

## olympischdagboek

## 'Ik ben niet zo goed in vakantievieren'

De LC volgt richting de Olympische Spelen van Londen zes Friese sporters, in 36 dagboeken. Vandaag het derde deel, van zeilster Marit Bouwmeester.



„De tijd van trainen is weer aangebroken. Ik ben gisteren gearriveerd in Perth, Australië, waar in december het WK plaatsvindt. Zeven weken volle bak trainen, ik heb er zin in. Thuis zijn en wat shoppen met vriendinnen is ook superleuk, maar het liefst zit ik in mijn bootje op het water. Een week zonder boot vind ik al lang.

Eerlijk gezegd ben ik niet zo goed in vakantievieren, ik word er wat onrustig van. Maar na de pré-olympics, in augustus in Weymouth, was het tijd voor relaxen. Dat mocht natuurlijk ook wel even. De series die ik in 2011 wilde winnen - Medemblik en tweemaal Weymouth - heb ik gewonnen, dus viel er weinig te klagen. Daarna heb ik met vriendin Claire Blom meegedaan aan het WK in de RS-500, een boot die in 2016 misschien wel olympisch is. Het stelde eerlijk gezegd niet veel voor, maar we hebben per ongeluk gewonnen, dus hebben we een wereldtitel op zak.

Vervolgens ben ik met mijn vriend Ben (Ainslie, drievoudig winnaar olympisch zeilgoud, red.)

op vakantie geweest naar Italië. Lekker op het strand. Na het WK gaan we ook weer samen weg, dan met de boot. Há, dat wordt uitdaging, twee kapiteins op één schip! Ben en ik praten niet zoveel over zeilen. Hij biedt regelmatig zijn hulp aan en natuurlijk komen er wel technische en tactische zaken voorbij. Maar hij zit in een andere fase. Ben vaart al zestien jaar olympisch en kan er wat vaker tussenuit. Ik moet echt nog heel veel uren maken in de boot.

Ben kent de omstandigheden in Weymouth als geen ander, maar dan nog zal ik het zelf moeten ervaren. Zo ben ik na de break in Italië nog naar Weymouth geweest voor het 'bestuderen' van Laser-wedstrijden. Die werden gehouden in de zone waar volgend jaar de olympische finales plaatsvinden. Vlak onder de wal, onwijs lastig qua wind en stromingen, dus alles wat je daarvan te weten komt, is meegenomen. Daarom heb ik die races vier dagen in een rubberboot gevolgd. Door die 'helikopterview' pik je veel dingen op. Daarna nog wat trainingen gedaan in Scheveningen, waarvoor ik Rasmus Myr-



Marit Bouwmeester trainend bij Jur Roemers in Dokkum. FOTO LC/SIETSKÉ BOUMA



'Een week zonder boot vind ik al lang'

gren had gevraagd. Hij is een Zweedse Laser-stuurman en supergoed met licht weer.

De triatlon van Ameland vond ik daarna een heerlijk tussen-doortje. Ik had ook het NK kunnen zeilen, maar dat wilde ik niet. Dan verwacht iedereen dat je even wint en dan leg je jezelf ook die druk op. Ameland was machtig! Net zo lekker als daarna weer heerlijk rammen in de fitness bij Jur Roemers in Dokkum. We werken nu zo'n acht jaar samen en het bevalt geweldig. Als ik een tijdje wat gas heb teruggenomen, is er niks lekkerders dan me bij hem weer even helemaal afpeigeren.

Nu dus Perth. Ik doe er niet moeilijk over. Ik wil hier mijn vierde doel van dit jaar halen: de wereldtitel. Die heb ik in de Laser Radial nog niet. Ik voel me altijd goed in Australië. Lekker de hele dag in sportkleden en 's avonds op gypies. Heel wat beter dan de schoenen waarop ik vrijdag moest lopen. Ben moest naar een gala waar ook prinses Anne was en wilde me mee als tafeldame. Een week lang getraind op hoge hakken... Gelukkig geen blessure opgelopen!"