

Moeder van
Kinderen voor
Kinderen-ster

5

Op geldles
in Zuidoost

6

IPS

kind

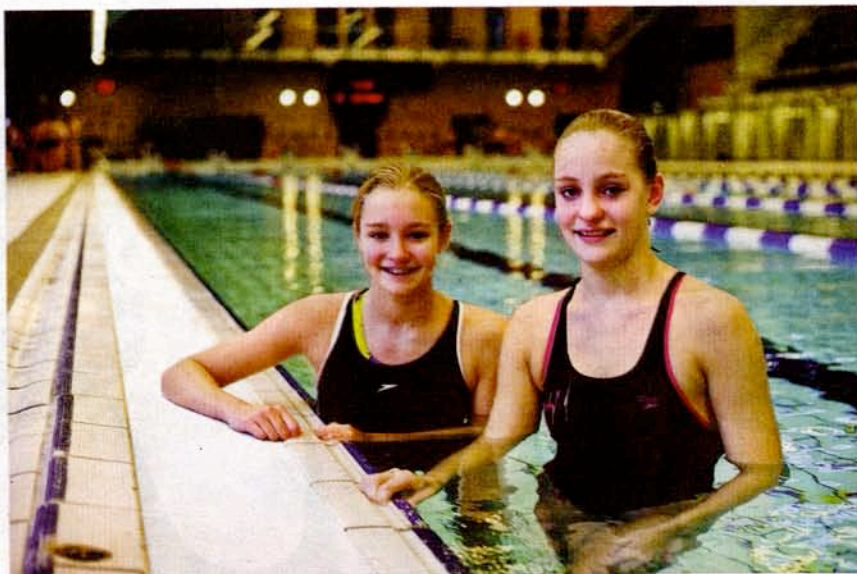


Alles voor
de topsport

Trainen, trainen en nog eens trainen

Vroeg naar bed, geen feestjes en elk weekend trainen: jongeren die aan topsport doen, moeten offers brengen. Maar ook van de ouders wordt veel gevraagd.

tekst SIGRID STARREMAN
foto's BART KOETSIER



Tessa (links) en Esmee Vermeulen gaan elke dag zonder zeuren om acht uur naar bed.



Toen Huug Wilschut (11, midden) het zeilen

Zo'n twaalf tot vijftien weken per jaar is Merwin Zeegers (14), een van de skibeloften van Nederland, zonder zijn ouders op trainingskamp in Oostenrijk. Dan is het iedere dag om zes uur opstaan, skiën tot een uur of twee, conditietraining, zelf je ski's slijpen en waxen, huiswerk maken, eten en naar bed.

Merwin doet dit al vanaf zijn tiende. "In het begin is het even wennen, maar daarna kun je de lol er wel van inzien," vertelt hij. "Zwaar? Nee hoor, daar wen je aan."

"Nou, vorig jaar was je een maand weg en toen vond je het wel heel zwaar," vult zijn moeder Yvonne Zeegers aan. "Toen hadden jullie een gevoelstemperatuur van min dertig graden daarboven op die berg. Je was kapot na die maand."

Merwin is al vanaf zijn zevende lid van de Nederlandse Skivereniging. Hardgaan en snelheid maken, daar houdt hij van. Al snel zat hij in de groep van jonge talenten, maar tot de allerbesten behoorde hij op zijn zevende nog niet. Toen hij tijdens een kerstvakantie niet mee mocht naar een kamp in Oostenrijk omdat hij niet hoog genoeg gescoord had, regelde zijn moeder twee weken lang iedere dag privéles voor hem. "Hij baalde en dat snap ik wel. Zo'n kind wil ook met het team mee naar de sneeuw."

Merwin ging, mede daardoor, met sprongen vooruit. Inmiddels behoort hij in zijn leeftijdscategorie tot de top van Nederland. Zijn moeder rijdt hem iedere dinsdagavond en zaterdagmorgen naar de training op de kunstschaatsbaan in Zoetermeer. Merwin verslijt zo'n vier paar ski's per jaar, de trainingskampen kosten



Merwin Zeegers (14) op de kunstschaatsbaan in Zoetermeer.

750 euro per week. Yvonne, die zelf op topniveau heeft gezwommen, heeft het ervoor over. "Ik herken die gedrevenheid in hem. En als ik naar mezelf terugkijk heb ik er veel aan gehad. Je leert stevig in je schoenen staan."

Merwin doet gymnasium op het Calland College, de enige middelbare Loot-school (Landelijk Overleg Onderwijs en Topsport) in Amsterdam. Leerlingen die aan topsport doen, kunnen hier de benodigde

vrijstellingen krijgen. Komt Merwin terug van een skikamp, dan liggen er zo'n tien proefwerken op hem te wachten.

Topzwemster Esmee Vermeulen (14) en haar even talentvolle zusje Tessa (12) zitten ook op deze school, op het vvo. De familie Vermeulen woont in Zaandam. Esmee zat daar eerst op een gewone middelbare school, maar is geswitcht omdat die te weinig me-

dewerking wilde verlenen.

Sinds twee jaar zwemt Esmee bij het Regionaal Trainingscentrum, het hoogste niveau voor jonge zwemmers. Ze zwemt zestien uur in de week, daarnaast doet ze kracht- en landtraining. Door de week ligt ze al om half zeven 's morgens in het water. Daardoor mist ze standaard het eerste uur op school. Haar vader Cor - "Ik heb geen moeite met vroeg opstaan" - brengt haar 's morgens naar het zwembad. Na school gaan

ADVERTENTIE

Tropentheater

MEISJE VAN DE ZEE
Actueel sprookje door theatergroep Crash
ZO 14 NOV 14.00/6

WWW.TROPENTHEATER.NL 020 5688500



ontdekte, volgden zijn zusje Tess (links, 10) en broertje Loïc (rechts, 8) snel.

de zusjes terug naar het zwembad. Hun huiswerk maken ze tussen de trainingen door in de kantine.

Ook in het weekend is het vroeg dag. De training van Esmee begint op zaterdag om 6 uur 's ochtends, die van Tessa is twee uur later. Op zondag zijn er vaak wedstrijden waar de ouders ook present zijn. De zusjes gaan elke dag om acht uur naar bed. "En denk maar niet dat ik zeg dat dat moet," vertelt hun moeder Jolanda. "Dat doen ze uit zichzelf." Veel tijd voor feestjes, vriendjes en vriendinnetjes is er niet. Erg

'Ouders van de andere sporters zijn nu vrienden'

vinden de meiden dat niet, want "zwemmen is het allerleukste". Ook de ouders moeten op menige verjaardag of feestje verstek laten gaan. Hun sociale leven speelt zich voor een groot deel in het zwembad af. "Dat is zo gegroeid," verklaart Jolanda. "Die meiden hebben heel veel plezier in dat zwemmen. Als ouders ben je bereid te steunen en te helpen. De ouders van de andere zwimmers zijn onze vrienden geworden." Toch vindt Jolanda school het allerbelangrijkste. "Vanwege de doodeenvoudige reden dat je met zwemmen in de meeste gevallen je geld niet kunt verdienen."

Tot nu toe hebben de inspanningen de zusjes geen windeieren gelegd. Esmee heeft zo'n tweehonderd medailles in de kast liggen. Afgelopen zomer beleefde ze haar mooiste zwemmoment toen ze met

0,09 seconde het record van Inge de Bruin op die leeftijd verbrak. Haar doel? "Goud winnen op de Olympische Spelen!"

Echte bikkeltjes' noemt Monique Brink haar kinderen die elke week in weer en wind op het water te vinden zijn. Monique en haar man Jan Martin Wilschut hadden niets met zeilen. Toch beoefenen hun kinderen Huug (11), Tess (10) en Loïc (8) de sport alledrie op hoog niveau. Huugs team is de nummer 1 van Nederland in de Cadetklasse. Jan Martin en Monique noemen hem een echt waterkind. "Als klein kind hield hij al van zwemmen. Toen hij een keer met iemand mee mocht in een zeilboot is hij er nooit meer uitgegaan." En de andere kinderen? Monique: "Dat is gewoon zo gegaan. Ze wilden het zelf." Jan Martin: "Onze kinderen hebben het duidelijk nodig om iets fysieks te doen."

De kinderen Wilschut zeilen in een Cadet, een zeilboot die je altijd met zijn tweeën bemant. Eerst ben je bemanningslid, na je twaalfde zit je aan het roer. Elke vrijdagavond wordt er van vijf uur tot half negen getraind op de Nieuwe Meer. Verder is de familie Wilschut ieder weekend op pad, ze slaan ergens hun tenten op of huren een huisje. Er zijn altijd wel ergens zeilwedstrijden. In de zomervakantie is het WK altijd. Dit jaar was dat in Polen.

"We beschouwen het als uitjes, niet als een plicht," vertelt Jan Martin. "Dat hebben we heel bewust afgesproken toen we eraan begonnen." Monique en Jan Martin zijn intussen dik bevriend geraakt met de andere ouders die ook ieder weekend paraat zijn. Bovendien heb je

als zeilouder ook het nodige te doen. De walouders blijven aan de kant om de kinderen met de gebroken neusjes en de kapotte zeilen op te vangen. Ben je *rescue*-ouder dan zit je in een rubberboot op het water om zo nodig hulp te bieden aan het zeilende kroost. En ligt er in de winter ijs op het water, dan mogen de

ouders dat met een boot proberen los te schudden.

Monique en Jan Martin zijn ervan overtuigd dat het fanatieke zeilen hun kinderen goed doet. Monique: "Hoe meer ze sporten, hoe beter het op school gaat." Jan Martin: "En ik vind het heel opmerkelijk dat onze kinderen nooit ziek zijn."

Wat doet topsport met een kind?

Agnes Elling, onderzoeker bij het Mulier Instituut, centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek: "De laatste jaren is het topsportklimaat voor jonge talenten in Nederland verbeterd. Vroeger werd alleen zwemmen en turnen op jonge leeftijd gestimuleerd, nu geldt dat voor bijna alle takken van sport."

"Kinderen die aan topsport doen, kunnen meestal goed plannen en zijn enorm gedisciplineerd. Ze gaan ergens voor. Ze zijn eerder volwassen. Maar er blijven ook dingen liggen. Er is vaak niet veel ruimte voor vriendjes en vriendinnetjes, er blijft weinig tijd over om een gewone puber te zijn. Het gevaar bestaat dat een eenzijdige identiteitsontwikkeling plaatsvindt."

"Het is de taak van de ouders en de coach om ervoor te zorgen dat het kind zich ook op andere gebieden ontwikkelt. Het is niet verkeerd als ouders zeggen: "Ga maar wél eens een avondje uit." Belangrijk is dat het kind ook met jongeren buiten de sport omgaat. Er zijn genoeg ouders die daar op een goede manier mee omgaan, maar dat is niet altijd zo."

"Ouders die hun kind pushen om door te gaan, bestaan ook. Soms durven kinderen niet te zeggen dat ze het sporten niet meer leuk vinden omdat ze zien hoeveel hun ouders erin investeren. Er zijn ouders die hun baan opzeggen of juist meer gaan werken. Wat ook onderschat wordt, is het feit dat de meeste talenten geen topsporters worden. Het hoeft niet, maar als jij jaren alleen maar voor die sport hebt geleefd en alles daarvoor opzij hebt gezet, kan het moment dat je moet stoppen heel moeilijk zijn. De zin van het leven is dan, tijdelijk, verdwenen."

Agnes Elling werkte mee aan de publicatie: Alles voor de sport!? (Gestopte) Topsporttalenten en hun ouders over investeringen, opbrengsten en offers (2009). mulierinstituut.nl/nieuws/?ID=329