

‘Nee, oan ophâlden tink ik seker net’

Vier weken na zijn zware val in IJlst stond Oane Galama alweer in zijn wedstrijdshirt op de fierljepschans. Nog niet volledig hersteld, maar fris genoeg om te springen. „Dizze sport is fierstente moai.”

EDWIN FISCHER

De schrik zat er behoorlijk in op 25 mei bij iedereen die op het fierljepterrein van IJlst zat te kijken. Inclusief Oane Galama. De topatleet uit Hilaard maakte in zijn eerste finalesprong een misgreep.

„Ik wie te gretich, woe tink ik te graach fuort al dy hiele fiere sprong meitsje. Ik besleat yn in split second om in fiifde klimslach te meitsjen, mar dat gie mis. Ik foel mei pols en al rjochting sânbed”, herinnert de 39-jarige ljepper zich.

Hij klapte keihard met vooral zijn rug in het zand en bleef roerloos liggen. „It earste dat ik tocht wie: ‘dêr giet it FK’. Dêrnei wie it krekt oft it lichem yn in soarte fan shock wie.”

Galama bewoog zijn handen en voeten en was opgelucht dat die het deden. Een enorme pijn in de rug werd wel gevoeld. „Ik wie fierder hiel rêstich, hie ek gjin emoasje of sa. Dy mentale behearsking ha ik de lêste jierren ek in soad oan wurke, dat kaam der no dus út.”

Uit voorzorg werd hij met de ambulance naar het ziekenhuis in Sneek gebracht. Daar kwam uit onderzoek naar voren dat hij geen letsel had opgelopen. Het uitstekend getrainde en topfitte lijf had de klap opvangen en goed verwerkt. Zoals Galama mentaal de ongebruikelijke val ook direct goed verwerkte.

Sceptici mompelden uiteraard direct dat het wellicht een mooi moment was om de wedstrijdsport



Oane Galama staat op na een landing in het zandbed van It Heidenskip. FOTO: DIJKS MEDIA / HENK JAN DIJKS

Oane Galama (39) vier weken na zware val al terug op fierljepschans

vaarwel te zeggen. Wie gaat er nou nog op zijn 39ste van grote hoogte in een zandbak springen?

Oane Galama dus. „Nee, oan ophâlden tink ik seker net. Ik ha de hiele winter hast alle dagen hurd traind en wie superfit. Fansels bin ik no

noch net de âlde, dat kin ek net nei sa’n klap. Mar ik bin der wis fan dat ik aanst yn augustus wer topfit bin.”

Met het oog op augustus en vooral het FK stond hij daarom zaterdag in It Heidenskip weer in wedstrijdtenue. Galama is door zijn blessure –

Junior Germ Terpstra op recordjacht

Het seizoen is nog maar acht wedstrijden oud, maar Germ Terpstra rijgt de verre sprongen aan elkaar. De laatstejaars junior is bezig zijn ‘fierljepopleiding’ te voltooien en streeft naar cum laude.

Daarin zal de ljepper uit Tzum slagen. Dat maakte hij ook zaterdag in It Heidenskip weer duidelijk. De cijfers op een rij: Terpstra sprong naar een nieuw Fries juniorenrecord. Hij noteerde 21,20, een verbetering van 14 centimeter ten opzichte van zijn eerder dit seizoen gesprongen record in IJlst.

Met dat record pakte hij zijn vierde schansrecord in Friesland. Daarnaast wist hij voor de vijfde maal de verste dagafstand te noteren. Sytse Bokma kwam bij de senioren tot een overigens uitstekende 21,09. Zus Sigrid Bokma won met 15,47 bij de vrouwen, terwijl Hieke Vogel met 14,55 haar eerste meisjestitel pakte. Sietse Lefferts werd met 17,95 winnaar bij de jongens.

hij had nog maar twee klassemmentsprongen staan – afgezaakt naar de tweede klasse. Hij zal voor 10 augustus zijn klassement opgekrikt moeten hebben en zich bij de beste zestien senioren moeten voegen om de Friese kampioenschappen te mogen springen.

Dat is geen moeilijke opgave. Al bleek zijn rentree er een van grote voorzichtigheid te zijn. Galama sprong zonder een opzetstuk op de polsstok en kwam tot 16,90, een warm applaus oogstend van ‘de bult’. In zijn tweede poging gokte hij toch op een wat verdere afstand en sprong nat, en hij merkte in zijn derde sprong dat het nog stramme lijf het lastig maakt om te springen. Hij stapte over de schans en ging te water.

„It is alles byinoar. Hoe grut is de oanrinsnelheid, hoe krêftich de yn-sprong, hoefier moastst de pols dan sette? Mar tiisdei ha ik wer in kâns. It lichem fielt yn alle gefallen goed en dat is de grutste winst”, wist Oane Galama.

Postma: verlies met Flevo Boys, hopen op promotie

SANDER DE VRIES

PUTTEN Met Arjen Postma uit Sint Nicolaasga als trainer speelde Flevo Boys zaterdag de laatste wedstrijd van dit amateurvoetbalseizoen. De club uit Emmeloord liep promotie mis. Of gloort er nog hoop?

DZC ‘68 WNS	0
FLEVO BOYS	0

Arjen Postma moest zaterdagmiddag scherven rapen bij Flevo Boys. Niet gek ook. Zijn ploeg verloor van DZC. Nadat het duel na 120 minuten in 0-0 was geëindigd, nam DZC de strafschoppen beter.

Dé vraag na afloop was echter: had deze wedstrijd überhaupt gespeeld moeten worden? Flevo Boys en DZC streden namelijk om het laatste ticket naar de vierde divisie. Maar omdat DHSC, de amateurclub van Wesley Sneijder uit Utrecht, dit weekeinde aankondigde dat de vereniging ophoudt te bestaan, komt er logischerwijs nóg een plek vrij.

„We hebben dus nog altijd kans op promotie”, aldus Postma. „Maandag moeten de leden van DHSC nog instemmen met het stoppen van hun vereniging. De kans is groot dat ze dit doen. En ja, dan is de kans groot dat wij alsnog promoveren.”

Postma had de voorbije weken

een moordend schema met Flevo Boys af te werken. „Na onze laatste competitiewedstrijd hebben we zes duels in de nacompetitie gespeeld. Voor mij heeft een seizoen nog nooit zó lang geduurd. Het was pittig, maar ook mooi om mee te maken.”

Flevo Boys kon twee weken geleden al promotie veiligstellen. Maar in die finale was DVVA uit Amsterdam, dat eerder Buitenpost uitschakelde, te sterk. Via een sluiproute kon de ploeg van Postma alsnog

promoveren. „Er waren landelijk zes finales voor de vierde divisie. Vervolgens was er nog één promotieticket voor de zes verliezende finalisten. Maar ja, daardoor moesten we opnieuw drie wedstrijden overleven.”

En uiteindelijk was dat dus één duel teveel. „Ik vind het ongelooflijk jammer voor mijn spelers. Maar ik ben trots op mijn ploeg. We hebben vorig jaar met de club ingezet op doorstroming van de eigen jeugd naar het eerste elftal. Van ons basiselftal tegen DZC waren tien jongens zelf opgeleid.”

Een ploeg ook met een paar Friese spelers. „Onze beide doelmannen,

Klaas Boersma en Winand Quartel, komen uit Friesland.” Dat geldt ook voor Frits Dantuma en Willem Huijzing. „Beiden zijn echter al een tijd geblesseerd. Frits keert terug naar Broekster Boys en Willem staat voorlopig met een hernia nog langs de kant.”

Postma hoort vermoedelijk dinsdag of Flevo Boys alsnog promoveert naar de vierde divisie. „We hebben een jonge selectie, maar zijn klaar voor een stap hogerop. Maar goed, dit is niet de manier waarop je wilt promoveren. Je wilt, zeker na zo’n lang seizoen, de ontlading voelen na een gewonnen nacompetitiefinale.”

ZAT. 4E DIV./1E KL.