Als sportleraar heb ik jarenlang veel gevraagd van mijn lichaam. Rond mijn 30ste kreeg ik steeds meer last van het sporten. Mijn lichaam recupereerde onvoldoende. Na een voetbalwedstrijd was ik niet meer in staat om de dinsdag terug te trainen. Dus zocht ik mijn uitlaatklep in andere duursporten. Lopen en fietsen werden mijn nieuwe passies. In het begin maakte ik snel vorderingen. Maar na een wedstrijd moest ik terug een weekje rusten vooraleer ik terug aan een nieuwe training kon beginnen. Zo raak je inderdaad niet ver. Ik liep als 35-jarige wedstrijden van 10 km aan maximum 13 km/uur. Fietstochten lukten aardig zolang ik de grens van 60 km niet overschreed. Ik had mij erbij neergelegd dat dit met de leeftijd te maken had…

Onze vakanties zijn altijd sportieve vakanties. We brengen steeds een weekje door in het hooggebergte, gevolgd door een strandvakantie. Dit komt dus neer op een weekje 'cols van tour de france op en af fietsen, bergwandelingen maken. Gevolgd door strandlopen.

En ja daar heb ik Herbalife leren ontdekken. Mijn vrouw nam de producten al in 2005 om af te slanken. Met prachtig resultaat. En ik zat met brandstof en recuperatie problemen tijdens het sporten. Onder het motto baadt het niet, dan schaadt het niet begon ik stelselmatig de producten te nemen. Al snel voelde ik mijn lichaam sneller recupereren, waardoor ik mijn trainingen kon opdrijven.

Herbalife gaat nu altijd met ons mee op vakantie.
Momenteel loop ik als 49- jarige dezelfde loopwedstrijden als 10 jaar terug maar nu aan 15 km / uur. Ik fiets nu bergritten van 120 km in de alpen of de pyreneën.
Vorig jaar bijvoorbeeld fietste ik de Peyresourde- Col d'Aspin- Tourmalet- Col d'Aspin en terug de Peyresourde. In de namiddag een bergwandeling van 4 uur samen met het gezin.

Mijn weekprogramma bestaat uit 40 km lopen, 150 km fietsen en 5 km zwemmen.
Nooit gedacht dat mijn lichaam als 49 jarige meer kon presteren, dan 15 jaar terug.