



Oane Galama beklimt ondanks zijn rugproblemen met gemak zijn pols, zaterdagavond in It Heidenskip.

Foto LC/Jan de Vries

Hernia-patiënt wint op thuisschans

Door Edwin Fischer

IT HEIDENSKIP – Over anderhalve week moet Oane Galama door de mri-scan. Dan wordt zeer waarschijnlijk bevestigd wat hij eigenlijk al zeven weken weet. De fierljepper uit It Heidenskip kampt met een hernia. Het deerde hem zaterdagavond op zijn thuisschans niet om alle topklassers achter zich te laten. Galama won, met een sprong van 18,93. Broer Ysbrand volgde op twee centimeter.

Het is allemaal wat dubbel, zo verklapte Oane Galama. Vanwege de hernia, die vooral in de lies en hamstring

in zijn rechterbeen uitstralingspijn veroorzaakt, neemt hij gedwongen veel rust. „Mar dit seizoen giet it folle

better as it foarige. Doe ha ik hiel hurd traid en woe it mar net op wedstriden. No is it krekt oarsom.”

Terugkijkend weet Galama precies wanneer hij de hernia, zich bevindend tussen de wervels L4 en L5, heeft opgelopen. „By de earste nachtfroast yn novimber bin ik mei de fyts hurd ûnderút gien. Ik hie neat yn de gaten, mar it wie yn in bocht sa glêd as wat. Ik skowde mei in gang fan wol 30 kilometer ûnderút.”

Er ontstonden na die schuiver allerlei kleine klachten, met uiteindelijk vooral de hinder in het rechterbeen.

Een manueel therapeut kwam zeven weken geleden met de eindconclusie. Maar omdat hij bij het ljeppen amper last ondervindt, is Oane Galama aan het seizoen begonnen en gaat het ook afmaken.

„Ik moat in bytsje oppasse as ik sis mar wat út de pols fal. Mar fierder ha ik gjin lêst of belemmerings by it springen. Ik sil net alle wedstriden mear ljeppe, mar by de moaisten bin ik der wol. Kinst wol sizze dat ik noch allinnich op sneons springen gean. En dat kin ik blykber goed”, glimlachte Oane Galama.

Hij verwees daarmee naar de zege die hij net behaald had. In een niet spectaculaire maar wel spannende wedstrijd bleef hij de concurrentie voor. Broer Ysbrand kwam met 18,91 twee centimeter tekort en ook de van een tweeweekse stage in Spanje teruggekeerde Hannes Scherjon eindigde met 18,83 vlakbij.

De vierde afstand van de dag werd door een junior gesprongen. Nard Brandsma won voor eigen publiek zijn categorie met een sprong van 18,67. Hij verbeterde daarmee tevens zijn persoonlijk record.