

Wildwatervaren op de rustige Dommel

WAALRE

Het Waalrese raftteam VET (Volmolen Energie Team) werd afgelopen zomer voor de derde keer Nederlands kampioen. Daarmee vergaarde ze een ticket voor het wereldkampioenschap in Bosnië Herzegovina.

Terwijl koeien rustig grazen in de wei langs de Dommel, komt daar plotseling een kanariegele raftboot voorbij. Voor de koeien is het telkens weer schrikken, want de rafters van VET komen in flinke vaart voorbij tijdens de sprinttraining. Het oogt wel een beetje vreemd, want raften is doorgaans een sport die beoefend wordt op wild water. Het extreme woeste water kennen we in Nederland niet, althans niet van nature. En de Dommel is daar op het eerste gezicht moeilijk mee te vergelijken. Maar volgens Hans van Delft (42, captain van het team) is raften juist heel goed te leren op de Brabantse rivier. "We werken hier aan conditie maar ook de techniek kun je goed leren. Daar hoef je niet perse voor op wild water te varen. Dat is van latere zorg."

Het team heeft al diver-



Raftteam VET aan 't werk tijdens het Nederlandse Kampioenschap in Frankrijk.

se prijzen gewonnen, en in het bijzonder driemaal op rij het Nederlandse kampioenschap. Daarnaast won ze de Europese titel op het onderdeel sprint. En bovendien doet VET in mei 2009 mee aan het wereldkampioenschap in Bosnië Herzegovina. Vorig weekend werd het team tweede een Europacupwedstrijd in Augsburg bij Munchen. Het team is ontstaan uit een clubje fanatieke kanoërs van de Volmolense Kano Club (VKC). Het merendeel

heeft een actieve carrière in kanoslalom afgesloten. Voor het kanoën werd er wel tien tot veertien keer getraind per week. Voor het raften traint iedereen bijna elke dag individueel en komt het gezelschap twee keer per week bijeen. Dat is in vergelijking met kanoslalom volgens Van Delft goed te combineren met een baan en sociaal leven. Jeroen Keeris (23), Toine Weijers (38), Hans van Delft en Martin van Tuijl (18) zijn vanavond bij elkaar gekomen om te

trainen. Het wereldkampioenschap bestaat uit vier onderdelen, namelijk sprint, head to head (raft tegen raft afvalrace), slalom en het koningsnummer 'Down River': een tien kilometer lange wildwater afvaart. Daarom wordt extra aandacht besteed aan conditie en peddeltechniek. "Bij peddeltechniek is net als bij schaatsen de 'slag' erg belangrijk. Maar ook balans, posities en samenwerking in de boot."

Die samenwerking is

erg belangrijk vertelt Van Delft, "als het niet goed gaat, moet je elkaar daarop aanspreken. Daar moet je wel tegen kunnen", vertelt Van Delft. Ook de positie van de teamleden speelt een rol bij het behalen van het beste resultaat. Zo zit de 23-jarige Keeris doorgaans linksvoor. Naast hem zit Weijers, de man die het tempo aangeeft. Van Delft en Van Tuijl zitten achterin. "Zodra je onderling van positie wisselt in de boot, is het moeilijk om weer goed op gang te komen", vertelt Keeris. Wisselen is daarom geen verstandige keuze, vooral niet tijdens belangrijke wedstrijden. Tijdens de training blijkt wel dat er serieus getraind wordt. Tijdens een sprintje gaan de mannen tot het uiterste. Er wordt gelet op allerlei onderdelen. Volgens Weijers is dat een logisch gevolg. "Hoe beter we worden, des te meer we moeten mierenneuken."

Als je interesse hebt in wildwatervaren, zowel recreatief als competitiegericht, neem dan contact op met VKC Rafting (www.vetdebeste.nl, email: contact@vetdebeste.nl)

Lobke Kapteijns