

Tessa Kramer springt naar zeldzame 'dubbel'

VLIST Tessa Kramer beleefde zaterdag in Vlist een prachtige primeur. De uit It Heidenskip afkomstige fierljepster veroverde tijdens de Hollandse Kampioenschappen de vrouwentitel.

Ze won, na een uitstekende reeks sprongen, met 16,00.

Met die zege heeft ze nu zowel onder de Hollandse PBH-vlag als die van de Friese FLB de titel gepakt. In 2020 won de in Amersfoort wonende Kramer de Friese vrouwentitel. Alleen Roel Bokke Span en Tineke Vlieger presteerden het eerder de dubbel te pakken.

Reinier Overbeek pakte verrassend de titel bij de senioren. De polsstokverspringer uit Benschop bleef Jaco de Groot nipt voor; 20,29 om 20,12 meter.

Hidde van Dam sprong wel ver-



Tessa Kramer

der dan Overbeek. De Montfoorter won met 20,73 de juniorentitel. De winst bij de jongens ging naar Nikolaj Lodder (16,68) en Isabel Overbeek werd met 14,09 bij de meisjes Hollands kampioen.

Van Zundert beëindigt jong topsportloopbaan

HEERENVEEN Kunstrijdster Lindsay van Zundert beëindigt haar topsportloopbaan. Dat meldt de 19-jarige Brabantse via schaatsbond KNSB.

Van Zundert deed twee jaar geleden mee aan de Olympische Spelen in Peking. Daarmee was ze de eerste Nederlandse kunstrijdster op de Winterspelen sinds Dianne de Leeuw in 1976 in Innsbruck. Van Zundert eindigde als achtste.

„Ik ben best jong om te stoppen, maar het heeft geen zin meer om er zoveel geld en energie in te steken. Ik heb het maximale eruit gehaald. Meer kon ik niet geven. Op het ijs vielen de prestaties tegen. De vele trainingsuren betaalden zich niet meer uit en dat leidde tot minder plezier”, aldus Van Zundert, die in juni voor zichzelf het besluit nam om te stoppen.

Naast de Olympische Spelen noemt Van Zundert het WK van 2021 in Stockholm als hoogtepunt. Als 16-jarige debutante eindigde ze toen als zestiende. „Ik vond het al geweldig dat ik erheen mocht en had nooit ver-

wacht dat ik zou mogen deelnemen aan de vrije kür. Dat WK was een feestje.”

Van Zundert droeg bij de Winterspelen van Peking samen met langebaanschaatser Kjeld Nuis de Nederlandse vlag tijdens de openingsceremonie. „Het halen van de Spelen was al van jongs af aan mijn grote doel. Toen dat gelukt was, wilde ik er extra hard voor werken. Vanaf het moment dat ik de vlag mocht dragen tot het laatste element van mijn vrije kür; het was een perfecte ervaring”, kijkt ze terug.

De periode daarna begonnen langzaam de twijfels bij Van Zundert te komen om door te gaan. „De Spelen had ik gehaald en daar had ik prachtige prestaties neergezet, maar ik had niet het gevoel dat ik nog beter zou kunnen presteren. Ik heb de tijd nodig gehad om weer tot leven te komen.”

In oktober start Van Zundert met een coachingscursus, zodat ze daarna jonge kunstrijders kan begeleiden. „Mijn ervaringen wil ik graag doorgeven. Ik zou het heel leuk vinden als ik ooit met een talent de Spelen kan halen.”

Veel onlinehaat naar atleten tijdens Spelen

PARIJS De atletenvertegenwoordigers van het Internationaal Olympisch Comité (IOC) beklagen zich over de vele onlinehaatberichten die tijdens de afgelopen Spelen van Parijs zijn binnengekomen.

De organisatie Athlete365 had al kunstmatige intelligentie ingeschakeld om onlinehaat op te sporen en te beantwoorden, maar moest tot haar eigen 'diepgaande teleurstelling' alsnog ruim 8500 keer verdere actie ondernemen.

„Als vertegenwoordigers van atleten veroordelen we in de meest krachtige bewoordingen

alle vormen van agressie en intimidatie, ongeacht de mening die men kan hebben over bepaalde beslissingen. We betuigen ons volledige medeleven en onze steun aan de atleten en individuen die getroffen zijn door dit onacceptabele gedrag. Deze atleten verdienen veel meer respect voor wat ze hebben bereikt”, staat in een verklaring.

Eerder startte de Algerijnse bokskampioene Imane Khelif, die was verwickeld in een grote gendercontroverse, al een juridische zaak tegen de haatberichten. Daarop opende het Franse Openbaar Ministerie een onderzoek.

Nard Brandsma veroverde zaterdag bij de Friese fierljepkampioenschappen voor de vierde keer de titel én Sulveren Pols bij de senioren. Zijn winnende afstand van 20,00 meter was de minst verre in vijftien edities, maar de spanning vergoedde veel.

‘In hiel goeie rededen om noch net op te hâlden’

TEKST EDWIN FISCHER
FOTO'S HENK JAN DIJKS EN ANP

Wat zullen Oane Galama, Rutger Haanstra, Bauke de Jong, Freark Kramer, Thewis Hobma, Sytse Bokma, Jan Teade Nauta en zelfs uitdierend Fries kampioen Rutger Piersma zondagochtend bij het ontwaken gemeen hebben gehad?

Allen zijn ongetwijfeld wakker geworden met een fikse (in elk geval figuurlijke) kater. De gedachte dat ze de dag ervoor géén Fries kampioen zijn geworden, was 'op zeker' kwelend aanwezig.

Het hele rijtje fierljeppers weet immers dat het – de een wat makkelijker dan de ander, maar toch – in staat is om behoorlijk verder dan 20 meter in het Winsumer zandbed te landen. „It hie seker kinnen, dus ik baal no ek bêst wol”, verwoordde Rutger Haanstra zijn gevoel na afloop en ongetwijfeld ook dat van alle ander 'verliezers'.

Het enige echte en tevens terechte verweer dat al die ljeppers zichzelf voor konden houden, was dat het zaterdag niet een gewone wedstrijd betrof. Het ging hier om de 'ljeppe-rij van het jaar'; de strijd om de Friese fierljep-titel. En dat maakte alles anders.

Dat ondervond zeker ook Germ Terpstra. De junior uit Tzum was in aanloop naar deze

68ste aflevering van het FK de meest besproken deelnemer. Terpstra toonde zich het hele seizoen al de beste fierljepper in het gehele mannelijke Friese circuit. In zijn eentje had hij in ruim de helft van de wedstrijden verder gesprongen dan wie ook.

En dus was de verwachting dat het talent op zijn thuischans weer het verst zou komen en daarmee de meest begeerde prijs van het FK, de Sulveren Pols, ging winnen, een logische. „Dat wie it miskien ek wol, mar it FK jout in hiel oare druk. Dat beynfloedet dy op alle flakken en hielendal ûnder it springen sels”, verklapte de kersverse winnaar Nard Brandsma.

Dat de Workumer zaterdag met de medailles, de trofeeën en overwinnaarskrans de fraai aangeklede accommodatie van Sint Japik zou verlaten, hadden maar weinigen voorzien. Zelf geloofde hij wel in zijn kansen. „It bliuwt fierljeppen”, kwam Brandsma droog uit de hoek. Om breed lachend met de beste dooddoener van de dag te vervolgen: „Oan de ein wint dyjinge dy 't it fierst sprongen hat.”

Dat was Brandsma dus. In 20,00. In meters en centimeters een matige afstand, maar uiteindelijk toch te ver voor het hele peloton concurrenten. Brandsma opende zijn wedstrijd met naar later dus bleek al de winnende afstand. „In lekkere iepening, want ik wie der



Alle winnaars op een rij: vlnr Brent Monsma, Michiel Zijlstra, Nard Brandsma, Sigrid Bokma en Sanne Bouwstra.



Nard Brandsma kroont zich tot winnaar van het FK fierljeppen.

“NO HA IK IN HIEL GOEIE REDEN OM NOCH NET OP TE HÂLDEN MEI LJEPPEM

doe wol al wis fan dat ik de finale helje soe. Dat nimt dochts al in soad druk fuort.”

Juist die druk om de finale te halen en daarna verder dan slechts 20 meter te springen, nekte alle andere ljeppe. Zoals de overigen ook al verrassende Oane Galama. Hij verzekerde zich met 19,92 in zijn eerste poging ook al van twee extra sprongen in het ultieme gevecht om de titel.

„Yn earste ynstânsje gie ik foar in hiel fiere sprong, mar yn 'e finale wiziget men dochts de taktyk omdatst dan allinnich mar dy liedende ôfstân foarby wolst”, vertelde de 38-jarige Hilaarder.

Hoewel hij er behoorlijk van baalde dat hij daar niet in slaagde en genoeg moest nemen met zilver, was hij toch trots op zichzelf. Met recht, want eerder dit seizoen viel Galama hard uit de polsstok en leek zijn seizoen voorbij. „Ik bin der grutsk op dat ik hjir dochts stean en ek noch mei it gevoel dat ik winne koe.”

Om er zichtbaar geëmotioneerd – kijkend en wijzend naar zijn geblesseerd ontbrekende tweelingbroer Ysbrand – aan toe te voegen: „Mar wat hie ik graach tegearre mei him dit FK sprongen.”

Emoties waren er niet te bespeuren bij Germ Terpstra. Op koele wijze beschreef de favoriet voor de Sulveren Pols zijn FK. „Yn de tredde sprong hie it barre moatten. Doe siet ik sa lekker yn 'e pols, mar wie ik fiersten te gretich. Dat wie dé sprong west, mar ik ha it hielendal sels ferprutst.”

Terpstra kwam uiteindelijk niet verder dan 19,20 en moest tot zijn eigen afgrijzen zelfs de Friese juniorentitel aan Michiel Zijlstra laten. „Mar ik gun it Michiel hear, hy hat fertsjinne wûn”, was Terpstra sportief richting de ljeppe uit Oosthem.

Die was dankzij zijn verste sprong van 19,69 zeer in zijn nopjes met zijn eerste Friese titel ooit. Hij begon het seizoen wat wisselvallig, mede door problemen met zijn rechterknie. Maar hij kreeg na zijn eerste dagtitel de smaak te pakken. „Nei dy winst yn Grypstsjerkrige krige ik mear selsfertrouwen.”

Ook Zijlstra werd in staat geacht om de Sulveren Pols voor de neus van de senioren weg te kapen. „Dêr ha ik my hielendal net mei dwaande hâlden. Dy diskusje gie it iene ear yn en it oare út.”

Nard Brandsma hoorde het met een glimlach aan. Hij was bijzonder blij met het 'falen' van de junioren en zijn medesenioren.

Want de Sulveren Pols is nu binnen handbereik om hem definitief in bezit te krijgen. „No ha ik in hiel goeie reden om noch net op te hâlden mei ljeppe”, verwees Brandsma naar de regel dat een van de meest begeerde fierljeptrofees gehouden mag worden als deze door een en dezelfde persoon vijf maal (of drie keer op rij) is gewonnen.

De teller staat voor Brandsma nu op vier. In 2017 pakte hij de prijs voor het eerst, herhaalde in 2019 en 2021 dat kunststukje en mag na zaterdag proberen in 2025 het kwintet te voltooien. Brandsma: „It sit wol al sûnt 2017 yn de efterholle en it soe prachtich wêze as ik dêr yn slagje.”

Glêzen Ljepster nu wel voor Sigrid Bokma

Sigrid Bokma poetste zaterdag de frustratie weg van 2018 met een afgetekende kampioenssprong van 16,42 meter. In dat jaar won de ljepster uit Hindeloopen nog wel de Friese vrouwentitel met 14,94, maar zag ze meisjeswinnares Bente Vlas met een winnende afstand van 15,36 er met de Glêzen Ljepster vandoor gaan. De glimlach bleef zaterdag het gezicht van Bokma sieren. Kijkend naar de mooie trofee voor de verste dagafstand bij de vrouwen/meisjes: „Ik woe dizze wol hiel graach winne, hear. De titel is prachtich, mar nei 2018 stie de Glêzen Ljepster wol boppe-oan myn listje.”

Bokma sprong een uitstekend FK en oogde relaxed. Ze opende met 14,55 meter, zette daarna met 16,08 de toon om vervolgens in haar eerste finalesprong de titel veilig te stellen. „Dochts fielde ik ek wol de druk fan it FK, hear.”

Die druk had Hanneke Westert een stuk minder. De inwoner van Sneek was geen favoriet, maar kon met een tweede plaats dankzij haar beste seizoenafstand van 15,57 erg tevreden zijn. „Einliks kaam der út wat ik op 'e training wol faak sjen lit.”

Wie ook geen titelfavoriet was, maar zich na een spannend FK 'gewoon' jongenskampioen mocht noemen, was Brent Monsma. Het talent uit Tzummarum haalde al verrassend als derde de finale, maar beloonde zichzelf door in zijn laatste poging naar 19,60 te springen.

Na afloop beseftte Monsma dat hij een lijdensweg af had moeten leggen. In februari brak hij tijdens wintersport zijn enkel. In april kwam hij uit het gips, eind mei mocht hij pas weer springen en half juni startte hij in de tweede klasse zijn fierljepeizoen.

„Dat ik hjir op it FK meidwaan koe, wie al in beleanning. Mar dan ek winne, dat docht wol wat mei my. It is net maklik om dat yn wur-



Sigrid Bokma is onderweg naar de titel bij de vrouwen.

den út te drukken”, vertelde de zichtbaar geëmotioneerde Friese jongenskampioen. Zijn clubgenote Sanne Bouwstra stond heel wat nuchterder haar zojuist geprolongeerde Friese titel bij de meisjes te analyseren. „Ik wist net iens dat ik it earste famke wurde koe dy't de titel twa kear efterinoar winne koe. Dat makket dizze oerwinning wol ekstra spesjaal.”