

# Afzien Louise Cornelis voor beginners

## Met een grote groep op de fiets door Afrika



### Een filosofisch fietsboek over de zin van een zware tocht.

De *Tour d'Afrique* is een loodzware fietstocht. Hij voert in vier maanden tijd van het noorden van Afrika naar het zuidelijkste puntje van het continent: van Caïro naar Kaapstad. Dat is in totaal meer dan tienduizend fietskilometers, gemiddeld 125 kilometer per dag. Over bergen, door woestijnen, op slechte, onverharde wegen. In kou en hitte, en dwars door de regentijd. Langs de Nijl, de Kilimanjaro en de Victoria Watervallen. Maar ook over honderden kilometers saaie, rechte asfaltwegen door de *bush*. Sommige deelnemers fietsen tot ze erbij neervallen, terwijl anderen het grootste deel van de tocht in de bezemwagen doorbrengen. De *Tour d'Afrique* van 2008 was bovendien turbulent: in Kenia dreigde een burgeroorlog en de groep was veel groter dan anders.

### Waarom zou iemand zo'n zelfverkozen lijdensweg ondergaan?

Daarover gaat *Afzien voor beginners*, een filosofisch fietsboek. Louise Cornelis laat aan de hand van haar ervaringen tijdens de *Tour d'Afrique* 2008 zien dat gedoseerd afzien de moeite waard is: je wordt er een beter mens van. Iets wat andere duursporters en extreme reizigers zullen herkennen en beamen.

*Afzien voor beginners* is een aanrader voor iedereen met interesse in (duur-)sport in het algemeen en fietsen in het bijzonder, reizen, cultuurverschillen, Afrika (vooral Ethiopië), keuzes, psychologie en groepsdynamica... en griezelverhalen over hoe erg het was, en hoe ver en hoe eng!

De auteur, Louise Cornelis (1966), werkt als tekstadviseur en -docent. En ze is gepassioneerd fietser: elk jaar trapt ze duizenden kilometers weg. Ze reed grote tochten als de Marmotte, de Amstel Gold Race en Luik-Bastenaken-Luik. Maandelijks schrijft ze de *Fietsvrouw*-column in het tijdschrift *Fiets*.

*Afzien voor beginners* is een uniek boek. Het gaat in op de *waarom*-vraag van extreem sporten en reizen. Louise Cornelis beantwoordt die vraag op een creatieve manier: met een knipoog naar haar andere vakgebied, advies over zakelijke teksten.

*Afzien voor beginners* is verkrijgbaar via de website [www.afzienvoorbeginners.nl](http://www.afzienvoorbeginners.nl), bij uitgeverij Totemboek en bij de betere boekhandel.

Het boek bevat 98 pagina's, 11 grote kleurenfoto's en een routekaart.

ISBN: 978-90-77557-63-1

Prijs: € 16,95

Website: [www.afzienvoorbeginners.nl](http://www.afzienvoorbeginners.nl)

Contact met de auteur: [afzien@lhcornelis.nl](mailto:afzien@lhcornelis.nl)

