



Belgisch kampioene wielrennen én medaillekandidate in Tokio Lotte Kopecky aan het werk in de hittekamer van UGent.

Hier kweekt men olympisch goud

Belgische atleten worden klaargestoomd in speciale trainingskamer van UGent

GENT

Versillende topsporters kwamen de voorbije maanden puffen en zweeten in de hittekamer van UGent aan de Watersportbaan. Daar proberen professor Jan Bourgois en zijn team hen klaar te stomen voor de extreme hitte en hoge vochtigheidsgraad op de Olympische Spelen in Tokio.

SIMON DEKAEZEMAKER

Temperaturen boven de 35 graden en een luchtvochtigheid van 70 procent. Het zijn weersomstandigheden waarbij je spontaan begint te puffen en te zweeten. Maar in dat klimaat moeten onze Belgische atleten vanaf eind juli op de Olympische Spelen in Japan vechten voor (gouden) medailles. De concurrentie zal niet min zijn en de weersomstandigheden maken de zoektocht naar succes hard en moeilijk.

Om het klimaat daar te

baas te kunnen, wordt door de atleten onder meer een beroep gedaan op de hittekamer van de UGent aan de Watersportbaan. Olympische atleten zoals langeafstandsloper Koen Naert, zeilster Emma Plasschaert en baan- en weg wielrenster Lotte Kopecky komen daar trainen om de hoge temperatuur en luchtvochtigheidsgraad gewoon te worden.

Koelingstechnieken

“We onderwerpen de atleten aan zogenaamde hitte-trainingen”, legt professor Jan Bourgois uit. “In onze kamer kunnen we de weersomstandigheden van Japan simuleren. Door de atleten hier geregeld te laten trainen, kunnen ze wennen aan de hitte en vochtigheid. Wij krijgen zo ook informatie over hoe een atleet reageert op deze klimatologische omstandigheden en hoe we daarop kunnen inspelen

met koelingstechnieken.”

Onze meer dan honderd Belgische deelnemers aan de Spelen komen vanaf vrijdag 23 juli in de arena. Op de vorige Spelen in Rio De Janeiro behaalden we zes medailles, waarvan twee gouden. Het is dit jaar de ambitie om beter te doen. Volgens professor Bourgois kunnen onze atleten minstens zeven tot acht medailles behalen. “Dat hoop ik toch”, zegt hij met een lach.

“Onze atleten zullen optimaal voorbereid zijn, daarvan ben ik overtuigd. Maar of ze effectief een topprestatie kunnen leveren, hangt nog van veel andere factoren af die moeilijker te voorspellen zijn. Daarbij denk ik aan stress en een goede portie geluk is altijd welkom. Sport is verre van een exacte wetenschap, maar de wetenschap kan de sport wel vooruit helpen. Daar dragen wij ons steentje toe bij.”