



Wietse Nauta vliegt in zijn laatste finalesprong naar een afstand van 17.14 meter en pakte daarmee voor de zesde achtereenvolgende keer dagtitel bij de jongens. Foto: Henk Jan Dijk

# Helmholt vliegt weer over de 21 meter

**Bert Kalteren**

**Grijpskerk** | Het goede gevoel is weer terug bij fierljepper Bart Helmholt. De Burgumer vloog in eerste klaswedstrijd van de ROC Friese Poort competitie in Grijpskerk weer als vanouds over de 21 meter. Twee keer zelfs. Daar kon zelfs zijn Resetteamgenoot en de man in vorm Nard Brandsma niets aan veranderen, al kwam hij er in zijn ultieme poging heel dichtbij.

Het leverde Brandsma in zijn ultieme sprong in de finale met een afstand van 20.98 meter een nieuw persoonlijk record. Een verbetering met slechts één centimeter en voor de tweede keer alweer deze maand (begin juni in Buitenpost). Het lijkt slechts een kwestie van tijd alvorens de barrière van 21 meter zal worden genomen door de Heidenskipster.

Vorig seizoen werd in totaliteit slechts één keer over de 21 meter gesprongen. Dit seizoen staat na zes bondswedstrijden de teller inmiddels al op drie. Allemaal voor rekening van Bart Helmholt, die er veel aan gelegen is het tegenvallende fierljeppjaar 2015 naar de vergetelheid

te springen. In zijn eigen Burgum kwam Helmholt al vroeg in het seizoen tot een afstand van 21.08 meter en zaterdagavond was het net over de provinciegrens in Grijpskerk opennieuw raak.

In de voorronde liet hij een afstand van 21.03 meter noteren. Vervolgens in de finale deed Helmholt het nog eens dunnetjes over, waarbij hij zich enigszins vergaloppeerde bij een ietwat geforceerde uitsprong. Het leverde hem een afstand op van 21.07 meter en wat stijve ledematen. „Qua blessuregevoeligheid was het een domme sprong. Ik ben nu wat stijf in de rug en de benen, maar dat heb ik nodig om te presteren.”

Toch was de Burgumer na de gewonnen thuiswedstrijd even een kleine maand van de leg. Die leemte werd naadloos opgevuld door Resetteamgenoot Brandsma, die vier dagtitels opeiste. Maar vorige week slaagde Helmholt erin de vinger op de gevoelige plaats te leggen. „Ik had sinds de wedstrijd in Burgum geen goede sprong meer gemaakt. Ook op de trainingen niet. Ik wist dat er een dip zou komen. Dat ik ergens in het seizoen zou beginnen te knoeien.”

Daar kwam ook nog een kleine blessure bij en dat hielp allemaal niet

mee. „Ik was de afgelopen week niet zenuwachtig, maar maximaal gefrustreerd.” Helmholt besloot dit seizoen na een tegenvallend jaar de polsstok wat dichterbij te halen, maar kwam vorige week tot de conclusie dat dat geen goede keuze is geweest. „Ik heb even wat verslagen teruggelezen van

**Ik was de afgelopen week niet zenuwachtig, maar maximaal gefrustreerd**

mezelf over de wedstrijden en de trainingen. En daaruit kwamen bepaalde dingen naar voren.”

Helmholt kwam tot de slotsom de polsstok dertig centimeter verder uit de hand te zetten. Nadat de maandagtraining nog in het water was gevallen, bleek een dag later het goede gevoel terug. En vorige week donderdag vloog Helmholt alweer twee keer over de twintig meter. Dat sterkte

hem op weg naar de wedstrijd in Grijpskerk, één van de wedstrijden die in de fierljepagenda van Helmholt is onderstreept om uit de band te springen en grenzen te verleggen. Dat lukte zaterdag met 21.07 meter aardig onder het toezien oog van zijn vrouw Aukje.

Voor het overige was het een wat tegenvallende ljepperij. Zo kwamen er in de topklasse slechts vier springers in actie, die allemaal de finale haalden maar in de schaduw bleven van het duo Helmholt/Brandsma. De vijfde finalist was Hannes Scherjon (Noardburgum) die met een afstand van 18.98 meter als nummer drie de eindstrijd binnenstapte en de komende week weer aansluit bij de topklassers.

## **Familie Nauta**

In drie van de vier andere klassen domineerde de familie Nauta uit IJlst. Bij de jongens was dat niet zo verrassend, want Wietse Nauta pakte zijn zesde dagtitel op rij en is daarmee de enige ongeslagen fierljepper. „Dit had ik niet verwacht bij de start van het seizoen. Het gaat goed, al zijn de afstanden nog niet extreem goed. Maar wel goed genoeg om de rest van de jongens voor te blijven. Ik ga er

wel vanuit dat ik ook wel eens een wedstrijd zal gaan verliezen.”

Hij eindigde de wedstrijd als eerste met een bescheiden afstand van 16.19 meter. De concurrentie kwam daar overigen niets in de buurt. In zijn tweede finalesprong kwam hij tot de winnende afstand van 17.14 meter. Dat was slechts tien centimeter achter de winnende afstand van broer Jan Teade Nauta bij de junioren (17.24).

De de vrouwen was er weer eens wat te juichen voor oudere zus Klaske Nauta met haar eerste dagtitel. In een wedstrijd waarin klassementsleidster Marrit van der Wal drie keer nat sprong en regerend Fries kampioen Hiske Galama geen afstand op papier kreeg zegevierde ze met een bescheiden 14.62 meter. In haar ultieme finalesprong verbeterde ze zich nog tot 15.59 meter.

Terwijl er op de beide andere schansen al geen activiteiten meer waren en de regendruppels uit de lucht kwamen vallen ljepte ze al glibberend en glijdend voor het eerst dit seizoen over de vijftien meter. En dat stemde haar meer dan tevreden. „Eindelijk”, schreeuwde Klaske Nauta na haar geslaagde machtsgreep. „Ik dacht al dat ik het niet meer kon.”