



▲ Polsstokverspringer Rian Baas is klaar voor de jaarlijkse tweekamp polsstokverspringen. FOTO ERIK VAN

KORDELAAR

‘Grote doel is het winnen van het NK’

Vandaag staat de jaarlijkse tweekamp polsstokverspringen tussen Holland en Friesland op de wedstrijdagenda. Holland moet het stellen zonder zijn toppers Jaco de Groot en Erwin Timmerarends, maar na een absentie van een jaar is Rian Baas wel weer van de partij.

Ad van den Herik

Gouda

Vorig jaar won Holland in eigen huis - in Zegveld - de krachtmeting met de noordelingen. De tweekamp Holland-Friesland staat al sinds 1966 op de wedstrijdkalender: het ene jaar komen de Friezen naar deze streek, het jaar erop reizen de Hollanders naar de bakermat van het polsstokverspringen (fierljeppen). Vandaag fungeert de springerschans in Winsum als decor voor de strijd om de meeste meters.

De regels zijn simpel. Aan de wedstrijd doen 48 springers mee: 24 Hollanders en 24 Friezen. Elk team vaardigt zijn beste acht senioren (mannen), vier vrouwen, vier junioren, vier jongens en vier meisjes af. De springers mogen ieder vier sprongen maken. De verste sprong van elke individuele springer telt mee voor het totaal aantal meters. „Ik denk dat ik vanaf mijn zestiende jaar heb meegedaan aan de tweekamp. Misschien dat ik er twee heb gemist vanwege een blessure”, kijkt de nu 31-jarige Rian

Baas vooruit op de tweekamp die hij vorig moest laten schieten. „Ik ben er een jaartje tussenuit geweest om kitesurfen te leren en vorig jaar scheurde ik mijn enkelband. Dan is het leuk om te merken dat ik het niet verleerd ben en met de besten mee kan. Het gaat eigenlijk best goed”, onderstreept hij zijn sterke comeback.

Thuisvoordeel

De Gouwenaar vindt het mooie aan zo'n tweekamp dat het om een teamprestatie gaat, terwijl het bij reguliere wedstrijden puur om individuele resultaten draait. Aan de prestigiestrijd gaat geen bijzondere



Stiekem staat het Nederlands afstandsrecord hoog op mijn lijstje

– Rian Baas

voorbereiding vooraf. Eerst een gezamenlijke lunch. Vervolgens spreekt bondscoach Kenneth Broos zijn atleten toe en dan moeten zijn pupillen de meters bij elkaar springen. „Bij een tweekamp is het lastiger springen, omdat je niet de opbouw van een gewone wedstrijd hebt”, weet Baas.

Holland moet het stellen zonder zijn 'kanonnen' Jaco de Groot, houder van het afstandsrecord van 22.21 meter, en Erwin Timmerarends, nationaal kampioen 2023. „Ja, dat is balen. Jaco springt altijd wel twin-

tig meter.” En dan met een lach: „Dan moet ik mijn best maar doen. Maar bijvoorbeeld Sander van Vliet en Ricardo Faaij zijn ook goed. We hebben de hele winter met elkaar getraind.”

Baas denkt dat het thuisteam een voordeel heeft vanwege de bekendheid met de eigen schans. Die kennen zij door en door. „In Winsum wordt ook altijd het Fries kampioenschap gehouden”, weet de springer van vereniging Polsstokkerdam. Zijn 23-jarige zus Joriene maakt deel uit van de Holland-delegatie bij de vrouwen.

Uitdaging

De liefde voor het polsstokverspringen gaat terug naar de tijd dat Baas als kind aan de hand van zijn vader en moeder naar een wedstrijd ging kijken. Sindsdien ontwikkelde Baas een liefde voor deze zomersport. Hij maakte uitstapjes naar het kitesurfen, hardlopen en wielrennen om toch weer terug te keren bij de stok van ruim dertien meter. „Alles gebeurt in tien seconden waarbij je alles moet doen op techniek: rennen, afzetten, klimmen en landen. Dat is iedere keer weer een uitdaging.”

Baas verheugt zich erg op de strijd met de Friezen, maar tegelijkertijd kijkt hij ook iets verder vooruit. „Mijn grote doel is het winnen van het nationaal kampioenschap. Dat is dit jaar in Polsbroek, mijn thuisschans en favoriete schans. En stiekem staat het Nederlands afstandsrecord hoog op mijn lijstje. Ja, ik weet het, dat willen we allemaal.”