

# Bart Helmholt reist in topvorm naar NK

Door Edwin Fischer

**BURGUM** - Van zijn trainer Geert Hommes mag Bart Helmholt het niet over vorm hebben. „Topfoarm of gewoan foarm bestiet net, seit'er.” Toch denkt Helmholt zelf dat vorm wel degelijk bestaat. Logisch, want gisteravond noteerde de fierljepper uit Hurdegaryp zijn tweede 20-metersprong, 20,04, binnen vijf dagen. „Kinst dus wol sizze dat ik mei in goed gevoel nei it NK yn Drylts ôfreizigje”, aldus Helmholt.

Het seizoen 2006 gaat niet alleen als het jaar van de introductie van de carbonpolsstok de boeken in, maar nog meer als het jaar van Bart Helmholt. De net 24-jaar geworden ljepper sprong twee keer over de 20 meter (20,12 en 20,04), ljepte veertien keer over de 19 meter en slechtte de 18-metergrens vele malen meer.

Het klassementsrecord werd met maar liefst zes 19-meter-sprongen en een 18-meter-sprong op 134,08 gezet. Hij verpulverde daarmee het uit 1999 stammende record van Marcel Nijboer: 127,25, een gemiddelde van 18,18 meter. Helmholt sprong bijna een meter verder; 19,15.

In zijn eerste voorrondesprong zat Helmholt uiterst dreigend in de stok, maar ging jammerlijk te water. De volgende poging was uitstekend: 19,57 meter, zijn

beste afstand voor het klassement. In poging drie kwam met precies 19,00 zijn veertiende 19 meter van het seizoen op het bord. De apotheose kwam in de eerste finalesprong. Slechts twee meter uit koers en bijna geheel de lange polsstok benuttend kwam er 20,04 op het bord.

Het meest emotionele moment van de dag was voor Ysbrand Galama. De ljepper uit It Heidskip aasde al geruime tijd op een sprong van 19-plus. Gisteravond slaagde hij daarin aanvankelijk niet. Hij zette eerst een persoonlijk record van 18,95 neer en kreeg vervolgens de hoon van speaker Hendrik Haanstra over zich heen.

Tot grote ergernis van het 'slachtoffer' zelf. „Hendrik sil it wol net sa bedoele, mar ik spring in pr en dan seikt er my hielendal ôf. Dêr baal ik enoarm fan.” Galama maakte in de finale echter wel zijn klimslagen en bereikte zijn doel: 19.43. Met die afstand is hij vierde Fries die verder dan 19 meter springt. Het raakte de Heidskipper. Met tranen in de ogen vierde hij zijn feestje.

Ysbrand Galama stelde daarmee zijn kandidatuur voor de Nederlandse titel. Hij is in vorm en heeft eerder dit seizoen aangetoond in IJlst, waar het NK zaterdag plaatsvindt, zeer goed uit de voeten te kunnen.