

Bilthoven, 21 juni 2012

## **PERSBERICHT**

# **Sportarts in opleiding Tessa Backhuijs fietst de Tour de France en houdt blog bij**

Op 30 juni 2012 start de Tour de France in Luik. De finish is 22 dagen later in Parijs. De renners hebben dan 3.500 km afgelegd!

Een groep van 34 wielervanaten fietst hetzelfde traject van de Tour de France, alleen dan een dag ervoor. Sportarts in opleiding Tessa Backhuijs, werkzaam op de sportgeneeskundige afdeling van het UMC Utrecht, doet mee aan deze 'eigen Tour' en zal speciaal voor Sportzorg.nl een blog bijhouden. In het blog zal ze haar ervaringen als arts en sporter delen.

Doelstelling van Tessa is dat iedereen Parijs haalt. Renners die tijdens de Tour geblesseerd raken kunnen rekenen op de diensten van Tessa. Inmiddels heeft Tessa bij 9 van de 34 renners een VO2max test afgenomen. VO2max staat voor de maximale hoeveelheid zuurstof die een sporter kan opnemen tijdens een maximale inspanning. Er wordt gekeken wat er met het lichaam van een sporter gebeurt tijdens deze maximale inspanning. Ook heeft Tessa op basis van de testresultaten de individuele trainingszones bepaald voor iedere renner.

Tijdens de Tour zal Tessa van alle renners een korte vragenlijst afnemen om te analyseren hoe vermoeidheid gemonitord kan worden. Aan de hand van de resultaten wil Tessa een wetenschappelijk artikel schrijven.

De Tour van 2012 bevat negen vlakke ritten, vier 'overgangsritten', vier gematigde bergetappes (waarvan één met aankomst bergop) en vijf bergetappes (waarvan twee met aankomst bergop). In de bergen en tijdritten is er voldoende ruimte voor het aftasten van de individuele krachtsverhoudingen, maar de 'eigen Tour' is geen wedstrijd en de renners zullen elkaar hard nodig hebben om de onvermijdelijke 'slechte dagen' en 'zwakke momenten' door te komen. De renners rijden zoveel als mogelijk gegroepeerd, bij elkaar uit de wind.

De organisatie van de 'eigen Tour' is Tropical Cyclist, bedrijf van Pascal Kolkhuis Tanke, ex profrenner.

De ervaringen van sportarts Tessa Backhuijs zijn te volgen via: [www.sportzorg.nl/tessabackhuijs](http://www.sportzorg.nl/tessabackhuijs)

Volg Sportzorg.nl ook op Twitter: [www.twitter.com/sportzorg](http://www.twitter.com/sportzorg) en Facebook: [www.facebook.com/sportzorg](http://www.facebook.com/sportzorg).

**Noot voor de redactie**

Inlichtingen kunnen verkregen worden bij Danny de Beer van Bureau Sportgeneeskunde, telefoon 030-2252290. Website: [www.sportzorg.nl](http://www.sportzorg.nl). E-mail: [info@sportzorg.nl](mailto:info@sportzorg.nl).

*Sportzorg.nl is een samenwerkingsverband tussen de Vereniging voor Sportgeneeskunde, de Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie in de Sportgezondheidszorg en het Rijksinstituut voor Volksgezondheid Milieu. Sportzorg.nl is een onafhankelijke website en de ontwikkeling van de site is mogelijk gemaakt door het ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport.*