

# Anker gelicht, op naar Rio 2016

De Olympische Spelen lijken alweer eeuwen geleden voor Marit Bouwmeester. Het anker van haar campagne voor Rio 2016 is inmiddels gelicht. Doel: goud.

PETER VAN DER MEEREN

**D**rie maanden plus ruim twee weken. Langer is het niet geleden dat Marit Bouwmeester in haar Laser Radial olympisch zilver veroverde. De 24-jarige stuurvrouw uit Warten staat er zelf ook van te kijken. „Het is heel apart. Al begin oktober had ik het gevoel dat het eeuwen geleden was. Dat komt denk ik omdat er na Weymouth ontzettend veel is gebeurd.”

Niet dat Bouwmeester is geleefd. Onder een handvol plichtplegingen kon ze niet uit, maar Bouwmeester liet na 6 augustus de schoten vieren. Hoewel het woord 'rust' bij haar niet het synoniem is voor niks doen. Marit Bouwmeester krijgt na één dag op een strandstoel al de kriebels. „Ik heb me ontspannen door te doen waar ik zin in had. Heerlijk.”

Ze vloog naar de America's Cup in San Francisco. Aan de Amerikaanse westkust voer ze - samen met vriend en viervoudig olympisch kampioen Ben Ainslie - mee op een buitenproportionele catamaran. „Ongelooflijk gaaf.”

Voorts verbleef ze op uitnodiging een week op Curaçao, waar ze met onder andere Ranomi Kromowidjojo en Dorian van Rijsselberghe genoot van zon en zee en aan een wielkoers meedeed.

En verdraaid: ze stapte toch even in een Laser. „Ik werd na de fietsrace opgewacht door twee jongetjes. Heel netjes vroegen ze of ik ze zeilles wilde geven. Dat kon ik niet weigeren.”

Ze lacht. „We gingen naar hun zeilclub, waar ze al drie bootjes hadden klaargelegd. Ik stap aan boord en zeg: als de touwtjes zó slap hangen, worden jullie nooit kampioen. Ik trek de boel strak en wat denk je... Stuk. Maar ze hebben volgens mij de middag van hun leven gehad!”

De vakantie was precies wat ze nodig had, zo merkte Bouwmeester. Want ze voelde dat het olympisch resultaat aan haar bleef knagen. Bouwmeester draait er niet omheen. „Wat blijft hangen, is het gevoel dat ik niet zilver heb gewonnen, maar goud heb gemist. De Spelen komen nog regelmatig in mijn hoofd langs.”

Wát als ze op de eerste dag niet de dupe was geworden van een discutabele jurybeslissing? „Ik lag op kop en finishte na de strafondjes, wegens vermeend pompen, als zesde. Dat maakt veel verschil in een veld waarin de verschillen enorm klein zijn.”

En wat als de omstandigheden zo waren geweest als waarop iedereen had gerekend? „Zes jaar achter elkaar



Marit Bouwmeester moest na de Spelen de teleurstelling over het gemiste goud verwerken, maar kijkt alweer vooruit. „Rio kan extreem worden.” FOTO HOGE NOORDEN/JAAP SCHAAF

was het weer variabel geweest. Gezien mijn techniek en gewicht had ik onder die omstandigheden oppermachtig kunnen zijn. Maar ineens was het in Weymouth een week aardig stabiel en kregen we een eenzijdige serie.”

„Dat alles maakt het zuur. Daardoor heb ik moeite gehad om de olympische periode af te sluiten. Maar het moet. Na Curaçao ben ik met een schone lei begonnen.”

Meteen na het in ontvangst nemen van de zilveren medaille wist Marit Bouwmeester wat haar te doen stond. Opnieuw koers zetten naar de Spelen; goud halen. „Ik heb er geen enkele moeite mee om daar weer volledig voor te gaan.”

Onder wiens leiding was helder: Mark Littlejohn. De Engelsman verklaarde al in Weymouth dat hij alleen met Bouwmeester verder wilde.

De 'liefde' is geheel wederzijds. „We hebben zo'n sterke band”, zegt



## Marit Bouwmeester gaat op volgende Spelen 'een andere sport beoefenen'

de zeilster. „Die klik is nodig om weer vier jaar samen op te trekken. We hebben beiden de overtuiging dat er nog veel stappen gemaakt kunnen worden.”

Terwijl Bouwmeester verplicht rustte, vloog Littlejohn naar Rio de Janeiro. Hij verbleef daar drie weken, waarvan hooguit één middagje op het strand van Copacabana. De coach sloeg in de Braziliaanse metropool de piketpaaltjes voor weer

een succesvolle campagne.

Conclusie: „Alles wat we voor Weymouth hebben geleerd, kunnen we vergeten”, zegt Bouwmeester. „Het wordt heel anders. In Rio staat altijd tussen de zeven en dertien knopen wind, kracht 3-4. Omdat we in de haven varen, is de invloed van land groot. Daarnaast stroomt het water alle kanten op, het kan om de vijftig meter verschillen. In Rio gaan we een andere sport beoefenen dan in Weymouth. Eén voordeel: ik kan op mijn gewone gewicht blijven.”

Littlejohn maakte in Rio afspraken met jachtclubs (voor het gebruik van de accommodatie) en bezocht huizen - in veilige wijken - voor als er trainingskampen worden belegd. Dat gaat regelmatig gebeuren, weet Bouwmeester. „Als je niet ontzettend veel uren maakt in Rio, heb je daar in 2016 niks te zoeken.”

„Het liefst vlieg ik er volgende maand al heen, maar dat mag niet

van Mark. Ik stap in april weer in de Laser. Als je nu al aan een schema van driehonderd watertrainingsdagen per jaar begint, sloop je jezelf.”

Bouwmeester moet voorts afwachten hoe de regels worden. „De kans bestaat dat de serie opgebouwd wordt uit vier, vijf korte races per dag en wordt besloten met een allesbeslissende finale. Extreem. Ik houd daar niet van, maar als het zo beslist wordt, moeten we daar de trainingen op aanpassen.”

Tot april wil Bouwmeester gaan meevaren op grote boten, waar ze gerichte taken moet uitvoeren. „Detailtraining.” Daarnaast stort ze zich op een andere grote passie: fitness.

Al met al is het leven van Marit Bouwmeester niet veel veranderd. „Voor zus Anneke wel”, zegt ze lachend. „Zij wordt vaak aangesproken op straat; denken de mensen dat ze mij is. Ha, niet erg. Laat mij maar lekker onopvallend mijn ding doen.”



Marit Bouwmeester (vanaf links) tijdens de olympische medailleceremonie, met trainer-coach Mark Littlejohn feestend in Warten en trainend in het krachthonk. FOTO'S RICHARD LANGDON, HOGE NOORDEN/JAAP SCHAAF EN LC/SIETSKE BOUMA