



De opslag van Van der Bos is in Menaldum weer fenomenaal. 'Daar kun je bijna alleen maar voor klappen.' Pagina 10



Ze waren er dichtbij zaterdag, maar op het FK springen in Gorredijk zagen de Frieseoppers de titel naar Overijssel gaan. Pagina 10

Favoriet wint FK fierljeppen voor tweede keer op rij

Eén keer '20' is al genoeg voor titel Helmholt

Winsum - De eerste, die was toch iets mooier. Aldus Bart Helmholt, zaterdag nadat hij in Winsum voor de tweede keer op rij de Friese titel pakte. De vreugde om de Sulveren Pols was er niet minder om. Door als enige de 20 meter te passeren, hield hij zijn voornaamste belagers Thewis Hobma en Hannes Scherjon achter zich. Door Gerard Bos.

De ene na de andere hand mocht hij zaterdagmiddag schudden. En Bart Helmholt nam er uitgebreid de tijd voor. Met de krans van Fries kampioen om zijn nek en de Sulveren Pols voor de verste afstand van de dag in de linkerhand, nam hij gretig de vele zoenen en felicitaties in ontvangst. En hij deed het met een grote glimlach op zijn gezicht. Logisch, want voor de tweede keer in evenzovele jaren mocht hij zich laten fêteren als Fryslâns beste fierljepper.

De gewetensvraag welke mooier is, de eerste (vorig jaar) of de tweede (die van zaterdag) beantwoordde hij vliesgenvlug. „Dan toch de eerste. Toen zat er veel meer druk op, omdat ik de titel tot dan nog nooit had gepakt.“

Hobma en Scherjon waren op voorhand de twee grootste uitdagers van Helmholt. Dat voorspelde het drietal zaterdag zelf al in deze krant. Net als dat er een 20 metersprong nodig zou zijn om de titel in de wacht te slepen. Beide zaken kwamen uit in een nets als in voorgaande jaren volgepakte accommodatie Winsum.

En waarom Helmholt dan won en de anderen niet, viel in één zin te verklaren: hij sprong 'm wel, de anderen niet. Nadat de Burgumer met 19,13 in de voorronde nog Hobma (19,81) en Scherjon (19,55) voor zich moest dulden, maakte hij in de eerste van twee finalepogingen zijn winnende sprong van 20,51. En dat bleek genoeg voor zijn tweede opeenvolgende Friese titel en Sulveren Pols.

„Toen ik die afstand neerzette in de eerste sprong in de finale, wist ik dat ik de titel had“, verklaarde Helmholt. Toch hadden Hobma en Scherjon daarna nog twee kansen om hem voorbij te gaan. „Maar“, zei de latere winnaar, „zij hadden die afstand alleen kunnen verbeteren door maximaal te presteren. Ik had bovendien zelf ook nog een finalepoging over.“

„Dat de Friese titelstrijd bij de senioren er eentje werd die zich ontpopt tussen wat dit seizoen de drie titanen uit de topklasse zijn, was overeenkomstig de verwachtingen binnen de fierljepwereld. Niet dat ljeppers als de broers Ysbrand en Oane Galama er niets meer van kunnen of dat de vier Friese titels van Henk Schievink toeval zijn; integendeel. Zij blijven, net als Rein van der Wal en Thomas Helmholt goede ljeppers. Alleen zijn ze - om uiteenlopende redenen - dit seizoen net even iets minder dan het trio Helmholt, Hobma en Scherjon.“

Van de senioren was Hobma bij de topklassers de eerste die wedstrijd openbrak. Met 19,14 was de uit

Oosthem afkomstige, maar in Groningen wonende fierljepper de man die de toon in de eerste ronde zette. Een eerste ronde die begon met Niek Roorda aan de leiding. Hij verraste bij de senioren A door een persoonlijk record van 18,07 te springen.

Het zou de Akkrumer zelfs een compleet onverwachte plaats in de finale brengen. „Dat had ik zelf ook niet gedacht“, zei Roorda. „Ik ben er blij mee. In de finale staan is al mooi, winnen zat er toch niet in.“

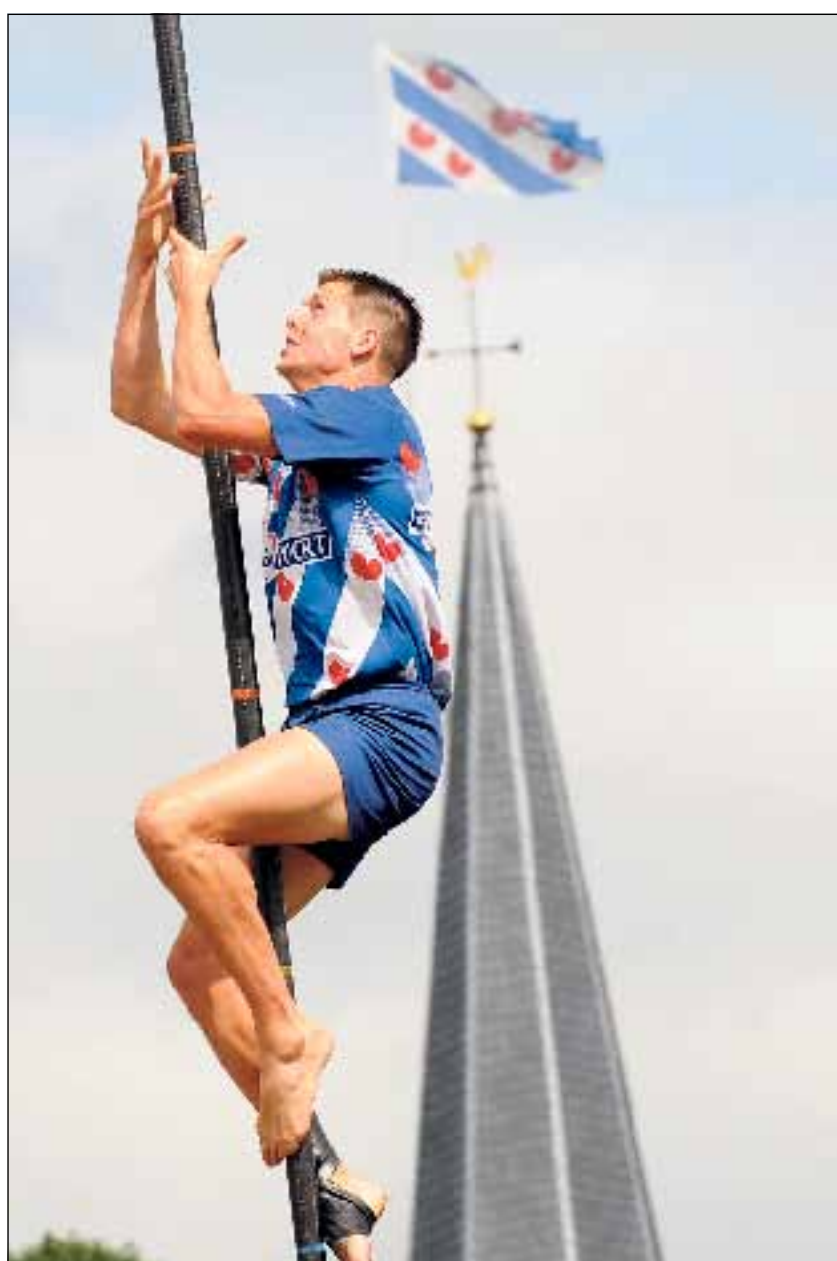
Met 19,13 antwoordde Helmholt op Hobma's eerste wapenfeit, waarna Scherjon de leiding overnam met 19,55. Achter het leidende trio moesten Schievink, Van der Wal, 'Helmholt II' en de broers Galama eerst nog voorbij de 18,07 van Roorda springen. Dat lukte geen van allen en dat was teleurstellend. De dit jaar met rugklachten kampende Oane Galama plaatste zich met een povere 17,57 nog wel voor de eindstrijd, maar echt blij was hij logischerwijs niet met de afstand.

Gezicht op onweer Hobma zei dat-ie al wist met 19,81 niet genoeg te hebben voor de winst. „Leuke afstand, maar meer ook niet“, klomk het met een gezicht op onweer. Hobma baalde van zijn tweede plaats. „Ik heb goed gesprongen, maar niet goed genoeg. En winnen, dat telt. Al het andere niet. Dus baal ik.“

De ljepper van afdeling IJlst zei het niet met zoveel woorden, maar liet de indruk bestaan dat er sprake was van een gemiste kans. „Normaal was ik op een FK blij als ik kon aanklappen bij Helmholt. Dit keer had ik echt iets van 'ik pak hem in'. Zelfs als hij 21 meter zou springen. Dat gevoel had ik écht. Maar ja.“

Even verderop stond Scherjon. Ook die kon moeilijk leven met de uitslag. „Dat Helmholt wint, is misschien wel terecht. Hij springt het verst. Hij springt ook het gemakkelijkst van ons allemaal een 20 meter. Maar toch, Hobma en ik hadden het wel gekund. Dan moet je echter wel beter springen dan ik heb gedaan.“ Scherjon vond dat hij in elke sprong wel iets had laten liggen. „De loop en de insprong gingen niet één keer zoals ik het wilde. Dat is frustrerend.“

Helmholt had daar naar eigen zeggen door de wind pal op de kop' ook problemen mee. „Maar in de stress heb ik niet gezeten. Ook niet toen ik na de voorronde maar derde stond.“ Toch was hij blij dat zijn eerste finalepoging de ban brak. „Want anders was ik wel nerveus geworden.“



Met de kerktoren van Winsum - en de Friese vlag in top - is Bart Helmholt bezig aan wat de winnende sprong van 20,51 wordt bij de senioren (links). Even later doet Anna Jet Leyenaar van zich spreken. De Sneekse geeft haar titel extra glans met een Fries record (rechts). Foto's: Martin de Jong

Net als de Sneekse bij de dames, maakt Albert-Jan Venema bij de jongens de favorietenrol waar

Leyenaar verrast door nieuw Fries record

Ernst Slagter

Winsum - Ze kon haar ogen even niet geloven toen er 15,81 meter op het scorebord verscheen. Anna Jet Leyenaar dacht zaterdagmiddag in Winsum vóór haar laatste sprong tijdens het FK fierljeppen bij de dames nog wel voorzichtig aan een verbetering van haar eigen Fries record, maar toen ze in de zandbak terecht kwam gaf ze die hoop direct al op. Een prima poging, dat wel, maar geen topafstand. Haar slechte voorgevoel werd echter niet bevestigd en dus rept de Sneekse alweer optimistisch over een Nederlands record. „Want dat zit er écht aan te komen.“

Niet dat Leyenaar dat enkel zei in de roes van haar succesprong, waarmee ze haar eigen record met slechts één centimeter aanscherpte. Nee, de vwo-scholiere stipte meteen aan waar het er - bij nota bene de vierde poging uit haar fierljeploopbaan - nog aan schortte. „Ik liet sowieso één klimslag liggen. Daar baalde ik nog behoorlijk van, want ik wist dat het minimaal twintig centimeter zou schelen. Mede daarom dacht ik dat ik rond de 15,60 zou zitten“, merkte

Leyenaar op. Glimlachend: „Normaal gesproken heb ik niet graag ongelijk, maar in dit geval geef ik graag toe dat ik fout zat.“

Donderdag kwam ze in IJlst nog vier centimeter te kort voor het Fries record en zaterdag was daarmee eens te meer een bevestiging voor de jonge Friezin dat ze op de goede weg is. Het nieuwe Fries record was voor Winsum en passant ook nog een verbetering van het schansrecord, dat met 15,57 nog op naam stond van de inmiddels gestopte Sjoukje Tjalma.

Toch lijkt het Nederlands record van Dymphie van Rooijen (16,34) nog ver weg voor Leyenaar. Zelf denkt ze daar anders over. „Deze sprong was niet perfect en toch verbeter ik mijn eigen topafstand. Dat is voor mij een bewijs dat ik nog veel verder kan.“ Het was voor haar alweer voor het derde jaar op rij dat ze de Friese titel pakte.

Val tegen de schans Met 14,67 had ze in de voorronde al een lastige drempel geleegd voor Anouk Greveling, haar eigen concurrente na het wegvallen van Dilys Vlieger. De ljepper uit Kollumerpomp

wist niet over het dooie punt te komen en kwam gelukkig enkel met haar arm tegen het uiteinde van de schans terecht. Vlieger was even door de schrik bevangen en leek er ernstig aan toe, maar de verwondingen aan haar arm vielen relatief gezien mee. Leyenaar miste het ongelukkige voorval, maar stond er niet al te lang bij stil. „Je kunt er niet te lang bij stilstaan, omdat je zelf verder moet. Het klinkt gek, maar het is wel het risico van de sport. Gelukkig liep het goed af.“

Bij de jongens bewees Albert-Jan Venema maar weer eens dat er dit seizoen geen maat op hem staat. De ljepper uit Feanwâlden, die donderdag in IJlst nog een nieuw Fries record bij de jongens sprong met 18,80, had zaterdag met 17,51 dertig centimeter speling op Jutrijper Hans Ulco de Boer (17,21).

Voor Venema was het zijn eerste Friese titel en daar was-ie maar wat blij mee. „Deze ontbrak nog. De dag kan niet meer stuk. En het seizoen ook niet.“ Zenuwen voelde hij als grote favoriet naar eigen zeggen niet toen hij op de schans stond.

Daarvoor was hij enerzijds te veel

overtuigd van eigen kwaliteiten en is hij er ook te nuchter voor. „Want juist als je nerveus bent, zul je zien dat het niet lukt. Ik moet mijn eigen wedstrijd springen en me niets aantrekken van de concurrentie.“

Venema wil record Venema gaat zich nu concentreren op het NK in Jaarsveld, maar niet alleen met het doel ook daar de titel te pakken. Sterker, Venema heeft een andere missie. „Een Nederlands record springen is nu belangrijker voor mij. Een titel is prachtig, maar met een nieuwe topafstand ga je pas echt de geschiedenis in.“

Concurrent De Boer baalde ervan dat hij zijn laatste kans op een Friese jongentitel niet greep. De Jutrijper is net als Venema volgend jaar bij de senioren actief. De Boer voelde zich goed, maar kon zoals zo vaak dit seizoen niet tippen aan Venema. „Het is niet zo dat ik alleen bij een slechte dag van Albert-Jan kans maakt“, zei De Boer. „Wel moet ik perfect springen, wil ik kans maken. Daardoor krijg ik vaak een teleurstelling te verwerken, maar het is ook een uitdaging. Ik geef sowieso niet op. Nooit.“

Preses fierljepbond zet Profronde te kijk

Winsum - Voorzitter Jelle Roorda van het Frysk Ljeppersboun heeft zaterdag in zijn openingswoord voor het FK in Winsum flinke kritiek geuit op Profronde van Surhuisterveen. Roorda liet weinig heel van een van de grootste eendaagse sportevenementen van Fryslân. Volgens hem is het wielervestijn geen voorbeeld van sport en het FK fierljeppen wel.

Roorda sprak er schande van dat de winnaar in een profronde al bekend zou zijn. De kritiek is merkwaardig omdat beide evenementen niets met elkaar te maken hebben. De Profronde van Surhuisterveen, die maar liefst 30.000 toeschouwers trekt, werd vorige week gehouden. Voor amateurs en dames geldt het als grote wedstrijd.

Elma de Vries pakt vierde zilveren plak

Oostende - Elma de Vries heeft zaterdag bij de Europese kampioenschappen skeeleren in het Belgische Oostende haar vierde zilveren medaille veroverd. De in Haulle geboren sportvrouw uit Meppel behaalde de plak op de afsluitende marathon.

Met De Vries pakte de Nederlands equipe zes keer zilver en drie keer brons. Alleen goud ontbrak in Oostende. Elma de Vries won naast haar vier zilveren ook twee bronzen plakken. De Vries werd vorig jaar vijfde op de marathon en nu bleef alleen de Duitse Sabine Berg haar voor in de sprint. „Ik heb geen fouten gemaakt. De Duitse ploeg is heel sterk en dat is Sabine Berg ook. Ze heeft de overwinning zeker niet gestolen.“

Weening eindigt in Polen als vierde

Krakau - Wielrenner Alessandro Ballan heeft de Ronde van Polen gewonnen. Zijn leidende positie kwam in de zevende en laatste etappe niet meer in gevaar. Pieter Weening (Harkema) van de Raboploeg was de beste Nederlander in het eindklassement met de vierde plaats op 12 seconden van Ballan. Dat was een prestatie op zich. Weening begon ziek aan de slotetappe. De Fries kampte met maagklachten en het kostte veel moeite om zich in het peloton te handhaven. Zijn collega's hielden hem op de been.

De Italiaanse wereldkampioen Ballan uit de Lampre-ploeg bleef de Spanjaard Daniel Moreno in het eindklassement 10 seconden voor. De slotetappe van Rabka Zdroj naar Krakau leverde na 136 kilometer een sprintzege voor de Duitser André Greipel. Hij versloeg de Australiër Christopher Sutton en de Belg Wouter Weylandt. Matthé Pronk finishte als vijfde.

De vierde plaats van Weening was onvoldoende om Nederland aan meer startplaatsen op het WK te helpen. Toen de Noor Edvald Boasson Hagen de Fries vrijdag in het klassement op de derde plaats voorbij ging, was die kans zo goed als verkeken. Nederland gaat daarom met slechts zes renners naar de wegwedstrijd in Mendrisio.

„De negen tickets voor het WK zijn definitief verkeken“, meldde ploegleider Adrie van Houwelingen op de Rabosite. „Daar heerst geen teleurstelling over. De renners wilden vooral een goede ronde rijden.“

Bang voor de stok, toch een titel

Winsum - Het is zo'n beetje vaste prik dat Alwin Fonk piekt op de belangrijke momenten in de fierljepsport. In Winsum was het tijdens de 53e editie van de Friese kampioenschappen al niet anders. De Burgumer maakte zijn reputatie zaterdagmiddag op de schansen van fierljepaccommodatie Sint Japik waar door met een winnende sprong van 18,97 meter in de juniorencategorie de Friese titel te pakken. Dorpsgenoot en titelverdediger Jacob Scherjon (18,43) en de verrassend sterke andere Burgumer Edde Wolters (18,35) moesten het afleggen tegen hun clubgenoot.

Fonk was aanvankelijk echter nog sceptisch over zijn kansen. Want hoewel hij afgelopen donderdag bij een reguliere competitiewedstrijd in IJlst ook al de beste was bij de junioren, laat hij zich tot nu toe vooral gelden op de grotere evenementen, zoals eind juli, toen hij tijdens de nationale fierljepmanifestatie (NFM) in It Heidenskip met de eindzege naar huis ging.

Zijn winnende sprong in Winsum zette Fonk al in de eerste ronde neer. Het werd daardoor bij de junioren een wedstrijd die als klassiek voorbeeld gold voor het scenario 'rest blijft zich stuk op winnende sprong'.

Scherjon reikte in de laatste sprong in de voorronde weliswaar nog tot 18,43, maar kon in de finale niet meer dicht bij de leider komen. Hij ging te water en kwam in zijn laatste sprong niet verder dan ruim zestien meter, terwijl Wolters' bereiken van de finale al een verrassing op zich was. Hij speelde dan ook tweede viool tijdens de ontknoping. Voor medefinalisten Nard Brandsma (It Heidenskip) en Bart Hiemstra (Sneek) gold met respectievelijk 18,08 en 17,59 hetzelfde.

De juniorencategorie kende op voorhand geen uitgesproken favoriet. Ook Fonk zag zichzelf niet als dé kanshebber. De Burgumer het al vanaf het begin van het seizoen problemen met zijn aanloop. „Ik ben gek genoeg bang voor de stok“, gaf hij zaterdag eerlijk toe. Omdat hij in zijn hoofd te

lang bezig is met zijn insprong, kost hem dat al direct één of meer slagen. Het is niet alleen een probleem dat tijdens de wedstrijd speelt, want ook op de trainingen heeft hij er last van. „Het gaat ook niet beter als ik me op een ander punt concentreer. Dan ben ik weer met te veel dingen tegelijk bezig.“

De enige remedie voor het probleem is trainen, denkt Fonk. „Want zolang ik hiermee kamp, heb ik bij bijna elke sprong het gevoel dat het nog veel verder kan. De topvorm heb ik niet, maar het is een geruststellende gedachte dat ik beter kan.“

Al in zijn eerste poging kwam hij tot bijna negentien meter en die afstand werd door niemand meer overtroffen. „Terwijl ik van tevoren al tevreden was geweest met een plaatsje in de finale. Maar na die afstand wist ik meteen dat de rest er heel wat voor zou moeten doen om verder te komen. Gelukkig heb ik opnieuw laten zien dat ik op m'n best ben op kampioenschappen.“