet tot hun verrassing vaak precies hun uitslagen. Zo trainde ik een aantal jaar geleden een winter met Cancellara. Je zou het misschien niet

verwachten, maar ook de grote *Spartacus* had ontspanning hoog in het vaandel staan. Hij wist exact wanneer hij moest pieken en kon heel goed zijn energie doseren. Daardoor had hij op de juiste momenten een trefzekere focus."

DROOM

"Het is een van de elementen die ik als coach aan de leiders meegeef: terugschakelen en van daaruit op de bepalende momenten het verschil maken. Soms knijp ik nog in mijn arm, om zeker te weten dat het waar is. Want het is zover gekomen dat ik nu alleen nog op de fiets leiders coach. Al mijn werkafspraken vinden nu plaats in het zadel.

Dat is dynamisch, leuker en we komen sneller en optimaler tot de kern."

FIETSBOHEMIAN

"Mijn fietsstijl beschrijf ik als *bohemian*. Het staat voor fietsen met een glimlach, voor aandacht hebben voor de natuur en niet al te veel voor je teller, voor je eigen koers durven varen én voor doseren. Dat probeer ik ook de deelnemers aan mijn Leergang Koersverleggend Leiderschap mee te geven, een *workation retreat* in het voor- en najaar hier op het eiland. Een leiderschapsweek op de fiets waarin ik de deelnemers zie groeien, en steeds ook mezelf blijf heruitvinden. Leven als fietsbohemian voelt oprecht als een enorme rijkdom."

NAAM:
Dirk van Raalte
LEEFTIJD:
50
WOONPLAATS:
Bennekom/
Gran Canaria
BEROEP:
leiderschapscoach
FIETST:
25.000 km en
350.000 hm in
2019
FIETS:
Cannondale
Ultimate



LUMMELEN LOONT