

# Mulder wil zich plaatsen voor NK: 'Tijd dat ik 17 meter passeer'

**Polstokverspringster Suzanne Mulder uit Vlist eindigde zaterdag bij een regionale wedstrijd in Linschoten op de derde plaats. In haar laatste finale-sprong passeerde zij qua afstand Fabiënne Overbeek en Joriene Baas. Mulder hoopt zich te verbeteren en het NK te halen.**

De wedstrijdopbouw voor de Installatiebedrijf Van der Vaart Bokaal verliep niet soepel voor Suzanne Mulder. Pas in haar derde voorrondesprong plaatste de 21-jarige fierljepster zich voor de finale. In haar tweede poging belandde zij in het water. „Dat kan gebeuren”, aldus Mulder.

„Iedereen wil het verste springen en daar horen risico's bij. Vorige week won ik in Polsbroekerdam sinds lange tijd weer eens een wedstrijd. Dat smaakte naar meer. Mijn voorbereiding op het seizoen verliep niet zoals bij andere springers. Ik speel in het eerste vrouwenelftal van Haastrecht en berg pas in mei mijn voetbalschoenen op. Er waren een paar zaterdagen bij dat ik eerst voetbalde en daarna nog aan polstokverspringen meedeed. Nu ligt mijn focus volledig op het springen. Ik wil het gat met nationaal kampioene Joriene Baas verkleinen.”

In Mulders kielzog maken de andere Hollandse springsters ook

progressie. Winnares Fabiënne Overbeek (IJsselstein) scherpte haar pr aan tot 16,73 meter en bleef de Oudewaterse Joriene Baas (16,15 meter) ruim voor. Met de 15,76 meter was Suzanne Mulder niet tevreden. „Ik wil me plaatsen voor het NK, dat op 29 augustus plaatsvindt in Vlist. Ik train er hard voor. Mijn pr van 16,74 meter dateert uit 2023. Het wordt tijd dat ik de 17 meter-grens passeer. Met de vooruitgang die ik nu boek, moet dat binnenkort mogelijk zijn.”

Bij de mannen leek Jaco de



Groot uit Kamerik met zijn voorrondesprong van 21,14 meter op weg naar winst, maar Gouwenaar Rian Baas sprong in de finale één centimeter verder.

## Herstellen

„Ik moet mijn lijf heel houden, daarom spring ik doordeweeks geen wedstrijden en laat ik vaak de finale schieten. Met mijn 40 jaar heb ik meer tijd nodig om te herstellen van de inspanningen die nodig zijn voor zulke sprongen. Ik zorg dat ik in het klassement hoog genoeg sta om me te plaatsen voor

de grote wedstrijden in augustus. Dan moet ik pieken”, vertelt meer-voudig Nederlands kampioen De Groot. Thomas van Midden werd derde met een sprong van 20,67 meter.

Rian Baas heeft ervaring met overwinningen waarbij luttele centimeters het verschil maken. In 2020 veroverde de Gouwenaar in Burgum de nationale titel door Ysbrand Galema met 1 centimeter verschil te verslaan. „De ontlading was toen erg groot, omdat ik de winnende afstand van 21,10 meter pas in de laatste sprong van de dag maakte.”

– Wim Kroone