

# Ada Valkema verguldt kort seizoen met titel en

## JEUGDKAMPIOENEN HELMHOLT EN KRUIS RIJP VOOR JACHT OP OUDE SUPERAFTST

Door Wiebe van der Hout

WINSUM - Even schrok Ada Valkema voorafgaand aan het FK fierljeppen in Winsum van het haar overhandigde startnummer dertien. Het ongeluk achtervolgde haar dit seizoen. Een dubbele blessure, heup en lies, hield de Jouster na de vijfde wedstrijd van het seizoen meer dan een maand van de schansen. Tussen haar testwedstrijd woensdag in IJlst en het FK deed ze bewust niets. „En dat nummer trettjin? Jantina van der Wal hie 't ek doe't se ferline jier kampioen waard.”

In IJlst won Ada Valkema de 'generale' afgetekend met een verrassend goede afstand van 13,53 meter. Het wedstrijdverloop in Winsum was bepaald niet in haar voordeel. De lange pauzes door regenonderbrekingen vergden veel extra opwarm- en loopoefeningen. Met haar blessuregevoeligheid kon de Jouster ljeppster zich geen risico's permitteren.

De jonge topfavoriete Antke van der Wal sloot de klassementswedstrijd met 12,94 als beste af. Pas in de tweede finaleronde brandde de strijd los met een kampioenschap waardige afstanden. Oud-kampioene Eddy Spriensma, derde met 12,33, stak de lont in het kruitvat. Een pas na 13,26 m eindigende.

goede sprong van de Fries-recordhoudster bracht haar met nog twee ljeppsters te gaan de eerste plaats.

### Alles mee

Ada Valkema besloot tot een alles-of-niets-poging. Ze ontbeerde daarbij de vertrouwde steun van ploeggenoot Anne Hooisma, die twee schansen verderop onverschikt voor zijn eigen kampioensschansen vocht. De pols stond extra ver in het water in een voor haar ongewoon schuine hoek naar achteren. De Jouster pechvogel had alles mee en landde als vijfde Friezin in de historie voorbij de veertien meter: 14,09. De vijftienjarige Antke van der Wal had dit huzarenstukje onlangs in Buitenpost (14,22) volbracht, maar slaagde in haar laatste Winsumer poging er niet in Valkema nog te passeren. Haar tijd komt nog wel.

„Ik ha seis jier oanhikt tsjin myn persoanlik rekord fan 13,75 en hjoed gie it perfekt en hast fansels”, vertelde Ada Valkema over haar kampioenssprong. „By myn earste twa sprongen kaam ik sa hurd del, dat ik myn heup wer fielde. Ik bin wol even bang west.”

In 1984 werd Valkema op de niet-permanente ljeppplaats bij de Sint Japik-vaart als zeventienjarige al eens verrassend Fries kampioen. In pas haar zevende wedstrijd van dit seizoen, waarin ze

twaalf keer ontbrak, spotte de 24-jarige inwoner van Joure met de noodzaak van een goede voorbereiding. Rust vooraf, vorm van de dag en onbevanging bleken van meer belang.

Junior Christiaan Kruis kwam ook als een zoekende naar Winsum. Door een rugblessure kon hij niet trainen. Pijnstillers zorgden op de grote dag zelf voor verlichting. Pas met zijn tweede poging van 15,30 plaatste hij zich als derde achter plaatselijk favoriet Sipko Hogendorp (15,52) en Hendrik Bokke Haanstra bij de voor twee extra pogingen overblijvende beste vijf. Souverein maakte het grote juniorentalent zijn tegenstanders in de eerste finaleronde (16,44) tot kanslozen.

De zeventienjarige Kruis evenaarde dit jaar in thuisbasis IJlst het persoonlijk record (16,80), waarmee hij vorig jaar op dezelfde schans Nederlands juniorenkampioen werd. „Myn sechtjin-meter-sprongen binne gjin útsjitters mear. Op kampioenskippen moast mei dizze sport wat gelok ha. Ik spring myn eigen wedstryd en let sa min mooglik op oaren. Ik wie noch it bangst foar Sipko Hogendorp. Dy hat my earder twa titels ôfsnipt”, aldus Kruis. Hij is bezig de succesvolste ljepper aller tijden te worden. Hij won de Friese en nationale jongens- en juniorentitels.

