

'Iedereen kan Struunroutes lopen'

De indrukken van de 23 Struunroutes in Groningen, die Han Vermaat (47) enkele jaren geleden op schrift stelde voor het Groninger Dagblad, zijn in boekvorm verschenen. Wie zelf over de (in lengte van 1 tot 25 kilometer variërende) Struunroutes van de Vereniging voor Kleine Dorpen Groningen wil kuieren, moet de bundel *Strunen in Groningen* en een routekaart kopen. Ze zijn verkrijgbaar bij de VVV in de stad Groningen.

Zijn uw blaren inmiddels helemaal genezen?

"Als getraind loper heb ik nooit blaren gekregen, al heb ik alle 23 Struunroutes in een half jaar tijd afgewerkt. Het scheelt ook een stuk als je goede wandelschoenen aantrekt en die op de juiste manier inloopt. Je moet gewoon regelmatig wandelen."



Han Vermaat op zijn struunroute bij Uithuizen.

Foto: Archief DvH N

Hoeveel kilometer heeft u totaal gelopen voor deze bundel?

"Ongeveer 400 kilometer. Inderdaad ken ik nu de meeste hoeken en gaten in de provincie Groningen wel. In ken in elk geval de verschillende sferen: van het weidse Noord-Groningen tot het veel intiemere coulissenlandschap in het Westerkwartier en de bosrijke omgeving bij Sellingeren."

Was de gevarieerde schoonheid van Groningen een verrassing voor u?

"Niet echt. Ik heb mijn jeugd in Marum doorgebracht en later

lange tijd in de stad Groningen gewoond. In 1995 ben ik naar Leeuwarden verhuisd. Nu woon ik in Oldenzaal. Maar Groningen is mijn provincie en mijn stad. Als de kans zich voordoet weer naar Groningen te verhuizen, doe ik dat zeker."

Wat is uw favoriete Struunroute?

"De wandeling over 't Pad bij Marum. Een stuk van een Struunroute loopt daar tussen de weilanden door. De laatste eeuwen is hier niets aan het landschap veranderd. Als je het prikkeldraad wegdenkt, zie je hier hetzelfde als

een wandelaar twee eeuwen geleden zag."

Strunen, wat betekent dat precies?

"Het is Gronings voor struinen: een eindje lopen zonder dat je echt een doel hebt. Eigenlijk klopt de naam dus niet helemaal. Wie de Struunroutes loopt, volgt immers met behulp van een kaart een van tevoren uitgezet traject."

Kan iedereen zo'n Struunroute lopen en wat heb je er voor nodig?

"Voor de meeste routes kun je volstaan met een paar goede wandelschoenen en een bij de VVV

aangeschafte routebeschrijving. De routes kosten maar enkele euro's. Ja, ook bejaarden kunnen deze wandelingen lopen. Ik beveel het hen zelfs warm aan. Lopen is heel gezond."

■ STRUNEN IN GRONINGEN

Gopher Publishers levert *Strunen in Groningen*, een boekje met zwartwit-illustraties, via internet rechtstreeks aan belangstellenden: loes.damhof@gopher.nl. Exclusief verzendkosten is de prijs 11 euro.

2012 13-11-03