

olympischdagboek

De moeilijkste periode is nu achter de rug

De LC volgt op weg naar de Olympische Spelen zes Friese, of in Friesland opgeleide, sporters, in 36 afleveringen. Vandaag deel 33, de zesde en laatste bijdrage van zeilster Marit Bouwmeester.



„Het aftellen gaat nu toch wel zo'n beetje beginnen. Nog twee evenementen en dan hét evenement, de Olympische Spelen. Alles staat in het teken van die Spelen, maar dat wil niet zeggen dat ik in de aanloop daarheen niet wil winnen.

Wat te denken van de eerstkomende serie? Het WK, vanaf 15 mei op de Oostzee bij Boltenhagen. Ik heb er niet gericht naar toe gewerkt, maar wie me een beetje kent, weet dat ik de wereldtitel niet zomaar prijs wil geven. Ik moet zeggen dat ik deze lente best eens vergeten ben dat ik regerend wereldkampioen ben in de Laser Radial, zó zwaar was het. Maar nu het WK nadert, krijg ik er wel een beetje de kriebels van.

Maar het blijft lastig in een olympisch jaar. Normaal gesproken was ik ruim op tijd naar de plaats van het WK afgereisd, om

de omstandigheden goed te leren kennen. Zeker nu het in Duitsland is, dus eigenlijk vlakbij, had dat makkelijk gekund. Deson-



Marit Bouwmeester, zeilster, voor de serie olympisch dagboek. LC/SIETSKE BOUMA

danks hebben coach Marc Littlejohn en ik besloten om na de regatta van Hyères naar Weymouth te gaan. Om te trainen, want dáár

moet het over dik twee maanden gaan gebeuren.

Elke training die je daar mee kunt pakken, moet je meepakken.



Ik was de afgelopen tijd meer op het water dan op de wal

Daardoor rij ik pas drie dagen voor de start van het WK naar Boltenhagen. Dat heeft ook weer een voordeel: ik leer ervan om te

anticiperen op omstandigheden. Snel reageren op nieuwe dingen. Straks in Weymouth weten we ook pas kort voor de finale waar die precies bij Weymouth/Portland wordt gehouden en hoe de omstandigheden dan zijn.

Hopelijk hebben we op het WK zes dagen variabele omstandigheden. Dan krijg je zicht op de ware krachtsverhoudingen.

Na Palma en Hyères kan de indruk zijn ontstaan dat ineens veel zeilsters zich in de top melden, maar dat is vooral gekomen omdat in Palma weinig wind stond en het in Hyères juist alle dagen heel hard woei. Dan zie je ineens de specialisten voorin, anders gebeurt dat niet zo snel. Ze zijn kwetsbaar: zo haalde de winnares van Palma de finale van Hyères niet eens.

Evi van Acker, Lijja Xu en ik zijn het meest allround. Dat zien we van elkaar, daar hebben we het onderling nooit over. We hebben nauwelijks contact met elkaar, niemand heeft die behoefte. Ik

ook niet, het is ook geen theekransje.

Omdat ik voor Hyères niet aan gewicht had gewonnen - ook weer met het oog op de Spelen - en ik in maart en april echt knetterhard heb getraind, was ik met de derde plaats zeer tevreden. Het gaat gewoon goed. Qua resultaten was dit mijn beste voorseizoen sinds 2009.

De moeilijkste periode is nu achter de rug. De afgelopen maanden heb ik echt enorm hard getraind, ik was meer op het water dan op de wal. Nu gaat de focus naar de wedstrijden. Het WK, de Sail for Gold in Weymouth in juni en dan dus de Spelen.

Ondertussen leef ik deze week enorm mee met m'n broer Roelof, die vrijdag aan zijn WK is begonnen.

Hij moet daar en in Medemblik trainingspartner Rutger van Schaardenburg voorblijven om naar de Spelen te mogen. Het wordt vet spannend, maar ik heb alle vertrouwen in Roelof."