



Beatrijs van den Brink is secretaris bij R&ZV Jason. Zij roeit vanaf 2006 bij RV Jason, momenteel in verschillende ploegen; dames en gemengd. Had tot eind 2010 een vaste wedstrijd ploeg die aan diverse regiowedstrijden heeft meegedaan met goed resultaat.

Fruit

De instructie van de nieuwe lichte roeiers is weer begonnen. Na een gezamenlijke voorbereiding op het leren van de kneepjes in het instructeurvak maken de instructeurs hun borst nat; ieder op eigen wijze. Het goede soort leert zowel aan als van zijn cursisten. Het waarmaken en bijstellen van elkaars verwachtingen is steeds de uitdaging.

“Als je oprijdt moet je aan sinaasappelsap denken”, sprak de instructeur. “Si-naas-ap-pel-sap”, herhaalde hij heel uitgerekt en langzaam. “Zo stimuleer je jezelf in onthaasten op de slidings, want dat is noodzaak.”

“Daar krijg ik maagzuur van”, riep een van de leerlingen. “Ik heb mijn hele leven van dat zure geel niet gehouden. Mag het iets anders zijn? Aardbeien-bananensap spreekt mij meer aan.”

“En onder je voet zit nog een onuitgeperste sinaasappel”, vervolgde de instructeur die iedere ochtend juist met dit vocht de dag opende. “Bij het wegtrappen pers je die stevig uit. Je voert de druk op en stopt op tijd. Daarna is het genieten.”

“En nu met het oprijden flink de kast in”, sprak hij weer beeldend. “Dan bedoel ik een kast en geen moskee. Ik zie bij het oprijden te vaak de “Allah-is-groot-houding” en daar doen we hier niet aan. De islam rukt wel op maar buigen naar het oosten doe je maar in je eigen tijd. Door die godsdienstige houding ga je vlaggen en pik je al gauw te laat in en verlies je meters op het water. Kortom, allemaal zaken die je als roeier moet voorkomen.”

“Ik voel me altijd een beetje een minkukel”, reageerde Renee openhartig, “en dat gevoel verdwijnt niet in de boot. Ik laat het hoofd gauw hangen. Wat doe ik daar aan?”

Er vloog net een zwerm ganzen voorbij en de instructeur kreeg een idee. “Denk je in dat je een vogeltje bent die bij het oprijden eigenlijk wil opstijgen richting wolken. De kop fier omhoog en dan gaan je handen vanzelf de goede kant op. Het blad zoekt het water logischer wijze op, want dat heeft zin in een duik. Met mate, want diepzeeduiken doe je elders. In Egypte bijvoorbeeld; warm weer en zouten die de huid helen.”

“Was ik daar maar”, dacht hij dromend.

“Ik hoor voortdurend belletjes onder de boot,” riep ik ooit tijdens de training van mijn voormalige wedstrijdteam spontaan uit. “Alsof we door een vijver van champagne varen.”

“Misschien lekt hij gewoon”, sprak de coach ontnuchterend. Voor je het weet zijn de dames tevreden met het resultaat en er moest nog veel bijgevijsd worden in zijn optiek. Gelukkig maar, want zonder uitdagingen verslapt de aandacht.

“Nee, we gaan vooruit”, dacht ik eigenwijs tevreden. Dit is een vergelijking van appels met peren. Geef mij maar nog meer hapjes van deze Golden Delicious. Nu nog verder fijnproeven als appeltje voor de dorst op de wedstrijden.

