

Beste lionsvrienden en vriendinnen,



Graag nodigen we jullie uit voor een presentatie door
Lennart Michels
over zijn fietstocht vorig jaar naar China (zie bijlage)

Datum: Woensdag 12 oktober 2022
Plaats: De Rustende Jager in Nieuw Vennep
Aanvang: 20.00 uur

Groeten, Gerard Broersen.

STAD & REGIO 9

Solofietser vertrekt vandaag voor tocht van 10.000 kilometer

Van Houten naar China op de fiets: diabetes houdt Lennart niet tegen

Als je diabetes hebt, kun je meer dan je denkt. Om dat te bewijzen vertrekt Lennart Michels (29) morgen uit Houten om solo naar China te fietsen. „Je moet alle uitdagingen in het leven aanpakken, ook met diabetes.“

**Maarten Venderbosch
Houten**

Echt afzien wordt het in Tadzjikistan. Daar fietst Lennart Michels (29) op een 4600 meter hoogste door het Pamirgebied. Afzien, maar tegelijk ook genieten. De bergwanden laten hem steile kliffen, rotsen, watervallen en kale berghevelingen zien. Hij trapt er langs kuddes geiten, schapen en yaks. Zijn blik glijdt er over brede valleien, lege vlaktes en met sneeuw bedekte pieken en hoge passen.

Maar eer hij zo ver is, zitten we al diep in de zomermaanden. Eerst koopt vandaag Lennarts moeder aan de Valkeniersborch in Houten nog een keer zijn lievelingskostje. In zijn ouderlijk huis pakt hij daarna nog een keer een goede nachtrust. De volgende ochtend gaat zijn avontuur van start: in zes maanden solo naar China fietsen.

Brandende kuiten

Het worden 10.000 lange kilometers om af te leggen. Met vijf dikke fietstassen vol spullen bij zich. Spullen die stuk voor stuk onontbeerlijk zullen zijn. Een tentje, warme slaappak, kookspullen, gereed-

▼ Dit landschap hoopt solofietser Lennart Michels aan het einde van de zomer te zien als hij arriveert in China na een tocht van zo'n 10.000 kilometer.

FOTOMONTAGE AD

schap en fietsonderdelen. Helm en laptop en daarbij een zonnepaneel op te klinken koeltassen insluiten. Die moeten spulbrandende amir High-plateau dat van wereldwijd nog het een maan-

weethouden de dingen te blijven doen die hem lief zijn. Zoals verre reizen maken. Dat hij straks, op Goede Vrijdag, in Houten de straat uit fietst op weg naar China is niet alleen omdat Lennart Michels houdt van avontuur.

Het is ook om iets te bewijzen en om een voorbeeld te stellen: diabetes is niet fijn, zeker niet. Maar wie zijn gezondheid in acht neemt, regelmatig beoefent sport en beweegt kan veel meer dan hij denkt en zal zich daarbij ook een stuk beter voelen.

Lennart Michels deed al bijna eind-examen aan De Heemlanden in Houten, toen het zijn moeder begon op te vallen dat hij dunner werd, veel dronk en opvallend vaak naar het toilet moest. „Dat zijn de klassieke symptomen die wijzen in de richting van diabetes. Ik was in die tijd ook vaak pittig moe. Maar ja, ik zat dan ook in een periode van examenstress en ik had daarnaast een baantje in de supermarkt. Ik wilde nog even goed geld verdienen, want ik zou na het behalen van mijn diploma met een vriend een half jaar

gaan reizen door Australië. Twee weken na mijn eindexamen werd duidelijk dat ik diabetes heb. Toen was meteen de vraag: kan die reis wel door-

Margot verklaarde Lennart aanvankelijk voor gek, maar inmiddels is zij helemaal 'on board'. „Ik denk dat het straks ergens in Turkije zal zijn, dat

Oude Lada

Lennart ging studeren in Amsterdam en woont daar nu ook. Sinds die eerste trip heeft hij meerdere (rugzak)reizen gemaakt. Hij voorkeert deze voor de fiets. De vriend door K

duchheid. Hij reist van op de gast-vrijheid van mensen langs de route. „De meeste mensen deugen, schreef Ruiger Bregman – trouwens ook een Houtenaar. Daar ga ik gedurende de reis dan maar van uit. De

UTRECHT-ZUID 7

China bereikt, geen leuke band

Het is hem gelukt. Vijf maanden vooraf heeft Lennart Michels (29) zijn tocht naar China voorbereid. Hij is nu in China, op een 4600 meter hoogste door het Pamirgebied. Afzien, maar tegelijk ook genieten. De bergwanden laten hem steile kliffen, rotsen, watervallen en kale berghevelingen zien. Hij trapt er langs kuddes geiten, schapen en yaks. Zijn blik glijdt er over brede valleien, lege vlaktes en met sneeuw bedekte pieken en hoge passen.

Via lentochina.com is Lennart Michels te volgen tijdens zijn reis.

Graag nodigen we jullie uit voor een presentatie door Lennart Michels over zijn fietstocht naar China.