

Mini interview

Marit Bouwmeester • (22) • Is: winnaar van de laatste Delta Lloyd Regatta en tweede op de ISAF wereldranglijst in de olympische Laser Radiaal klasse • Opvallend: bereidt zich nu al fulltime voor op de Olympische Spelen van 2012.

Was je altijd al fanatiek aan het zeilen?

Mijn zeilcarrière is begonnen toen ik in de Optimist min of meer 'per ongeluk' in de jeugdkernploeg kwam. Van de jeugdkernploeg ben ik daarna doorgestroomd naar de kernploeg en overgestapt naar de Laser Radiaal klasse die nu olympisch is. Ik heb daarin al diverse prijzen gehaald zoals de World Cup in Melbourne. Momenteel zit ik in 'Project 2012' onder leiding van Mark Littlejohn. Ook ben ik opgenomen in de Stichting Sporttop welke is opgericht door schaatser Jochem Uytdehaage.

Tweëntwintig jaar oud en nu dus al min of meer profzeiler?

Ik kan net rondkomen van mijn vergoeding. Dat maakt me geloof ik nog geen profzeiler. Maar ik train vanaf januari wel fulltime en bereid me voor op het komende WK.

Moet je eigenlijk niet studeren of zo?

Dat heb ik al gedaan. Ik heb versneld mijn HBO-opleiding Small business & Retail afgerond en kan me dus nu volledig richten op de Olympische Spelen van 2012.

Hoe ziet een doorsnee trainingsdag eruit voor jou?

Op een trainingsdag doe ik 's ochtends één uur cardio-fitness, daarna ga ik drie uur varen op de Noordzee bij Scheveningen. Aansluitend volgt er dan nog een uur kracht-fitness. Dat doe ik negen dagen achter elkaar, daarna neem ik vier dagen rust, en dan weer negen dagen trainen. 's Winters worden vier weken varen in het buitenland, afgewisseld met drie weken trainen in Nederland.

Je pakt het wel heel serieus aan?

De tijd dat je zeilen op olympisch niveau er een beetje bij kon doen, is voorbij. Ik wil echt voor goud gaan en dan moet je het professioneel aanpakken. Naast mijn persoonlijke trainer/coach is er een voedingsdeskundige die me bijstaat, en ik krijg hulp van een psycholoog. Verder train ik veel met mijn broer, Roelof Bouwmeester.

Die vaart ook Laser?

Ja, hij zit ook in de kernploeg voor de heren

Laserklasse. Ik train graag met de mannen mee, want daar kun je veel van leren.

Nog meer familie in de zeilwereld?

Mijn opa en oma van moeders kant waren actieve zeilers. Daar hebben wij als kleinkinderen de passie van geërfd. Ook mijn zus was fanatiek, maar die is overvaren door een juryboot toen ze een groepje Optimisten begeleidde. Daar heeft ze een whiplash aan overgehouden die een einde maakte aan haar zeilwedstrijdcarrière.

Maar er gaan nu in ieder geval al een broer en zus Bouwmeester naar de Spelen?

Dat zou natuurlijk geweldig zijn, maar er is veel concurrentie voor die ene plaats per klasse per land.

Wat is jouw specialiteit?

Dat was altijd varen met veel wind. Maar ik ben nu allrounder geworden. Dat moet ook wel, want in Weymouth, waar de Spelen gevangen worden, kun je veel wisselende omstandigheden verwachten.

“De tijd dat je zeilen op olympisch niveau er een beetje bij kon doen, is voorbij”

En heb je ook minder sterke kanten?

Vlak water met weinig wind zijn nog steeds mijn minst ideale omstandigheden. Maar daar werk ik hard aan.

Kijk je al verder dan 2012?

Nee, eigenlijk niet. Maar in 2016 ben ik pas 28, dus nog altijd jong genoeg voor de daaropvolgende Spelen. ⚓

www.bouwmeestersailing.nl



FOTO: SANDER VAN DER BORCH