

Moeilijk gaat ook: olympische roeiploeg op stage in Hazewinkel, uitgerekend in de koudste week sinds jaren

13/02/2021 om 06:00 door Hans Jacobs



FOTO: FRANK BAHNMULLER

Dit was plan-A: zich de pleuris roeien op een Italiaans meer in zachte temperaturen. Wegens verplichte quarantaine achteraf werd het plan-B: een stage van de olympische roeiploeg in het eigenste Hazewinkel. Uitgerekend in de koudste week van het jaar, en dus werd plan-B plan-C: roeien in de refter, fietsen op de rollen, slapen in chaletjes en enkel op het water als het verantwoord is. “Dit heeft iets van Roeikamp-Waes.”

“Verboden te zwemmen en de steiger te betreden.” Het waarschuwingsbord is duidelijk, maar geen hond die nu een plons waagt. Het is negen uur 's ochtends, de thermometer geeft -10 aan. Dat deert coach Frans Claes niet, die de trossen aanbindt van de platboot. In alle vroegte is hij met de boot het ijs in stukken gaan varen. “Zo, de mannen kunnen eraan beginnen.”

Maar niet iedereen van ‘De mannen’ – de Belgische eliteroeiers, met speerpunten Tim Brys en Niels Van Zandweghe als olympische medailleoutsiders voor Tokio en een rist olympische ‘high potentials’, ook al voor Parijs 2024 – staat te springen. Sommigen willen het water op, anderen

niet meteen. Dirk Crois, gewezen bondscoach, nu persoonlijke coach en man van vele oorlogen, neemt het woord: “Jongens, in het roeien geldt de gouden regel: ijs op het water, niet goed. Niet roeien dus.”

Het komt tot een groepsconclaaf. Het compromis: elke persoonlijke coach neemt de verantwoordelijkheid voor zijn roeier om hem het water op te sturen. Het resultaat: het wordt een ‘binnendag’, op de ergometer en op de fiets. Claes: “Op die ergometer lijkt een uur wel drie uren, net zoals fietsen op de rollen veel langer lijkt dan buiten fietsen. Maar ik ga niemand verplichten om buiten te roeien. Als nu iemand in dat water valt, verdrinkt hij of heeft hij zeer weinig kans om te overleven. Zo koud is het.”

Niet dat de roeiers watjes zijn die de kou niet aankunnen. Claes: “Hier verdrinken zelfs mensen in de zomer door afkoeling. Een paar jaar geleden was het zeer warm. We wilden trainen maar het stond hier vol politie en civiele bescherming. Wat bleek? Ze waren een paar Roemenen aan het zoeken. Ze hadden een feestje gebouwd, gingen ook eens zwemmen. Ze zijn nooit bovengekomen. Het meer is 22 meter diep. Een duiker zei mij: beneden is het amper 2 graden. Terwijl het snikheet was en het water warm aanvoelde. Nu zal het water aan de oppervlakte zo’n 0 graden zijn. Ik wil niet diegene zijn die een dode toproeier op zijn geweten heeft. Ooit was er een zwaar onweer in Oostende en sukkelde een roeier in het water. Vijf minuten zag ik hem niet. Plots kwam hij boven. Dan gaat je tikker tekeer. Wij kunnen ook niet met de boot volgen om iemand eruit te halen – door de deining stoor je andere roeiers tijdens hun training.”



Groepsconclaaf: gaan we vandaag het water op of niet? FOTO: FRANK BAHNMULLER

Roeien in de refter

En zeggen dat ze in het Italiaanse Varese konden zitten. In overleg met de technische directie, de befaamde inspanningsfysiologen Jan Bourgois en Jan Boone, werd het een roeibubbel in Hazewinkel. Om de verplichte quarantaine te ontwijken waar ook olympiërs niet aan ontkomen – zie naar de Borlées die bij terugkomst van hun buitenlandse stage in Zuid-Afrika een tiental dagen in hun kot moest blijven. Om te vermijden dat ook de entourage, zoals de kinesist, tien dagen werkloos zou zijn. Samengevat: een stage in eigen land, niets dan voordelen. Tim Brys: “Dat het zo koud ging zijn, konden we uiteraard niet voorspellen.”

De groep trekt naar binnen: de olympische zekerheden Brys en Van Zandweghe; de vier zwaargewichtroeiers Ruben Claeys, Pierre De Loof, Ward Lemmelijn en Tristan Vandebussche die mikken op een tweede olympisch ticket; de Europese beloftekampioenen in de lichte dubbeltwee Marlon Colpaert en Tibo Vyvey; de vrouwelijke rookies Mazarine Guilbert en Caitlin Govaert.

Roeien binnen op ergometer, dat moet vooral Lemmelijn als muziek in de oren klinken. Op dat marteltuig is hij veelvoudig wereldkampioen, Europees kampioen... Claes spreekt Lemmelijn ogenschijnlijk streng toe. “Ward, dat kan toch niet zonder T-shirt?” De beer van een vent kijkt beduusd. Claes lacht hard. “De flits van de fotocamera weerspiegelt te veel op je gespierde bast.” Grapje, moet kunnen. Lemmelijn: “Dit is mijn ding, toch zat ik veel liever op het water. Op het water maak ik veel sneller vooruitgang, dat merkte ik de voorbije periode.” Lemmelijn maakte immers nog niet zo lang de overstap naar het roeien.



De buitentraining wordt vervangen door binnentraining. In de refter trainen Ward Lemmelijn (vooran) en Niels Van Zandweghe (achter). FOTO: FRANK BAHNMULLER

Indrukwekkend is het, wat voor een beestenarbeid wordt geleverd – roeiers kunnen gaan, blijven gaan, door de muur. Op een gebleven ogenblik moet een coach het tuig van Brys tegenhouden, zo'n kracht ontwikkelt hij.

Vanuit een hoek van de zaal kijkt de kok toe, vanachter zijn fornuis. Claes wijst naar een hangar aan de andere kant van het domein. "Normaal staan de ergometers netjes op een rijtje daar. Maar ze zijn een nieuwe vloer aan het leggen. Gelukkig mogen we nu de refter gebruiken."

Roeien in de refter als alternatief voor verdrinkingsgevaar in de kou? Is de gezamenlijke roeistage dan in het ijswater gevallen? Brys: "Die stage had sowieso zijn nut. We konden alle trainingen afwerken – zij het veel binnen - maar het deed eens deugd om andere roeiers te zien. Wij kunnen elkaar uitdagen. In noordelijke landen zien ze soms weken geen boot, maar vervangen ze die trainingen door bijvoorbeeld langlaufen. Even niet op het water in de voorbereiding is geen ramp."

Lemmelijn: "Dit is mijn eerste olympische stage, het is geweldig om samen te trainen en te leren." Claes: "Niemand die dit kon voorspellen. Het is constant anticiperen. Sommige roeiers kunnen makkelijker dan anderen om met constant aanpassen. Sommigen zijn zo gefocust op dat programma dat vastligt, andere hebben minder moeite met te schuiven."

Hoe het dan voelde die ene dag deze week op het water? Brys: "We deden 500m en 1.000m, dat pakt toch een beetje op je longen. Problematisch is dat niet. En van het roeien kregen we warm genoeg (lacht)."

Claes: "Het enige vervelende: in niet-coronatijden dronken we al eens een koffie in het Boat House, nu is alles dicht. Dat maakt deze afzondering – we blijven op het domein in chaletjes - nog wat mentaal zwaarder. Maar het maakt je ook mentaal sterker." Kortom, Kamp-Waes, waar potentiële special forces bij het leger werden gestaald, maar dan voor roeiers met een olympische droom? Claes lacht. "Daar heeft het misschien wat van weg. Maar moeilijk gaat ook."



Coach Frans Claes doet ook de snelsten in de 'roeibubbel'. Hij werd opgeleid door een gewezen toproeier die inmiddels dokter is. FOTO: FRANK BAHNMULLER



Deze week kon er één dag op het water worden getraind. De andere dagen werd binnentraining. FOTO: FRANK BAHNMULLER

•