

## 'Een kwestie van tijd'



Jaco de Groot doobrak als eerste springer ooit de grens van 22 meter.  
FOTO STEPHAN TELLIER

### WOERDEN

Polsstokverspringer Jaco de Groot verbeterde zaterdag in Zegveld het ruim een jaar oude Nederlands record van de Fries Bart Helmholt (21.64 meter) spectaculair en zette het op maar liefst 22.21 meter. De vraag is: hoe lang kan de Woerdenaar genieten van zijn record?

WIM KROONE

De vorig jaar gestopte Bart Helmholt had de aanscherping van zijn record al aan zien komen. „Ik was erbij, toen Jaco vorig jaar in mijn laatste wedstrijd tot 21.57 meter kwam. Die sprong was niet perfect, dus ik wist toen al dat de verbetering van mijn record een kwestie van tijd was. Jaco kan de stok verder in het water zetten dan anderen. Voor de sport is het een goede zaak dat records verbroken worden. Dat mijn record van 21.64 meter met bijna 60 centimeter werd verbeterd had ik niet verwacht. Jaco zal nog wel een tijdje dit record behouden of zelf verbeteren.”

Polsstokbond Holland-voorzitter Erik Bos denkt dat het nieuwe record niet lang stand houdt. „Er zit altijd rek in een sprong. De aanloop kan sneller, de afzet krachtiger en de uitsprong beter”, aldus Bos. Binnenkort maakt Polsstokbond Holland een rondje langs de accommodaties. Dan wordt per accommodatie bekeken of het

zandbed lang genoeg is om te landen. Deze moeten namelijk altijd anderhalve meter langer zijn dan nationale record. Dat komt nu neer op 23,71 meter. Bos: „Momenteel is er overigens maar één polsstokverspringer die het record kan verbeteren en dat is Jaco de Groot zelf.”

### Jong

De prille twintigers Rian Baas en Erwin Timmerarends, de twee naaste concurrenten van Jaco de Groot, leggen zich niet neer bij zijn suprematie. „We zijn nog jong en kunnen ons nog flink verbeteren”, aldus Baas. „Door nog harder en specifieker te trainen kunnen we Jaco misschien over enkele jaren verslaan.”

Zo lang wil Timmerarends niet wachten. „Mijn doel is nu het verbeteren van het record; al zal dat een hele klus worden. Mijn aanloop moet nog sneller en de stok ga ik verder wegzetten. Ik zal ook fysiek sterker moeten worden.”

De aanstormende jeugd juichte zaterdag in Zegveld het hardst, toen De Groot zijn fenomenale sprong maakte. De pas 15-jarige Reinier Overbeek, die in de jongenscategorie het Nederlands record met een afstand van 19.81 meter in handen heeft, denkt dat hij de Woerdenaar in de toekomst kan benaderen. „Het duurt nog vijf jaar voordat ik senior ben. Tegen die tijd moeten sprongen van 22 meter mogelijk zijn.” Junior Ricardo Faaij, die een pr van 20.20 meter heeft, maakt zich niet druk over records. „Ik ga eerst proberen de 21 meter te halen.”

Jaco de Groot zelf verkeert vlak na zijn succesvolle weekeinde nog in een roes. „Ik word - denk ik - pas 'wakker' als ik weer een gewone twintig metersprong, wat overigens ook hartstikke ver is, maak. Ik heb weliswaar de grens verlegd, maar

wil me blijven verbeteren.”