
De Vriendenband

Inhoudsopgave

pagina

69e jaargang nummer 4, 2020

Van de voorzitter	1
Van het secretariaat	2
Advertentie YALP	3
Piet van der Kruk (78) overleden.....	4
Advertentie Jamin Sports	5
Mijn herinneringen aan Liliane Mandema	6
Oud-Olympisch atlete Jannie van Eyck-Vos overleden	8
'Iedere dag is er één'	9
De Nederlandse wereldrecords (slot).....	10
Advertentie Herzog Medical	16
Advertentie Global Sports Communication	17
Vrijheid.....	18
Memory Lane.....	20
Stichting Atletiekerfgoed	22
Ode aan J. Isinbajeva	24
Advertenties Praktijk Energiek en Risk en Sport	25
Voor het voetlicht: CareworX	26
Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd	32
Advertentie BK Ingenieurs	38
Onze jarigen	39
Bijzondere jarige: Henk Brouwer	40

Kopij Vriendenband oktober 2020

Graag vóór 20 september 2020

aan de redactie:

Piet Wijker

De Uitkijklaan 12, 1974 XP IJmuiden

pietwijker@gmail.com

tel.: (0255) 513 700 / (06) 202 19 316

Van de voorzitter

Laat ik vooral hopen dat onze Vrienden ongeschonden door (de eerste golf van) het coronavirus zijn gekomen. Voor zover het u direct of indirect heeft geraakt, wens ik u een goed herstel toe met nog een mooie nazomer in het vooruitzicht.



Het lijkt er inmiddels op dat we de sportieve activiteiten weer voorzichtig kunnen oppakken. De volksgezondheid blijft, buiten kijf, daarbij natuurlijk op nummer één staan. Met een versoepeling van de maatregelen wordt het weer mogelijk om in groepsverband te kunnen trainen en zelfs wedstrijden te organiseren. Uiteraard omgeven met richtlijnen vanuit de Rijks-overheid (RIVM), de noodverordening van de Veiligheidsrisico's en de meer specifieke sporttakgerichte protocollen.

Een ware lappendeken aan richtlijnen ligt voor ons. Geen sinecure voor een eenvoudig sportbestuurder of wedstrijdorganisator. Toch is het nodig om uit deze crisis te komen. En natuurlijk doet het een beetje vreemd aan om te zien, hoe drie atleten op grote afstanden van elkaar en onder volstrekt verschillende omstandigheden de winst op de 200 m (of was het 185 m?) proberen te pakken. Zelfs Churandy Martina moest zich enige moeite getroosten om blij te blijven.

Maar toch fijn dat er nog wedstrijden mogelijk zijn, waaronder een aantal nationale kampioenschappen in de komende periode. En het voelt goed om Femke Bol in een 'face-to-face' meeting het Nederlands record op de 400 m horden vrouwen in 53,79 dik te zien verbeteren. Femke ja, die afgelopen najaar tijdens de ALV van de Vrienden de Gouden Pluim in ontvangst mocht nemen.

Zij is het stadium als beloftevolle atlete al weer ruimschoots voorbij!

Dat brengt mij op de ALV van de Vrienden voor dit jaar. Aanvankelijk gepland op 4 april jl., maar het coronavirus gooide roet in het eten. Met de kennis van nu zal deze plaatsvinden op **zaterdag 10 oktober a.s.**, in het Oude Tolhuys in Utrecht. Inloop vanaf 12.00 uur, aanvang ALV om 13.00 uur en als afsluiter een informeel samenzijn met o.a. een film over de Olympische Spelen van 1928 in Amsterdam, toegelicht door de bekende sporthistoricus Jurryt van de Vooren.

Via de nieuwsbrief volgt uiteraard nog nadere informatie.

Graag tot dan!

Rien van Haperen, voorzitter

Van het secretariaat

Adres secretariaat:

Jaap van Amsterdam, Irenestraat 74, 2161 PZ Lisse,

Tel.: 0252 418414 of 06 29288128,

E-mail: secretaris@vriendenvandeknau.nl.

Website: <http://www.vriendenvandeknau.nl>.



Mocht iemand bezwaar hebben dat zijn gegevens via de Nieuwbrief- aan de leden gecommuniceerd worden of anderszins, laat dit dan even weten via ons mailadres. Wij zullen je mailadres dan uit ons bestand halen.

Daarnaast gaan wij ervan uit dat foto's op de website gewoon gepubliceerd kunnen worden, als ook gegevens via De Vriendenband. Mocht je op welke wijze dan ook hiertegen bezwaar maken, laat dit dan ook aan ons weten.

Mededeling:

- Op dit moment zijn wij aan het onderzoeken hoe en wanneer wij de ALV gaan organiseren. Je hoort hier binnenkort meer van per email.
- Wij hebben, voor het tweede jaar op rij, een bedrag van € 1.000,- ontvangen als sponsoring van het ING Nederland Fonds. Dit fonds van medewerkers en door en voor medewerkers van ING Nederland wil hiermee de vrijwilligers-activiteiten van haar medewerkers ondersteunen. Wij ontvingen het bedrag voor onze activiteiten van het jeugdfonds. Wij zijn de ING veel dank verschuldigd.
- Gelukkig gaat een aantal NK's toch door. Weliswaar in aangepaste vorm en zonder publiek, maar de atleten kunnen weer vol aan de bak. Te starten op 29 en 30 augustus met het NK Senioren te Utrecht.

Data en locaties

ASICS NK Atletiek	AV Phoenix & U-Track Utrecht	29 en 30 augustus
NK Meerkamp Senioren/ U18 / U20	AV NOP Emmeloord	5 en 6 september
ASICS NK U18 & U20	AV Altis Amersfoort	12 en 13 september
NK 10.000 meter (Gouden Spike)	Leiden Atletiek	19 september
ONK Para Atletiek	AV Attila Tilburg	20 september
NK Masters	MPM Hengelo	3 en 4 oktober

NK Snelwandelen 10 km en 50 km	RWV (vindt plaats in Tilburg)	4 oktober
NK Marathon	Le Champion – Amsterdam	18 oktober
NK Werpvijskamp	AV Edam – Edam	24 en 25 oktober

Overlijden

- Liliane Mandema is op 22 juni op 61-jarige leeftijd overleden. Zie ook de pagina's 5 en 6.

Opzegging lidmaatschap

- Martijn van der Vis
- Anneke Kamer-de Bruin
- Ina Blauw-Scholte

Wijziging

- Elly van der Hulst heeft een nieuw adres. Apartado 222, 8150-909 S. Bras de Alportel, Portugal



Als iedereen regelmatig zou bewegen zouden we ons **fitter**, gezonder en mentaal beter voelen. Dat geldt zeker ook voor **65-plussers**.

Yalp en Olga Commandeur zorgen samen dat senioren op een leuke manier in beweging komen. Dit doen zij op een speciale manier. Met een beweegtoestel voor ouderen. Olga Commandeur verzorgt bij iedere Yalp locatie in Nederland **advies en ondersteuning**.

www.yalp.nl/oudereninbeweging
T. 0547-289 410 | E. info@yalp.nl

**Ouderen
inbeweging**
samen op een Olga Commandeur plein

Meer sporten en nieuwe mensen ontmoeten.
Samen bewegen op een Olga Commandeur Plein.



Piet van der Kruk (78) overleden

In de nacht van 4 op 5 juni is oud-atleet Piet van der Kruk op 78-jarige leeftijd in het ziekenhuis van Delft overleden, waarin hij een maand eerder was opgenomen.

Piet van der Kruk maakte niet alleen naam in de vaderlandse atletieksport, maar ook als gewichtheffer. In deze sport veroverde hij niet alleen vijf nationale titels, maar nam hij tevens deel aan de Olympische Spelen van 1968 in Mexico, waar hij negende werd in de zwaargewichtklasse.

Als atleet excelleerde Van der Kruk in het kogelstoten. Hij was de eerste die bij de junioren in 1960 de kogel voorbij de 16 meter stootte, om vervolgens bij de senioren in 1967 met 17,09 m, alweer als



eerste, de 17-meterbarrière te doorbreken. Van der Kruk, lid van het Delftse AV'40, was een autodidact en een pionier op het gebied van gewichtraining in de atletieksport. Hij ontwikkelde zelf zijn trainingsschema's en fabriceerde, samen met zijn trainingsmaatje, discuswerper Cees Koch, de daartoe benodigde halters. In een interview in De Vriendenband in 2010 vertelde Koch, hoe Van der Kruk en hij in zijn garage in Bergschenhoek tweemaal in de week met die halters aan de gang gingen. "Op zijn Solex kwam hij vanuit Delft door weer en wind. Piet schroomde niet om alle natuurelementen te trotseren. Zijn vader had de schijven op de fabriek gebrand en ik kwam met hout aanzeulen vanuit de zaak en daar maakten we dan banken van. Zo was je bezig. Na afloop had Lau (Laura, de vrouw van Cees – PW) soep en een broodje klaar en dan ging Piet om een uur of tien, half elf weer op zijn brommertje naar Delft toe." Tussen 1959 en 1970 veroverde Van der Kruk twee nationale jeugd- en vier nationale seniorentitels en nam hij deel aan 34 interlandwedstrijden. In 1981 werd hij door de KNAU onderscheiden met het Unie Erekrus in goud. Twee jaar later volgde zijn benoeming tot Ridder in de Orde van Oranje Nassau. En sinds 2007 was hij erelid van AV'40. Na zijn actieve sportloopbaan vervulde Piet van der Kruk vele bestuurlijke functies in de sport. Enkele van de belangrijkste: Bestuurslid van de Nederlandse Sportfederatie (1983-1988), Hoofd van de Sector Sportaccommodaties van NOC*NSF (1988-1998) en Directeur van het Nederlands Centrum voor Dopingvraagstukken (1998-2002). Daarnaast had hij verschillende publicaties op zijn naam staan, voornamelijk op het gebied van het gewichtheffen.

Met zijn overlijden verliest de Nederlandse atletiekgemeenschap een markant atleet. Bestuur en leden van de Vrienden van de Atletiek condoleren de familie met dit grote verlies en wensen haar bij het verwerken ervan alle sterkte toe

Piet Wijker

JAMIN SPORTS

WORLDWIDE TRAVEL AND TICKET PACKAGES

2020

EURO XC - DUBLIN, IRELAND - 13 DECEMBER

EURO INDOOR CHAMPS - TORUŃ POLAND - 5-7 MARCH

WORLD INDOOR CHAMPS - NANJING, CHINA - 19-21 MARCH

WORLD XC - BATHURST, AUSTRALIA - 20 MARCH

MULTI- EVENT CHAMPS - GOTZIS, AUSTRIA - 29-30 MAY

EUROPEAN TEAM CHAMPS - MINSK, BELARUS - 19-20 JUNE

EUROPEAN U23 BERGEN, NORWAY - 8-11 JULY

EUROPEAN U20 TALLINN, ESTONIA - 15-18 JULY

TOKYO, JAPAN, 23 JULY- 8 AUGUST

EURO XC - TURIN, ITALY - 12 DECEMBER

2021

2022

WORLD CHAMPS - EUGENE, USA - 15-24 JULY

COMMONWEALTH GAMES - BIRMINGHAM, UK - 27 JULY- 7 AUG

+44 800 840 1116

INFO@JAMINSPORTS.CO.UK

 facebook/jaminsports

WWW.JAMINSPORTS.CO.UK

Mijn herinneringen aan Liliane Mandema

(12 februari 1959 – 22 juni 2020)

Op 22 juni 2020 overleed, slechts 61 jaar oud, mijn oude atletiekmaatje Liliane Mandema. In de tweede helft van de jaren zeventig van de vorige eeuw maakten wij deel uit van een groep atleten die onder de bezielende leiding van Cock Mooijman trainde op de Laan van Poot in Den Haag. Wij waren lid van de toenmalige damesvereniging Olympia '48 en trainden samen met de heren van V<C Den Haag. Bekende namen uit die tijd waren Truus van Amstel, Monique Jansen, Henriette Vooijs, Resi Fransen, Isaline Hage, Lia van der Linden, Wim Berkhout, Hans Verroen, Steven Meppelink en Ysbrand Visser. Deze groep trainde hard en was zeer getalenteerd.

Ik herinner mij de wintertrainingen op Ockenburg, het paardenpad in de duinen en de zandheuvel bij Houtrust. En de tempotrainingen op de Laan van Poot uiteraard, toen nog een sintelbaan. Liliane was een van de draagsters van de competitie- en estafetteploeg, en door haar talent voor met name de 400 meter was zij inzetbaar op de 100, 200, 400 en 800 meter. De damesploeg van Olympia '48 wist in die tijd enkele formidabele prestaties te bereiken, zoals het winnen van de PJ-beker, het Nederlands kampioenschap voor clubteams in die tijd, in 1977, 1978 en 1982. Liliane nam dan de



200, 400 en 4 x 100 voor haar rekening. Daarnaast hebben wij in die tijd vele medailles gewonnen op de estafette-kampioenschappen. Ik kijk nog steeds met warme herinnering terug op de estafette-trein die wij toen, van 1976 tot 1982, waren (steeds Elly-Truus-Liliane, aangevuld met wisselende startloopsters als Henriette en Resi Fransen).



Estafettekampioenen in 1977. Vlnr. Liliane Mandema, Elly Henzen, Henriette Vooijs en Truus van Amstel.

(foto's beschikbaar gesteld door Elly de Regt-Henzen)

Een bijzondere vermelding verdient de 4 x 400 meter; ons bestuur organiseerde speciaal voor ons estafetteavonden in september 1977 en 1978 op de kunststofbaan aan de Zuidlaren-straat in Den

Haag. Het doel was om het Nederlands clubrecord te verbeteren. Dit is ook gelukt: zowel in 1977 als in 1978 verbeterde de ploeg, bestaande uit Elly, Monique, Liliane en Truus, het Nederlands clubrecord 4 x 400, en dit record, 3.41,4 min. staat nu, na 42 jaar, nog steeds! Illustratief voor onze inzet voor de club vind ik wel dat Liliane, Truus en ik, na een lang seizoen, een paar dagen na terugkomst van het EK in Praag, het record 4 x 400 meter verbeterden en kort daarna de competitiefinale wonnen. Voor ons was dit geheel vanzelfsprekend.

Liliane was individueel Nederlands kampioene 400 meter bij de junioren in 1977 en bij de senioren in 1982. Zij nam deel aan de EJK in 1977 in Donetsk, in een ploeg met o.a. Els Vader en Elly van Hulst, en was ook lid van de 4 x 400 van Oranje die deelnam aan de EK 1978 in Praag. Als lid van de Oranje ploeg heeft zij twee maal het Nederlands record 4 x 400 meter verbeterd, in 1978 en 1981. Dit record (3.33,01), samen met Desirée de Leeuw, Olga Commandeur en Tilly Verhoef, heeft standgehouden tot 1998. Ook heeft zij met Olympia '48, in een ploeg met onder meer Elly van Hulst, twee maal het Nederlands clubrecord 4 x 800 meter op haar naam gezet, in 1981 en 1982.

PR's Liliane Mandema

100 meter	11,9
200 meter	23,7
400 meter	54,05
800 meter	2.10,0

Liliane heeft haar atletiekloopbaan lang kunnen voorzetten, tot 1992, toen zij, toen al moeder van twee kinderen, nog een finaleplaats op de 200 meter tijdens het NK behaalde.

Toen haar mooie carrière als atlete was afgerond, bleef zij zich inzetten voor de atletiek aan de Laan van Poot, waar Olympia '48 en V<C Den Haag begin jaren negentig fuseerden tot Haag Atletiek. Zij zette zich vooral in achter de tafel van de wedstrijdorganisatie. Ik heb haar daar aangetroffen bij pupillenwedstrijden, competities, The Hague Hurdles, het NK Teams en, als laatste het NK senioren in 2019, waar zij de spil van het geheel was. Veel atleten wisten haar te vinden als fysio- en manueel therapeute.

Februari jl. openbaarde zich de vreselijke ziekte en al snel was duidelijk dat dit niet meer goed zou komen. Op 20 mei werd een huldigingsbijeenkomst georganiseerd waar zij, in bijzijn van haar gezin en vele vrienden vanuit de atletiekwereld, werd onderscheiden als erelid van Haag Atletiek en zij de sportpenning van de stad Den Haag ontving. Zij heeft hier erg van genoten. Liliane overleed op 22 juni.

Ik herinner mij Liliane als vriendelijk, behulpzaam en verbindend, en tegelijk krachtig en vastberaden. Ik zal haar niet vergeten.

De Vrienden wensen haar man, haar kinderen, kleinkind en andere dierbaren veel sterkte toe bij het verwerken van dit grote verlies.

Elly de Regt-Henzen

Oud-Olympisch atlete Jannie van Eyck-Vos overleden

Op 16 juni jl. is Jannie van Eyck-Vos, één van onze deelnemers aan de Olympische Spelen van 1964, op de leeftijd van 84 jaar overleden.

De atletiekloopbaan van Johanna van Eyck-Vos valt in twee delen uiteen. Toen Jannie Vos zich op achttienjarige leeftijd bij het Hilversumse GAC aanmeldde, had zij er al vele jaren gymnastiek opzitten. Zij ontwikkelde zich in de jaren die volgden tot een veelzijdige atlete, die zowel op de vijfkamp als bij het speerwerpen goed scoorde. In deze laatste discipline werd zij in 1956 zelfs met 40,26 m Nederlands kampioene.

Na hierna om uiteenlopende redenen met de atletieksport te zijn gestopt, pakte de inmiddels getrouwde Jannie van Eyck-Vos in 1959 de draad weer op en richtte zich vervolgens op de 800 m. Een eerste proefloop die zij dat jaar aflegde, eindigde in een tijd van 2.29. Daarna ging het snel. Met beste jaartijden van 2.15,3 in 1960 en 2.11,1 in 1961 behoorde de Hilversumse ook in deze discipline weldra tot de nationale top. Dat leverde haar in 1962 uitzending op naar de Europese kampioenschappen in Belgrado, waar Gerda Kraan de titel op de 800 m zou veroveren. Jannie van Eyck-Vos kwam er met 2.11,3 niet verder dan de series.

In 1964 beleefde Jannie van Eyck-Vos met haar uitzending naar de Olympische Spelen in Tokio het hoogtepunt in haar carrière. Ze drong er door tot de halve finale, waarin zij in haar persoonlijk beste tijd van 2.05,7 als zesde finishte.

Twee jaar later veroverde zij haar enige nationale titel op deze afstand, tien jaar na haar eerste NK-goud bij het speerwerpen. Het was haar laatste belangrijke wapenfeit.

Diep bedroefd vanwege haar overlijden condoleren de Vrienden van de Atletiek de familie en wensen haar veel sterkte toe met het verwerken van dit grote verlies.

Piet Wijker



Jannie van Eyck-Vos in 1965.
(foto Joost Evers, bron Wikipedia)

Ongeneeslijk zieke Els Vader: 'Ik ga echt niet onder een steen zitten'



'IEDERE DAG IS ER ÉÉN'

door Eric Roeske

CULEMBORG • Els Vader (60) en Haloo Scharn (75) zijn twee ex-top-sporters in hart en nieren. Zij nam als sprintster deel aan de Olympische Spelen in Moskou (1964), Los Angeles (1964) en Seoul (1988), hij als specialist op de 1500 meter aan de Wintebeker (1974). Al 38 jaar zijn ze onafscheidelijk, maar voorzichtig over de toekomst. 'Vorig jaar werd hij vader namelijk een zeldzame soort kanker geconstateerd. Thuis in Culemborg vertelt de oud-atlete openhartig over de lijfsweg die ze aan het afleggen is.

In maart 2019 krijgt Els Vader het slechte nieuws te horen. In de Papé van Vader, een versimpeling van de gangbare voorlichting, wordt de afwijking van de tweejarige darm vlak bij de navelstreek, bleek een kwaadaardige tumor te zijn ontstaan. Ze kan het zich niet herinneren, maar maanden later, allemaal nog heel goed herinneren. 'Ik werd ziek, kon niet meer eten en dacht wat overkomt mij nu? Ik was gewoon fit daarvoor. Je leeft gezond, eet gezond en ik heb nooit gekke dingen gedaan. En dan dit...'

De wereld van Vader staat in één klap op zijn kop. Twee maanden later gaat ze onder het mes. Tijdens een tien uur durende operatie wordt de kop van de twaalfjarige darm verwijderd, evenals de galblaas. 'Er

was een goede kans dat het darmweefsel verholpen was', vervolgt Vader. Na een lang herstel bleek bij een CT-scan dat de tumor echter toch weer gegroeid was. 'Dat bleef meteen in dat ik een slechte prognose kreeg. Ik had hoop ik nog maar een paar maanden te leven. Ik dacht dat mijn doodvonnis was getekend. Dat was het dan.'

'Dat doorzetten zit toch in je karakter'

Maar stadiocap besluit Vader toch nog te starten met een kuit, die ontlast het afleggen. 'Ik ben er erg ziek door geweest, maar het goede nieuws is dat de tumor daardoor kleiner is geworden. Het is een wonder dat ik weer voor een tijdje door kan. Ik leef bij de dag, iedere dag is er één', blijft Vader optimistisch getemd. 'Ik ga echt niet onder een steen zitten. Ik blijf gewoon mensen zien en ben open over mijn ziekte. Ik denk dat meestal dat ik topster ben geweest. Dit doorzetten zit toch in je karakter.'

Daarmee zegt Vader niets te veel. Ook op de atletiekbaan was ze onafgezien een doorzetter. In de jaren tachtig beheerste Vader alle sprintonderdelen. Op haar indoorvoetbalde palmares kwamen Nederlandse records te staan op de 50, 60, 100, 200 en 400 meter. International gedurende Vader uit op drie verschillende Olympische Spelen en bij de Europese kampioenschappen.

Indoor in 1985 veroverde ze een bronzen plak. 'Vannat de onmogelijke baan 1', lukt Vader direct in. 'Voor mij zat er twee. Dit vrouwen met goed voor Maria Koch die het wereldrecord op de 400 meter stads 1985 in handen heeft, redt. Als er ooit een geschiedenis lijst zou komen... Ik werd heel vaak gevraagd. Ik weet natuurlijk wel dat de vrouwen niet op mindaan liepen, maar ik ben er nooit verbleef door gekraak. Ik deed het laatste.'

Na de Zomerspelen in Seoul (1988) stopte ze. 'Ik heb



Oud-topprintster Els Vader, die driemaal deelnam aan de Spelen, vindt veel steun bij haar man Haloo. FOTO: ERIC RIESKE & AP/WIDE

heel veel goede wedstrijden gelopen, vaak onder de 23 seconden op de 200 meter bijvoorbeeld. Ik was superfit en sterk. Al met al ben ik tevreden met het toezicht van Haloo Vader, die nooit fulltimeproef is ge-

weest. 'Ik heb er altijd minstens 30 uur per week bij gewerkt. Als fysiotherapeut stond ik de hele dag. Geen kleine omstandigheden. Zeer hard per week trainen, vaak om negen uur 's ochtend thuis en dan pas eten. Als ik

darmen terugdeek, reth met ik me weer dat ik toch wel hard heb gelopen.'

Terwijl Vader de zwaarste strijd uit haar leven aan het voeren is, volgt er midden in de coronacrisis nog een klap. Het overlijden van haar goede vriendin en oud-toplete Liliane Manders, vorige maand op 62-jarige leeftijd, lukt er flink in. 'Ik heb meer geluk om haar dan om mijzelf', beklent Vader. 'Sinds ik ernstig ziek ben, heb ik Liliane mij en de veertien dagen op en ze is hier ook op bezoek geweest. We waren allebei spruiters en ingenoo even oud. En dan had ze ook nog een ongeneeslijke vorm van kanker. Het was ik. Alleen ging het bij haar nog veel sneller. Binnen een paar maanden was ze dood. Door de coronacrisis konden we niet eens afscheid van haar nemen.'

Vader probeert er onder-tussen het beste van te maken. Hardlopen zit er niet meer in, maar met haar man Haloo, die vroeger ook een van haar trainers was, wandelt ze elke dag. 'Lopen om fit te blijven is het allerbeste tien kilometer gestandigd, terwijl ik in januari nog dacht dat het stelpen was met me. Ik probeer zo positief mogelijk te blijven. Inmiddels heb ik clubtoes gescregen en veel andere bijverdiensten van de chemie', aldus Vader. En met een glimlach: 'Haloo doet natuurlijk dat ik zijn maatschappelijke 200 worden, maar dat hoop ik toch anders.'

'Je moet gewoon geluk hebben', voegt Scharn toe. 'Iedereen is anders. Maar je weet wel dat het gaat komen.'

'Juist mooi dat Dafne mijn record verbrak'



Op de WK in 2018 verbeterde Dafne Schippers het 30 jaar oude Nederlandse record van Els Vader.

CULEMBORG • Op 1 september 2018 verbrak Dafne Schippers tijdens de WK atletiek in Doha het dertig jaar oude nationale record van Els Vader op de 200 meter. Schippers, destijds WK-debutante, schreef de toptijd aan van 22.81 tot 22.69. Vader is vol lof over haar troonopvolgster. 'Ik vond het mooi dat

juist zij mijn record verbrak. Je kunt niemand beter hebben dan Dafne. Ze is een superatlete. Haar wedstrijdmentaliteit is van de buitencategorie. Hopelijk komt haar ontspanningswedstrijd, die ze op het laatste stuk van de 200 meter liet zien, weer gauw terug. Dan kan ze weer voor goed gaan.'

De Nederlandse wereldrecords (slot)

Nederlandse wereldrecords met Afrikaanse roots

Met de negen records die we in de vorige aflevering van deze serie de revue hebben laten passeren erbij opgeteld, zijn we aan begin van deze laatste aflevering uitgekomen op een totaal van 34 wereldrecords, op naam van Nederlandse atleten. Daar zou het bij zijn gebleven, als niet een tweetal talenten van wereldniveau, geboren buiten onze grenzen, de gelederen waren komen versterken, na zich om uiteenlopende redenen te hebben laten naturaliseren.

Lornah Kiplagat

De in 1974 in Kenia geboren en opgegroeide Lornah Kiplagat, die op haar vijftiende op school met hardlopen was begonnen, werd al in 1995 door de Zuid-Afrikaan Markus Pinksang overgehaald om naar Europa te komen. Daar bracht deze in Duitsland opererende atletiekmanager haar onder in een atletenhuis in Barsinghausen bij Hannover, tezamen met een twaalfstal mannelijke landgenoten. Die lieten haar aanvankelijk voor alle huishoudelijke taken opdraaien, maar daar maakte Lornah al gauw korte metten mee. Ze was immers niet naar Duitsland gekomen om als sloofje te werken. Toen een van de mannen zich daar niet bij neer wenste te leggen, sprong Pinksang voor haar in de bres. Hij zette de koppige Keniaan zonder pardon op het vliegtuig terug naar huis. Die actie had het gewenste effect. Een duidelijker signaal voor de elf overgebleven mannen was immers niet denkbaar.

Al gauw liet Lornah zich van haar beste kant zien: zij was bij vele wedstrijden in Duitsland vooraan te vinden, belandde regelmatig op het podium en liep in enkele maanden tijd flink wat geld bij elkaar, voor Keniaanse begrippen zelfs een klein fortuin. Hiermee liet zij thuis in Kenia voor haar ouders een stenen huis bouwen. Veel prestige leverden die wedstrijden haar overigens niet op; haar manager bleek niet in staat om haar in te schrijven voor toonaangevende wedstrijden. Vandaar dat zij eind 1996 overstapte naar Volker Wagner, een andere Duitse manager die onder meer Tegla Loroupe en Joyce Chepchumba onder zijn hoede had. Die wist Lornah Kiplagat wél buiten de Duitse landsgrenzen aan de start te krijgen van wedstrijden die ertoe deden. Het leverde al gauw resultaat op. Eind 1996 nam zij in Japan deel aan de halve marathon van Okayama en eindigde er bij de eerste tien, gevolgd door haar eerste grote succes: een overwinning op de marathon van Los Angeles in maart 1997. Ineens was zij geen onbekende atlete meer die slechts goed was als veldvulling, maar ontving zij als eliteloopster uitnodigingen voor deelname aan prestigieuze loopevenementen.

Anderhalve maand later ontmoet Lornah Kiplagat tijdens de Marathon van Londen voor het eerst Pieter Langerhorst. Zij is daar aanwezig als haas voor haar landgenote Joyce Chepchumba, die zij aan haar eerste grote overwinning helpt, hij als vertegenwoordiger van schoenen- en kledingsponsor Saucony. Hij had haar eerder in 1996 op advies van een

relatie een paar sportsokken opgestuurd en daar tot zijn grote verrassing van Lornah een bedankbriefje voor ontvangen. “Ik stond perplex, want meestal wordt er slechts om meer spullen gebedeld”, verbaast Langenhorst zich. Die beleefdheid herhaalt zich daarna enkele malen, terwijl Lornah hem er tussendoor ook uitslagen begint op te sturen.

In Londen klikt het direct tussen die twee en ze blijven contact houden. Het mondt uit in een liefdesrelatie, die ertoe leidt dat Lornah met haar Duitse manager breekt en in 1999 bij Langenhorst intrekt, die tevens het management op zich neemt. In Nederland is het, alsof zij in een warm bad wordt ondergedompeld. In Duitsland voelde zij zich nooit thuis, werd ze naar haar idee met de nek aangekeken. Kwam zij terug van een buitenlandse wedstrijd, dan was het bij de paspoortcontrole steevast raak. Eén keer belandt ze zelfs in een cel en wordt ze pas een half etmaal later weer vrijgelaten. Kinderen schelden haar uit voor ‘Schwarzenegger’ en als ze al eens rondkijkt in een dure kledingzaak, wordt haar schaamteloos gevraagd of ze beseft, ‘dat de prijzen waarschijnlijk niet binnen haar budget vallen’.

Het snijdt bij Lornah door haar ziel en leidt ertoe, dat zij wantrouwig komt te staan tegenover blanken. Pas als zij in haar nieuwe woonplaats Alkmaar niet langer onheus wordt bejegend, neemt haar achterdocht af. Lornah: “Hier doen de mensen ten minste normaal tegen je, geven ze je het gevoel dat je welkom bent. Sterker, toen ik voor de eerste keer bij Hylas, de plaatselijke atletiekclub een kijkje nam en vertelde dat hardlopen mijn broodwinning was, kreeg ik de sleutel van het toegangshek. Zodat ik voortaan op de door mij gewenste tijden op de tartanbaan kon trainen.”

Het is niet overdreven om te stellen, dat het huwelijk op 30 augustus 2002 tussen Lornah Kiplagat en Pieter Langenhorst en de daaruit voortvloeiende naturalisatie van Lornah in 2003 tot de meest lucratieve ‘deals’ behoort uit de geschiedenis van de Nederlandse atletieksport. Een greep: zilver in 2005 en goud in 2007 en 2008 op het WK halve marathon, goud in 2006 op het WK 20 km, zilver in 2006 en goud in 2007 op het WK Cross, goud in 2005 op het EK cross, prima Olympische prestaties op de 10.000 m in 2004 (vijfde) en 2008 (zesde), Nederlandse titels op de 10.000 m (2006), de 10 km (2005, 2006 en 2010) en de marathon (2005 en 2011), nationale records op de 5000 m, 10.000 m, 10 km, 20 km, halve marathon en marathon, plus vele overwinningen in tal van prestigieuze wegwedstrijden.



Wereldkampioene in wereldrecordtijd

Toen Lornah Kiplagat in maart 2003 haar Nederlandse paspoort ontving, had zij trouwens

Lornah Kiplagat, Dam tot Damloop 2002. (foto Bastiaan Heus, bron Atletiek Actueel)

al een beste wereldprestatie op haar naam staan. Op 22 september 2002 had zij de Dam tot Damloop gewonnen in 50.54 en dat had op de 10 Engelse mijl –want zo lang is die loop– nog niemand eerder gepresteerd. Maar ja, toen had ze nog de Keniaanse nationaliteit. Vier jaar later liet zij bij een volgende overwinning op diezelfde Dam tot Damloop zelfs 50.50 klokken, maar die verbetering van haar eerdere beste wereldprestatie werd door de IAAF, hoogstwaarschijnlijk vanwege de in 2004 van kracht geworden Point-To-Point regel, afgedaan als ‘irregulair’. *(met dank aan Hans-Peter Dries voor deze info)*



Alles goed en best, Lornah Kiplagat mocht eind 2006 dan inmiddels vier Nederlandse titels, een Europese crosstitel en een beste wereldprestatie op haar naam hebben gezet, op WK's was ze nog nooit verder gekomen dan een zilveren plak. Daar besloot zij drie weken na de Dam tot Damloop wat aan te doen, in het Hongaarse Debrecen, waar het WK over 20 km zou plaatsvinden. Met haar vorm zat het immers wel snor. En terwijl ze het een jaar eerder op het WK halve marathon in Edmonton nog had moeten afleggen tegen de Roemeense Constantina Diță-Tomescu, liet ze er ditmaal geen enkel misverstand over bestaan en snelde zij in 1:03.21 naar de overwinning, vijf seconden sneller dan het vorige wereldrecord uit 2001 van niemand minder dan Paula Radcliffe. Bovendien hield zij Diță-Tomescu met twee seconden verschil achter zich. Ook die eindigde dus nog onder de vorige mondiale toptijd, maar hield er nu ‘slechts’ een nationaal record aan over.

Lornah Kiplagat snelt zegevierend over de streep in Debrecen. De eerste wereldtitel is binnen, in recordtijd.
(foto J.P. Durand, bron Atletiek Magazine)

Sport minnend Nederland reageerde enthousiast. Wim Sloop, voorzitter van de KNAU, noemde haar bij terugkomst op Schiphol een atlete waar velen een voorbeeld aan konden nemen en ‘de ware ambassadrice van de Nederlandse atletiek’. Zelfs premier Balkenende liet van zich horen. Hij vertrouwde haar toe dat hij een rolmodel in haar zag. De KNAU promoveerde haar vervolgens tot lid van verdienste.

Twee wereldrecords in één race

Gestimuleerd door de in 2006 opgedane ervaringen begon Lornah Kiplagat het jaar 2007 in de ‘winning mood’. Op de WK veldlopen, die op 24 maart in het Keniaanse Mombassa in snikhete omstandigheden plaatsvonden, was er dan ook geen kruit gewassen tegen de nieuwbakken Nederlandse, die anderhalve maand eerder het parcours tijdens de Keniaanse crosskampioenschappen al grondig had verkend. “Het mooiste moment uit m’n

sportcarrière. Eentje om kippenvel van te krijgen”, omschreef Lornah na afloop haar overwinning in haar geboorteland, waarbij zij tweevoudig wereldkampioene Tirunesh Dibaba uit Ethiopië op 24 seconden achterstand zette.

Na in de volgende maand in 2:24.46 vijfde te zijn geworden op de marathon van Londen, nam Lornah Kiplagat tijdelijk gas terug om zich voor te bereiden op de 10.000 m bij de WK in Osaka eind augustus, gevolgd door het WK halve marathon in oktober in het Italiaanse Udine. Een spierblessure in haar rechter kuit, opgelopen tijdens een 10 kilometerloop in Londen op 1 juli, gooide echter roet in het eten en dwong haar om zich terug te trekken in haar eigen, in 2000 opgerichte trainingskamp in Kenia. Het ging ten koste van haar deelname aan de WK in Osaka. Nadat de blessure aanvankelijk maar niet wilde verbeteren, riep Pieter Langenhorst de hulp in van de Ierse fysiotherapeut Gerrard Hartmann. Die wist ten slotte de bron van de ellende in haar onderrug op te sporen en na een serie zeer stevige behandelingen de blessure weg te werken.

Net op tijd bewees Lornah bij een eerste en tegelijk laatste testloop op 7 oktober in Utrecht, waar zij de Fortis Singelloop over 10 km overtuigend won, dat die paar maanden gedwongen rusten en de hardhandige fysiotherapeutische aanpak van Hartmann hun vruchten hadden afgeworpen.

Door het gebrek aan wedstrijdritme stond Lornah Kiplagat in Udine overigens afwachtend aan de start. Een plan om een aanval te doen op het wereldrecord van de Zuid-Afrikaanse Elena Meyer, die de halve marathon in 1999 in 1:06.44 had afgelegd, had zij zeker niet. Het parcours, dat van een nieuwe asfaltlaag was voorzien, bleek op 14 oktober echter uiterst snel, zoals de mannen al hadden bewezen. Maar liefst zeven van hen waren op hun halve marathon binnen het uur gefinisht, met Zersenay Tadesse als winnaar in een kampioensrecord, 58.59. Na de start van de vrouwen sleurde Lornah dan ook al gauw aan de kop van het veld en vielen onderweg de concurrentes een voor een af. Kwam zij op vijftien km nog door in 46.59, vier seconden boven het wereldrecord op die afstand, op 20 km liet de Keniaanse Nederlandse een doorkomst-tijd noteren van 1:02.57, 24 tellen sneller dan in Debrecen het jaar ervoor, om vervolgens te finishen in 1:06.25, negentien seconden onder het wereldrecord van



Na haar dubbelslag in Udine preikte Lornah Kiplagat fier op de cover van *Atletiek Magazine* van november 2007. (archieff *Atletiekerfgoed*)

Meyer. Twee wereldrecords in één klap, van alle Nederlandse wereldrecordhouders had alleen Jos Hermens dat ooit eerder gepresteerd. Opnieuw wachtte daags daarna een KNAU-delegatie haar op Schiphol op en werd zij stante pede gepromoveerd tot erelid van de KNAU. Drie wereldtitels plus drie wereldrecords in een goed jaar tijd, dat was in onze atletiekgeschiedenis nog nooit voorgekomen. “De gedwongen pauze heeft me goed gedaan, zorgde d’r voor dat mijn lichaam was uitgerust”, oordeelde Lornah na afloop. Beide wereldrecords hielden stand tot begin 2011. Op 18 februari van dat jaar maakte Mary Keitany, die in 2007 door Lornah Kiplagat in Udine nog was verslagen, er eveneens in één race in Ras al-Khaimah 1:02.36 respectievelijk 1:05.50 van. (Bron: *Lornah Kiplagat – Het meisje van de nacht*, door Marco Knippen, uitg. Conserve – PW).

Sifan Hassan

Ten slotte zijn we beland bij de atlete die de aanzet gaf tot deze serie, vijf Vriendenbanden terug, Sifan Hassan. Moet ik u haar levensverhaal nog vertellen? Over hoe zij vanuit Ethiopië in 2008 naar ons land kwam, waar zij eerst in een opvangkamp in Zuidlaren terecht kwam en zich daar doodongelukkig voelde? Hoe een oplettende vrouw in Leeuwarden zich het lot van de ongelukkige tiener aantrok, haar opving en haar het hardlopen weer liet oppakken, waaraan zij eerder in haar geboorteland al wat had gedaan? Hoe zij later naar Eindhoven verhuisde en daar werd opgenomen in een Ethiopische gemeenschap, waar zij voor het eerst zelfstandig kwam te wonen en aan een ROC-opleiding in de zorg begon? Hoe ze zich aanmeldde bij Eindhoven Atletiek, waar oud-atleet Aiduna Aitnafa haar trainer werd? Hoe het oog van bondstrainer Honoré Hoedt op haar viel tijdens de Sylvestercross in Soest in 2011, die haar vervolgens naar Arnhem haalde en haar opnam in zijn trainingsgroep? En hoe zij in de jaren erna, onder de vlag van Global Sports Communication, het managementbureau van Jos Hermens, uitgroeide tot de topatlete zoals wij die nu kennen? Met, volgend op haar naturalisatie op 22 november 2013, een voor Nederlandse begrippen unieke erelijst, waaronder ‘slechts’ drie nationale titels? Ach, u kent dit hele verhaal toch wel?



Sifan Hassan in actie tijdens de Gouden Spike in 2012. (foto Erik van Leeuwen, bron Wikipedia)

Ik beperk me hier dus tot een chronologisch overzicht van haar internationale successen:

2013: EK veldlopen U23 goud

2014: EK 1500 m goud; EK 5000 m zilver

2015: EK ind. 1500 m goud; EK veldlopen goud; WK 1500 m brons

2016: WK ind. 1500 m goud

2017: WK 5000 m brons

2018: EK 5000 m goud; WK ind. 3000 m zilver; WK ind. 1500 m brons

2019: WK 1500 m goud; WK 10.000 m goud

Eerste wereldrecord ooit op 5 km

Wat opvalt in bovenstaande opsomming is, dat het allemaal medailles zijn die op de baan en bij het veldlopen zijn behaald. Er zitten geen WK's op de weg tussen, waarop bij Lornah Kiplagat nu juist het accent lag. Het wil overigens niet zeggen dat Sifan Hassan deze tak van de atletieksport tot nu toe links had laten liggen, want reeds in 2011 liet zij zich in ons land ook al op de weg zien, zoals bijvoorbeeld haar winst op de halve marathon van Eindhoven in dat jaar aantoont. Deelname aan WK's op de weg strookte echter vooralsnog niet met de doelen die Hassan zich bij de grote kampioenschappen op de baan had gesteld.

Dat het niettemin ook op de weg wel goed zat met Sifan Hassans ambities bewees zij al in 2018, toen zij in september de halve marathon van Kopenhagen won. Haar tijd van 1:05.15 was een Europees record, ruim een minuut sneller dan de 1:06.25 die Lornah Kiplagat in 2007 als wereldrecord op de klokken had gezet. De ene Nederlandse die een Europees record verbetert van een andere Nederlandse, een uniek feit volgens mij.

Het was daarna logisch dat Sifan Hassan, hierin aangestuurd door GSC, de kans greep die door de IAAF was geboden, om een wereldrecordpoging te wagen op de 5 km. In november 2017 had men deze afstand een officiële status gegeven en vanaf 1 januari 2018 opengesteld voor erkende wereldrecords. Bij de vrouwen was 14.45 als recordlimiet vastgesteld en aangezien Sifan op de baan in juli 2018 op de 5000 m het Europese record op 14.22,34 had gesteld, leek de kans op succes volop aanwezig. Gekozen werd voor de Monacorun op 17 februari 2019, een parcours van 5 km door de straten van Monaco. En hoewel het er na 3 kilometer niet naar uitzag dat de poging zou slagen, wist Sifan Hassan er na een laatste versnelling tot haar eigen verrassing nog net een tijd binnen de 14.45 uit te persen: 14.44.

Er is overigens al wel eens sneller gelopen. De Keniaanse Joyciline Jepkosgei had op 17 september 2017 als tussentijd tijdens haar wereldrecordrace op de 10 km van 29.43 een 5 km-tussentijd van 14.32 laten registreren. Dat was echter vóór 1 januari 2018 en dus geen wereldrecord. Verder heeft sindsdien niemand die tijd kunnen verbeteren, dus mag Sifan Hassan zich tot op de dag van vandaag recordhoudster op die 5 km noemen.



Sifan Hassan perst er in Monaco nog even alles uit en blijft net binnen de recordlimiet. (foto beschikbaar gesteld door Global Sports Communication)

Het 39^e wereldrecord

We zijn nu bij het 39^e en laatste wereldrecord van deze serie aangekomen en opnieuw fungeerde Monaco als decor. Voor Sifan Hassan was het vorstendom kennelijk ‘the place to be’ om tot grootse daden te komen. In eerdere jaren had zij er ook al eens haar PR op de 800 m en een nationaal record op de 1500 m gelopen. Ditmaal koos ze voor de Herculis meeting op 12 juli, een wedstrijd uit de Diamond League reeks. Ze had ditmaal haar oog laten vallen op de Engelse mijl, een weinig gelopen afstand, waarop zij haar eigen nationale record van 4.14,71 wilde verbeteren. Het werd meer. Want, hoewel het er halver-



Sifan Hassan in Doha.

(foto Filip Bossuyt, bron Wikipedia)

wege de wedstrijd nog niet naar uitzag, wist Sifan Hassan in de tweede helft zodanig te versnellen, dat ze ten slotte uitkwam op 4.12,33, een verbetering van het wereldrecord uit 1996 van de Russin Svetlana Masterkova met 0,23 seconden. “Als je de laatste 400 meter nog zo hard kunt en een wereldrecord loopt, geeft dat veel vertrouwen voor de 5000 meter”, reageerde Sifan na afloop verheugd. Hierbij doelde zij op de 5000 m die zij van plan was te lopen op de WK in Doha. Hoe anders zou het lopen. Maar daar weten we inmiddels alles van.

Piet Wijker

H | herzog
sport compression prevention & recovery



Plezierig sporten

Hardlopen is goed voor lichaam en geest maar dan liefst zonder vervelende pijntjes. Of je nu loopt om fit te blijven of prestaties te leveren, met de PRO Sport Compressiekousen van Herzog blijft hardlopen leuk!

Uit onderzoek blijkt dat

76% van de Herzog-gebruikers minder last heeft van blessures, sneller herstelt en meer plezier in het sporten ervaart.

Voordelen van de PRO Sport Compressiekousen

- ✔ Effectief door relatief hoge compressie en afnemend drukprofiel
- ✔ 6 meetpunten verzekeren de voor **jou** optimale pasvorm
- ✔ Die combinatie staat garant voor een doeltreffende werking!



HERZOGMEDICAL.COM



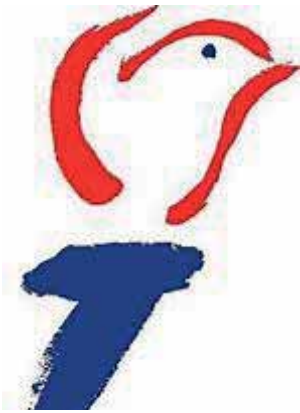
**ELITE ATHLETE MANAGEMENT
SPORTS MARKETING & SPONSORING
EVENT MANAGEMENT**



Global Sports
Communication

GLOBALSPORTSCOMMUNICATION.NL

Vrijheid



Bron illustraties: Wikipedia

Vrij om te trainen, waar en wanneer je wilt. Ook met wie, want in training kun je ver komen richting jouw top, maar door concurrentie van mensen met wie je traint, zet je het puntje op de trainings-i. Vrij om aan wedstrijden mee te doen, waar en wanneer je wilt. Wedstrijden, vanaf de eerste ter voorbereiding, zijn nodig, omdat deze je scherper maken. Dan de ‘grote’ wedstrijden waarin je er wilt of moet staan, want daar doe je het allemaal voor. Vrij om als kaderlid of medewerker in alle mogelijke opzichten fantastisch werk te doen voor atletiek in het algemeen, voor de Atletiekunie, voor jouw vereniging. Vrij om uit jezelf een tijdsbesteding te kiezen die jou aan banden legt.

We vonden het allemaal zo gewoon. De vrijheid om zo bezig te zijn, was normaal. Daar dacht je op geen enkele manier ook maar een seconde over na. Tot Covid-19 kwam. Ons totale leven ging volledig op de schop. Om te beginnen ervoeren wij een ‘intelligente’ lockdown, om medische redenen. Nadat de schrik van die eerste piek een heel klein beetje leek weg te ebbem, stak al gauw de economische problematiek die er uit voortvloeide, de kop op. Vervolgens realiseerden wij ons wat het allemaal sociaal-maatschappelijk betekende. We hadden toch lang genoeg ons best gedaan? Het ging toch beter? Het aantal bezette IC-bedden was in mei toch weer normaal, inclusief niet-Corona patiënten? Dan was het toch niet meer nodig om zo strikt volgens voorschriften te leven? Dan konden we toch weer onze vrijheid (in ieder geval deels) terug krijgen, nee, liever: terugnemen?

Het wordt tijd om eens stil te staan bij het begrip ‘vrijheid’.



Jan Terlouw, de oud-minister en auteur, definieerde het als volgt:

“Vrijheid wordt gecreëerd in een volledig democratisch functionerende maatschappij door het aannemen van wetten die beschrijven wat allemaal mag en wat we allemaal niet behoren te doen.”

Mooi gezegd, hoewel er bij moet worden opgemerkt dat dit omschrijft hoever de vrijheid van mensen ten opzichte van elkaar gaat. Waar mijns inziens overigens niets mis mee is. (Overigens had Montesquieu, Frans filosoof in 1748 al hetzelfde gezegd, hoewel met iets andere woorden.)



Jean-Paul Sartre, de Franse filosoof en ook auteur uit de vorige eeuw, benaderde vrijheid heel anders. Ieder individueel mens is volgens hem onder alle omstandigheden altijd vrij. Vrijheid, zo meende hij, wordt niet gevormd door wat er in de wereld om je heen gebeurt, maar vrijheid wordt bepaald binnen ieder afzonderlijk mens zélf. Sartre stelde ook in de Tweede Wereld Oorlog, dat ieder mens in een bezet land vrij was om “... zichzelf te kiezen, om zijn positie in de wereld volgens eigen normen te bepalen. Vrijheid is wat jij doet met wat jou wordt aangedaan.”

Tegenstrijdig? Dat lijkt misschien wel zo. Hoewel: Covid-19 heeft onze vrijheid in het -sociale- verkeer ernstig beperkt, dat is ontegenzegglijk waar. Maar het neemt niet weg dat binnen de opgelegde beperkingen het mogelijk blijft, in vrijheid je eigen weg te kiezen.

Kies maar: vind je dat het glas half leeg of half vol is?

Intussen is het zeker dat de nationale kampioenschappen die verplaatst waren naar september, ook dan niet gehouden kunnen worden. Zodat voor ieder individueel mens de vrijheid, om te bepalen of zij al dan niet mee wil doen als organisator, atleet, jurylid of medewerker, toeschouwer, geen vraag meer is. Onze ogen zullen ‘live’ plaatjes als dit in 2020 dus niet zien in ons land:



Lao Zi, de Chinese grondlegger van het Taoïsme in de zesde eeuw voor onze jaartelling, zei eens: “Daarom neemt de wijze de buik als standaard, en niet het oog.”

Waarmee hij bedoelde dat het oog nooit genoeg heeft en continu iets nieuws wil zien. Terwijl de buik, als je deze eenmaal goed vult, voor lange tijd tevreden is. De les eruit: wie weet dat genoeg genoeg is, heeft altijd genoeg. Maar of dit inzicht, om dit jaar met de buik naar atletiek te kijken, omdat het met het oog niet lukt, voldoende troost biedt??

Naschrift:

Vroeg inleveren bij een tweemaandelijks periodiek heeft een nadeel: actualiteit!? We kunnen toch met het oog naar de alsnog doorgaande NK Senioren kijken, zij het niet live, want publiek is om veiligheidsredenen niet welkom in Utrecht. Maar er is 29 en 30 augustus een uitgebreide live stream beloofd!

Hugo Tijmsmans

Memory Lane

Het is, gedwongen door het coronavirus en de daaruit voortvloeiende oorverdovende stilte op het sportieve front, een tijd van herinneringen ophalen. Alle belangrijke finales en glorieuze sportprestaties uit het verleden hebben we in alle media zo langzamerhand wel een of meerdere keren langs zien komen.

Nu doen we in dit blad per definitie toch al haast niet anders, maar dat wil niet zeggen dat we hier niet nog eens een extra duit in het zakje zouden kunnen doen. Vandaar hieronder het memorabele verhaal dat ik optekende tijdens een interview met Ciska Jansen voor de AW in 1977. Ciska is weliswaar al enkele jaren geen lid meer van de Vrienden, maar doet dat ertoe?

Ik maak me sterk dat er wel meer verhalen zijn, die meer dan de moeite waard zijn om nogmaals te worden verteld. Een nieuwe rubriek dus in dit blad? Wie zal het zeggen.

Ciska Jansen vertelt

In het Voetlicht-artikel dat ik twee jaar geleden over Harry Janssen op Aruba schreef (zie De Vriendenband nr. 4 van 2018), vertelde ik dat zijn toenmalige echtgenote Ciska Jansen na de geboorte van hun tweede kind, Miguel in 1970, de atletieksport voor de derde keer had opgepakt. Eerder, na de geboorte van dochter Monique in 1965, had ze dat ook al gedaan, wat bijna nog had geleid tot uitzending naar de Spelen in Mexico in 1968 ook. Nadat de Janssens zich eind 1968 vervolgens op Aruba hadden gevestigd, concentreerde het stel zich de jaren erna op het opzetten van hun Adidas-vertegenwoordiging op het eiland. Die zou in de loop der jaren uitgroeien tot de twee sportwinkels in Oranjestad die wij toevallig in de vorige Vriendenband, nu gerund door dochter Monique, nog weer eens langs hebben zien komen.



Ciska Jansen in 1974. (foto's Bert Verhoeff, bron Wikipedia)

Aruba was maar wat blij met de komst van het sportieve tweetal, die met hun prestaties veel publiciteit genereerden, publiciteit die trouwens ook hun sportieve business ten goede kwam. Na het veroveren van de titel

op de vijfkamp tijdens de Centraal-Amerikaanse en Caraïbische Spelen in Santo Domingo in 1974 vergaarde Ciska zelfs eeuwige Antilliaanse roem.

De blanke fee

Ciska: "Ja, een hele gekke ervaring is dat geweest eigenlijk. Mijn overwinning was daar een volslagen verrassing. Want natuurlijk deden ook de Cubanen mee. Nou ja, dat is een volk, dat overheerst met alles, in elke tak van sport. En dus was het voor de Cubanen

volkomen duidelijk, dat daar een Cubaanse zou winnen, en ook de nummer twee stond van tevoren al vast. Ze hadden de namen zelfs al doorgegeven aan de journalisten! Van mij hadden ze nog nooit gehoord. Zo'n witte vrouw tussen al die zwarten, dat kon nooit iets zijn. Nou, die keken raar op, toen ze mij eenmaal aan het werk zagen! De tweede dag waren ze dan ook opeens helemaal kapot van me. Ze noemden me de blanke fee en de blanke engel die over de baan ging! Ze konden zich gewoon niet voorstellen, dat een blanke vrouw dat allemaal kon. En dat vond ik weer zo geestig, hè! D'r waren daar praktisch alleen maar zwarten, ook op de tribune. Dus ik viel daar vreselijk op. Ze wilden me ook telkens eventjes aanraken....

Erg grappig was ook, dat er op de tweede dag enkele hooggeplaatste personen van de Antillen speciaal waren gekomen om naar mij te kijken, want ik stond na de eerste dag dus al in een erg goeie positie. En verder zaten er nog een hoop andere Antillianen op die tribune. Nou, toen ik gewonnen had, moest ik op het platform staan en werd de Antilliaanse vlag gehesen en het volkslied gespeeld. En toen hebben daar die hoge, dure kerels, zoals ik later gehoord heb, staan janken op de tribune, want d'r was nog nooit een Antilliaanse één geworden. Moet je nagaan!

Ik heb dat alles bij elkaar zo'n prachtige belevenis gevonden, ik heb er nog kranteknipsels van, in verschillende talen. En allemaal schreven zo over de blanke engel of zoiets. Alsof ik een half wereldwonder was...!"

Later dat jaar en weer even terug in Nederland bracht Ciska Jansen, mede gestimuleerd door haar ervaring in Santo Domingo, tijdens de NK op de toen nieuwe kunststofbaan van Papendal, het nationale record bij het verspringen op 6,45 m, nadat zij eerder al in juni het oude record van Corrie Bakker van 6,35 m had geëvenaard. Twee jaar later zou Ciska uiteindelijk tot 6,53 m komen, waarmee zij als een van de weinige Nederlanders de Olympische Spelen in Montreal zou halen. Hoe dat afliep is echter weer een geheel ander verhaal.

[Ciska Jansen springt 6,45 m tijdens de NK in 1974, een nationaal record.](#)



Overigens voegt de ervaring van Ciska Jansen in 1974 in het overwegend ‘zwarte’ Santo Domingo plotseling een geheel nieuwe dimensie toe aan de huidige wereldwijde ‘Black Lives Matter’ discussie.

Piet Wijker

Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed



Eerbetoon in Kollum voor Foekje Dillema

Bovenstaande tekst stond boven een krantenknipsel dat ik ontving van Elly Konings uit Drachten. Oplettend als altijd wanneer het mogelijke kopij voor De Vriendenband betreft, stuitte zij op een artikel in het Friesch Dagblad van de hand van Theo Klein.

Langzamerhand zijn artikelen over Foekje Dillema een regelmatig terugkerend verschijnsel. Maar eerlijk is eerlijk, de Friezen hebben Foekje in hun harten gesloten en gaan door met het eren van hun sprintkampioene.

Wat nu weer, zult u zeggen. Een fantastisch plan is geboren en daarop is van alle kanten positief gereageerd. Het plan is opgevat voor een reusachtige afbeelding van Foekje Dillema op een muur van de Meckama State in Kollum.



Het ontwerp is van de Drachtster graffitikunstenaar Marcus Wedman. Over de uitvoering is het laatste woord nog niet gezegd. Maar daar komen ze wel uit.

Op een pad langs de muur is pas ook ter ere van Foekje Dillema een honderd meter lange atletiekbaan geschilderd. Ze weten van geen ophouden in Friesland. Ook is er aan gedacht om daar een zandloper te plaatsen. Passanten kunnen dan testen, of ze de afstand kunnen lopen in Foekje's tijd van 12,1 seconden.

We houden u op de hoogte van de ontwikkelingen.

Tentoonstelling Sporthelden

In februari van dit jaar ontvingen wij via het verzoek van mevrouw Tessel Dekker om te helpen zoeken naar een foto voor een tentoonstelling. Ze vertelt hierover:

“In opdracht van de gemeente Amsterdam stel ik een tentoonstelling samen over de sporthelden waarnaar de straten van de Sportheldenbuurt zijn vernoemd. Deze tentoonstelling bestaat uit foto's van de sporthelden en zal te zien zijn in de Sporthal Zuidereiland. Eén van de sporthelden is atlete Lien Gisolf. Ik ben op zoek gegaan naar foto's van haar, in actie en het liefst ook waar haar gezicht duidelijk op te zien is. In mijn zoektocht vond ik een mooie foto op de website van de Nederlandse Atletiekhistorici. Paul van Gool (van de Atletiekhistorici) verwees mij door naar Stichting Atletiekerfgoed. Ik ben dus erg benieuwd of deze foto in jullie collectie zit, en/of wie weet hebben jullie ook nog wel mooiere foto's van deze atlete? Alvast bedankt!

Met vriendelijke groet, Tessel Dekker”

Henk Brouwer en Hugo Tijsmans bogen zich over de vraag en uiteindelijk hebben we een serie van tien foto's van Lien Gisolf naar Tessel gestuurd. Kennelijk is het haar gelukt om er een te kiezen, want we ontvingen het volgende bericht:



Lien Gisolf:

Op deze foto ziet u haar in actie in Lennep, op 24 juni 1928, tijdens een interland tegen Duitsland.

(foto: archief Stichting Atletiekerfgoed)

“... Inmiddels is het zover: de tentoonstelling is vanaf nu te zien! U kunt deze bewonderen in de sporthal op het Zeeburgereiland (Foekje Dillemastraat 118). De sporthal is vanaf 17 augustus geopend, 7 dagen in de week van 8:00 tot 23:00. Ik wil u nogmaals hartelijk bedanken voor het meedenken! Met vriendelijke groet, Tessel”

De reden om dit verhaal op te nemen in De Vriendenband is natuurlijk om onze leden, vooral de Amsterdammers, te attenderen op deze tentoonstelling, die volgens betrouwbare bron erg aardig is om eens te bezoeken.

Cvdm



*(foto André Zehetbauer,
bron Wikipedia)*

ODE AAN J. ISINBAJEVA

Jelena met je glanzend zwarte ogen,
je schalkse lach en je gespierde lijf,
ik tel je vingers tot ze alle vijf
om 't handvat van de polsstok zijn gebogen.

De tijd tikt weg. Dan kom je aangevlogen,
en als de stok buigt, sta ik zelf stokstijf,
totdat de lat ook ditmaal liggen blijft
en jij weer veilig neerdaalt uit den hogen.

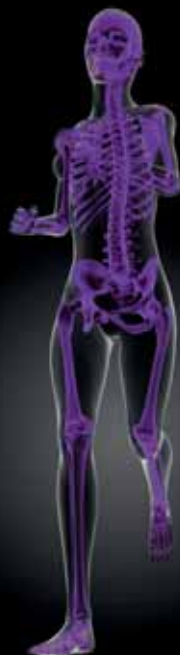
O, laat mij eenmaal in je vreugde delen
op 't landingskussen. In een verend bed
je passie blussen, die laatst bij de Spelen
mijn hart in lichterlaaie heeft gezet.

Dan, bij 't ontbijt, wacht ons een groot geluk,
want slaan we eensgezind jouw spaarpot stuk.

Leidschendam, 2002

Uit:
Binnen zonder kloppen
Verhalende gedichten

Hans Douwes



Vegatest

Met de VEGATEST- methode kunnen uitspraken worden gedaan over zwakke organen, belasting door pesticiden of insecticiden, een gebrek aan bepaalde stoffen, aanwezige parasieten, vergiftiging met zware metalen overgevoeligheid voor bepaalde levensmiddelen en allergische reacties.

Vegacheck

Met behulp van de Vegacheck wordt van verschillende gebieden in het lichaam de reactie op prikkels gemeten. Wanneer het lichaam te sterk of te zwak op een prikkel reageert, is er sprake van een storing in het lichaam die ziekteverschijnselen oproept of kan gaan oproepen.

Quantumfysica

In 60 seconden meten welke tekorten er zijn.

072-5156782 • www.marjabak.nl
marja.bak@gmail.com



**RISK
ENSP
ORT** .NL

**Een goed risicomanagement
is gewenst en toepasbaar voor
iedere organisatie.**

Het draait om het identificeren, kwantificeren en beheersen van risico's ook in de sport. Wij kunnen u met **"RiskenSport"** op al deze vlakken van dienst zijn. Denk daarbij aan het uitvoeren van inventarisaties, analyses en het begeleiden van self-assessments. De analysefase wordt gevolgd door het vaststellen van beheersmaatregelen om het risico af te wenden of te verkleinen.

www.riskensport.nl | info@riskensport.nl | **Tel:** +31.6.5385.5731

VOOR HET VOETLICHT

Hoe CareworX met Corona omgaat

Gerfred Greveling (links) en Rens Teeuwen aan weerskanten van het CareworX billboard. Op de achtergrond het hoofdgebouw van voetbalclub Telstar, waarin tevens de praktijk van CareworX is gevestigd. (foto Piet Wijker)



Infobox

Gerfred Greveling

Is sinds 1979 fysiotherapeut in Arbo, Sport en Orthopedie. Werd in 1997 Master of Science (M.Sc) aan de Universiteit van Leuven (België) en is vanaf de start in 2009 mede-eigenaar van CareworX. Binnen CareworX is hij eindverantwoordelijk. Hij staat garant voor financiële administratie, algemene zaken en extern relatiebeheer. Hij heeft verschillende registraties en specialisaties in Fysiotherapie (BIG, Algemeen, Sport, FysioSport, orthopedische manuele therapie en echografie en afgeleide interventies) en werkt als SportFysiotherapeut veelal met orthopedische patiënten naar een return to (top-)Sport en Arbeid.

Rens Teeuwen

Werkt sinds de zomer van 2018 bij CareworX als Master Sportfysiotherapeut. Voornaamste werkzaamheden: uitvoeren van (sport-)specifieke analyse, testen van het huidige (kracht)niveau, meten van progressie gedurende revalidatie- en trainingsinterventies. Dit alles, op verantwoorde én snelle wijze, gericht op het doel: **‘return to sport’**. Goede communicatie met sporter/patiënt, ouder, trainer/coach en andere disciplines in de (top)sport is hiervoor erg belangrijk. Draagt vanuit zijn discipline bij aan het voorkomen van blessures, het optimaal functioneren van sporters en het verbeteren van (sport)prestaties van alle leeftijden en niveaus.

Begeleid bovendien de Heren 1 van Hockey Club Bloemendaal, is hart- en longfysiotherapeut en verzorgt als trainer bootcamp-/looptraining bij Quatro BT Beach Training.

De huidige pandemie kent twee gezichten: het eerste is de ravage die het Covid-19 virus aanricht op het gebied van onze volksgezondheid, het tweede de ontwrichtende gevolgen ervan op ons sociale verkeer, die zich onder meer vertalen in een economische neergang die zijn weerga niet kent sinds de jaren dertig van de vorige eeuw. Heb je dan het ‘geluk’ om leiding te moeten geven aan een eigen bedrijf, dan zit je aan twee kanten in de problemen. We hebben daar in de vorige Vriendenband in het Corona Dossier enkele voorbeelden van langs zien komen.

Helemaal ingewikkeld wordt het pas, als jouw kernactiviteit bestaat uit het behandelen van klachten die betrekking hebben op het steun- en bewegingsapparaat van de mens. Bij de methoden ter verbetering van die klachten en ter vermindering van de ermee gepaard gaande pijn behoort direct lichamelijk contact immers tot de essentiële onderdelen. Anders gezegd, als je bedrijf dus het predicaat ‘fysiotherapie’ draagt, kom je bij wijze van spreken in een dubbele spagaat terecht. Hoe redt je je uit zo’n situatie, vroeg ik mij af. Ik ging dus poolshoogte nemen bij CareworX in Velsen-Zuid van onze vriend Gerfred Greveling. Daar moest ik trouwens toch zijn, omdat er voor de zoveelste keer iets aan mijn eigen bewegingsapparaat mankeerde, waaraan moest worden gesleuteld. Doch dit terzijde.

Gezondbaarheid

CareworX is een complex bedrijf, dus eerst enige uitleg. Het onderscheidt zich op vier fronten: Fysiotherapie, Arbo, Specialiteiten en Vitaliteit. Greveling, met wie ik om de tafel zit samen met een van zijn medewerkers, sportfysiotherapeut Rens Teeuwen, legt uit: “Als je kijkt naar ons fysiotherapiebedrijf, dan krijgen wij door directe toegankelijkheid (DTF) en op verwijzing allerlei patiënten uit allerlei hoeken binnen. Eén van de voornaamste dingen om voor te zorgen is een stuk gezondheids promotie. Dus wat wij van al onze klanten vragen is een actieve participatie om ervoor te zorgen, dat je je oefeningen centraal hebt. Daarom hebben wij als afdeling ook zo’n grote ruimte. De essentie is dat fysiotherapeuten afhankelijk zijn van klanten die vaak afhankelijk zijn van hun verzekeringsvormen. Dat betekent dat je eigenlijk maar één leverancier hebt. En één leverancier, daar waar de klanten vandaan komen, is een heel wankel basis, omdat dat gewoon een slecht betalende organisatie is, niet slecht in de zin van traag van betaling, maar omdat de tarieven slecht zijn. Ik bedoel de zorgverzekeraars. Als ondernemer is dat gewoon niet prettig. Dus wij zorgen ervoor, dat wij onze klanten ook uit andere hoeken krijgen. Omdat wij een actieve participatie hebben, zijn wij bezig met gezondheid.

Dat is iets wat je bijvoorbeeld in de sport ook tegenkomt: hoe belastbaar is iemand en wat kan-ie leveren? Dus, ben ik fit genoeg om dat te doen? Ben ik fit genoeg om deze belasting aan te kunnen? Dat weegschaaltje, belasting/belastbaarheid, is specifiek voor de fysiotherapeuten van CareworX. En daar zijn wij op allerlei niveaus mee bezig. Datzelfde weegschaaltje kom je namelijk ook tegen in het bedrijfsleven. Dus het is voor CareworX heel simpel om te zeggen van: we koppelen dat aan een arbodienst, waarin je dus drie lagen hebt van arbozorg: het voorkomen van erger, het voorkomen van herhaling, tot het voorkomen aan toe. Aan dat schaalteje belasting/belastbaarheid zie je dus, dat je met

gezondheid bezig bent. Vandaar die derde poot vitaliteit, dat is eigenlijk een logisch vervolg daarop.”

Eigen verantwoordelijkheid

CareworX schaaft dus hoog in op de eigen verantwoordelijkheid van de klant. Tijdens de behandelperiode kun je, afhankelijk van de aard van je klachten, onder deskundig toezicht gebruik maken van de toestellen in de vitaliteitsruimte. Daarnaast krijg je oefeningen mee die je geacht wordt thuis te doen. Is de behandelperiode eenmaal afgelopen, dan kun je nog steeds, al dan niet in groepsverband, in de vitaliteitsruimte terecht, maar dan tegen



Overzicht van een gedeelte van de fitness- of vitaliteitsruimte van CareworX. (foto CareworX)

een bepaald tarief. Gerfred: “Zorgverzekeraars zijn immers schadeverzekeraars; zij hebben geen belangstelling voor de weg er naartoe: preventie. Dat wordt nog niet gehonoreerd. Vandaar dat wij dus ondernemings-technisch in de hoek zitten van de arbozorg en contacten hebben met bedrijfs-artsen. Die verwijzen dus wel. Zo van: deze meneer is niet fit genoeg, kunnen jullie d'r wat aan doen? Of: deze meneer is door de zorg ergens terechtgekomen, waardoor hij nog steeds een achterstand heeft ten opzichte van wat-ie moet doen. Nou, die vraag herken je vanuit de sport ook: hij is fit genoeg,

maar niet fit genoeg om zijn prestatie te leveren. In de sport is dat heel afgebakend, wordt er afgerekend op tijd. De maatschappij rekent af op de volhoudtijd, op een veel lagere intensiteit van belasten.” Rens Teeuwen: “En op productie.” Greveling: “En productie ja, daar heb je gelijk in. Steeds meer natuurlijk, als je het in geld wilt uitdrukken.”

Vitaliteit

Vitaliteit is volgens Greveling het nieuwe modewoord. “Je komt bij de huisarts vandaan op het moment dat het te laat is. Dat moge duidelijk zijn. Wij willen op gaan schalen naar een hoger niveau, willen de vitaliteit ook in kaart kunnen brengen met metingen. Daar zijn we al heel ver mee. Zoals ze in het bedrijfsleven iemand een periodiek geneeskundig onderzoek laat ondergaan, een monitortool, kun je een periodiek vitaliteitsonderzoek aanbieden aan mensen. Zo moet je gaan denken. In de zorg zijn er inmiddels heel voorzichtig wel wat initiatieven, maar die worden door de zorgverzekeraar spaarzaam vergoed. Bij NOC*NSF is van daaruit dat sportakkoord naar voren gekomen, dat wordt nu door de gemeentes aangeboden. Daar speelt ook CareworX weer een actieve rol in. Er zit een stuk bereikbaar maken van sport in, het bereikbaar maken van het bewegen van mensen. En of dat nou Cruyffpleintjes zijn, of ondernemers in de gemeente die zich bezig houden met dit onderwerp, dat is aan de gemeente. Velsen is daar heel actief in.”

Specialiteiten

CareworX heeft zich gekwalificeerd in een negental specialiteiten. Het gaat te ver om die hier allemaal naar voren te halen en te beschrijven. Wie geïnteresseerd is kan daar op de website van CareworX: <https://www.careworx.nl/wat-we-doen/specialiteiten/> nadere informatie over vinden. Vraag je hoe deze activiteiten zich verhouden tot de traditionelere vormen van zorg, dan kun je zeggen dat enkele van die specialiteiten in het zorgpakket zitten. Dat pakket beslaat totaal ruim 60 procent van de bedrijfscijfers van CareworX. Voor de overige specialiteiten, waarvan sommige zich nog in de opstartfase bevinden, noem het de derde stroom gelden, heb je het over zo'n 30 procent.

Oefeningen per telefoon

Goed, Corona dus. Hoe is CareworX omgegaan met de lockdown-periode en de restricties die erop volgden? Rens Teeuwen: “Vanaf de laatste week van maart hebben we alleen de hoogst noodzakelijke zorg verleend, zes/zeven weken. Dat wil zeggen dat we flink zijn teruggegaan in patiëntencontacten. Die zorg boden wij alleen op verwijzing van de huisarts en van mensen die in de zorg werkten. Dus we zijn heel ver teruggeschaald, ja. Pas in de tweede week van mei mochten we weer een beetje opschalen.” Lichamelijke contacten waren in de lockdown-periode dus haast niet mogelijk. “Dat ging niet, dat ging per telefoon, zowel beeldbellen als niet beeldbellen. Er zijn heel veel initiatieven via internet aangeboden met beweegprogramma's. Daarvan konden wij in overleg met de patiënten de oefeningen selecteren. En die kregen ze dan via de mail toegestuurd. Zo kon je dat dan wel proberen te monitoren. Dat gaf wel veel meer patiëntverantwoording. Je hebt minder controle, minder controle dus ook op complicaties.” Kon er tijdens het beeldbellen dan niet worden meegekeken als de patiënten hun oefeningen deden? “Dat kan, op specifieke momenten kan je dat doen. Maar niet zo vaak als dat de patiënt daadwerkelijk aan het oefenen was, natuurlijk.” Gerfred: “Er zit dan een walletje tussen, hè. De emotie van de stimulans, die mis je. Een trainer moet je ook naast je hebben.”

Sportdag in lockdown-tijd

“Kijk, wij zijn eerst totaal dichtgegaan op order van de overheid. Er is echter een categorie, daar ontkom je als zorgverlener niet aan”, legt Greveling uit. “Je gaat je zorg indelen in drie factoren. De reguliere zorg, het grootste deel van de patiënten, die gaat er helemaal uit. Die risico's door lichamelijk contact moet je niet nemen. Vervolgens zeg je als professional: welke mensen wil je niet binnen hebben, uit veiligheid voor de patiënten? Voorbeelden zijn mensen met long- en hartproblemen, oncologie. Dat zijn patiënten met een verhoogd besmettingsgevaar maar werken regulier aan gezondheid en vitaliteit. Die patiënten zie je ook niet, want dat zijn terecht bange mensen. Vervolgens heb je de essentiële zorg. Deze zorg dient absoluut door te gaan en die hebben we vooral met beeldbellen kunnen helpen. En met digitale oefeningen. Het leuke is dat we onze medische fitnessgroepen ook via beeldbellen hebben gedaan. Op een gegeven moment waren er dus meerdere mensen die tegelijk konden inbellen, die hadden hun eigen groepje weer bij elkaar en wij hebben de lessen gedraaid. Dat is commercieel een succes gebleken, want er sloten zich meer mensen bij aan. Die vorm van oefenen was nog even niet bekend, natuurlijk. Het heeft zelfs geleid tot een sportdag, hier op het veld. We hebben ze eerst één voor één binnen laten komen en op het veld laten komen. Daar kon je tien meter van

elkaar afstaan. Als je luidspeaker voldoende goed is en je ook nog de mazzel van goed weer hebt, heb je een prachtige dag. Het is uiteindelijk echt een prachtige dag geworden. Nou, en dan de laatste groep, dat is de acute zorg. Die patiënten móet je zien. Daarmee ontlast je de huisarts. In coronatijd horen daar natuurlijk verschillende screeningsmogelijkheden bij. Wat je niet wilt hebben zijn de kuchende patiënten en patiënten met een verhoging. Maar als je die voorlichtings-maatregelen goed onder controle hebt, je laat zien dat we keurig met eenrichtingsverkeer werken en... nou ja, je kent de faciliteiten, dan voelen de mensen zich ook veilig. En die mensen, daar zit je dus aan, met handschoentjes en met een mondkapje. Onze visie hieromtrent is: als de patiënt het wil: doen! Die patiënt is of door de arts al gescreend, of door de overheidsvoorlichting voldoende op de hoogte.”

“Je personeel is je goud”

Tijdens de lockdown-periode waren Greveling en zijn business partner Arjen Haringa op de zaak, om alles in goede banen te leiden. De overige medewerkers zaten thuis, waarbij de fysiotherapeuten bezig zijn geweest met dat beeldbellen naar patiënten. Die hoefden daarvoor niet naar het werk te komen, dat kon vanuit de thuislocatie. Ook het werkoverleg vond met beeldbellen plaats. Van het aantal mensen dat onder het dak van CareworX werkzaam is, staan er vijftien direct op de payroll. Voor het overige zijn het mensen van verschillende bedrijfsentiteiten, zoals onder anderen bedrijfsartsen, een sportarts, diëtist en verzuimmedewerkers. Greveling: “Ik kom tot een getal van 28, waar wij direct me samenwerken. Als je naar de cijfers kijkt, dan hebben wij die eerste zes weken op zeven procent gedraaid. Dat was een moeilijke periode. Nou, daar hebben mijn collega Arjen en ik als ondernemers van gezegd: één ding, kom nooit aan je personeel, want dat is je goud. Die hebben wij dus volledig vrijgepleit, daar hebben wij beiden onze verantwoording voor gegeven. En iedereen kreeg een bijdrage van de staat vanuit de NOW-regeling. Alleen de fysiotherapeuten niet. Die moesten een continuïteitsbijdrage, een percentage van de omzet van dezelfde maand in 2019, halen bij de zorgverzekeraars en dat is, achteraf bekeken, een heel vervelend traject geweest in tijd en toekenning van de bijdrage. Uiteindelijk heeft het wel geresulteerd in betalingen die eind mei effectief waren. Maar goed, toen de duidelijkheid er eenmaal inzat, konden we na die periode heel snel weer opschalen. Overal waren er nog contacten, er waren wachtlijsten, mensen die wisten van alles. Dus we zijn nu zo opgeschaald, dat we vol zitten. Voor mijn vaste staf, daar is werk voor. Alleen voor drie zzp-ers momenteel helaas niet, dat dus nog wel. We hebben ook een bepaalde groep nog steeds niet binnen: de mensen die bang zijn en die met een verhoogd besmettingsrisico. Ook was er een nieuwe groep patiënten: de Covid-patiënten. De afgelopen maanden zijn we ermee bezig geweest om ons daar bedrijfstechnisch op voor te bereiden.” Inmiddels draaien daar volop programma's voor.

Verschuiving

Rens Teeuwen voorziet op korte termijn een grote verschuiving in de zorg: “Niet alleen de uitgestelde zorg is anders, maar ook de acute sportzorg, omdat alle sportbonden maanden stil hebben gelegen. Ik denk dat als na de zomer alles weer fanatiek gaat beginnen, dat een grote invloed heeft op letsel. Intensiteit, sprinten en herhaalde sprints, contactduels, als je

dat niet hebt kunnen oefenen, niet hebt mogen oefenen en iedereen straks op 1 september weer fit moet zijn en er volle bak tegenaan gaat, dan gaat daar een toename van komen. De Bundesliga heeft in drie weken tijd na het hervatten van het voetbal vijf keer zoveel blessures opgelopen. Als je dat doortrekt, dan halen ze september niet eens met hun selectie. Dus preventieprogramma's in augustus, eigenlijk nu al, zijn super belangrijk. Ik vraag mij af in hoeverre trainers en sportclubs zich daarvan bewust zijn, van die impact. Binnen het tophockey bijvoorbeeld hanteren we normaal een voorbereidingsperiode van acht weken. Daarvan hebben ze maar één maand rust gehad, met nog een loopprogramma mee en weet ik veel. En nu hebben ze door Corona acht weken gehad, waarvan ze één maandje wat hebben gedaan op afstand. Vervolgens hebben ze nu weer een maand vrij, want ja, dat hoort nu eenmaal in juli. Terwijl de meesten toch niet op vakantie gaan, maar goed, dat is een andere discussie. En dan gaan ze in augustus weer beginnen. Dan heb je nog vier weken de tijd, met wat mazzel zes. Dat wordt vast nog wel een dingetje straks."

PICS

Van een geheel ander kaliber zijn de patiënten die lijden aan het Post Intensive Care Syndrome (PICS). "Dat is door Corona een hele specifieke groep, een nieuwe doelgroep eigenlijk, ook al bestond PICS op zich al", legt Rens Teeuwen uit. "Het is niet gerelateerd aan Corona, is ook niet hetzelfde. De reden waarom je op de Intensive Care lag is verschillend per persoon. Feit is dat je gewoon heel, heel ver achteruit kachelt als je zo lang aan de beademing hebt gelegen, überhaupt hebt gelegen en niks hebt gedaan. Dan ben je gewoon niks meer waard. Een wandeling naar het toilet is de eerste twee weken al een forse inspanning. Je hebt dus te maken met een zeer laag belastbare groep." Het doel van het revalidatietraject is er dus allereerst op gericht, dat het normale leven weer een beetje op gang komt. "Dat je thuis kan wonen, dat je je eigen boodschappen weer kan doen, de trap fatsoenlijk op en af kan, je was op kan hangen. Eigenlijk hele basale dingen. En vandaar weer opbouwen naar sport, als het een sporter betreft, wat overigens een hele kleine doelgroep is. Maar hoe lang je daarmee zoet bent in relatie tot Corona is onbekend." Greveling: "Eigenlijk is het gewoon primair psychologisch werk om de mensen ook mentaal weer op de rit te krijgen. Want vanuit een achterstand iets leveren om naartoe te gaan, dat is gewoon zwaar." Rens Teeuwen: "En toch ook wel een stukje angst, angst voor nog een keer Covid misschien, een mutatie van het virus, vatbaarder zijn. En angst voor dat benauwde gevoel. Mensen hebben soms de dood in de ogen gekeken. Dat zijn pittige onderwerpen, die uiteindelijk met name op de psychische zorg slaan, maar die je uiteindelijk wel goed met beweegzorg kan benaderen en revalideren." "Vitaliteit en gezondheid hebben nog nooit zo'n grote aandacht gekregen bij de gewone burgers als nu", meent Gerfred Greveling. "Dat kwartje begint bij een hoop mensen nu echt te vallen. Dat het niet goed is om niet te bewegen en maar door te gaan en door te gaan. Nu realiseer je je dat je bewegen nodig hebt om te herstellen. En dat je dat moet gaan doen. Veel mensen die graag binnen sportten, denken nu ook: *o maar wacht, buiten is het misschien toch wel lekker met die frisse lucht.* Die coronatijd is één advertentiecampagne geweest voor bewegen, omdat het mooi weer was." Rens Teeuwen: "Ik ben heel benieuwd hoe het straks in november gaat als het grijs en grauw is en koud. Maar ik verwacht toch wel dat de trend meer buitensport wordt."

Piet Wijker

Vrienden Jeugdfonds op de voet gevolgd

Doorstromers of doorzetters?

Hoe wordt er over een paar jaar teruggekeken op 2020, dat als het coronajaar de geschiedenis in zal gaan? Het jaar waar heel veel mooie evenementen geen doorgang konden vinden of aan het eind van het jaar toch wel, maar dan zonder of met een beetje publiek. Hoe kijken sporters terug op dat jaar waarin de trainingen vaak in eigen huis en tuin moesten plaatsvinden en –wat wij nu nog niet weten– hoe hebben zij deze periode qua opbouw en ontwikkelingen doorstaan?

In sportprogramma's zijn er veel terugblikken op vroegere jaren, alle grote voetbalfinales zijn weer voorbij gekomen en wij hebben opnieuw de mooie Tour de France overwinningen van Jan Janssen en Joop Zoetemelk mogen beleven. Deze combinatie: het verleden, behaalde successen en hoe is het nu met onze “oude” toppers liet het idee opkomen om ook vanuit het Jeugdfonds eens terug te gaan in de tijd en te kijken wat er van de atleten, die 8 tot 12 jaar geleden gezien werden als talent, terecht is gekomen. Hebben zij hun dromen waar gemaakt?

Het eerste dat opvalt is dat er nog steeds atleten uit deze periode erg actief zijn op hoog niveau. Als je uitgaat van de doelstellingen van het Jeugdfonds: jonge talenten verder op weg helpen naar de top en daarnaast de behaalde resultaten ziet, kan je op basis daarvan een beoordeling maken van de behaalde successen. Zo heb ik zonder enige wetenschappelijke onderbouwing, concrete cijfers of vergelijkingen, een top 10 samengesteld van atleten die 8 tot 12 jaar geleden al lang op hoog niveau bezig waren, verder zijn doorgestroomd maar vooral hebben doorgezet, ondanks dat velen van hen met tegenslagen te maken hebben gehad.

Lezers zullen in deze lijst een aantal namen missen. Het gaat alleen om een beoordeling van atleten die door het Jeugdfonds zijn ondersteund. Het Jeugdfonds ondersteunt alleen atleten die geen NOC*NSF-nominatie hebben of in een ander, door de Atletiekunie ondersteund, talententeam zitten. Een mooi voorbeeld is Dafne Schippers. Op het moment dat het Jeugdfonds haar wilde ondersteunen, kreeg zij toen –als een als een komeet omhoog schietend talent– een NOC*NSF-nominatie en dan valt ondersteuning door het Jeugdfonds af.

De lijst van doorstromers/-zetters

Eelco Sintnicolaas: Kwam in 2008 als twintigjarig talent bij het Jeugdfonds, had een PR van 7466 punten op de 10-kamp en sprong met de polsstok al wel over 5 meter en 5 centimeter. Zijn doel op langere termijn was om het Nederlands record op de tienkamp te verbeteren en deel te nemen aan de Olympische Spelen in 2012. Om die doelstellingen te halen trainde Eelco toen al tien keer per week. De resultaten kwamen er: in 2009 werd Eelco Europees kampioen bij de atleten onder de 23 jaar en in 2012 verbeterde hij al het



nationaal record in Götzis en bracht dat op 8506 punten. Bij de Olympische Spelen in datzelfde jaar kon hij die prestatie niet evenaren en werd daar elfde. In 2013 behaalde hij op de zevenkamp de Europese indoortitel en in 2017 werd het Nederlands record gebracht op 8539. Op 33-jarige leeftijd is Eelco ook in 2019 nog in de top van veel ranglijsten te vinden.

Eelco Sintnicolaas werd in 2013 Europees indoorkampioen op de zevenkamp. (foto VB-archief)

Patrick Cronie: In 2008 viel het oog op Patrick als zeer talentvolle werper, hij haalde toen de limiet voor de wereldjunioren kampioenschap-pen op kogel. Na een paar jaar daarvoor nog wat pogingen te hebben gedaan om zijn talenten te tonen op hink-stap-sprong en de meerkamp besloot hij toch uiteindelijk te kiezen voor de werponderdelen. Zijn doelstellingen toen waren vooral

om met senioren-materiaal de kogel boven de 17 meter te stoten en de discus pas over de 50 meter het gras te laten raken. Voorzichtig droomde hij ook van deelname aan grote internationale toernooien. Die droom is niet uitgekomen, maar de doelstellingen qua afstanden wel. Vorig jaar op bijna 30-jarige leeftijd wist hij nog zijn PR te verbeteren naar 19,80 meter. Kogelstoten werd zijn hoofdnummer en hij werd maar liefst achtmaal nationaal kampioen (viermaal indoor en viermaal outdoor).

Abdi Nageeye: In 2008 kwam Abdi in beeld met mooie tijden vanaf de middellange afstand tot aan de 10 km en een heel ambitieus plan. In 2009 werd hij al nationaal kampioen bij de senioren bij het veldlopen. Zijn eerste marathon liep hij in 2014 in Enschede en zette daar als debutant een mooie tijd neer van 2:11.33, waarmee ook de limiet voor het EK in dat jaar gehaald werd. Tijdens de Olympische Spelen van 2016 in Rio de Janeiro eindigde hij tijdens een regenachtige marathon knap als elfde. Vorig jaar won hij de nationale titel op de marathon in Amsterdam in – opnieuw – een nationaal record van 2:07.39. In totaal behaalde Abdi tien nationale titels, waarvan drie op de marathon.



Abdi Nageeye heeft zojuist in de marathon van Amsterdam van 2017 het nationale record aangescherpt tot 2:08.16. (foto Erik van Leeuwen)



'Finest hour' voor Nadine Broersen in Sopot: wereldindoorkampioene vijfkamp 2014. (foto Erik van Leeuwen; bron: Wikipedia)

Nadine Broersen: Als negentienjarige viel deze allround-atlete op door haar goede prestaties op de meerkamp-onderdelen. Nadine kwam toen al erg ambitieus over en bleek dat later ook waar te kunnen maken. In 2012 en 2016 nam zij deel aan de Olympische Spelen, maar haar absolute hoogtepunt was wel de wereldtitel indoor op de vijfkamp in 2014. In totaal werden tien nationale titels behaald, waarbij maar liefst zes op het onderdeel hoogspringen. Vorig jaar was Nadine nog paraat tijdens de WK in Doha en behaalde daar op de zevenkamp een mooie zesde plaats met 6392 punten.

Douwe Amels: In 2007 sprong hij als zestienjarige al 1 meter 80 en drie jaar later overwon Douwe een hoogte van 2,16 en daarmee werden de schijnwerpers op hem gericht. Aan ambitie ontbrak het niet. In 2011 werd hij voor de eerste maal kampioen bij de senioren en in 2013 bracht hij het nationaal record voor onder de 23 jaar op 2,28. Een van zijn doelstellingen in 2011 was om een medaille te halen op het EK onder de 23 jaar. Dat werd zonder meer waargemaakt, want hij pakte daar de mooiste medaille: een gouden en plaatste zich ook in dat jaar voor het WK. Daarna volgde een nare periode met veel blessures en revalidatie, maar in 2018 stond hij er weer, werd achtste op het EK in Berlijn en behoorde vorig jaar tot de deelnemers aan het WK in Doha. Twaalf nationale titels sieren zijn prijzenkast. Dit jaar ging Douwe in de hal al weer over 2,20 m.

Anouk Vetter: Als achttienjarige was Anouk in die periode een van de jongste talenten die ondersteuning kregen vanuit het Jeugdfonds. Doelstellingen waren toen deelnames aan het EJK, WJK en EK onder de 23 en een puntentotaal van 5800 punten. De eerste drie doelstellingen werden weliswaar gehaald, maar bij geen van deze evenementen haalde zij het einde. Door doorzetten en het verwerken van tegenslagen heeft ze dat naderhand ruimschoots gecompenseerd. In 2016 werd zij in Amsterdam Europees kampioene en in 2017 behaalde Anouk een prachtige bronzen medaille tijdens



Zelf kan ze het nauwelijks geloven: Anouk Vetter is Europees kampioene op de zevenkamp 2016 in Amsterdam. (foto VB-archieff)

het wereldkampioenschap in Londen met een totaal van maar liefst 6636 punten, een nationaal record. Het bewijs dat de doelstelling van 2011 erg bescheiden was.

Michel Butter: In 2004 had hij al juniorentitels te pakken bij het veldlopen en op de 5000 meter. Liep in 2006 als 21-jarige al 1:04.48 op de halve marathon. In 2012 finishte hij bij de marathon van Amsterdam in 2:09.58 en was daarmee toen de derde Nederlander die een tijd van onder de 2:10 realiseerde. Later dat jaar speelde een vervelende blessure hem parten en was hij voor een langere periode uitgeschakeld, maar ook hier overwon het doorzettingsvermogen, hoort Michel nu weer bij de top en probeert hij zich te kwalificeren voor grote evenementen. Michel heeft veertien nationale titels behaald, waarvan de laatste in 2019 op de 10 km.



Michel Butter in Schoorl op weg naar zijn vierde nationale titel op de 10 km. (foto Erik van Leeuwen)

Maureen Koster: Als aanstormend talent liet zij op jonge leeftijd al veel atletiek-liefhebbers versteld staan bij lokale loopjes in haar regio. Begeleid door haar oom wist zij telkens veel grote mannen achter zich te laten. Als zeventienjarige was zij deelneemster aan de EYOF en pakte daar haar eerste ervaringen. Op de baan lag haar focus al vrij snel op de 1500 meter, met als bijnummer de 800 meter. Op de afstand daartussen, de 1000 meter, wist Maureen bij de wedstrijden om de Ter Specke Bokaal in 2013 Sifan Hassan te verslaan. Bij een aantal grote evenementen had zij een paar maal de pech betrokken te raken bij een valpartij, maar dat liet haar niet uit het veld slaan. De laatste jaren ligt de focus meer op de langere afstanden, waarbij zelfs de 15 km van de zware Zevenheuvelenloop niet werd geschuwd. In 2019 werd de Sylvestercross in Soest door haar gewonnen. In totaal behaalde Maureen zes nationale titels.

Jip Vastenburg: Als juniore liep Jip zo'n beetje alle afstanden van 800 tot 5000 meter. Op de leeftijd van zeventien jaar had zij op de 5000 meter al een tijd staan van 16.43,42. In 2011, toen wij Jip nomineerden voor ondersteuning vanuit het Jeugdfonds en zij zeventien jaar was, werd al gedroomd van de Olympische marathon. De weg daarheen is geen gemakkelijke, maar de start was goed met Europese titels bij de junioren op de 5000 meter in 2013 en dezelfde titel twee jaar later op de dubbele afstand bij het EK onder de 23. Met een enorme erelijst en zes nationale titels mag gezegd worden dat Jip een talent is op de lange afstand, maar dat het allemaal gepaard gaat met een enorme inzet en doorzettingsvermogen. Ook bij Jip speelden gezondheidsproblemen een rol, maar daar weet ze goed mee om te gaan. Op 23 februari van dit jaar liep zij in Sevilla een PR op de marathon: 2:33.40.

Nadine Visser: Werd in 2012 door ons Jeugdfonds ondersteund op basis van haar prestaties als meerkampster. Haar focus lag die periode ook voor de volle honderd procent op de meerkamp. Zoals meerdere talentvolle meerkampatleten koos zij later (in 2018) voor specialisatie en richtte zich op de horden. Het lijkt nu dat Nadine al heel lang niets anders doet dan de horden, maar het is pas drie jaar geleden dat zij nog de nationale titel pakte op de vijfkamp. Haar PR op de zevenkamp stamt uit 2015 en werd gerealiseerd in Götzis met een puntentotaal van 6467, waarmee zij vierde staat op de ranglijst alle tijden achter Anouk Vetter, Dafne Schippers en Nadine Broersen. Dat het talent voor de horden er al lang inzat was



Nadine Visser in 2011, toen nog als beloftevolle meerkampster.

(foto VB-archieff)

duidelijk bij de EYOF in 2011, waar zij op zestienjarige leeftijd de titel pakte op de 100 meter horden in een (toentertijd) nationaal junioren record van 13,28. Intussen heeft Nadine ook de nationale records van Marjan Olyslager overgenomen.

Gedwongen door het gemis aan veel actuele gebeurtenissen is terugblikken best de moeite waard. Het is zonder meer duidelijk dat succes niet vanzelf komt, maar gepaard gaat met heel veel inzet, doorzettingsvermogen en het geloof om bepaalde doelen te kunnen halen. Deze lijst van tien oud-Jeugdfondsathleten, die al langdurig aan de top staan, is geen wetenschappelijke studie, maar vooral een waardering voor deze –en daarnaast vele andere– atleten die ons laten genieten van mooie atletiek.

Wim van der Krogt

Vragen over sport en Corona

1. Wat is er overgebleven van jouw oorspronkelijke trainingsplan en hoe houd je jezelf fit?

Ik heb in deze tijd van corona nog steeds hetzelfde trainingsplan kunnen behouden. Eerst alleen trainen thuis in het park en op de paden. Na een tijdje mochten we weer de baan op, wat natuurlijk super prettig was, omdat je weer een stuk specifieker kon trainen. Ik ben de hele periode fit gebleven door te blijven trainen en het ritme van de dagen te behouden. Ik kan daarom nu gewoon goed hard trainen en ben ik klaar om als er



Zoë Sedney (midden) in volle vaart op het EK U20 in Bõras, vorig jaar. *(foto Coen Schilderman)*

-
- eventueel nog wedstrijden komen, te vlammen!
2. **In de winter bouw je veel op tijdens het indoor- en cross-seizoen. Is deze basis nu nog bruikbaar?**
Tuurlijk is deze basis nog bruikbaar. Een goede basis blijft belangrijk, ook omdat je vooruitgang moet blijven boeken om eventueel volgend jaar goede wedstrijden te lopen.
 3. **Wat was de grootste teleurstelling voor je?**
Ik had me heel erg verheugd om naar het WK U20 te gaan dit jaar. Ik had mij indoor al geplaatst en stond er erg goed voor om daar hoog te eindigen. Ook leek het me vet om een keer in Kenya te kunnen zijn. Het toernooi staat nog op uitgesteld en niet op afgelast, dus wie weet komen daar nog bijzondere regels omheen!
 4. **Wat mis je het meeste? Trainingen of wedstrijden en waarom?**
Ik mis het meest de wedstrijden. Trainen kon je altijd nog blijven doen, of het nou aangepast is of niet. Maar wedstrijden kan je niet zelf organiseren en een wedstrijdgevoel creëren kan ook echt alleen bij een wedstrijd met goede tegenstanders en een publiek. Ik ben zelf ook competitief ingesteld, waardoor ik sporten zo leuk vind, nu is dat een stuk minder.
 5. **Heb je nog positieve dingen ervaren in deze moeilijke periode?**
Ik heb niet per se positieve dingen ervaren die ik normaal niet zou ervaren. Het leven gaat verder gewoon door en ik ben positief ingesteld, maar ik kan niet één positief ding opnoemen als gevolg van het virus.
 6. **Wat adviseer je atleten, zowel prestatief als recreatief, in deze periode?**
Gewoon lekker blijven trainen en zoek op wat jou motiveert om te blijven trainen. Onderhand mag al een stuk meer als een maand geleden, dus houd je ook vast aan de hoop dat je snel weer echt lekker met elkaar kan gaan sporten!
 7. **Wat is het belangrijkste dat je op dit moment als eerste aangepast wilt zien?**
Ik hoop dat er snel paar wedstrijden komen voor de onderdelen waarbij dat kan op 1,5 meter afstand. Dit is voor veel onderdelen namelijk te doen. Zonder publiek etc. maakt niet uit, zolang de topatleten maar een tijd kunnen neerzetten nog dit seizoen.
 8. **Wat heb je op dit moment als doelstelling?**
Veel technische vooruitgangen boeken en fit blijven, zodat als er weer wedstrijden komen ik meteen op hoog niveau kan beginnen.

Zoë Sedney

Wilt u het Jeugdfonds extra ondersteunen?

**Dat kan. Stort dan uw bijdrage op het rekeningnummer van het Jeugdfonds:
NL69 RABO 0181 2773 60 onder vermelding: Storting Jeugdfonds.**

**De beste prestatie
onder alle
omstandigheden.**

bkingenieurs.nl



Onze jarige Vrienden

Het jarenlange onderscheid dat in dit jarigenoverzicht werd gemaakt tussen leden en donateurs, is vervallen. Voortaan zal er één lijst worden gepubliceerd, ongeacht de status van de betreffende jarigen.

(tussen haakjes de nieuwe leeftijd)

September 2020

- | | |
|--|----------------------------------|
| 2 Frans Dames (74) | 20 Marisa Kardurk-Massaró (81) |
| 4 Ellie van Beuzekom-Lute (69) | 20 Melchert Kok (62) |
| 4 Johan Leidekker (51) | 20 Willeke Koppelaar-Majoor (78) |
| 6 Mark Beelen (54) | 20 Janneke Roona-Bosma (57) |
| 6 Ingrid van der Vinne-Lammertsma (53) | 22 Lydia Pietersen-Timmer (64) |
| 8 Ron van der Steenhoven (56) | 22 Jolanda Visser (53) |
| 9 Anita Spreij-Pluister (59) | 23 Ton van Druten (92) |
| 10 Peter Vergouwen (73) | 23 Roelof Veld (76) |
| 11 Ria Hulsink (70) | 24 Albert Hofstede (86) |
| 13 Frank van Ravensbergen (60) | 24 Els Vader (61) |
| 14 Henk Brouwer (67) | 26 Eric Roeske (60) |
| 17 Ad de Jong (74) | 28 Marcel Dost (51) |
| 20 Krista Aukema (53) | 28 Rijn van den Heuvel (73) |
| 20 Aad van de Beek (58) | 28 Irene McGarry (58) |
| 20 Pauline van den Berge (57) | 30 Annie van de Kerkhof (68) |

Oktober 2020

- | | |
|----------------------------|-----------------------------------|
| 2 Fedde Zwanenburg (73) | 18 Janet van Noord (58) |
| 3 Monique Jansen (42) | 23 Ans van Veenendaal-Kocken (67) |
| 3 Rinus de Schipper (79) | 26 Klaas Pollema (74) |
| 5 Henk Evers (81) | 29 Babs van der Groep (82) |
| 5 Marga Kortekaas (75) | 29 Wessel van Veenen (25) |
| 7 Joke Bijleveld (80) | 30 Olga Commandeur (62) |
| 12 Rob Kloppenburg (57) | 31 Marius Veenker (68) |
| 12 Thea Martens-Evers (75) | |

Bijzondere jarige



Henk Brouwer in 2016.
(foto Piet Wijker)

Veertig jaar geleden was hij een van onze snelste mannen op de sprint: Nederlands kampioen op de 200 m in 1976, 1980 en 1981 en op de 400 m in 1983. Tot 1986 was hij bovendien nationaal recordhouder op de 100 m (met 10,52 s), op de 200 m (met 20,95 s) en op de 4 x 100 m, samen met Marc van der Krogt, Mario Westbroek en Raymond Heerenveen, (met 40,14 s). Bovendien nam hij in 1980 deel aan de Olympische Spelen in Moskou. Ik heb het hier natuurlijk over Henk Brouwer. Een onverdeeld genoegen waren die Spelen in Moskou overigens niet voor hem. Op de 200 meter stond-ie stijf van de zenuwen en wilde het van geen kant lukken. Weliswaar ging het later op de 4 x 400 meter met hem stukken beter, maar desondanks kwam ons team niet verder dan de voorronde.

Ook qua sfeer waren die Spelen in Moskou voor de Nederlandse atletiekdelegatie geen onverdeeld genoegen. Als Gerard Nijboer zijn zilveren medaille op de marathon niet had gehaald, zou je zelfs van een teleurstellend toernooi hebben kunnen spreken. Daar kwam bij dat de Spelen in Moskou, waar vanwege de door de Verenigde Staten geleide boycot slechts 80 landen aan deelnamen, niet het ultieme sportfeest werden waar zovele topsporters van hadden gedroomd. En ons land had op geheel eigen wijze vorm gegeven aan die boycot. Brouwer zei daarover in 2016 het volgende: “Er was natuurlijk die boycot. Wij hadden ook geen ‘Nederland’ op de rug staan en dat soort dingetjes. We werden overal buiten gehouden. Bij de opening waren we er sowieso niet, want toen waren wij nog op trainingskamp. En toen de sluiting er was, hebben wij een rondvaart gemaakt.” Zo waren we er dus wel, maar ook weer niet; typisch Nederlands, deze manier van sympathie betuigen voor een boycot.

Goed, we hebben het over 40 jaar geleden, dus lang genoeg terug in de tijd om die ervaring een plek te geven en ver achter je te laten. Tegenwoordig beleeft Henk Brouwer veel meer genoegen aan zijn activiteiten binnen Atletiek Erfgoed, waar hij onder andere verantwoordelijk is voor het fotoarchief en de digitalisering van het vele fotomateriaal dat in de loop der jaren bij deze stichting is binnengekomen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan de erfenis van fotograaf Theo van de Rakt, enkele jaren geleden. Dikke kans dat, zodra u in dit blad foto's uit de jaren zeventig of later tegenkomt, die eerst door de handen van Henk Brouwer zijn gegaan.

Op 14 september hoopt Henk Brouwer 67 te worden. Voor ons is hij deze keer onze bijzondere jarige.

Piet Wijker