

GEEN ZEE TE HOOG

ELS VISSER

GEEN ZEE TE HOOG

*Hoe ik een schipbreuk overleefde en
de beste triatlete van Nederland werd*



Opgetekend door Thomas van den Bergh

ISBN 978-90-225-9027-0

ISBN 978-94-023-1585-1 (e-book)

ISBN 978-90-528-6371-9 (audio)

NUR 402

Omslagontwerp: DPS Design & Prepress Studio, Amsterdam

Foto voorplat: © Brenda van Leeuwen

Foto achterplat: © Ted Grambeau

Foto's binnenkant omslag: Joep Buijs, Sonja Stengewis, Nachtzon Media,
Jarno Schurgers, Christie Brouwer, Elisabeth Kellerer

Zetwerk: Elgraphic

© 2021 Els Visser en Meulenhoff Boekerij bv, Amsterdam

De uitgever heeft ernaar gestreefd alle rechten van derden te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen contact opnemen met Meulenhoff Boekerij bv, Amsterdam.

Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor pap en mam

PROLOOG

3,8 kilometer zwemmen, 180 kilometer fietsen, 42 kilometer en 195 meter hardlopen. Terwijl ik me concentreerde op mijn warming-up, dacht ik aan de race die op het punt stond te beginnen. Het was mijn eerste keer in Maastricht en mijn derde Ironman sinds ik in 2017 besloot prof te worden.

Het zou een lange dag worden, ik zou vermoeid raken, ik zou pijn gaan lijden en ik zou afzien, dat stond vast. Maar daar wilde ik nu niet aan denken. Ik moest de wedstrijd in stukjes opdelen, niet vooruitdenken maar in het moment racen. Haalbare doelen stellen.

Erst de Maas op en neer. Het parcours was simpel: twee kilometer heen en twee kilometer terug. Geen moeilijke bochten, relatief rustig water, voor mij als minder ervaren zwemmer een voordeel.

Ik keek om me heen. De gebundelde energie van alle atleten was haast voelbaar in de ochtendlucht. Daar stonden we, zwaaiend met onze armen, op en neer springend, rekkend en strekkend. Het is iets magisch, druk en stil tegelijk. Vijftienhonderd paar blote voeten op de oevers van de Maas. Vijftienhonderd fanatiekelingen, klaar om hun grenzen op te zoeken, en daaroverheen te gaan. Ver eroverheen.

Sommige atleten lachten en praatten, anderen keerden zich juist in zichzelf en sloten zich af. Wat ons bond was de wetenschap dat we maanden naar dit moment hadden toegewerkt, dat we alles hadden gegeven om vandaag hier te mogen starten. Dat gaf een bijzonder gevoel van verbondenheid.

In mijn hoofd hoorde ik steeds dezelfde zinnen: 'Je hebt hier kei-

hard voor getraind. Je bent er klaar voor. Je kan dit. Geloof in jezelf. Het gaat goedkomen.' Zo'n mantra helpt mij om volledig gefocust te raken.

De namen van de profs werden afgeroepen door de speaker. 'Met de zilveren badmuts... uit Nederland... Els Visser! Met de gouden badmuts... uit de Verenigde Staten... Haley Chura! Met de zwarte badmuts... uit Canada... Angela Naeth!' Angela was net als ik nu opgenomen in het Red Bull-team. Ik kende haar verder nauwelijks, maar zij moest een goede triatlete zijn. Chura was de beste zwemster van ons allemaal, zo was mij verteld. 'En met de roze badmuts... uit Nederland... Yvonne van Vlerken!' Mensen langs de kant juichten en klaptten. Yvonne was veelvoudig Nederlands kampioene, zij was een van de topfavorieten vandaag.

Zoals altijd zouden de profs als eersten van start gaan, een kwartier later gevolgd door de age-groupers. Via een loopplank daalden we de steile oever af, de rivier in. Met 26 graden was het water warm. Het spoelde langs mijn benen, de stroming trok zacht aan mijn enkels. Ik dook de Maas in, ging kopje-onder en begon met inzwemmen. Voorafgaand aan het startschot was het belangrijk warm te worden, mijn spieren los te maken en het water om me heen te voelen. Nu zwom ik richting de startboei.

Even verderop zag ik de gouden badmuts van Chura. Vlak bij haar in de buurt Naeth. Ik bewoog in hun richting, lag een moment naast Chura en we wisselden een korte blik. Er tintelde iets in mijn maag, een gezonde wedstrijdspanning. De race kon nu ieder moment van start gaan.

Ik vermoedde dat Chura snel zou wegsprinten, té snel voor mij, maar ik wilde proberen om zo lang mogelijk in haar spoor te blijven. Blijkbaar was ik niet de enige, want er cirkelden drie, vier zwemsters om haar heen. De Amerikaanse had dit ook door, en zonderde zich af door een stukje naar links te zwemmen, uit de drukte bij de startboei vandaan.

Nog één keer sprak ik mezelf toe. 'Dit is de race waar je het hele jaar naartoe hebt gewerkt. Je bent er klaar voor. Iedereen is hier voor jou, papa en mama, je vriendinnen. Vandaag ga je ze laten zien dat je de juiste keuze hebt gemaakt om prof te worden. Dat je alles wat je hebt meegemaakt niet voor niets hebt doorstaan.'

Luid klonk een scheepstoeter. De adrenaline schoot door mijn lijf. We waren vertrokken.

Ondanks alles wat zich daar heeft afgespeeld, krijg ik automatisch een glimlach op mijn gezicht als ik aan Indonesië terugdenk. Ik zie de verlaten, witte stranden, de vrouwen in kleurrijke kleding midden in uitgestrekte rijstvelden, de drukke avondmarkten met stalletjes vol kokosnoten, gebakken vis, exotisch fruit, kruiden.

Vooraf van Bali was ik ondersteboven. De stille ochtenden, met een beker koffie bij mijn favoriete koffietentje, op mijn scooter het eiland verkennen, de gesprekken met de locals, het buitenleven, een surfboard huren en urenlang dobberen in het water, spelletjes doen met kinderen, slapen in een strandstoel, een snapper eten op het strand, met een Bintang-biertje de zon in de zee zien zakken, luisteren naar livemuziek.

Het was in de zomer van 2014. Ik had het jaar ervoor een grote, onwijs mooie reis door Afrika gemaakt. Dat smaakte naar meer. In Zuid-Afrika had ik Australiërs ontmoet die vertelden over Bali, hoe mooi het daar was en dat je er perfect kon surfen. Voor mijn studie geneeskunde had ik het vijfde jaar afgerond en had ik er inmiddels verschillende coschappen opzitten.

Het plan was snel gemaakt. Ik zou een universitair ziekenhuis benaderen op Bali, met de vraag of een buitenlandse student daar een extra coschap kon doen. In Denpasar, de hoofdstad van Bali, hadden ze een plek voor me. Diezelfde zomer nog kon ik aan de slag op de afdeling Gynaecologie en Verloskunde.

In juni landde ik op het vliegveld van Jakarta in Indonesië. Nadat ik op Java een week lang verschillende vulkanen had beklommen, ging ik naar Bali. Omdat Denpasar in het binnenland ligt, besloot ik een kamertje te huren in Seminyak, aan de westkust. Seminyak is een wat exclusievere badplaats en een mooie surfspot. Het is westers georiënteerd, maar niet zo massaal als op sommige andere plekken in Bali. Met een gehuurde scooter kon ik in twintig minuten in het ziekenhuis zijn, dwars door het chaotische verkeer heen.

Het coschap zelf had beter gekund. Het Sanglah Hospital was niet goed ingericht op buitenlandse studenten. Ik zat daar samen met drie Franse coassistenten en we moesten zelf bepalen hoe we het coschap wilden invullen. Om een diagnose te kunnen stellen of om een indruk te krijgen van wat er speelt op een afdeling, is heldere communicatie natuurlijk een eerste vereiste. Maar het contact met de artsen en patiënten, van wie de meesten niet of nauwelijks Engels spraken, verliep moeizaam.

Toch vond ik het heel leerzaam om van dichtbij te zien hoe een ziekenhuis in een ontwikkelingsland functioneert. Eén arts en een paar verpleegkundigen op een afdeling met vijftig patiënten, van wie de meesten op de grond lagen – dat maakte enorme indruk op me. En ondanks het gebrek aan middelen en de onhygiënische omstandigheden, krijgen ze daar op de een of andere manier toch een heleboel voor elkaar. Tegelijkertijd besef je hoe goed de zorg in Nederland geregeld is. Neem alleen al de gemakkelijke bereikbaarheid en de laagdrempeligheid van onze ziekenzorg. In Nederland is een ziekenhuis voor iedereen en altijd toegankelijk. In Denpasar zag ik vaak patiënten binnenkomen die nog nooit door een arts waren gezien en bij wie de ziekte in een vergevorderd stadium was en vaak al onbehandelbaar.

's Ochtends was ik in het ziekenhuis aan het werk. In de loop van de middag ging ik naar het strand, waar ik alle heftige indrukken van me af kon laten glijden door te surfen of een stukje hard te lopen. In de avond borrelde ik met m'n Franse collega's. Maar ook

Thijs, een klasgenoot van de middelbare school die een reis door Azië maakte, was op Bali aangekomen en had zich bij ons aangesloten. Ik heb graag mensen om me heen, ik hou van levendigheid en gezelligheid.

Toen mijn coschap voorbij was, had ik nog een maand in Indonesië. Ik zou in ieder geval nog één week op Bali blijven en daarna zou ik vrij zijn om rond te trekken, mensen te ontmoeten en de natuur in te gaan. De Gili-eilanden en Lombok stonden hoog op mijn lijstje, maar ik had een rugzak dus kon staan en gaan waar ik wilde.

Een van de leuke dingen van backpacken is natuurlijk dat je voortdurend nieuwe mensen ontmoet. Zo heb ik eerst een tijdje opgetrokken met een Aziatische Amerikaan. We ontmoetten elkaar tijdens een busrit. Ik nam net als hij graag de lokale buslijnen en samen hebben we enkele plaatsen in het midden en noorden van Bali bezocht. Ik herinner me kilometerslange wandelingen, spectaculaire waterfallen en een houten hutje midden in de jungle waar we *kopi luwak* dronken: een van de duurste koffiesoorten ter wereld, gezet van koffiebomen uit de uitwerpselen van een civetkat. We zetten onze tocht voort naar Lovina, waar we in de vroege ochtend in een klein gammel bootje de zee op gingen om dolfijnen te spotten.

Na Lovina ging ik in mijn eentje verder naar Amed, een paradijs voor snorkelaars, en naar de Gili-eilanden, tussen Bali en Lombok in. Je hebt er drie: Gili Air, Gili Meno en Gili Trawangan. Trawangan is het grootste eiland en vooral bekend onder backpackers. Intussen waren mijn Franse vrienden uit Denpasar klaar met hun coschappen en zij kwamen ook, samen met Thijs. We huurden een huis en trokken het eiland rond. 's Avonds bezochten we de *night markets* en gingen we naar lokale barretjes – we hadden een geweldige tijd.

Hoewel ik overdag wat brakkig was, vond ik het zonde om de hele dag op het strand te hangen en dus besloot ik mijn duikbrevet te halen. Bij de Gili-eilanden kun je fantastische duiken maken in open water. Overdag deed ik de theoriecursus, oefenden we in het zwem-

bad, en daarna gingen we de zee op. Een nieuwe wereld ging voor me open. Je ziet opeens hoe gigantisch groot die oceaan is en wat een diversiteit aan leven zich onder het wateroppervlak bevindt. Ik was overweldigd door die stille en sprookjesachtige wereld.

Maar de Indische Oceaan heeft ook een heel ander gezicht. Dat ondervond ik zelf toen ik een stranddag had met Thijs in Seminyak. Thijs heeft veel gesurft en ging ook op Bali regelmatig met zijn plank de zee in. Ik besloot hem met een GoPro te filmen terwijl hij een golf zou pakken. Met dat kleine cameraatje zwom ik de zee in, tot ik op een punt kwam waar de golven mooi kwamen aanrollen. Maar zonder surfplank ben je een stuk kwetsbaarder en ik kwam in de branding terecht, waar de golven breken. Een gigantische golf sloeg over me heen en ik werd met kracht onder water getrokken. Precies op het moment dat ik boven kwam, brak de volgende golf. De zee trok aan me en ik had geen enkele houvast, niets om me aan vast te houden. Ik kwam weer boven, hapte naar adem, en zag weer een golf aankomen en opeens raakte ik in paniek. Gelukkig zag Thijs wat er gebeurde en kwam hij snel naar me toe peddelen.

Voor het eerst realiseerde ik me hoe krachtig de zee is. Als je in een sterke stroming terecht komt, ben je verloren. Hoe mooi en schijnbaar kalm het water op sommige plekken ook is, de oceaan is onvoorspelbaar.

Tijdens mijn duikcursus had ik een jong Amerikaans stel ontmoet, Brandi en Isaac. Brandi kwam oorspronkelijk uit Guam, Isaac uit Washington DC. Het was een heel vriendelijk en warm koppel, sportief en avontuurlijk ingesteld. Ze vonden het leuk om mij beter te leren kennen en samen op te trekken. Net als ik hadden ze Lombok als hun volgende bestemming gepland, het eiland ten oosten van Bali. We spraken af dat we elkaar daar weer zouden treffen.

Op Lombok reisde ik met de bus naar Kuta, een badplaatsje. Bijna overal in Indonesië zijn er volop *homestays* en *rooms* beschikbaar, dus vooraf een slaappleaats boeken is niet nodig. Ook in Kuta

zag ik, lopend van het busstation naar het strand, meteen allemaal gekleurde bordjes. Ik koos ervoor om een kijkje te nemen bij een groot huis met een lange oprit, waarlangs kleine bamboehuisjes met rieten daken stonden die je kon huren. De familie die daar woonde, had het druk met de voorbereidingen voor een huwelijk, maar mijn komst was geen enkel probleem. Er werd mij meteen allemaal heerlijk eten aangereikt en ik werd bovendien uitgenodigd om de volgende dag de bruiloft zelf bij te wonen. De zoon des huizes en zijn geliefde gingen trouwen en het was een mega-happening, het halve dorp stond op z'n kop. Achter het huis was een groot grasveld waarop het feest zou plaatsvinden en er stonden zelfs al twee koeien klaar om geslacht te worden voor het feestmaal.

Er zou een uitbundige optocht door de straten zijn waarin ik mocht meelopen, maar eigenlijk was dat niet heel uitzonderlijk, iedereen mocht meelopen. Dus toen ik werd aangekleed in traditionele feestkleding, vroegen ze Brandi en Isaac ook om mee te doen. Hoe meer zielen, hoe meer vreugd. We gingen in een lange optocht de straat op, dwars door Kuta, met het bruidspaar voorop en alle gasten erachteraan. Dansen, muziek, slingers van bloemen – we keken onze ogen uit.

Op mijn gehuurde scootertje ben ik de dagen daarna het eiland gaan verkennen. Lombok is minder toeristisch dan Bali, je vindt er nog compleet ongerepte natuur, dorpjes waar nooit toeristen komen, uitgestrekte, lege stranden en een felblauwe zee. Op de rotsen heb ik genoten van zonsondergangen zoals ik ze nooit eerder gezien had.

Het scooterrijden zelf was hier ook een andere ervaring dan op Bali. De wegen zijn vaker onverhard of lopen opeens dood in de bush. Ik kwam geregeld vast te zitten in het mulle zand en ook moet je goed opletten dat er geen loslopende hond voor je wielen springt.

De dagen op Lombok bracht ik best vaak met Brandi en Isaac door, maar vaker nog in mijn eentje. Door het reizen heb ik goed geleerd om alleen te zijn. Ik hou ervan plekken zelf te verkennen en zo nu en dan een gesprekje aan te knopen.

Op een middag zat ik met een kokosnoot op het strand bij Kuta Beach waar allemaal kinderen rondliepen die me van alles probeerden te verkopen, armbandjes en zo. Hun ouders stonden een eindje verderop toe te kijken. Ik had met deze kinderen te doen. Als ze zo jong zijn, wil je dat kinderen lekker spelen en kind kunnen zijn, in plaats van eropuit gestuurd te worden om geld te verdienen.

Eén meisje bleef steeds in mijn buurt rondhangen. Luna heette ze, ik denk dat ze een jaar of acht was. Ze sprak nog geen Engels, maar ze lachte voortdurend naar me. Toen ben ik m'n nagellak gaan halen en ben ik haar nagels en die van haar vriendinnetjes gaan lakken. Daarna kocht ik een ijsje voor ze. Haar ouders lieten Luna die paar uur haar gang gaan. Zo hebben we een hele tijd samen tevreden naast elkaar gezeten op het strand, terwijl het langzaam begon te schemeren. Ik denk nog wel eens aan Luna. Wat zou er van haar geworden zijn?

Mijn vakantie liep op zijn eind, een week later zou ik weer aan de slag gaan in het UMC Utrecht met mijn laatste studiejaar. Ik wilde nog één trip maken, en had positieve verhalen gehoord over een bootreis naar de Komodo-eilanden. Daar leven de komodovaranen, van die prehistorisch ogende reptielen. Bovendien kun je daar in de omgeving mooi duiken. Met mijn kersverse duikbrevet op zak, zou ik mijn reis met een mooie duik kunnen afsluiten.

Dus boekte ik via een *tourist office* een vierdaagse boottocht van Lombok naar Flores. Onderweg zouden we een paar tussenstops maken om verschillende eilandjes te bezoeken, waaronder natuurlijk Komodo. Ten slotte zouden we naar Flores varen en daar zou ik een vlucht naar Jakarta boeken, voor mijn reis terug naar Nederland. Zo had ik het uitgestippeld.

In dat smoezelige tourist office lieten ze me een multomap zien met vergeelde foto's. De boot van Lombok Cruises zag er niet al te luxe uit. Maar dat hoefde geen bezwaar te zijn, sterker nog, dat betekende waarschijnlijk dat het publiek uit leeftijdsgenoten zou be-

staan, die vast voor wat gezelligheid zouden zorgen. Ik had er alle vertrouwen in dat deze laatste etappe een gedenkwaardige afsluiting van mijn tijd in Indonesië zou worden.

The will must be stronger
than the skill.

MUHAMMAD ALI

2

De gouden badmuts van Haley Chura schoof steeds verder uit beeld. De eerste vijftig meter kon ik nog in de voeten van de Duitse Katja Kenschak blijven, maar haar tempo lag te hoog en ik moest ook haar laten gaan. Al snel vormde zich een groep met mijzelf, de Nieuw-Zeelandsse Sonia Bracegirdle en Yvonne van Vlerken – hoewel ik op dat moment niet proces doorhad wie er allemaal om me heen zwommen.

Ik lag vlak achter Bracegirdle. Het tempo was hoog maar ik kon er comfortabel in meegaan. Het warme Maaswater spoelde langs me heen. Normaal gesproken wordt er tijdens deze race met wetsuits gezwommen, maar vandaag was het een 'non-wetsuit swim'. Voor mij geen probleem. Ik hou van warmte, en race liever in warme dan in koude omstandigheden. Het rivierwater was vrij kalm, twee dagen voor de race waren de sluizen dichtgezet om de stroming te minimaliseren.

Mijn slagfrequentie lag hoog en ik concentreerde me op mijn armslag, mijn ademhaling en op de voeten van Bracegirdle. Bij het zwemmen is het zaak een slag te ontwikkelen die je kunt blijven herhalen zonder vermoeid te raken. Je moet hierin je eigen ritme en balans vinden. Die van mij ligt hoger dan gemiddeld. Chura heeft bijvoorbeeld een veel lagere frequentie, waarbij ze met langere en krachtiger slagen door het water beweegt.

Zwemmen is niet mijn sterkste onderdeel. Het is een technische sport, waar je heel veel uren in moet steken om winst te boeken. Haley Chura groeide praktisch op in het zwembad en heeft van jongs af aan

niets anders gedaan dan zwemmen. Ze kwalificeerde zich zelfs voor de olympische zwemtrials in de Verenigde Staten. Een zwemmer pur sang dus, dat geeft haar een groot voordeel in de triatlon.

Ik was zo'n meisje dat eigenlijk in alle sporten even goed was. Ik kon moeilijk kiezen. Tussen mijn zevende en mijn veertiende deed ik aan gymnastiek, heb ik wedstrijden gezwommen en speelde ik tennis. In die zin is de triatlon ideaal voor mij, want je kunt er meerdere takken van sport in combineren.

Als kind was ik beweeglijk en actief. Een ondeugend en vrolijk meisje, een echt lachebekkie dat altijd het avontuur zocht. In Glimmen, het Groningse dorp waar ik ben opgegroeid, speelde ik veel buiten. In mijn vroegste herinneringen zie ik mezelf in onze tuin, hangend in het klimtoestel of op de schommel. Samen met mijn oudere broer Willem racete ik rond op onze fietsjes, op skeelers of met een skelter. We hebben eindeloos gebadmintond en gejeu-debould, en potjes blikspuit gespeeld met de kinderen uit de buurt. Verstoppertje deden we op kwekerij De Bonte Hoek, bij ons aan de overkant. Prachtig was dat, want tussen de kweekbakken en potten op dat grote terrein kon je je goed verstoppen.

Ik was klein en ielig, met van die dunne beentjes. Nog steeds word ik vaak Elsje genoemd. Wel hoorde ik op school altijd bij de snelsten. Als we een rondje om het sportveld renden, kwam ik als eerste binnen, vaak vóór de jongens. Deden we twee rondjes, dan was het verschil nog groter. Als er teams werden gemaakt, kozen mijn klasgenootjes mij als een van de eersten. Nieuwe sporten pikte ik gemakkelijk op en ik had er altijd veel plezier in, of het nu voetbal was of hockey of volleybal.

Ik denk dat het een combinatie is van een bepaalde fysieke aanleg voor bal- en duursporten, gecombineerd met m'n drijfveer om te willen winnen. Niet dat ik overdreven competitief was ingesteld als kind, maar ik zette me wel fanatiek in voor de sporten die ik beoefende.

Mijn ouders zagen dat ook en schreven me al vroeg in bij allerlei sportclubs. Dat begon natuurlijk met zwemles. Toen ik mijn eerste diploma's binnen had, vroeg de zwemvereniging ZC Haren of ik in de wedstrijd ploeg wilde komen. Ik was zeven of acht jaar, en net als alle andere sporten vond ik zwemmen ook leuk. Zonder erover na te denken gaf ik me op voor het wedstrijdzwemmen. Twee keer per week had ik training en leerde ik alle slagen. Bij de wedstrijden, die in het weekend werden gezwommen, hadden de korte nummers, de vijftig meter en de honderd meter vrije slag, mijn voorkeur.

Tegelijkertijd ging ik op gymnastiek bij de gymnastiekvereniging in het dorp. Al mijn vriendinnetjes van de basisschool zaten erop, dus dat wilde ik ook. Het was een soort turnen, met oefeningen op de balk, de brug, aan de ringen en op de mat. Ik vond dat fantastisch, en de ringen waren mijn favoriete onderdeel. Ook na de lessen stond ik hele middagen in de tuin radslagen, bruggetjes, de handstand en de arabier te oefenen.

Bij de jaarlijkse clubkampioenschappen van gymnastiek ging ik met de beker naar huis. Ik wist niet eens dat ze bestonden, maar ik wilde het wel proberen en deed mee. De punten van alle onderdelen werden bij elkaar opgeteld en gecorrigeerd voor de leeftijdscategorie en opeens bleek ik gewonnen te hebben.

Maar ik werd ouder en ontgroeide de gymnastiek een beetje. Mijn broer zat op tennis en als ik ging kijken bij zijn trainingen of wedstrijden, was ik zelf ook vaak met een racket in de weer en samen met wat vriendinnetjes uit de klas ging ik op den duur ook op tennisles. Na school fietste ik meteen naar de tennisbaan. Het sfeertje beviel mij wel. Het was gezellig op de club en ik ging er graag naar wedstrijden kijken van de betere spelers. Daardoor werd ik ook fanatieker, ik zag ze echt als mijn voorbeeld.

Toen ik in de eerste klas van de middelbare school zat, ging ik naar een andere tennisclub waar op een hoger niveau werd gespeeld en vaker werd getraind. Zo stond mijn leven toen ik twaalf, dertien was voor een belangrijk deel in het teken van sport. Drie keer per week

reden mijn ouders me naar Hoogezand. Terwijl ik tennistraining had, gingen zij boodschappen doen, lekker praktisch.

Het zal aan het eind van de tweede klas zijn geweest dat ik het zwemmen ook heb laten schieten. Ik kreeg er steeds minder plezier in, die wedstrijddagen leken eindeloos te duren. Je ging voor een wedstrijd naar een zwembad, zwom één of twee afstanden, en hing de rest van de dag binnen maar wat rond in die benauwde omgeving.

Omdat ik van alles wat deed, blonk ik niet echt uit in één sport. Ik zag wel dat ik aanleg had, maar met een sportcarrière of een mogelijke toekomst als professioneel atleet hield ik geen rekening. Ook mijn ouders legden de lat niet hoog en lieten me spelenderwijs mijn gang gaan.

Mijn ouders zijn zelf ook tamelijk sportief ingesteld. Ze stappen vaak op de fiets, mijn moeder tennist en loopt hard. En altijd schaatsen, zodra het even kan. Zelf heb ik ook altijd veel geschaatst, met houtjes onder op het Paterswoldsemeer, of op een ondergelopen weiland in het dorp. Als we moe thuiskwamen, zetten we de tv aan om naar het schaatsen te *kijken*. Bij EK's, WK's of Olympische Spelen zat het hele gezin voor de televisie. Ik herinner me nog goed de Spelen van Nagano, met Marianne Timmer, Rintje Ritsma en Gianni Romme. En Erben Wennemars die zo hard in de boarding vloog dat zijn schouder uit de kom schoot. Daar waren we kapot van met z'n allen.

Toen ik voor het eerst van het fenomeen 'triatlon' hoorde, zat ik nog op de basisschool. Ik deed mee aan een hardloopwedstrijd in het dorp. Je liep drie avonden achter elkaar een route van ongeveer vijf kilometer. Het was mijn eerste loopwedstrijd en omdat ik geen idee had hoe ik zoiets moest aanpakken, startte ik voorzichtig. Halverwege merkte ik dat ik steeds meer kinderen ging inhalen die allemaal te hard van stapel waren gelopen. Dat motiveerde me enorm, ik liep iedereen voorbij, ging harder en harder, en ten slotte kwam ik