

# Vader loopt niet achter dochter aan

Terwijl Marrit van der Wal op de kleine schans weer een goede sprong aflevert, is vader Rients druk met een andere fierljepper. „In bern nimt fan in heit wat minder oan as fan in oar.”

EDWIN FISCHER

**R**ients van der Wal benadrukt dat het zijn eigen keuze is om niet als coach op te treden van zijn dit seizoen succesvolle dochter. „Foar myn gefoel moat ik dat net dwaan”, zegt hij. „Marrit woe it wol, mar ik woe it sels net. Fan in heit nimme se wat minder oan. Mar ik motivearje har wol hear, en ik jou ek wol oanwizings.”

Hij is deze zaterdag op de FK-locatie in Winsum een druk baasje. Met handen en voeten geeft hij de fierljeppjeugd van It Heidenskip aanwijzingen. Voorts is hij in de weer met het klaarzetten van polsstokken en corrigeert waar nodig de polshouder.

„Coache en training jaan is echt ûntspanning foar my”, zegt de voormalige fierljeptopper, die meteen na het beëindigen van zijn glansrijke carrière het trainersvak instapte. „Ik wurkje fjirtjin, fyftjin oeren deis yn ús fouraazjehannel. Dan fyn ik it hearlik om mei dit spultsje de holle fris te krijen.”

De aanpak van de voormalig Nederlands kampioen werkt, zo blijkt uit de resultaten. Sigrid Bokma (14.64 meter), juniorbroer Sytse (18.46) en Marrit van der Wal (zij wint bij de vrouwen met 15.33) bezorgen It Heidenskip weer een mooie dag in het nog prille seizoen.

Dat Oane Galama het succes met een prachtige zege (20.87) bij de senioren topklassers compleet maakt, is Van der Wal bijna ontgaan. „Ik be-



Sigrid Bokma (links) luistert naar de aanwijzingen van haar trainer Rients van der Wal. FOTO HENK JAN DIJKS

libje de wedstrijd op myn eigen wize. Fan de sprongen op de grutte barte krij ik net safolle mei. Ik hear de speaker en sjoch betiden fan út de eachhoeken nochris in spronkje, mar ik bin eins dwaande mei myn eigen dingen.”

Maar ondanks de successen ontbreekt er iets op het terrein. „Ik mis Ate wol hiel bot”, zegt Van der Wal. Hij doelt op Ate Westerhof. De Sneker overleed twee maanden geleden na een ernstige ziekte. „It wie sa noflik as Ate der wie. Hy hie altyd tips,

*Fierljeppen in It Heidenskip floreert door combinatie van training en sfeer*

seach in protte en wie posityf. Skande dat hy der net mear is.”

Het fierljeppen gaat door en Westerhof zou hebben genoten van de Heidenskipster successen. „Wy winne in protte en dat komt benammen troch de trainingsomstannichheden”, aldus Rients van der wal. „Wy moasten froeger alles sels dwaan. No ha se trainers, kinne se krêfttraining dwaan, gean se nei sprinttraining by AV Horror yn Snits en lizze de skânsen yn It Heidenskip der altyd krekt sa by as foar in wedstriid.”

De belangrijkste factor voor succes is volgens Van der Wal echter de sfeer. „It is in yndividuele sport, mar se binne in team. Ek bûten de sport om binne se allegear freonen. Se helpe mekoar en gunne mekoar it sukses.” Van der Wal rept niet over de rol van zichzelf en die van collega-trainer Pieter Haanstra. De fierljeppers weten beter. Zij kunnen Van der Wal en Haanstra aan het einde van dit seizoen belonen. „Wy winne no in protte, mar prizen pakke op it FK en NK soe hiel moai wêze.”