



Oane Galama in actie in Burgum. Foto: Dijk's Media

Junior Terpstra in Burgum als enige over de twintig meter

FIERLJEPPEN

Anna Bos.....

Burgum | Weer steeg een junior woensdag boven de senioren uit bij de fierljeppwedstrijd in de eerste klasse in Burgum. Die wedstrijd wordt ook wel gezien als de generale repetitie voor de Friese kampioenschappen van zaterdag in Winsum.

Junior Germ Terpstra (Tzum), van de afdeling Winsum, sprong woensdag 20,11 meter. Hij kwam als enige fierljepper over de grens van twintig meter. Met die winst schreef de junior zijn elfde twaalfde zege van dit seizoen op zijn naam.

Terpstra sprong dit seizoen vaker verder dan de senioren, maar vindt binnen zijn eigen leeftijdsgroep nog genoeg competitie. Het resultaat in Burgum zegt dan ook nog niks over zijn kansen zaterdag. „Der binne mear jonges dy 't fier springe kinne.”

Michiel Zijlstra werd in Burgum tweede (19,73 meter) en Wisse Broekstra derde (19,22 meter).

Senioren

Freark Kramer pakte de dagtitel bij de senioren. Zijn eerste sprong van 19,72 meter was gelijk zijn hoogtepunt. Rutger Piersma (19,70 meter) en Oane Galama (19,65 meter) kwamen in de laatste finalesprong nog dichtbij, maar wisten net niet over zijn afstand heen te springen. Ze werden tweede en derde.

Kramer werd de laatste vier klassemmentswedstrijden ook al eerste. De afstanden kunnen beter vindt hij, vooral in vergelijking met de indrukwekkende resultaten van de junioren. Hij hoopt dit seizoen nog een keer de geliefde 21 meter te halen. „Myn persoanlik rekôr ha ik yn Winsum sprongen. Dat is in posityf foarteken foar sneon.”

Hanneke Westert sprong 15,21 meter en werd eerste bij de dames. Vorig jaar werd ze Fries kampioen bij de meisjes, dit jaar doet ze een nieuwe poging bij de dames. „Dit jout seker wol selsbetrouwen foar sneon.” Ze denkt zaterdag een kans te maken voor de eerste plek, al moet ze dan niet beginnen te prutsen. „Dat doch ik noch wolris as ik senuweftich bin.” Sigrid Bokma werd tweede (15,11 meter) en Pytrix Westra (14,87 meter) werd derde.

Persoonlijke records

Bij de jongens en meisjes regende het persoonlijke records. Sietse Lefferts sprong een persoonlijk record van 18,60 meter, om daar vervolgens weer overheen te gaan met een sprong van 18,69 meter. Hij won de eerste prijs bij de jongens. Martijn Zuidersma werd tweede (17,22 meter) en Djurre de Jong werd derde (16,53 meter).

Ook Sanne Bouwstra van de meisjes ging naar huis met een nieuw persoonlijk record en de eerste prijs. Ze sprong 14,76 meter. Hieke Vogel werd tweede (14,40 meter, ook een persoonlijk record) en Noa de Boer werd derde (14,37 meter).

Vluchten voor de Sneekweek om uitgerust voor het WK te zijn

Sneker duo hoopt op succes in Mexico

INTERVIEW VOLLEYBAL

Peter van der Meeren

Donderdag beginnen de Oranje-volleybalsters aan het EK. Hun potentiële opvolgsters van Oranje onder 21 jaar spelen tegelijkertijd in Mexico om de wereldtitel. Onder hen twee talenten van landskampioen Friso Sneek: Rixt van der Wal en Rosa Entius.

Een lange zomervakantie, met als piek de Sneekweek? Vergeet het maar. Rosa Entius woont in het hart van de stad, op een tiental meters van waar de kermis stond. Om ongestoord te slapen verbleef ze bij haar ouders in Warmenhuizen. En als het even kon werkte Rixt van der Wal als teamleider bij de Action in Joure. „Want mijn kamer in Groningen moet ook betaald worden.”

Natuurlijk hebben Entius (19) en Van der Wal (20) volop genoten van het

bewogen seizoen in de eredivisie, dat na zenuwslpende duels tegen Utrecht uiteindelijk resulteerde in het kampioenschap. Maar vrijwel direct ging de knop om, want de voorbereiding op het WK voor speelsters onder 21 jaar begon.

Het snelle spel moet een wapen van ons worden

Rosa Entius

Pijnvrij

Wel werd Van der Wal, mid-aanvalster uit Haskerhorne, eerst twee weken op rust gezet, om haar overbelaste knie te ontzien. „We hadden een loodzwaar schema; zonder ibuprofen redde ik het niet. Ik wist dat ik pijnvrij moest zijn om mee te kunnen naar Mexico. Dat is gelukt.”

Diagonaal-aanvalster Entius meldde zich daags na de huldiging in Sneek alweer op nationaal sportcentrum Papendal. „Ik wilde geen training overslaan, want ik wilde mezelf meteen laten zien. Weliswaar wordt het dan een lange zomer, en het was best pittig, maar aan de andere kant: ik hou van volleybal en de kans om voor



Het Grouster skûtsje geeft de rest van het veld het nakijken en zeilt onbedreigd op het kampioenschap van 2023 af. Foto: ANP