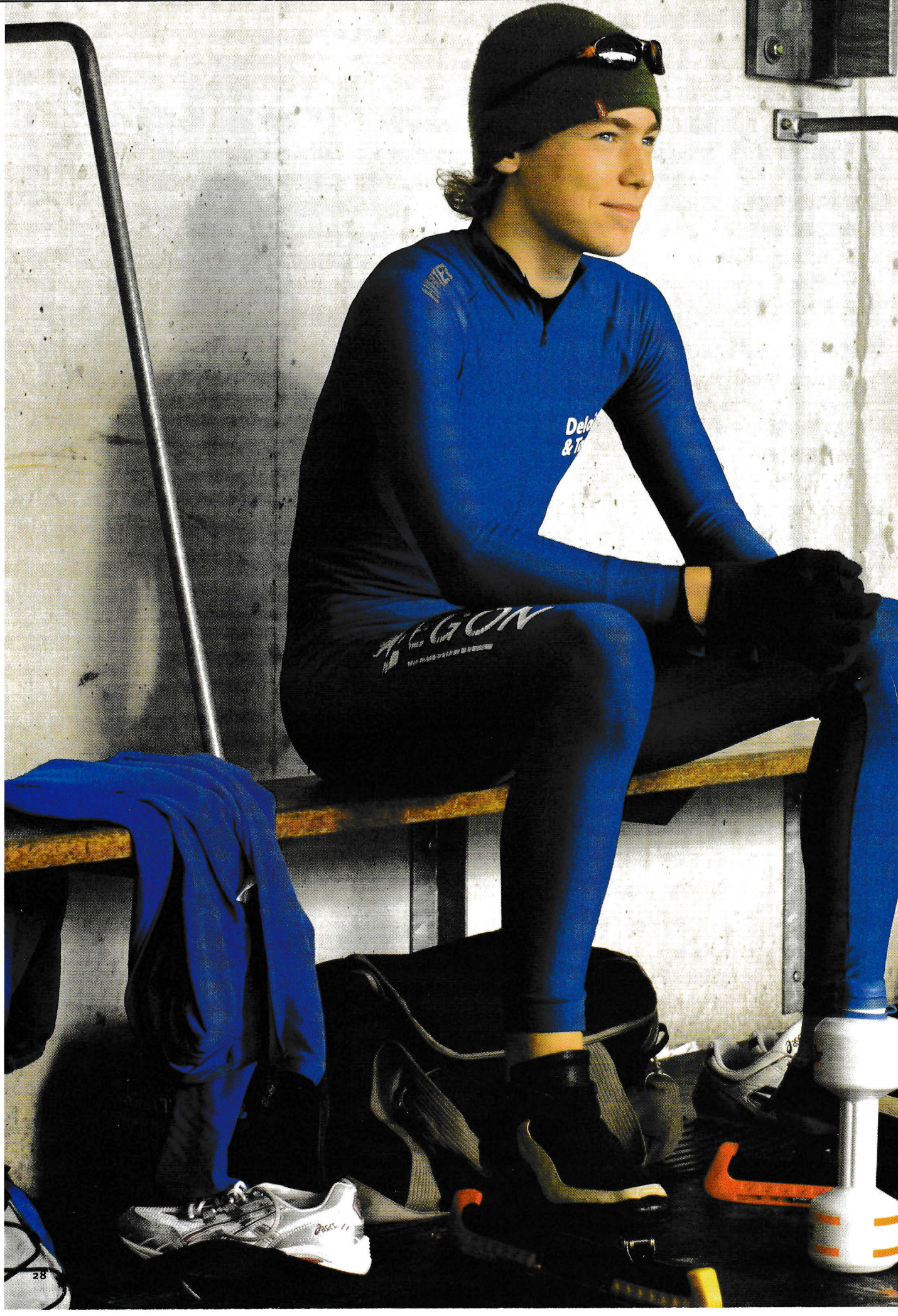

AEGON

‘Je weet niet waar je aan begint’

Geen feestjes, geen ijs en patat en een overvol weekprogramma. Een paar duizend pubers in ons land doe aan topsport en moeten daar veel voor doen en laten. Wat drijft deze jongeren? En hoe is het voor de ouders om een topsporter in het gezin te hebben?

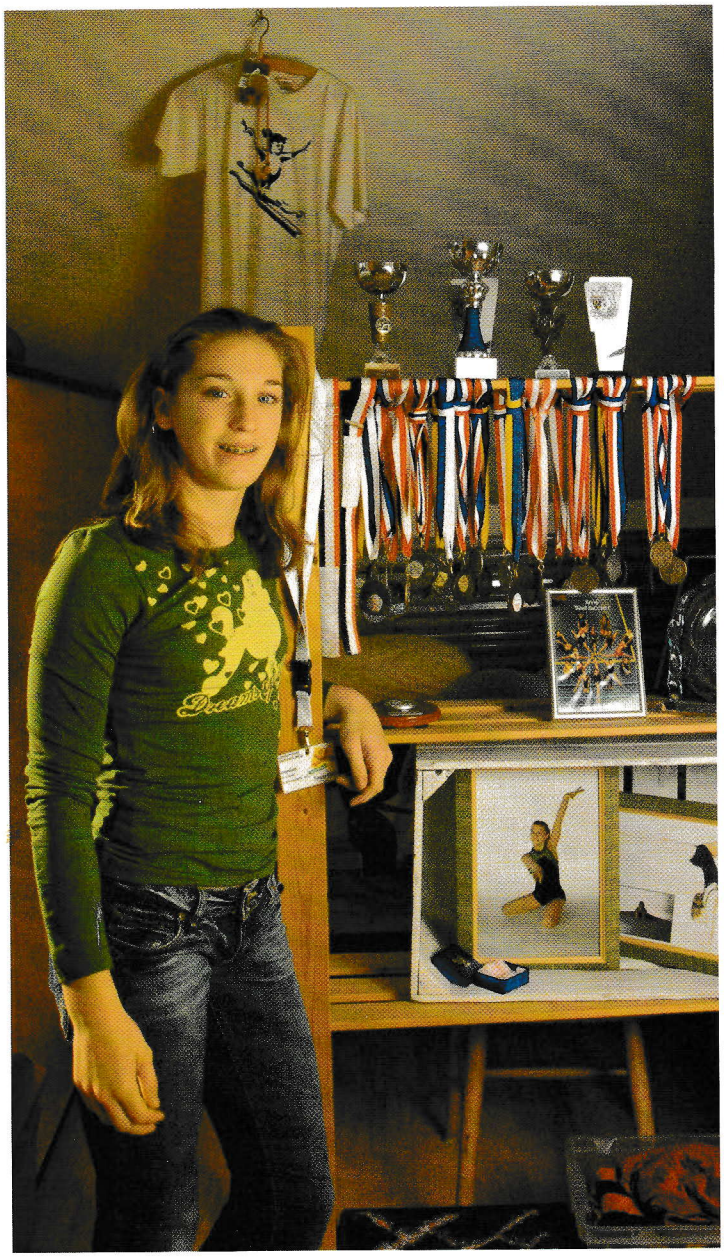
TEKST: SIGRID STARREMANS / FOTOGRAFIE: RONALD HOEBEN

Joep Pennartz: ‘Het liefst word ik profschaatser’

Topturnster Anne Tritten haalde als klein kind al graag capriolen uit op het gras. ‘Jullie moeten haar op turnen doen,’ adviseerde een buurvrouw haar ouders een keer, ‘ze is zo lenig.’ Binnen twee jaar trainde Anne drie keer per week. Op haar achtste deed ze voor de eerste keer mee aan de Nederlandse Kampioenschappen. Een ontwikkeling die haar ouders volkomen

‘Topsport kost vooral veel geld’

verraste. ‘Wij zijn zelf helemaal niet sportief,’ vertelt moeder Yvonne. ‘Ook Anne’s tweelingzusje en onze oudste dochter zijn niet echt geïnteresseerd in sport. Sommigen denken dat kinderen die aan topsport ▶



Anne Tritten (14), turnster selectie Nederland:

'Het liefst zou ik veertig uur per week turnen'

'Ik ben niet zo lenig, maar heb wel veel sprongkracht. Een dubbele salto op de vloer met een schroef erachteraan, dat soort dingen kan ik goed. Maar de balk is het leukste. Hij blijft toch altijd heel smal, dat is eng maar ook juist leuk. Als je een flik-flak of een salto doet, moet je niet gaat wiebelen. Ik ben er wel eens hard vanaf gevallen, mijn hele gezicht was geschaafd.
Door de week train ik 's morgens van acht tot tien. Daarna volg ik de lessen op school. Van drie tot zes ga ik weer turnen. Op zondag train ik ook drie uur. Alleen op zaterdag heb ik vrij. Dan lig ik ook meestal op de bank of speel ik wat op de computer.
Omdat ik ver weg woon, zie ik mijn klasgenootjes niet buiten school. Dat vind ik niet erg. De meisjes in mijn turngroep zijn mijn beste vriendinnen. We gaan ook wel eens naar de film. En dan praten we niet alleen over turnen. We hebben het ook wel eens over jongens en zo. Al heb ik helemaal geen tijd voor vriendjes.
Vorig jaar heb ik een dip gehad. Ik had een knieblessure die maar niet overging. Ik dacht: als het zo moet, dan wil ik niet meer. Mijn vader zei dat ik er eerst goed over moest nadenken. Ik heb gehuild, ik wist n wat ik moest doen. Ik heb ook met mijn tr ner gepraat. Uiteindelijk ben ik toch door gaan en toen werd het ook weer leuk.
In april 2006 zijn we op het EK in Griekenland geweest. Dat was geweldig! Als je da naar die Roemeense en Russische turnst kijkt, die zijn zo goed. Maar die doen ook niets anders dan turnen. Ze gaan niet naa school. Dat zou ik ook wel willen. Ik houd niet zo van school. Het liefst zou ik veerti uur per week turnen.'

'Je wilt je kind het plezier niet ontnemen'

doen, door de ouders worden gedwongen. Nou dat is echt niet zo! Anne traint achtentwintig uur per week. Dat houd je echt niet vol als je het zelf niet wilt. Wij hoeven haar ook nooit te herinneren aan de dingen die ze moet doen en laten. Ze gaat uit zichzelf een uur eerder naar bed dan haar tweelingzusje. En als ze een ijsje eet, kiest ze zelf voor een waterijsje in plaats van voor een magnum.'
Yvonne en haar man Ben hebben meer hun handen vol aan hun andere twee kinderen dan aan Anne, zo vertellen ze. 'Die zitten met echte puberproblemen. Dat is veel lastiger. Anne is alleen maar met sport bezig.'
Ook het dagelijks op en neer rijden naar de speciale LOOT-school in Nijmegen, is geen belasting. Yvonne staat om kwart over zes op om haar te brengen, Ben komt haar 's avonds om zes uur daar weer ophalen. 'Daar stel je je op in, al is dat vele rijden wel duur,' vertelt Ben. 'Topsport kost vooral veel geld. Ook de contributie van de club waar Anne traint, is veel hoger dan die van een gewone turnvereniging. Ik ben wel blij dat niet alle drie onze kinderen aan topsport doen.'

Trainen op zondag

Dat is wel het geval bij de familie Hulsebos. Niet alleen dochter Silke volleybalt, ook haar broer en haar vader bedrijven de sport op hoog niveau. 'Het is leuk als je hoort dat je kind talent heeft, maar je weet nooit precies waar je aan begint,' lacht moeder Marga. 'Onze zoon gaat nu zelf, maar wij hebben jarenlang allebei de kinderen naar de trainingen moeten brengen. Op zondag stonden we om zeven uur op. Mijn man bracht onze zoon weg en ik bracht Silke met een geleende auto. Nu doen we het om de beurt voor Silke. De training op zondag is meer dan een half uur rijden. We blijven daar dan van half negen tot half twee op haar wachten. Als ouders moet je er wel behoorlijk achter staan, anders redden ze het niet. Maar je wilt je kind dat plezier niet ontnemen.'
Hebben ze niet het idee dat hun kinderen een echte pubertijd missen omdat ze zich veel gewone puberzaken, als uitgaan en vriendjes, moeten ontzeggen? 'Dat speelt wel eens door je hoofd,' bekent Marga. 'Maar ik zie bij onze oudste dat dat toch wel losloopt. Ik houd het wel in de gaten bij Silke. Gelukkig is ze een heel sociaal meisje met veel vrienden. En ze maken toch ook hun eigen keus hierin.'
Door al die verschillende trainingstijden lopen de leden van het gezin Hulsebos elkaar nogal eens mis. Tijd om samen te eten is er meestal niet. 'Toch zien we elkaar genoeg, al zou ik wel eens meer willen,' zegt vader Jos. 'En de zondagavond reserveert iedereen voor het gezin. Dan wordt er uitgebreid gekookt, we dekken de tafel mooi en nemen echt de tijd voor elkaar.'

Sport en school

Ook in het gezin Pennartz wordt heel wat afgereden en is het op zondag altijd vroeg opstaan. 'Toen Joep jonger was, moesten we er zelfs wel eens om vijf of zes uur uit als hij in Heerenveen of Groningen moest schaatsen,' vertelt moeder Marga. 'Als ze wat ouder zijn en in de selectie zitten, trainen ze gelukkig op wat christelijkere tijden.' Vervelend vinden ze dat vroege opstaan niet. Vader Jos: 'Je doet het gewoon. Andere ouders moeten hun kind om drie uur 's nachts in de disco gaan ophalen. Nou, dan ga ik liever om zes uur 's morgens met ze naar een ijsbaan.'
Joep doet het goed op school. Als dat niet zo was, zou het een reden zijn om de vele tijd die in het trainen zit, ter discussie te stellen, zo melden zijn ouders.
'We stimuleren hem om zich niet alleen op het schaatsen te richten,' zegt Magda. 'Al moet je er als topsporter wel honderd procent voor gaan,' vindt Jos. 'Ik ben tandarts, zo'n studie is niet te combineren met topsport. Maar een minder intensieve studie als psychologie of rechten wellicht wel.'
Joep traint veel en dat zal de komende jaren alleen nog maar meer worden. Lijdt zijn sociale leven daar niet onder? Jos: 'Ze hebben ook een sociaal leven op de vereniging. Andere kinderen hangen de hele tijd voor de televisie of drinken te veel alcohol. Dan kunnen ze beter veel met sport bezig zijn. Mijn wens is dat Joep een gelukkige jongen wordt. Ik hoop dat hij niet een van die sporters wordt die er veel voor moet laten, tegen de top aanzit, het net niet haalt en dan gedesillusioneerd afhaakt.' ▶

Wat doet Nederland voor (jeugdige) topsporters?

In 1991 zijn de eerste LOOT-scholen opgericht (Landelijk Overleg Onderwijs en Topsport). Op deze scholen kunnen middelbare scholieren die aan topsport doen, een aangepast programma volgen. Het lesrooster is bijvoorbeeld flexibel zodat er genoeg ruimte overblijft voor trainingen en wedstrijden. Ook kunnen de leerlingen vrijstelling van bepaalde vakken krijgen of vermindering van huiswerk. Momenteel zijn er twintig LOOT-scholen in ons land. Sommige andere middelbare scholen noemen zichzelf topsportvriendelijk en houden rekening met de sportieve ambities van hun leerlingen.
VWS stelde onlangs meer geld ter beschikking voor topsport en talentontwikkeling. Dit geld komt vooral bij de sportbonden terecht die het gebruiken voor betere trainingsprogramma's, coaching en goede faciliteiten. Rechtstreekse financiële ondersteuning van talenten is er niet. Andere voorzieningen die door sportfederatie NOC*NSF ter beschikking worden gesteld, zoals een Studiekostenregeling, gelden voor sporters vanaf 18 jaar. Alleen in uitzonderlijke gevallen wordt een jeugdstipendium aan 16/17-jarigen uitgekeerd.

'We stimuleren Joep om zich niet alleen op het schaatsen te richten'

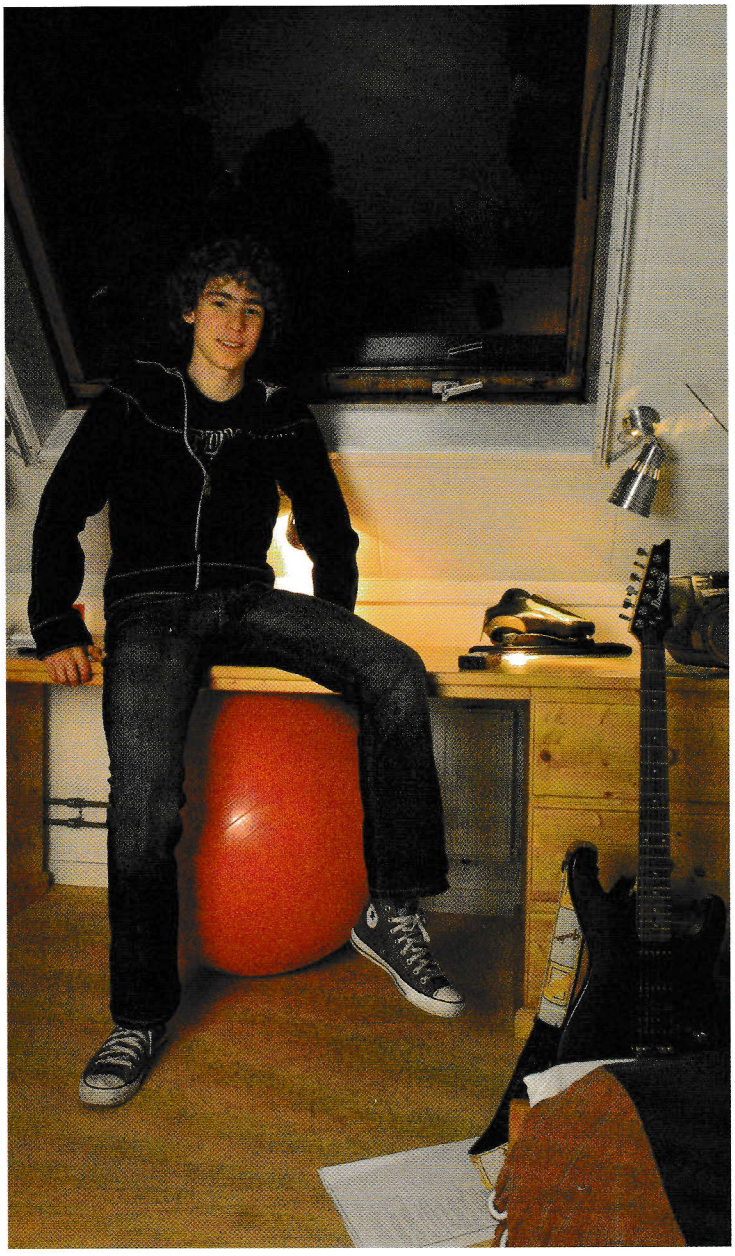
Joep Pennartz (16), schaatsen:

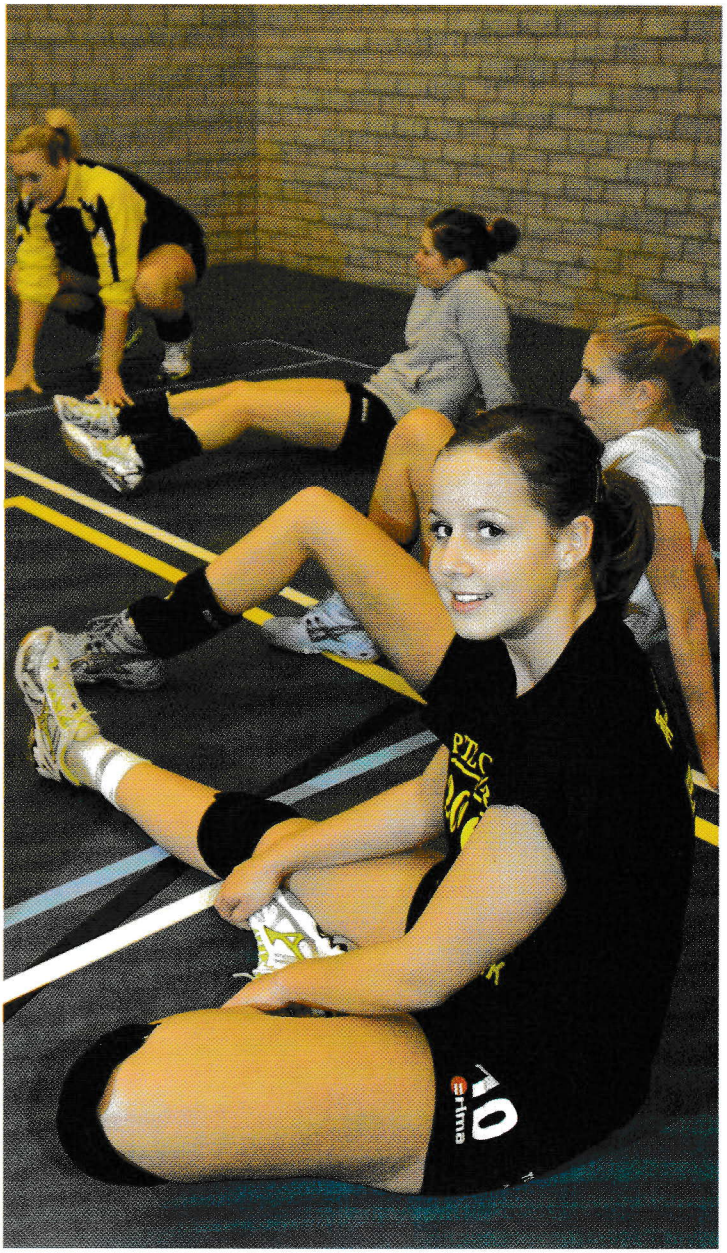
'Lekker trainen vind ik eigenlijk net zo leuk als uitgaan'

'Het schaatsseizoen loopt van half oktober tot begin maart. 's Zomer hardlopen, skeeleren en wielrennen we. Ik mis het schaatsen dan wel. Als je schaatst en het gaat goed, dan glijd je zo lekker vanzelf. En tijdens wedstrijden is het heerlijk om te voelen dat je moe bent, maar toch door kunt gaan.
De 1500 meter is mijn specialiteit. Soms ben ik moe daarna, maar ik zit nooit moe in de klas. Ik kan school makkelijk met het schaatsen combineren. Ik zit op het atheneum, maar ik hoef er niet veel voor te doen. Het is gewoon een kwestie van goed plannen.

Ik train nu vier keer in de week anderhalf uur. Tijdens het schaatsseizoen heb ik op zaterdag nog een wedstrijd. Ook in mijn vrije tijd train ik wel eens. Maar dat mag ik niet te vaak doen. Ik ben nog jong, dat zou te veel van mijn krachten vergen. Als ik ouder, sterker en groter ben, ga ik meer trainen. De profs trainen twee keer per dag. Het liefst word ik ook profschaatser, al zijn er maar een paar die er echt goed geld mee kunnen verdienen. Ik houd er rekening mee dat ik ook iets anders zal moeten doen om rond te komen.
Ik volg geen dieet, maar mag geen te vette

dingen. Dat is niet erg, die lust ik sowiesc niet. Op de training moet ik een logboek invullen. Daarin schrijf ik hoe ik me voel, hoe ik heb geslapen en wat ik heb gegete Op het schoolkamp heb ik twee biertjes gedronken. Ik heb dat wel gemeld en het kan zijn dat ik daar nog iets van hoor. Mij vader zei me ook dat ik daar geen gewoo van moet maken.
'Soms denk ik wel eens: iedereen gaat ui en ik niet. Gelukkig heb ik vrienden die o allemaal fanatiek met sport bezig zijn en die ook niet uitgaan. En lekker trainen, vi ik eigenlijk net zo leuk.'





Silke Hulsebos (15), volleybal:

'Voor vriendjes heb ik geen tijd'

'Met volleybal kan ik me lekker uitleven, ook als ik boos ben. De bal over het net smashen is mijn specialiteit. Keihard op die bal slaan zodat degene die aan de andere kant staat hem niet houdt, dat geeft me een kick. Ik volleybal al vanaf mijn zevende. Op mijn elfde mocht ik op zondag ook bij de Nederlandse Volleybalschool trainen. Op mijn dertiende speelde ik bij mijn eigen vereniging al bij de volwassen dames. Het niveau van mijn leeftijdsgenoten was te laag.

Ik train nu vijftien uur in de week. En op zaterdag is er altijd een wedstrijd. Het komt maar zelden voor dat ik niet met plezier naar de training ga. Omdat ik ook in het weekend speel, kan ik nooit uitgaan op vrijdag- en zaterdagavond. Ik vind dat niet erg, het staat me zelfs tegen. Mijn vrienden begrijpen het meestal wel, maar soms zeggen ze: "Kun je echt niet een keer mee?" Ook mijn vriendinnen op school vragen dat wel eens. Die houden bijvoorbeeld iedere week patatdag. Daar doe ik ook nooit aan mee, want ik moet op mijn voeding letten. Ik zit op de havo. Op school heb ik een topsportregeling. Ik hoef maar één keer in de drie weken mee te doen met gym, zodat ik meer tijd heb voor andere vakken. En als ik voorzie dat ik het niet red met mijn huiswerk, kan ik vrijstelling aanvragen. Ik maak daar overigens maar weinig gebruik van. Ik weet dat ik goed moet plannen. Voor vriendjes heb ik ook geen tijd. Nou ja, ik heb vorig jaar wel een vriendje gehad maar dat is mede stuk gegaan door het volleybal. Toch heb ik er nooit over gedacht om minder te gaan trainen. Volleybal speelt een te grote rol in mijn leven.' ●