

Helmholt heeft nu ook op scorebord smaak te pakken

 Ernst Slagter

It Heidenskip | Fierljepper Bart Helmholt heeft eindelijk zijn eerste dagzege te pakken. De Burgumer sprong gisteren in It Heidenskip en passant meteen de eerste 21 meter van het seizoen (21,04). Hoewel die bewuste finalepoging niet meetelt voor het seizoensklassement, was Helmholt niet minder blij. Voor hem was het vooral een bevestiging dat hij ook vroeg in het seizoen al kan vlammen.

Want het piekmoment – zo verkondigde de houder van het Nederlands record bij de senioren al meerdere malen – ligt voor Helmholt pas in augustus. Dat liet onverlet dat de Burgumer in de laatste vijf jaar nog nooit zo lang moest wachten op zijn eerste overwinning in een seizoen.

Daar was hij zich naar eigen zegen niet eens van bewust. „Puur omdat de focus niet ligt op dit gedeelte van het seizoen”, zei Helmholt. „Maar dat neemt niet weg dat het mooi is dat het er nu voor het eerst echt uitkomt. Arend Tjeerd (Hofstee, Helmholt's coach, red.) zei telkens al: 'Blijf nu maar rustig. Als het dan toch gebeurt, heb je meteen een 21 meter te pakken.'”

Hofstee kreeg het gelijk gisteren dus aan zijn zijde. Technisch gezien ontbrak er volgens Helmholt niet eens zoveel aan zijn sprongen in de openingsweken van het seizoen. „Het ging best goed, maar de goede afstanden kwamen maar niet. Dan zwiepte de stok terug en dan ging ik weer te snel, of scheef. Nu had ik die pech niet.”

Die winnende sprong had overigens nog wel verder dan 21,04 kunnen reiken, meende de Burgumer. „Hij had zelfs verder gemóeten. De twee laatste klimslagen waren te klein en daardoor kreeg ik een zwieper van de stok tegen. Dat is puur omdat ik dit seizoen nog nooit zo hoog in de stok heb gezeten. Het is weer wennen aan dat gevoel.”

Helmholt stak bij de senioren Oane Galama de loef af. De Heiden-

kipper kwam op zijn thuisschans niet verder dan 19,99 in de serie en ging in de finale twee keer te water. Zijn in de eerste klasse teruggekeerde tweelingbroer Ysbrand Galama werd derde met 18,97.

Sytse Bokma schreef de wedstrijd bij de junioren op zijn naam met een nieuw persoonlijk record. De Ijepper uit Hindeloopen kwam net tekort voor de eerste 20 meternotering uit zijn leven met 19,99. „Ach, die ene centimeter. Die springen we er dit seizoen nog weleens bij”, zei Bokma vastberaden. „Het gaat tot nu toe sowieso al hartstikke goed. Ik heb deze

Dan zwiepte de stok terug en dan ging ik weer te snel, of scheef. Nu had ik die pech niet

winter enorm veel aan krachttraining en mijn aanloop gedaan. Daar begin ik nu de vruchten van te plukken.”

Bij de jongens won IJlster Jos Bethlehem met een nieuw persoonlijk record van 16,30. Marrit van der Wal uit It Heidenskip was de sterkste bij de vrouwen (15,46), terwijl Sigrid Bokma uit Hindeloopen bij de meisjes zegevierde (14,32).

IT HEIDENSKIP. Senioren: 1. Bart Helmholt (Burgum) 21,04, 2. Oane Galama (Wiuwert) 19,99, 3. Ysbrand Galama (It Heidenskip) 18,97, 4. Nard Brandsma (It Heidenskip) 18,54, 5. Thomas Helmholt (Burgum) 18,21. **Junioren:** 1. Sytse Bokma (Hindeloopen) 19,99, 2. Jan Teade Nauta (IJlst) 18,08, 3. Bobby Zwaagman (IJlst) 17,61. **Jongens:** 1. Jos Bethlehem (IJlst) 16,30, 2. Wietse Nauta (IJlst) 15,58, 3. Gerard Hooisma (Oudehaske). **Vrouwen:** 1. Marrit van der Wal (It Heidenskip) 15,46, 2. Klaske Nauta (IJlst) 15,13, 3. Tessa Kramer (It Heidenskip) 14,42. **Meisjes:** 1. Sigrid Bokma (Hindeloopen) 14,32, 2. Bente Vlas (Heeg) 13,64, 3. Lisanne Haitsma (Achlum) 13,55.