

Zeilster Bouwmeester wil nog meer prijzen winnen

Interview

▲ Norbert Kleinherenbrink

Op 23-jarige leeftijd heeft ze al een staat van dienst om u tegen te zeggen. De erelijst van zeilster Marit Bouwmeester in de olympische Laser Radialklasse telt vijf keer goud bij wereldbekertoernooien, WK-zilver (2010), WK-goud en goud bij de preolympics (beide 2011).

Voor die indrukwekkende prestatiereeks ontving de Friese blondine al twee keer de prestigieuze Conny van Rietschoten Trofee, de hoogste onderscheiding in de zeilwereld. Donderdagavond werd de Wartense in Heerenveen op het Sportgala Fryslân gekozen tot sportvrouw van het jaar. Verzadigd is ze echter nog lang niet. Uiteraard staat olympisch goud bij Londen 2012 bovenaan op haar verlanglijstje, al jaren.

„Als je eenmaal een keer een groot toernooi hebt gewonnen, wil je altijd de beste zijn”, zegt Bouwmeester, voor even terug in Nederland. „Maar winnen moet je leren. Je moet zoveel mogelijk zien te winnen om te weten hoe het voelt en om te weten wat je ervoor moet doen en laten. Winnen geeft zoveel voldoening. Het werkt verslavend.”

Haar veelbelovende loopbaan in het olympische zeilcircuit kreeg vier jaar geleden nog een flinke knauw. Ze dacht al klaar te zijn voor haar olympische debuut bij Peking 2008, maar bleef steken op een halve nominatie. Door een slepende hernia bij haar vertrouwde coach Mark Littlejohn, die een jaar lang was uitgeschakeld, was ze in de voorbereiding op de Olympische Spelen voornamelijk op zichzelf aangewezen.

„Met Mark erbij had ik Peking zeker gehaald”, blikt Bouwmeester

Als je eenmaal een keer een groot toernooi hebt gewonnen, wil je altijd de beste zijn

terug. „Ik moest destijds echter vrijwel alles zelf doen, zelf regelen. Daar heb ik achteraf veel van geleerd. Ik baalde stevig dat ik de Olympische Spelen moest missen. Maar het heeft mijn motivatie wel nog verder aangewakkerd.”

Inmiddels heeft Bouwmeester een professioneel team om zich heen verzameld. Naast Littlejohn heeft ze een conditietrainer, een voedingsspecialist en een mental coach op wie ze kan terugvallen. „We doen het samen, met z'n vijven. Zij stellen mij in staat om topprestaties te leveren. Op elk detail wordt gelet. Ik ben slechts de uitvoerende partij.”

Hoewel Bouwmeester al veel heeft gewonnen, heeft ze voor haar gevoel nog een lange weg te gaan. „Volgens Mark haal ik pas over twee jaar mijn hoogste niveau. We streven naar de kwaliteit van de Lasermannen. Die klasse is al veel langer olympisch, waardoor er ook veel meer ervaring en concurrentie aanwezig is.”

Bouwmeester is een allroundzeilster. Daarom is ze ook de grote favoriete voor de olympische titel in Weymouth, waar ze al drie keer eerder zegevierde. „Meestal zijn daar veel wisselende omstandigheden. Je kunt altijd wel ergens je winst pakken. Ik zeil er graag.”