



Michal Teunkens, zaakvoerder van Mighty Monday, nam in januari 2016 deel aan de Trias Trail. Samen met 14 andere ondernemers beklom hij de Cayambé in Ecuador. Het doel van deze beklimming was om fondsen te werven voor de plaatselijke quinoaboeren in de Andes.

TRIAS

KBF: Wat was je motivatie om deel te nemen aan de Trias Trail expeditie? Stond het hoog op je bucket list?

Michal: Twee elementen speelden hierin een belangrijke rol. Enerzijds was ik als zaakvoerder op zoek naar een goed doel dat ik wilde ondersteunen, anderzijds hou ik wel van een sportieve uitdaging. Je stuit dan op een organisatie die ondernemers zoekt om een vulkaan te beklimmen voor een goed doel. Verder is het zo dat ik bedrijven help bij hun onderneming op vlak van personeelszaken en Trias helpt lokale mensen te ondernemen in hun omgeving. Als er op zoveel vlakken een match is, dan kan je niet anders dan volmondig 'ja' zeggen. Deze combinatie zorgde er ook voor dat het opgezette trainingsplan goed werd opgevolgd. En als het een keer niet lukte, zag ik erop toe een volgende keer zeker niet te ontbreken. Ik ben trots dat ik op de top van een berg staan kan afvinken en dan nog de hoogste berg op de evenaar!

KBF: Hoe heb je jezelf voorbereid op de expeditie?

Michal: Ik heb me in eerste instantie vooral op sportief vlak voorbereid. Daar werden we heel goed in begeleid door de mensen van Bakala Academy en Bjorn Vandeweghe van Climbing Managers. Na een fysieke test ontvingen we een trainingsschema dat ik zo goed en zo kwaad als mogelijk heb proberen vol te houden. Elke maandag konden we in groep gaan trainen in Gent, of op andere locaties wanneer mogelijk, wat een welgekomen afwisseling was van steeds alleen trainen. Op maandag deden we dan de fysiek zwaardere oefeningen op de Gentse 'skiberg'. Trekken, sleuren met touwen of andere attributen, oefenen op naar boven én naar beneden stappen ... Uiteindelijk ben je niet alleen aan het afzien, maar samen met de andere deelnemers en op die manier ontwikkel je een fijn groepsgevoel. Met 'samen krijgen we de Cayambe-vulkaan wel klein' als motto! Op maandag kregen we ook stelselmatig meer informatie over wat we onderweg naar de top zouden kunnen tegenkomen. Zo bereid je je ook mentaal voor op de reis. Dichter bij de vertrekdatum begint het mentale gedeelte namelijk een grotere rol te spelen. Je klaarmaken voor vertrek, dat begint ook bij heel eenvoudige zaken zoals bepaalde aankopen doen die je nodig hebt. Langzaam maar geraak je helemaal doordrongen van de reis en de doelen die je je hebt gesteld: "Ik haal de top samen met de andere deelnemers".



TRAIL

interview Michal

De groep klimmers op de flank van de Illiniza Norte, met in de verte de top van de

KBF: Met welke gevoelens ben je aan de 'start' verschenen? Was er twijfel over 'ga ik het wel aankunnen'? Of was je zelfverzekerd?

Michal: De dag van het vertrek droop de goesting ervan af: "Laat die vulkaan maar komen! Ik ben er mentaal en fysiek klaar voor." De voorbereiding was goed verlopen. De kleine kwaaltjes en probleempjes die ontstaan waren, opgelost of verdwenen. Uiteraard was er ook een gezonde dosis spanning en angst. Hoe goed je je ook voorbereid, je weet niet hoe je lichaam zal reageren op de hoogte. Je kan ziek worden. Of simpelweg iets verkeerd eten... Op dat ogenblik voel je je als een topatleet die naar de Olympische Spelen vertrekt. Ik ben er klaar voor. Ik heb me goed kunnen voorbereiden om te kunnen schitteren. Zolang er maar geen 'externe' tegenslag optreedt.

Teunkens

Cotopaxi-vulkaan

KBF: Wat vond je het uitdagendste aspect aan de Trias Trail als klimervaring?

Bij de landing was ik wel wat ongerust: ik had hoofdpijn. Geland in Quito, de hoofdstad van Ecuador, op 2800 meter en al last van hoogteziekte ... Ik dacht 'het gaat toch niet waar zijn zeker?' Eerst lach je het een beetje weg en minimaliseer je het fenomeen als vermoeidheid te wijten aan de vlucht. Een paar dagen later werd mijn eerdere vrees helaas bevestigd: ik had hoogteziekte. Het enige wat je dan nog kan doen, is niets ondernemen dat je toestand verergert. De hoofdpijn is gedurende de hele reis nooit weggegaan, maar werd gelukkig ook niet erger naarmate we hoger klommen.

Michal: Je zet jezelf een doel: op de top van een berg staan. Alleen heb je geen enkel idee onder welke omstandigheden je dat gaat doen. Op het vliegtuig kon ik de film 'Everest' bekijken. Ook al weet je dat je niet blootgesteld gaat worden aan een extreme situatie als in de film, toch stel je je vragen. Ik had op dat moment nog nooit een heel hoge berg van dichtbij gezien, laat staan op grote hoogte geweest. Ik had nog nooit op gletsjers gewandeld. Ik dacht ook aan de weersomstandigheden, die je tenslotte niet zelf onder controle hebt. Voor mij was de hele tocht, met die onbekende factoren, het meest uitdagende aspect.

KBF: Welke parallellen vallen er volgens jou te trekken tussen bergbeklimmen en ondernemen? Altijd hogerop?

Michal: Persoonlijk vind ik dat er veel parallellen te trekken zijn. Je start een avontuur of een droom, zoals je dat zelf voor ogen hebt. Je stelt een plan uit en werkt er naar uitvoering toe. Naargelang de omstandigheden kan je beslissen om sneller of trager te schakelen. Onderweg kom je tal van obstakels tegen en die bied je het hoofd, zonder je uiteindelijke doel uit het oog te verliezen. Op dat moment wil je die inspanningen goed verdelen en voldoende rustmomenten inlassen. Het draait voor een stuk ook om je vrees te overwinnen, want je komt situaties tegen die je angst inboezemen en je onzeker maken. De eerlijkheid gebiedt mij te zeggen dat ik veel geleerd heb van die tocht.

Een aanpak die ik zelf dien te veranderen in het ondernemen, is durven vragen om ondersteuning. Als je wilt groeien, moet je beseffen dat je niet alles alleen kunt (blijven) doen. Als de juiste personen je ondersteunen, kun je je doel – en meer bereiken - en dat is prettig. Wat ik nog geleerd heb? Pauzes durven inlassen! Als je altijd maar door loopt, bestaat het risico jezelf voorbij te hollen, met alle gevolgen van dien. Die rustmomenten bieden je ook de mogelijkheid tot reflecteren: waar sta ik nu, wat kwam er op mijn pad sinds de start en wat moet er nog gebeuren.

“DEZE TOCHT ME HELEMAAL UIT MIJN COMFORTZONE GEHAALD. EN DAT VOELDE GOED. IN NIET EVIDENTE OMSTANDIGHEDEN STEEDS NAAR OPLOSSINGEN ZOEKEN EN DE UITDAGING BLIJVEND AANGAAN...”

KBF: Wat heeft een vulkaan beklimmen je over jezelf geleerd?

Michal: Dat alles relatief is. Op de flanken ben je aan het werken om boven te geraken en elke hindernis - hoe klein ook – nemen, voelt op dat moment als een grote overwinning. Elke stap is een stap dichterbij je doel: bovenop de top staan. Eens boven, volop genietend van het uitzicht, voel je je onoverwinnelijk. En ook wel overmand door emoties. Je ziet de wereld ineens vanuit een heel ander perspectief. Dan begint de terugtocht naar het basiskamp en is de expeditie voorbij. Dan voel je je plots heel klein naast die gigantische reus en rest je enkel nog nagenieten van het prachtige avontuur. Vanuit een ander perspectief heb ik ook geleerd dat ik niet alles zelf kan doen. Je dient op tijd de nodige steun in te roepen van kenners. Professionals weten waarmee ze bezig zijn en geven je enorm veel tips. Zij helpen je uiteindelijk je droom te verwezenlijken. Of dat nu een berg beklimmen is of een andere onderneming. Die vertaalslag naar mezelf en mijn zaak heb ik nu ook gemaakt. Deze tocht heeft me helemaal uit mijn comfortzone gehaald. En dat voelde goed. In niet evidente omstandigheden steeds naar oplossingen zoeken en de uitdaging blijvend aangaan. Tot slot wens ik ook even stil te staan bij het belang van goede communicatie onderweg. Elke persoon heeft andere communicatieve noden, maar het belangrijkste is dat er überhaupt gecommuniceerd wordt. Ook in moeilijke omstandigheden. Wanneer je uitgeput bent, het te warm of te koud hebt ... is het belangrijk om je stem te laten horen. Te laten weten hoe je je voelt. Dat geldt beslist niet alleen voor je Nederlandstalige compagnons. Ook met je gidsen die net als jij niet in hun moedertaal met jou communiceren. Ik ben er meer door gefascineerd geraakt, door communicatie onder mensen.



Gelukzalige ontlading bij aankomst in de refuge op de Ilizina Norte (4.700 m)

KBF: Vertel eens iets over de unieke combinatie van klimmen, maar dan voor het goede doel. Hoe is jou die bevalen?

Michal: Enorm! Als mensen me vragen naar mijn tocht dan beginnen mijn ogen meteen te fonkelen en kan ik niet stoppen met vertellen. De combinatie van beide schenkt extra voldoening, vind ik. Je daagt jezelf tweemaal uit: door geld in te zamelen voor je vertrek en vervolgens door de top te bereiken. Aan het begin van onze reis een cheque van 45.000 euro mogen overhandigen aan de medewerkers van de Coprobrich-coöperatieve en de blijdschap op hun gezichten zien, gaf schonk mij een bijzonder voldaan gevoel.

"JE ZET JEZELF EEN DOEL: OP DE TOP VAN EEN BERG STAAN. ALLEEN HEB JE GEEN ENKEL IDEE ONDER WELKE OMSTANDIGHEDEN JE DAT GAAT DOEN..."

Je moet weten, de omstandigheden waarin deze mensen quinoa telen en klaarmaken voor transport is verbazingwekkend te noemen. Dat je met je eigen ogen kan zien waar en hoe de ingezamelde fondsen concreet worden ingezet, is een enorme meerwaarde. Ik was enorm blij mee het verschil te kunnen maken. Zeker nadat de leden ons vertelden welke investeringen ze gaan doen om nog beter te kunnen ondernemen.

En dan 10 dagen later sta je op de top van de Cayambe en neem je een heel persoonlijke bagage mee terug naar beneden. Die combinatie maakt je als persoon sterker en doet je sneller relativiseren als je eens een tegenslag hebt.

KBF: Tot slot: is de ervaring voor herhaling vatbaar?

Einde 2017 trekt Trias naar Mount Stanley in Oeganda. Plan je opnieuw deel te nemen? Waarom zou je deze nieuwe expedities aanbevelen?

Michal: Absoluut, ik kan het iedereen aanraden. Graag wil ik met andere deelnemers en collega-ondernemers Mount Stanley in Oeganda gaan beklimmen. Een ander continent met andere uitdagingen om een top te bereiken. De expeditie in Ecuador heeft me uit mijn comfortzone gehaald en me veel doen inzien met betrekking tot mezelf en mijn bedrijf. Deze ervaring heeft me sterker en rustiger gemaakt. Een heerlijk bevrijdend gevoel overvalt je eenmaal je op de top staat en je geniet met elke vezel van je lichaam. De spreuk 'work hard, play hard', omschrijft het helemaal. Ik zou zeggen trek je bergschoenen aan en stap mee op een ontdekkingsstocht voor jezelf, en indien van toepassing: jouw bedrijf. ▲

Nota: Voel jij je aangesproken door het verhaal van Michal Teunkens? Eind 2017 vertrekt Trias ngo naar Oeganda om er Mount Stanley, met zijn 5.109 meter de op twee na hoogste berg van Afrika, te beklimmen. Meer informatie vind je op www.trias.ngo/nl/triastrail.



De Trias Trail deelnemers komen na een 6 à 7 uur durende klim aan op de top van de Cayambé-vulkaan (5795 m), 's werelds hoogste berg op de evenaar