

Kippenvel hadden we, toen Dorian van Rijsselberge goud haalde op de Olympische Spelen in Londen. Die kracht, die souplesse, die techniek! Dorian doet niet aan surfen, Dorian IS surfen. Met zijn staat van dienst zou je haast vergeten dat hij op een dag 'ook maar gewoon is begonnen' met varen... Elke weg begint met een eerste stap. Dorian

van Rijsselberge weet daar alles van. Maar ook Claire Blom en Karel Begemann, die beiden in de Kernploeg zitten en zich voorbereiden op de Olympische Spelen in Rio, zijn inmiddels door de wol geverfd. Aan Thuishaven Magazine vertellen de drie hoe zij ooit zelf zijn begonnen met varen en hoe hun leven er nu uitziet.

Begin klein, droom groot!

Support van mijn ouders

Dorian groeide op op Texel en stond al jong op de surfplank. "Mijn broer en ik surfen allebei best goed, vrienden uit Friesland zeiden: je moet eens wedstrijden gaan varen. Al snel maakten onze ouders elk weekend de oversteek naar de vaste wal met ons. Ik vond het prachtig, mijn hele leven kwam in het teken van het surfen te staan. Het leven van ons alle vier eigenlijk. We gingen niet als een 'normaal' gezin op vakantie naar Turkije, maar naar het WK in België. Mijn vader, broer en ik waren dan de hele dag op het water, terwijl moeders in het appartement lekker kookte.

"Surfen werd een familieding."

In tegenstelling tot Dorian had Karel geen watersportouders. "Mijn ouders hebben vroeger wel gezeild, maar nooit fanatiek. Toen ik geboren werd, hadden ze al lang geen boot meer. Op mijn zevende wilde ik op zeilkamp, maar ik vond hockey en tennis ook leuk. Het duurde tot mijn elfde voordat ik op zeilen ging. Ik ben begonnen in een Mirror en mijn hobby werd al snel serieus. Mijn ouders hebben me nooit gepusht om op topniveau te gaan sporten, maar hebben me wel financieel gestimuleerd. Ze hebben een boot voor me gekocht, waardoor ik veel uren kon maken en steeds beter werd.

Olympische lifestyle

Claire is de enige die in haar jeugd soms dacht: is dit het wel? Zijn al die offers het wel waard? "Als klein meisje keek ik op tegen Carolijn Brouwer. Ik wilde óók een gouden medaille halen en op die manier kunnen zeilen! Dus deed ik elke week mijn best in een Europe. Toen bekend werd dat die olympische klasse stopte, kwam ik in een periode waarin in stopte met fanatiek zeilen. Ik kon eindelijk net zoals mijn vriendinnen een keer naar de film, of heel laat opblijven. Maar, het zeilen bleef trekken. En na anderhalf jaar ben ik aan de lasercampagne begonnen." Tja, om een olympische campagne

te kunnen voeren moet je offers brengen. Toch? "Nou," zegt Dorian schouderophalend, "zo zwaar zie ik het niet hoor. Ja, je maakt keuzes, maar dat doet iedereen. Ga je vanavond naar dat feest, of ga je morgen lekker sporten? Ik kies nu eenmaal liever voor dat laatste." Zijn collega's zijn het volledig het met hem eens.

"Zeilen in de Kernploeg is een lifestyle," zegt Karel. "Je hele leven is er rondom heen gebouwd. Je doet het gewoon. En heb je een dag minder veel zin, dan motiveert je zeilmaatje je wel."

Zorg dat je plezier houdt

Het leven van de drie topsporters is gigantisch gestructureerd. Tijdens de trainingsweken doen ze weinig anders dan krachttraining, zeilen en sporten. De weken dat ze thuis zijn, zijn op één hand te tellen en ze houden zich allen aan een streng dieet. Toch noemen ze alle drie de factor 'plezier' als het geheim achter hun succes.

"Als je er geen lol in hebt, dan hou je dit leven niet vol"

"Het is enorm belangrijk dat je het zeilen leuk vindt en dat je het goed kunt vinden met je trainingsmaten." Maar dat plezier komt niet vanzelf, volgens Claire. "Het is heel makkelijk om jezelf te verliezen in het programma en om je dagen op de automatische piloot af te draaien. Ik probeer er daarom elke dag bewust even bij stil te staan dat ik dit doe omdat het leuk is. Dan denk ik: het was zwaar vandaag, maar ik ben ondertussen wel mooi in Nieuw-Zeeland!"

TIPS Hebben Dorian, Claire en Karel nog tips voor kinderen met olympische aspiraties?

"Veel uren maken," zegt Karel. "Zoek een vereniging die je goed begeleidt en waar je de kans krijgt om serieuze wedstrijden te varen." "En wees bereid er alles voor opzij te zetten," vult Claire aan. "Het traject dat wij volgen is behoorlijk zwaar, dat moet je niet alleen aankunnen, dat moet je vooral ook willen." Dorian hamert nog een keer op het belang van plezier. "Vaar leuke wedstrijden met je vriendjes en vriendinnetjes, doe je best en kies een sport die jij geweldig vindt. Natuurlijk is een winnaarsmentaliteit belangrijk, maar plezier is de basis."

Wat is jullie relatie met de Thuishavens?

Dorian van Rijsselberge (24-11-1988) won in de klasse RS: X Men (de RS:X is een surfboard) goud op de Olympische Spelen in Londen. "Ik moet eerlijk bekennen dat ik nog nooit op één van de Thuishavens ben geweest. Voor het surfen moet je ergens anders zijn."

Karel Begemann (13-11-1989) zit in de olympische Kernploeg en vaart in een Nacra 17, een catamaran. "Op mijn 17e werd ik catamaraninstructeur bij zeilscholen.nl op Marina Muiderzand. Eén van mijn collega-instructeurs zocht een maatje om mee te gaan wedstrijdzeilen. Dat was eigenlijk het begin van professionele carrière."

Claire Blom (20-12-87) zit in de olympische Kernploeg en vaart in een 49'er, een zeilboot. "Van de drie Thuishavens ken ik vooral Jachthaven Bruinisse goed. In 2011 heb ik er de kids van het RS Feva World Championship getraind. Het is een mooie en moderne haven. En de beschutte kom is ideaal voor een RS training. Redelijk groot, maar toch ook nog veilig."