

NPO Radio 1, BNN VARA podcast.

Ik stond eigenlijk in de rest op het podium en dan zei ik zoals jullie, ja, wat is je verwachting?

Ik zei ja, want wat vind je zelf als ik dit heb gewonnen?

Moet ik dan zeggen dat ik voor brons kom?

Dat vond ik ook een laffe uitspraak.

Na elke verliespartij had je zo meer dan honderd berichten in je DM's van...

Ik ga je familie dit doen, aandoen of ik hoop dat je doodgaat.

Of weet je allemaal een soort van bedreigingen.

Ik werd echt helemaal scheidziek van die aandacht.

Toen dacht ik van, aandacht, het zijn zo'n kofferker mee.

Het mooiste deel van live sport op televisie vind ik misschien nog wel het moment direct naar de finish.

Een sportman of een sportvrouw heeft jarenlang buiten de schijnenwerpers naar één moment toegewerkt.

En moet dan, direct na de wedstrijd, al de journalisten te woord staan.

Heegend, het lichaam nog vol adrenaline, het zweet nog op de bovenlip.

Puurder kun je een gesprek tussen twee mensen volgens mij niet krijgen.

Maar hoe is het eigenlijk voor sporters om meteen naar de finish je verhaal te moeten doen?

En hoe verhouden zij zich überhaupt tot de pers?

Als ze heel kritisch over je schrijven, zorgt dat dan voor extra druk.

Of als de pers juist lovend over je is dat ze voor de wedstrijd al staan te klappen.

Wat doe dat dan met die druk?

En natuurlijk sta ik ook stil bij mijn eigen rol.

Wat had ik als sportjournalist anders kunnen doen?

Deze vijfde aflevering van druk gaat over de sporter en de media.

Hebken, hou jij je bezig met wat men over jou schrijft en over jou zegt in de media?

Ja, zo weinig mogelijk.

Ja, ik deed wel, weet je, als er een artikel over me kwam, dan ja, dat las ik ook zeker wel screenend.

Maar met name rondom toernooien niet, dan denk ik het bewust niet.

Gaat dat een invloed op jouw prestaties?

Ja, dat kan wel.

Als het allemaal positief is, dan kan het ook niet uitpakken als het druk te hoog wordt.

Als iedereen zegt nou, die app die gaat, dan moet daar je pakken, dan heb je die druk weer.

Maar het is ook niet leuk als er negatieve dingen over schrijven, dat gaat natuurlijk ook heen knagen.

Dus de heel bewust vermet ik wel de interviews of social media, zeker als ik op het toernooi was.

Suzanne Schulting, hou jij je bezig met wat kranten over jou schrijven?

Op momenten dat de wedstrijden heel belangrijk worden, dan lees ik geen artikelen en dingen meer over mezelf.

Bewust niet?

Dus blijkbaar, houd je er wel een beetje bezig over?

Ja, voor de spelen ben ik daar wel heel bewust van geweest, ja.

Omdat ik me niet wilde laten beïnvloeden door andere mensen, maar alleen maar bij mezelf wilde blijven.

Maar heeft dat dan invloed op jouw prestaties als jij er een kranten leest?

Dus jouw Schulting, die moet een goud halen?

Ja, dat weet ik dus niet.

Dus daarom heb ik dat bewust, heb ik dat gewoon links laten liggen.

Ik denk dat de sport er moet, denk ik helemaal niet bezig zijn met de prijs of die moet met zijn sport bezig zijn.

Dat moet de focus liggen, want als jij gaat denken aan die titel of wat dan ook, dan ga je waarschijnlijk aan dingen denken die helemaal niet bevorderlijk zijn voor jouw prestatie.

Dus ik denk inderdaad voor de sporten zijn de journalisten te veel bezig met de prestaties.

Dus daarom moet je dat denk ik ook helemaal niet willen lezen over jezelf richting een toernooi.

Als ik Epke mag geloven zijn sportjournalisten soms te veel bezig met de resultaat.

Daar is zelfs een term voor, scoreportjournalistiek.

En als ik erover nadenk, heb ik mezelf ook wel eens schuldig aan gemaakt.

Bij mijn grote mond, zei ik vaak op tv, over Wuren en in Steven Kruiswijk, die vindt nooit wat, nooit.

Later hoorde ik via FIA dat Steven dat eigenlijk heel vervelend vond, al die uitspraken van mij.

Quetsend.

Maar ervaren meer sport is dat, dat de druk groter wordt door invloeden van buitenaf, zijn journalisten te veel bezig met de resultaat.

Eh, ja, natuurlijk niet te veel vind ik. Nee, dat is ook wat ons werk is.

Ja, maar dat is ook natuurlijk hoe gewoon de hele wereld werkt.

Het is een belangrijke dag voor Kiki Bertens in Singapore.

Zij ontvangt de service hier van Sloan Stevens.

En als Bertens wint, dan weet zij zich verzekerd van een halve finaleplek bij.

Om een voorbeeldje te geven in tennis, de vier grens slems zijn de grootste zuinooien en daar komt dan alle Nederlandse media, die komt daarop af.

Dus dan heb je ineens inderdaad voor je wedstrijd, na je wedstrijd, ben je gewoon een uur, anderhalf uur met media dingen bezig.

Terwijl de rest van het jaar, hoor je eigenlijk van de hele media niks en in de grens slems, dan ineens is iedereen daarop gefocust.

Dus dat zorgt automatisch natuurlijk alweer voor meer druk.

Het gaat natuurlijk uiteindelijk om de winst en verlies, ook met media, alles werkt zo.

Alleen soms vond ik het ook wel juist dan weer leuker als journalisten naar een iets kleiner turnooy kwamen, of dat ze naar een training of zo kwamen kijken, dat gebeurde eigenlijk nooit.

En juiste mensen die dat wel deden, dat vond ik altijd wel heel erg goed en heel erg leuk.

Ik ben voor Marcella, mesker, die kwam altijd één keer per jaar, ofteen in de off-season kwam ze altijd inderdaad een dagje langs om de training bij te wonen,

om gewoon te kijken waar we mee bezig waren, waar ik mee aan het werk was.

En ik vond dat altijd heel erg, ja, heel erg goed van haar, dat ze er echt mee bezig was.

Bertens groeit qua zelfvertrouwen, groeit qua tennis, serveert dan voor de tweede zetwinst.

Bekend gaat beter lopen en kijken ze even. Zelfs mooie balletjes, drop shots.

Vindt het moeilijk om meteen na een wedstrijd, spanning, blaktaat, adrenaline om meteen journalisten te worden staan?

Nee. Totaal geen moeite mee.

Nee? Nee. Blijkbbaar vind ik wel lekker, vind ik eigenlijk. Ja, ik vind het ook wel lekker.

Ik heb er echt heel weinig moeite mee.

Ik hoef geen vragen te stellen.

Ik heb geen woorden, dat is echt niet normaal. Dat is echt niet normaal.

Ik geloof het zelf nog bijna niet.

Ben jij altijd eerlijk tegen journalisten? Ja.

Ook over hoe je je voelt? Ja.

Blessures? Ja.

Problemen? Ja.

Waarom eigenlijk? Ik vind het fijn.

Dit is wie ik ben.

Ik vind dat mensen best wel recht hebben op de waarheid.

Jouw collega, ex-collega Naomi Yosaka, die stopte op een gegeven moment met pesconferenties.

Ja.

Want ze zei ja, ik vind dat schadelijk voor mijn mentale gezondheid.

Ja.

Snap je dat?

Ergens inderdaad wel, alleen de andere kant ook niet.

Het wordt er gewoon bij.

Het is onderdeel van ons als sporter.

De media en de sponsors en alles heb je ook nodig om, wat is natuurlijk de andere kant.

Ja.

En Yosaka, die verdient miljoenen per jaar met sponsorcontracten en door media.

En als je ze dan niet meer te woord staat na wedstrijden, maar dus wel de andere kant.

De voordelen er wel van meepikt, om het zo te zeggen.

Dat klopt natuurlijk niet.

Dus ik vind wel als sporter hoort de pesconferenties, horen er gewoon bij.

Ik denk ook wel dat het laatste jaren, dat die druk veel meer is toegenomen.

Social media is denk ik daar een heel groot ding in geworden.

Oh ja?

Ja, elke verliespartij had je zo meer dan honderd berichten in je DEMs van ik ga je familie dit doen, aandoen of ik hoop dat je dood gaat of weet je allemaal een soort van betregingen.

Door ook het online gokken natuurlijk.

Dat vind ik eigenlijk heel verschrikkelijk om te horen, weet je dat?

Ja, voor ons is het eigenlijk heel normaal dat dat hoorde er gewoon bij en dat is eigenlijk het normaalste zaak van de wereld, wel het is natuurlijk absoluut niet normaal.

Ik vind dat heel krankzinnig om te horen.

Ik volg je ook op Instagram en dan kan je altijd kijken waar Kiki is en waar ze speelt.

Nou ja, weet je wel, dan leef je mee ofzo.

Nee, zeker, maar je hebt ook andere mensen tussen zitten die daar toch iets anders over denken.

Had je dan al last van?

Nou, ik heb ook hele tijd thuis mijn carrière bijvoorbeeld zelf niet met Social Media gedaan, omdat ik dus ook gewoon van de buitenwereld zo min mogelijk wilde lezen.

En min mogelijk meningen over mij wilde horen.

Is het leven voor jou als topsporter veranderd door de komst van Social Media?

Ja, ik denk dat ik daar gewoon heel rustig mee ben in dat dat is mijn generatie.

Dus ik weet ook niet beter.

Maar of dat veranderd is, ja, ik denk het wel.

Ja?

Mijn jongeren kijken natuurlijk veel minder tv en je moet ze op een andere manier bereiken.

En het gaat natuurlijk veel meer om wie jij voorheen in de tijd vangt Wusten en Kramer, dan ging het gewoon puur alleen om de sporter en dan maakte de mensen het eigenlijk volgens mij in mijn ogen niks uit wie Wusten nou echt was als persoon of wie Kramer nou echt was als persoon als je maar gewoon de medailles haalde.

En nu zie je dat mensen het ook heel fijn vinden, ja, maar wie is Susanne Schulting nou echt?

De generatie van Susanne Schulting is kennelijk gewint om meer van zichzelf te laten zien.

Susanne is ook altijd opvallend open over wie ze is, hoe met haar gaat, zelfs als een last thee van problemen of blessures, twee sporters die met ernstige blessures te maken kregen, zijn judoka Henk Grohl en BMX'er Nick Kimman.

Waar is zij eigenlijk altijd eerlijk tegen journalisten?

Was jij altijd eerlijk tegen journalisten?

Nou, ligt er dan over wat voor onderwerp, zijde wel ze ook ben je geblesseerd, dan ging ik geen antwoord geven, ze zei ik nee, toen was ik wel, we waren wel heel vaak wel geblesseerd, maar ik wilde niet altijd excuses hebben.

Ben je altijd eerlijk dan tegen journalisten?

Ja.

Soms zijn er dingen, laat je misschien niet de achten van je tong zien, maar ik geloof niet dat ik ooit heb gelogen in een interview.

Nee, maar je zou er wel een beetje mee kunnen draaien of je geblesseerd bent of je goed voelt.

Ja, elke sporten voelt ze natuurlijk altijd goed in de interview voor de wedstrijd, hè.

Elke sporten is het beste dat ze ooit geweest zijn of je moet echt zichtbare, geblesseerd zijn wat iedereen weet.

Zo ja, dat is in Tokio was het ook wel het voorbeeld dat, kijk, als zo iets misschien in de week van tevoren gebeurt en niemand ziet het, dan wil je misschien niet concurrentie-slimmermaker

nodig is, maar nu iedereen wist het, al mijn concurrenten die hebben het met hun eigen ogen gezien, dus ja, dan hoeft je er ook niet om te liegen, dan zeg je gewoon dit is de huidige straat, hè.

Maar ik ga nog steeds rijden en ik ga nog steeds proberen zo hard mogelijk te rijden.

Ja.

Ik heb niet vaak een blessure verzwegen ofzo, ik weet dat er zijn heel veel mensen die dat, heel veel sporten die dat wel doen, maar ik wil altijd wel transparant zijn, bij mij

is vaak wel gewoon wat je ziet, wat je krijgt, als het goed gaat, mogen mensen het zien, maar als mensen, als ik echt als een nat karant fiets, dan loop ik daar ook niet van weg.

Ja, ik geïnvesteerd met bronzen, maar ik kan dan alles zien dat je niet heel blij bent, dat het allemaal te maken met wat er daarvoor gebeurt is.

Ik sta wel zari voor, ik heb gewoon silver, ik heb het gewoon uit jude, ik kom het hier nooit meer bij, maar ik voel me zo goed, dat ik hem nog gedankt te kunnen gooien, ja, ik krijg gewoon een punt tegen, ik ben helemaal kapot van hem.

Maar jij was ook wel eerlijk in de zin van, jij hebt ook wel eens verteld naar Nederlander, het is gewoon waardeloosig, ik ben gewoon mislukt.

Ja, 100% dat vond ik dan ook echt, ik spaarde mezelf nergens in, nee ik heb mezelf nooit gespaard, vond ik ook prima, had ik ook geen last van, ik gaf hem natuurlijk in interview samen van jongens, daar is maar één ding, ik heb polimisch bronzen, ik ben drie keer twee op een wk of twee keer 22 toen, ik ben een PS-kampioen, ik stond eigenlijk inderdaad op het podium, jongens, en dan zei ik, wat is je verwachting, ik zei wat vind je zelf als ik dit heb gewonnen, dan moet ik dat zeggen, dat ik voor bronzen kom, dat vond ik ook een laffe uitspraak.

Ja, maar je creëert wel extra druk voor jezelf, 100% te zeggen.

Ja, 100%, maar ik zei ja, je mag het op afleeg niet kunnen, dan heb ik gevaald, dat vonden we natuurlijk ook leuk, want ik zei natuurlijk wat, wie zegt nou kom van goud, ik zei kom van goud, als ik geen goud in, dan heb ik gevaald.

Ja, dat zeg je niet zo heel veel sporten, nee, heb je nou al de spijt van gehad, dat je steeds ook voor jezelf die lad zo hoog legt, hè?

Ja, ik was 24 uur per dag bezig met winnen, winnen, winnen, niet met, eh, in de kant wel, ik heb gedaan, want ik heb gedaan, ik kan het niet meer overdoen, zou ik wat anders willen, ja, natuurlijk, had ik veel meer gewonnen.

Want jij bent olympisch kampioen, wereldkampioen, nog een keer wereldkampioen, toen kwam Rio, en toen viel je.

Het beste uit jezelf halen, is de drijfwee van Epke Zonderland, om voor de derde keer in succesie aan de olympische rekstop te springen.

Nu komt de eerste vlucht combinatie, de vlucht combinatie, de Cassina.

Is goed.

Kovoac is oooh, hij mist, hij mist de Kovoac.

En toen waren wij, met z'n allen, een beetje verbaast.

Ja, ja, ja, ja, ja, ja, ja, goed, dat is dus, eh, de mismer, dus dat, eh, ik wou het ook niet altijd naar buiten brengen van hoe ik me voelde.

Ik heb vanaf in 2015 tot 2050 ging het inderdaad eigenlijk supergoed voor al die laatste jaren.

En toen kreeg ik een keer een hersenschuring, dat begon het mee in de zomer.

En dat had ik een paar mannen last van en het ging eigenlijk over in die chronische bijelondersteking, waarvoor ik uiteindelijk nog in december 2015 waarschijnlijk onder het mes ging.

En in maart nog een keer, want toen bleef maar slecht, en vanaf toen kon ik pas weer een beetje gaan trainen.

Dus dan was ik al weer drie kwart jaar verder bij, hè.

En ik wist ook wel, want ik was echt wel fysiek, gewoon sterk, weet je wel.

Maar ik wist ook, ik mis wel die training.

Dus ik wist ook van, ja, ik kan een topoefening turnen, een oefening van m'n leven, dat kan.

Maar ja, ik had echt wel in de gaten dat het er mis kan gaan, want ja, moet je oefening zo inslijpen maandenlang, wat mij dus niet was gelukt.

Dus ik wist ook wel van, ja, het zit erin dat het niet gelukt, en ik denk dat de buitenwereld dat niet in de gaten had.

Ja, daarom kon ik dus dat ook wel weer een plek geven en ja, denkt iedereen, hoe kan

dat nou?

Waarom is je niet boos of ja, ja, als ik zo'n voorbereiding had gehad als Londen, dan was ik waarschijnlijk wel pissig geweest.

Maar ja, dit wist ik dat dit had gekocht, dat dit zou kunnen.

Het was precies, ja, typisch zo'n foutje, dat je net iets te ver zit en dat ook niet zit aankomen in de lucht voelde ik dat ook niet, ja, dan weet je gewoon, dan zat het dan nog niet in.

Jan Smekers, was jij altijd eerlijk tegen journalisten?

Nee, nee, je hoeft ook niet wijze te maken dan ze zijn.

En ik probeer wel eerlijk te zijn, maar als het mezelf, ten koste waarom mezelf gaat dan niet.

Dus dan trek ik ook een lijn.

Nou, ik heb wel eens in Weterom, in Ervoet, een andere wedstrijd, vlak voor de spelen van 2018.

Ja, ik kon gewoon mijn bed niet meer uitkomen, ik kon die wedstrijd niet rijden, dus ik heb me afgemeld en toen ook de vragen van waarom ben je er niet, ja, ik ben ziek, weet je wel, ik ben gewoon ziek.

Als ik ga zeggen, ik heb mijn rugplezuren, dan hoor je elke wedstrijd en elke persmoment hoor je weer van hoe is het nou met je rug?

Sven Kramer.

Nou ja, exact.

Die zei dat ooit, he, nadat hij geen goud vond op de tien kilometer, toen was eigenlijk het best wel een ontboesming, dat hij ineens zei ik heb heel de glas van mijn rug.

Ja, ja, en het is natuurlijk ook gewoon een reden waarom hij slecht presteerde.

En dan kan je dat ook zeggen.

Maar ja, vanaf dat moment was het wel altijd.

Het was altijd hoe is het nou, he?

Die rug van Sven.

Ja.

Vond je dat stond dat hij dat toen zei?

Nou, zelf had ik het niet gedaan, puur uit zelfbescherming.

Je zit er niet op te wachten, drie dagen voor een belangrijke wedstrijd dat ze weerlopen te zeuren van, en die rug, en die rug, dan ga je er zelf nog in geloven.

Niet vertellen dat je geblesseerd bent, omdat je de concurrentie niet wijze wil maken, omdat je geen excuses wil zoeken, maar dus ook omdat je er geen zin in hebt om steeds maar weer over hetzelfde onderwerp te moeten praten.

Het is een terugkeren thema, sport is die bang zijn, dat één bepaald verhaal over hen teveel een eigen leven gaat leiden.

Jan Smeekers, met zijn pijnlijke rug, animiek van vleuten die niet gezien wilde worden als de vrouw die je niet af kon maken.

En natuurlijk Vemke Heemskerk, die bang was het meisje van de demonen te worden, na haar beroemd geworden interview uit 2015.

Hoe moeilijk is het, zoals in jouw geval, als je uit een bad komt, je bent nog het waterdruip nog van je af en staat daar iemand klaar met de microfoon.

Als je slecht zwemt en iedereen weet hoeveel je ervoor treent en iedereen ziet dan dat je een vierhaal bewijs van, dat is natuurlijk niet leuk, dat is heel pijnlijk.

Maar als ik een tien haal, mag ik het ook aan iedereen laten zien.

Dus het is, ik heb meer moeite met media die, die zeg maar in bepaald beeld blijven hangen en niet goed kijken naar de sporter en dat de sporter en de mens, dat is eigenlijk één, maar dat wordt losgetrokken ofzo.

Zijn media dan te veel bezig met het resultaat?

Ja sowieso.

Ja?

Ja, vind ik wel.

En in het woord, ik werd ook in, ik zit waarschijnlijk nog steeds in een hok, als je aan mensen zou vragen van oké, waar denk je aan bij Vemke Heemskerk, dan denk ik dat mensen zeggen ook wel misschien wel over die demonen bijvoorbeeld, of die was mentaal niet sterk ofzo, terwijl ik eigenlijk denk van ja, ik had er ook mee kunnen stoppen, dus eigenlijk ik blijf doorgaan, is ook sterk.

Ja.

Dus ik vind wel dat er meer moet gekeken worden naar de persoon, zeg maar, niet die hokjes de hele tijd, want dan kijk ik naar, dan heeft S.M.Visser geeft een heel openhartig gevoel bij NOS, ja en dan weet ik al, bij de eerst volgende wedstrijden die ze gaat schaatsen, weet ik al wat er gaan zeggen gaat worden.

Ja, daar is S.M.Visser metaal heel zwaar gehad.

Ja, oh en dan, en ik snap wel dat je een soort van context wil geven bij een commentaarpositie van een wedstrijd, maar ik denk ook wel van kijk verder, kijk beter.

Ik vind dat heel veel sporten krijgen, gewoon een stempel van dit is de sympathieke gast, of dit is de arrogante sporter, of deze sporter is goed onderdruk, of deze sporter is niet goed onderdruk, dit is de perhentiekiller, noem maar op elke sporter krijg je gewoon een stempel.

Wat voor stempel heb jij dan?

Weet ik niet, daar wil ik ook eigenlijk niet meer bezig zijn, want dan ik denk als ik me bewust ben van welke stempel ik heb, dan ga ik me misschien anders gedragen om aan die standaard te voldoen en ik wil gewoon zijn hoe ik ben, hoe ik op dat moment ben, als ik jagereinig ben, als ik jagereinig ben, als ik vrolijk ben, dan ben ik vrolijk, maar als mensen bijvoorbeeld hebben van ik denk dat is niet mijn stempel, maar stel de stempel zou zijn, niet is die vrolijke sporter, als ik jagereinig ben, ik moet even een masker opzetten en aan het beeld van die vrolijke sporter voldoen, en ik wil niet acteren, ik denk dat het gast veel te veel energie, ik weet niet, ik zou hoe dan ook het stempel hebben van de jongeren die op de officieel botsten, dat is de stempel die ik altijd zal hebben, op een gegeven moment heb ik ook bijna tegen alles negen gezegd, ik heb gewoon gezin meer in om voor de honderdste keer hetzelfde verhaal te stellen, en het is heel mooi dat ik constant opgehemeld van hoe geweldig ik wel niet ben, maar dan is het ook weer de stempel, dan krijg ik op dat moment heb je de stempel van oh wat niet, wat ben je goed en wat mooi met je officieel, niet ik van wat, maar ik denk dat is gewoon een stempel, één moment, het is echt niet dat ik altijd, ik ben ook wel jagereinig en ik ben ook wel eens een klootzak, van ja, maar je was er eigenlijk gewoon zoals je het nu omschrijf



was je eigenlijk helemaal klaar ermee, ja, heb je wel eens op punt gestaan om te stoppen, ja wel, ja, wanneer dan, na de spelen, na Tokio ja, ik ben verbaasd met de hore eigenlijk, ja, ik heb het ook, ik dit denk voor het eerst dat ik dat openbaar uitspreek, maar toen was ik gebaseerd en ik werd echt helemaal scheidziek van die aandacht, dus dat ik toen even fysiek en mentaal even overliep, dat ik toen dacht van aan na de seizoen koffer ik ermee, en dat had ik ook echt tegen, ik had mijn ouders, mijn broertje, mijn coach had ik gezegd, ik rijd november, ik rijd om laatste wedstrijd, maar dan stop ik, want ik doe dit gewoon omdat fietsen mijn hobby is, en toen was ik 3 maanden gebaseerd en daarna mist ik het fietsen zo, en ik dacht van nee, ik ga echt niet stoppen.

Was je altijd eerlijk tegen journalisten?

Ja, en op een gegeven moment, en ik wel, zeg maar na deze 15, ben ik mezelf iets meer gaan beschermen, want ik dacht ja, hier heb ik meer last van dan, ja, absoluut.

Dus dat verhaal over de demonen was misschien wel te eerlijk.

Ja, want ik kreeg daar heel veel last van, ik voelde me niet begrepen en ik voelde me net overal, dus ik dacht ja, daar heb ik last van.

En waar doe je dan, iets meer een panzer ofzo?

Ja, ik had toen een soort van trucje dat ik iets meer tijd nam, voordat ik daar ging staan, dus gewoon eerst even rustig met mijn badpak goed, en helaas leek het daardoor wel, zoals ik naakt waar de camera stond, maar ik deed het met bandjes naar beneden, maar ja, ik had dus gewoon een paar trucje had ik, waardoor ik heel even, dat zou misschien een half minuut of een minuut zijn, maar dat ik iets minder snel die kant op ging dan. Maar ja, met het fliemen aan de badpak, bandjes naar beneden, dat deed je eigenlijk om even tijd te kopen?

Ja, dat ik heel even, want je zit vol Adelina, je bent ook helemaal zuur van de lactaat, en inderdaad, op één zoon, ik versta ook een half de vraag, soms niet, ik denk dat dan zeggen mensen, oh ja, ik had je interview geluid, ik zou niet eens weten wat ik gezegd heb.

Maar hoe komt dat dan?

Ja, omdat je komt uit zo'n hyper-focus, vol Adelina, vol lactaat, doodmoe, en je krijgt allemaal vragen, ja, ik klets vaak maar wat, dus toen dacht ik ja, moet even iets meer tijd nemen voordat ik daar ga staan.

Ach je klets maar wat, zegt Femke Heemskerk, en toch kan zo'n interview de toon zetten voor de rest van je carrière.

Daar weet Femke Heemskerk alles van.

Maar ze is zeker niet de enige die dit overkwam, Anouk Vetter, gaf op het WK Atletiek in 2019 ook een interview dat een kantelpunt zou worden in haar loopbaan.

Op dag twee van een meerkamp gaf ze op, en toen zei ze het volgende.

Nou, ik hoorde ervoor, ik kan het mentaal niet ophengen.

Ja, ik had niet genieten, ik vond hem een niet-happy en ja, ik zei al tegen collega's van ja, ik moest gewoon, ik moest gewoon op mijn bek gaan om er achter te komen dat dit te snel was.

Ik zat er helemaal doorheen, toen heb ik ook echt de tijd genomen om te bedenken wil ik hiermee door of ga ik stoppen.

Nou, dat was wel echt heel heftig.



Ja, even een tijdlijn, ik had in 2019, had ik al een beetje contact met een soort sportpsycholoog, toen sprak ik wel een beetje.

In oktober 2019 was het WK.

In Doha.

In Doha, en toen was ik echt op mijn allereggende diepte vindt en toen heb ik voor camera gezegd na 6 onderdelen, 6 onderdelen van de 7, ik doe dit niet meer voor mezelf, ik snap niet wat ik hier aan het doen ben, ik stop er mee, toen vond ik natuurlijk niet meer onderuit, toen wist ik echt van, hier moet je echt wat mee doen, dit is niet zo, maar even, ik voel me niet zo fijn, dus toen moest ik wel, hopelijk gaan paten met een soort sportpsycholoog.

Ja, veel mensen snapten dat niet he, die dachten van ja, 6 van de 7 onderdelen gaan, dat doe je de laatste toch ook nog even? Ja, en ook veel mensen eerst zegt, die wat dichterbij me stonden, die ook hier op Papen aan het lopen, snapten dat ook niet, en ik vind, topsport is, uiteindelijk doe je het wel voor jezelf, en ik deed het eigenlijk toen, de tijd alleen maar omdat het verwacht van me werd, omdat ik me had kwalificeerd voor het WK, omdat je wordt hiervoor betaald, dan ga je dat toch gewoon doen, maar ik kon het gewoon echt niet meer oplengen.

Als je daar nu aan terug denkt, maar het was dan het allerslechste moment.

Ja, ik heb nu ook een foto van, dat is na het speerwerpen, toen ik klaar was met het speerwerpen.

Normaal een heel goed onderdeel voor jou?

Ja, en daar werd ik ook, volgens mij won ik het onderdeel, verder ik tweede, ik deed het heel goed, ik heb hier 54 meter, dat het voor mij echt goed is, maar je ziet me daarna, ik zie een foto nog, ik kan het zo vormalen, mijn ogen waren leeg, ik ben van mezelf best wel een blij persoon, ik kan wel huppelen om te baan, omdat ik er zo veel plezier na heb, daar haalde ik m'n kach vandaan, maar die ogen staan leeg, gewoon echt geen emotie, echt vlak, dat raakt me nog steeds, als ik dat zie, denk ik echt jeetje meintje, ik was wel echt ver heen, ik had helemaal niet naar het WK gemoeten, dat was wel echt het dieptepunt, toen voelde ik me ook heel, ja zit je daar in Doha met heel dat atletiek team, ik dacht ik hoor hier helemaal niet te zijn, ik moet hier echt niet zijn, dat was wel een heel eenzaam moment. En als je dat nu ziet dan die foto, en je zegt dat raakt me nog steeds, wat raakt je dan? Het raakt me nu weer, dat ik niet eerder aan de welp getrokken, dat ik het tot zo ver heb laten doorgaan, dat ik altijd maar weer dat ik kan best wel goed naar het buitenwilde doen, dat alles goed is, dat ik niet tegen mensen die heel dicht bij me stonden eerlijk kon zijn, dat lag aan mij hoor, dat lag niet aan hun, maar dat ik dat echt niet durfde, dat ik dat een soort zwakte vond, en alles ik wil niet zwak zijn, dat wil ik niet, ja, daar baal ik dan echt enorm van.

Ja, dat is ook moeilijk, dat is ook kwetsbaar. Ja, ja, ja, en toch denk ik ja waarom is kwetsbaarheid, dat is ook juist heel mooi als mensen dat kunnen, ja, maar dat, en ook nu als ik dan, ja ik heb wel met mensen een contact gehad daarna toen ik een beetje naar buiten kwam, en die zeiden al wat fijn dat je een verhaal hebt gedeeld, en ik denk ja, ik ben wel blij dat er iets heeft opgeleverd, tenminste dat hoop ik al, als zou het maar één iemand denken van oh, ik herken mezelf weer in een, maar ja, het is zo makkelijk om te zeggen tegen iemand oh, ja, maar dan praat je het toch gewoon over, maar ja, ik

praat best makkelijk, maar toen dus echt niet.

Wat was het dan precies, was je ongelukkig of voel je depressief of had je het gevoel van waarom ben ik hier, wat was het dan?

Ja, ik vond me zeker ongelukkig. Ja, ik had toen wel ook echt een beetje van ja, wat ben ik eigenlijk nu aan het doen, ik heb nu twee medailles gehaald, ja, word ik nogal beter, het was een beetje onzekerheid, van kan ik me nog verbeteren, ja, ik ben ook weer zo, ik kom uit een familie waar iedereen wel goed gestudeerd heeft en dacht ik ja, maar ja, wat ben ik nu aan het doen, ik ben een beetje aan het sporten, wat heb ik dan te betekenen voor de maatschappij, ja, ik vond hem echt een beetje van ja, wat ben ik eigenlijk aan het doen, het moet altijd maar beter en sneller en ja, kan ik dat nog wel, er was enorm veel onzekerheid en ja, dat ik dacht oh misschien past dat topsport niet meer bij mij, nou toen heb ik met Zal gezeten en die zei oké, ik wil je even een tijdning zien, ga schrijven, ga kijken, waar word je blij van, stel je bepaalde vragen en dan weet je als je stopt is het ook helemaal goed hè, weet je dat, dus toen dacht ik oké, ik ga alleen op vakantie, ik ga gewoon een beetje uitzoeken wat ik wil en eigenlijk wist ik al heel snel van nee, dat topsport vind ik heel leuk, alleen ik moet het totaal anders gaan benaden, want dit is niet meer, dit is niet hoe ik goed ga worden, ik deed dat heel serieus, want ik dacht ja, ik heb twee medailles gehad, ik wil beter worden, dan moet ik meer focus, minder alcohol, minder leuke dingen doen, op tijd naar bed, bla bla bla, ja dat was helemaal geen balans, het was niet meer mijn balans, dat was gewoon niet oké, dus ik moest het anders aanpakken.

Het is wel een geweldig verhaal, want je kwam terug en je bent echt, daarna werd die resultaat elke keer beter dan ooit, je bent een betere fessie van jezelf geworden volgens mij, is dat zo?

Ja, ja, dus dat oliepisich silver was voor mij echt silver met de gouden land, want ik wist waar ik anderhalf jaar ervoor zat, en dat was in een heel verdiepte put, nee, dus ik had dat nooit hier verdomen, nooit.

Ik heb toch nog eens de definitie van het woord scoreboardjournalistiek opgezocht, het is een vorm van journalistiek waarbij te veel naar de uitslag en te weinig naar het spelbeeld wordt gekeken, maar op basis van de verhalen die ik heb gehoord, is mijn eerste les van deze aflevering, dat ik als sportjournalist nog verder moet kijken, niet alleen het spelbeeld, maar ook de mens en zijn omstandigheden zouden moeten worden meegewogen, natuurlijk

kun je als journalist kritisch blijven en mag je vraagteken zetten bij een verliespartij, sport draait nou eenmaal om winnen, maar als iemand nou van heel ver komt, dan kan een tweede plek ook voelen als goud, of dat je zelfs überhaupt weer mee kunt doen op het hoogste niveau.

Les 2 stop sporters niet in een hokje.

Ik denk terug aan Steven Kruijswijk, de man die ik in het hokje duwde van de wuurrennen die nooit wat wint.

Als ik nu op een rijkje zet hoeveel pech die zijn carrière heeft gehad en aan de status waar er zijn ploegen op dat moment verkeerden, dan is het eigenlijk een geweldige prestatie dat het hele Giro d'Italia bijna vond, en zelfs nog een keer op het podium eindigde van de Tour de France.

Een echte grote overwinning heeft die misschien nooit geboekt, maar Steven Kruijswijk is wel degelijk een groot kampioen bij deze Steven.

In de volgende, laatste aflevering van Druk maken we de balans op.

Is Druk onder sporters nog steeds een taboe?

Als je het gewoon heel sekt bekijkt, slaat het natuurlijk helemaal nergens op, want we hoe obsessief we er mee bezig zijn om twee vaartse seconden te zwemmen, eigenlijk is het krankzinnig.

Dan had ik straks nog zoveel pijn dat ik straks niet kon slapen, dus dat was wel veel te ver denk ik.

En dus mijn vriendin heeft ook op een gegeven moment gezegd, ik weet niet of dit nog, dit kan niet heel veel langer doorgaan, want ja, ik raak echt in je verliede, ik moest kruipen mijn betten uit.

Het was 19, dat kan me nog wel herinneren dat ik echt wel ongelukkig was, maar ook inderdaad wel die nam Burnout, de negatieve, je kan ook depressief erbij worden, ik had wel depressieve gevoelens af en toe.

Wil je geen aflevering van Druk missen?

Of zal me nog een keer terug luisteren?

Of iedere nieuwe als eerste krijgen?

Abonneer je dan op deze podcast in je favoriete podcast app.