

COLUMN

Loop

Er stond een lange rij voor de mobiele toiletgroepen op het Oldehoofsterkerkhof. Hoewel ik thuis al was geweest, vlak voordat ik op de fiets stapte, moest ik nog een keer – een paar minuten voor de start.

Zenuwenplas.

Logisch wel. Ik liep afgelopen zondag op de Loop Leeuwarden mijn eerste halve marathon. Voor mijn doen had ik best goed getraind. Ik keek ernaar uit.

Vanuit het toilet ging ik naar het startvak. Ik was niet de enige. Volgens de telling van de organisatie deden 1856 hardlopers mee aan de halve marathon. Met hun veelal felle shirts en hemdjes zorgden ze op de vroege zondagochtend voor een rijk kleurenpalet in het centrum van de stad. Sommige gezichten stonden strak en gespannen. De meesten waren ontspannen en vrolijk.

Na 21,1 kilometer kwam ik over de streep. Ik was kapot. Na het passeren van de finishboog hing ik een paar seconden over het eerste dranghek dat ik zag.

Een EHBO'er naast me maakte oogcontact. Met een vragende blik stak hij zijn duim omhoog. Ik beantwoordde 'm met een opgestoken duim. Zijn collega legde een koude en natte spons in mijn nek. „Hier jong, dit helpt.”

‘Twee zinnen, van zijn bevriende dj's, blijven hangen’

Een paar bekenden hadden de finish al gehaald of druppelden ook binnen. We dronken water, haalden onze medailles en wisselden ervaringen uit. Vervolgens liep ik naar mijn familie. Ze stonden aan de Groeneweg, een paar meter van de finish.

Kijk, wees mijn vrouw naar mijn zoon. Ik keek naar een ernstig gezichtje van tien jaar. „Nou eh, hoe gaat het met je?“, vroeg hij. „Goed hoor“, zei ik. „Maakte je je zorgen, vriend?”

Hij knikte. „Een beetje.”

Ik antwoordde zoals vermoedelijk iedereen zou hebben geantwoord. Lachend en zeggend dat dit wel heel lief, maar heus niet nodig was. Het komt toch altijd goed?

Niet lang daarna renden de EHBO'ers die vlak daarvoor nog duimen omhoogstaken en sponzen uitdeelden voorbij. Ambulances en brandweerauto's volgden. Een traumahelikopter cirkelde door de lucht.

Foute boel.

Laten we maar gaan, zeiden we.

Een paar dagen later liggen er bloemen en kaartjes aan de Groeneweg, op 75 meter van waar zondag de finishboog stond. Er branden een paar kaarsjes. Een ingelijste foto leunt tegen een boom. Er staan vier jongens op, poserend voor de Oldehove. Ze lachen en dragen sportkleden. Ze hebben er overduidelijk zin in. De jongen tweede van links, met startnummer 9562, juicht alsof hij al over de streep is gekomen.

Een uitpuilend startvak, zondagochtend vlak voor half 10, aan de Boterhoek in Leeuwarden. Maar van al die blije, gespannen, serieuze en ontspannen mensen zou één hardloper nooit meer thuiskomen. Hij was 29 jaar.

Twee zinnen blijven hangen, geschreven door zijn bevriende Friese dj's, in een van de vele rouwadvertenties in deze krant.

„Zo uit het leven gelopen. Veel te vroeg en zo onverwacht.”

SANDER DE VRIES
sander.devries@lc.nl



Negentien jaar geleden stapten de fierljeppende tweelingbroers Ysbrand en Oane Galama (40) met hun debuut bij de senioren uit de anonimiteit. Zaterdag beginnen ze, op de schansen van Burgum, ieder aan hun laatste seizoen. Twee individuen, twee toppers, elk een eigen verhaal

TEKST EDWIN FISCHER
FOTO MARCO KEYZER

OANE GALAMA

„Tawis, wy nimme ek as twa-ienheid ôfskied dit jier.” Oane Galama is stellig. Natuurlijk is het nu anders dan toen ze ruim 25 jaar geleden met lieppen begonnen. „Ysbrand die oan kungfu en ik siet op turnjen. Mar fierljeppen luts ús ek.”

In die jonge jaren ging Oane waar Ysbrand ging, deed Ysbrand wat Oane deed. „Ast der sin oan hiest”, haast de jongste van de tweeling zich te zeggen. „As de ien oer in brede feart sprong, die de oar dat ek. We stimulearren inoar. En it wie in gegeven; wat de iene koe, koe de oare ek.”

Goed fierljeppen dus ook. Al kwamen beide mannen pas als dertiger tot de grootste prestaties. „Foar my kaam dat fuort út it feit dat ik nea de bêste wêze woe. Dat sit yn dyn aard, we binne ek beskieden grutbrocht. De NFM winne? Dat hâlde je nea foar mooglik.”

HEGEMONIE DOORBROKEN

Toch kwamen de prestaties. Oane was degenen die de hegemonie van Bart Helmholt doorbrak. „Minsken seine faak: Bart is de bêste liepper. Dan sei ik: nee dat is er net, hy springt allinnich faak it fierste. Ik hâld net fan better-minder-tinken. Myn ynstelling wie altyd: ik bin net minder. Pas op lettere jierren sprong ik ek it fierst.”

Hij won vaak, vele dagtitels en in totaal zes keer een NK, FK of NFM. Oane won veel meer dan zijn tweelingbroer. „Ysbrand hat lang yn myn skaad sprongen en ik tink dat er dêr wol lêst fan hân hat. Pas yn de seizoenen dat ik net sprong troch in hernia en de jierren dat ik yn Nij-Seelân wenne, krige er de skynwerpers mear op him. Terjochte ek.”

Want gunnen doen de twee elkaar nog steeds alles, zegt Oane. Alhoewel het soms weleens tot een directe onderlinge strijd kwam. Oane: „We ha in pear kear om it winnen fan it klassemint striden. Fansels spring ik dan om dy trui, mar ik wist ek: win ik 'm net, dan is er foar Ysbrand. En dan is it ek goed.”

TEGENVALLEND SEIZOEN

Vorig jaar hadden beiden verwacht om weer samen om dat pompeblédenshirt, de trui behorend bij het klassemint, te springen. Het liep heel anders. Ysbrand liep voor de zevende wedstrijd in de weilanden rondom zijn boerderij in It Heidenskip bij een simpel sprongetje over een hek gescheurde enkelbanden op.

Oane viel al bij de tweede liepperij hoog uit de polsstok in het zandbed. „We hiene in hiel goede winter hân, wiene topfit. Sels hie ik echt it idee dat ik einlings dy 22 meter helpe soe. En earlik; dat tink ik noch altyd. Want ik tink echt dat ik no de bêste ferzje fan mysels bin. Al ha ik troch dy fal leard dat neat mear moat.”

Maar een prachtige carrière afsluiten met een bijna mislukt seizoen, dat wilde zowel Oane als Ysbrand niet. „En ek Hannes Scherjon, dy't al jierren stoppe wie, sil dit seizoen noch in kear alles springe. Dat makket de



Oane Galama

Geboren: 10 februari 1985,
10 minuten na tweelingbroer Ysbrand
Geboorteplaats: Sneek
Woonplaats: Hilaard

Statistieken

Rugnummer: 16
Persoonlijk record: 21,43 meter (22-08-2022, FK Winsum)
Aantal titels: 6 (alle bij senioren; 2x NK, 3x FK, 1x NFM)
Aantal dagtitels: 89
Eindzeges klassemint FLB: 2014, 144,09 meter; 2015, 143,60 en 2022, 140,20
Aantal wedstrijden: 495
Aantal sprongen: 2011
Afstand totaal: 21845,45 meter

sirkel rûn. We wolle mei ús trijen op it FK stean.” Oanes uitleg erbij is tekenend: „Ear-tiids lutsen we in protte mei-inoar op en woene we altyd 1, 2 en 3 wurde op it FK. Dat is nea slagge en sil ek wol nea wer slagje. Mar tegearre yn Winsum noch ien kear it FK belibbe. Dat is wêr't it altyd om draait. De sport yn alle fasetten belibbe.”

YSBRAND GALAMA

„Doe, yn 2006, wennen we noch by-inoar op 'e pleats”, begint Ysbrand Galama zijn verhaal. Het was de tijd dat de twee nog op de boerderij van heit en mem Galama in It Heidenskip woonden. De tijd dat Oane al helemaal klaarstond om weer te gaan trainen, maar Ysbrand nog zijn fierljeppullen bij elkaar moest zoeken.

„Dêryn wienen we wol al ferskillend, haha. Wat itselfe wie, wie dat we krekt sjen kamen, deselde passy hienen, deselde dreamen en doe ek noch deselde ideeën. Wy moasten beide noch útsykje hokker wize fan sportbeliben it bêste by ús paste.”

Daarin zijn de tweelingbroers langzaam aan ieder een kant op gegaan. Met dank aan een hernia – die beide broers ieder een ander liepseizoen kostte – en een tijdelijke emigratie van Oane naar Nieuw-Zeeland. „Dan bist dus ynienen op dysels oanwiisd, moattst eins dysels útfine. En dat soarget dochts datst hieltyd mear dyn eigen wei giest.”

ANDERE BENADERING

De verschillen in beleving en benadering van de sport worden met de jaren groter, anders ook. Waar Oane in de optiek van Ysbrand heel gedreven blijft, veel meer focus heeft op trainen en wedstrijden, wordt de tien minuten oudere van de tweeling steeds losser.

Een voorbeeld? „As Oane achter op de skâns stiet, ropt er 'ynspringe in kontroleare-je' tsjin himsels. Ik tink allinnich mar 'loslitte', lit mar komme, it genietsjen kin begjinne”. Gewoan, op gevoel.”

Experimenteren, zoeken naar verbetering, streven naar een record. Dat blijft wel het-

Tweelingbroers ZONDER VLIEGANGST



Ysbrand (links) en Oane Galama willen nog een seizoen vlammen op de fierljebschansen.

Ysbrand Galama

Geboren: 10 februari 1985,
10 minuten voor tweelingbroer Oane
Geboorteplaats: Sneek
Woonplaats: It Heidenskip

Statistieken
Rugnummer: 19
Persoonlijk record: 21,53 meter
(29-07-2020, Winsum)
Aantal titels: 3 (1x FK senioren,
1x FK junioren, 1x NFM senioren)
Aantal dagtitels: 62
Eindzeges klassement FLB: 2020,
144,30 meter (klassementsrecord);
2023, 139,37.
Aantal wedstrijden: 538
Aantal sprongen: 2182
Afstand totaal: 26264,69 meter

zelfde. „Al sit dat by Oane folle mear yn technyk, yn werhelling ek. Ik haw it folle mear yn rêst en ûntspanning socht.” Hij heeft in 2018 met hulp van een zangcoach zijn ademhaling aangepakt en is in de zes jaar daarna met een techniekcoach zeer intensief met loop- en ontspanningsoefeningen bezig geweest. „Mar boppe-al gienietsje ik fan springen.”

FRIESE KAMPIOENEN

Kijkend naar beide ljeepcarrières, is Ysbrand zeker tevreden met die van hemzelf. „Dat sit foaral yn hoe't ik my ûntwikkele ha. Seker ek as persoan, as minske. Wat foar Oane en my jildt, is dat wy ússels fierstente lang te lyts hâlden hawwe. 'Frysk kampioen wurde? Dat slagget ús dochs noait.' Dat ha wy te lang tocht.”

Tot in 2015 Oane de voor beiden meest gewilde titel behaalde. Want de Friese titel staat voor de tweeling ver boven het winnen van een Nederlandse titel „Dat wie foar ús beiden, dus ek foar my, as belibbing wol it moaiste fierljeppmoment. It betsjutte echt ús trochbraak.”

Zelf won hij de Friese titel in 2018. „Toetaal ûnferwachts, seker foar mysels”, herinnert Ysbrand zich. „De wedstriid derfoar, yn Grypsstjerke, wie ik sels útstapt. Mar yn de oarin nei it FK ha ik de hiele wike tsjin mysels sein: 'ik sil winne, ik sil winne'. En ik wûn, mei 19 meter 85. Machtich. Myn karriêre wie fan dat momint ôf al ôf.”

Het betekende niet dat er geen ambities meer waren. Maar winnen was niet meer het hoogste goed. Zichzelf klein houden, deed hij sindsdien niet meer. Maar de Heidenskipster constateert ook dat hij veel te weinig heeft gewonnen.

„Twadde wurde. Dat is my fierstente faak oerkommen”, klinkt het met melancholische ondertoon. Om toch te vervolgen: „No ha ik der frede mei. Fierljeppen hat my safolle mear as oerwinningen brocht. Ik spring wer sa't ik as bern wie. Frijút, gjin druk. Ik ha wille oan elke training, elke sprong. Foar my is de sirkel no rûn.”