



Fierljepper Sytse Bokma, vandaag kanshebber op de Friese titel in Winsum, op zijn 'thuischans' in It Heidenskip. FOTO NIELS DE VRIES

Nuchtere outsider

Na Rimmer Abma kan Sytse Bokma vandaag de eerste fierljepper worden die in alle leeftijdsklassen Fries kampioen is geworden: bij de jongens, bij de junioren en op zijn 23ste wellicht al bij de senioren. En dat in een sport die zich zeer snel ontwikkelt. „Op it FK springt it fierwei it moaist.”

JOHANN MAST

Het is deze ochtend wat broeriger in de woonkamer van de familie Bokma. Er hangt een dreigend wolkendek boven de boerderij van heit Sybren, die elders in het bedrijf bezig is met de boekhouding. Sytse Bokma – atletisch gebouwd, zongebruind – kijkt met een goedkeurende blik naar de lucht. „Wat rein soene we wol brûke kinne”, zegt de zoon des huizes, de oudste van drie kinderen – allen fierljeppers. Het is tien uur in de ochtend. „Kom mar ast der sels oan ta bist, it makket my net safolle út hoe let”, heeft de jonge fierljepper eerder aan de telefoon gezegd. En nu, met een dampende kop koffie voor zijn neus, wekt Sytse Bokma geen moment de indruk haast te hebben. „Straks sil ik even jarje”, zegt de boereenzoon rustig. „Fannemoarn ha'k in oare boer yn 'e omkriten holpen by it melken. En fannemiddei mei in ploechje ljepers nei de barte yn Winsum, even traine. Ik ha de tiid aardich oan mysels, der sit my net folle achter. As it melken en it fuorjen mar wat trochgiet.”

Hij leidt, op zijn 23ste, het leven dat bij hem past. Pers Sytse Bokma, alleskunner als jongens- en junioren-ljepper en vandaag kanshebber op de Friese titel bij de senioren, in een keurslijf en hij zal zich ongelukkig voelen. De vrijheid van het boerenleven is hem op het lijf geschreven. Op een dag, als heit en mem Sybren en Gré het welletjes vinden, zal hij de familiepleats buiten Hinde-loopen overnemen. Tot die tijd verdeelt hij zijn boerenarbeid over het eigen bedrijf en dat van anderen.

In die relatieve vrijheid kan Sytse Bokma zich rustig verder bekwaamen in de sport die als achtjarige zijn hart stal. En die hem voorgoed verlost van het moeten meehobben in een teamsport, iets waarvan hij al jong wist dat het niets voor hem was.

Lachend: „Ik hie in hekel oan fuotbal en it lei my ek net sa. Ik doch leaver in sport dêr't ik it sels yn 'e hân ha. It ljepjen paste fuortdaaks by

my. It hat ek wat fan frijheid yn him, krekt as buorkjen. Kinst dyn eigen gang wat gean. Bist net ôfhinklik fan oaren. As it goed giet, ha'k it allegears dien en giet is mis, dan is it myn eigen skuld. Sa simpel is it eins wol.”

Het is een wereldje dat bij hem past, trouwens ook bij zijn broer Jetse (20 en juni-or) en zus Sigrid (16 en al top- per bij de vrouwen). „Fierljeppen is in hiel gemoedlike sport. Ik ha der in soad maten oan oerhâlden. En al winne je it fan elkoar, dan nôch bliuwe je maten. Je gunne it elkoar.” Hij grijnst. Dat laatste wel tot op zekere hoogte. „Yn It Heidenskip hiene we in leuke ploech, mei geweldige jeugdtrainers: Oane en Ysbrand Galama. Se makken der elke kear wer wat in showtje fan en wiene altyd posityf, ek as it misgje. Ik hie altyd sin om sneotemoarns oan 'e slach te gean. Yn it begjin seach ik tsjin harren op, frat hie't se it útsprongen. Sa moai gestrekt. En ja, no is dat ek myn eigen 'handelsmerk'. Nuver eins dat ik no tsjin dy mannen spring. Se wiene myn foarbylden.”

Sytse Bokma, leergierig en eerzuchtig als hij was, bleek in de jongenscategorie een toptalent, een veelvraat. In 2011 was hij zo onge-naakbaar dat hij de eerste tien wedstrijden op rij won, zes keer zijn persoonlijke record verbeterde en als klap op de vuurpijl Fries kampioen werd. Vier jaar later evenaarde hij die successtory als junior.

„Ik ha altyd in goeie klimmer west”, verklaart hij een deel van zijn succes. „Skowe, net oerpakke. Rap omheech, net twifelje en de pols stil klimme, dat leit my wol. Trochrame, ik bin samar boppe. En de útsprong wie ek altyd wol goed. Oan myn oan- rin en ynsporging haw ik wol wurkje moatten. Dêr is ek as senior (dat is hij sinds 2016, direct als topklasser, red.) noch wol mear út te hejjen.”

„Fan natuere ha ik noait in super goeie draver west, in kwestje fan snelheid. Al is it wol ferbettere sûnt we fan't winter mei in profesjonele atletyktrainer (Hugo Veenker, red.) dwaande west hawwe. Hiel nijsgir- rich. It skeelt echt, myn loop is folle stabiler wurden. Moai rjochtop, de

Fierljepper Sytse Bokma hoopt op FK unieke serie van Rimmer Abma te evenaren

lange stappen derút, gas jaan.”

Het gevolg is dat Bokma de pols- stok deze zomer verder in het water durft te zetten. En dat is nodig, wil hij – en met hem de andere Friese top- ljeppers – in de buurt blijven van de spectaculaire sprongen die hun con- currenten uit Holland eruit persen. Afgelopen weekeinde was het weer raak: Jaco de Groot, houder van het Nederlands record (22,21 meter), no- terde een afstand van 21,93 meter, de verste sprong van het seizoen.

Zo ver is Sytse Bokma nog niet. „Ik kin de pols al aardich sette. Alle sprongen binne eins wol raak. Mar it kin noch wol fierder. It moat noch wat wennen. Dy Hollan- ders binne der in jier as fiif werom al mei begûn, dy binne in stap fierder. Se binne oer it algemien hiel eksplo- syf, mei in oanrin as in kanon. Dêr kinne wy noch wat fan leare. Wolle we meikomme as Friezen, dan moat der wat gebeure. It hat even duorre, mar dat befeh hawwe wy no wol. De 21 meter helje is sawisa myn doel. Ik sit der tichtby (zijn pr staat op 20,75 meter, red.), mar dy lêste 25 sintime- ter hast samar net.”

Een geluk: de Hollanders zijn er vandaag in Winsum niet bij op het Fries kampioenschap. En hoe mooi Bokma een NK of NFM ook vindt, voor een Fries is er maar één hoofd- prijs echt belangrijk: Zeker zolang hij die nog niet in zijn bezit heeft.

„Op it FK springt it fierwei it moaist. It tink dat elke Fryske lje- pper befêstige sil dat it FK boppe it NK stiet. It hiele barren der omhin- ne, de grutskens om yn eigen provin- sjnsje te winnen, dêr sit it him yn”, meent de Hylper. „Foar it NK haw ik- sels yn elk gefal noait folle field.”

Hij weet hoe het voelt om Fries kampioen te worden, maar nog niet

als senioren-ljepper. Ergens in zijn achterhoofd mijmert Bokma over een unieke prestatie, die alleen Rim- mer Abma tot dusver volbracht. De oud-ljepper uit Heeg, een neef van Sytse's heit, was in 1978 de eerste Fries kampioen bij de jongens. Later pakte hij de titel ook bij de junioren en de senioren.

Tot dusver deed geen ljepper hem dat na. Sytse Bokma droomt ervan de eerste te worden die het kunst- stukje herhaalt.

De voortekenen zijn niet ongun- stig. De ljepper uit Hinde-loopen de- buteerde als senior in 2016 met een vierde plek op het FK. Vorig jaar werd hij tweede, achter Nard Brands- ma. In die zin moet vandaag dan maar zijn dag worden.

Klassementswinnaar Brandsma was dit seizoen vaak de beste en het- zelfde geldt voor Thewis Hobma. En dan zijn de broers Galama er natu- urlijk nog. En routinier Hannes Scher- jon – de enige die net als Bokma Fries ljeppkampioen bij de jongens én juni- oren werd. En die dus ook nog in de voetsporen van Abma zou kunnen treden. Sytse Bokma zelf won in 2018 pas één dagtitel: de tweekamp Holland-Friesland.

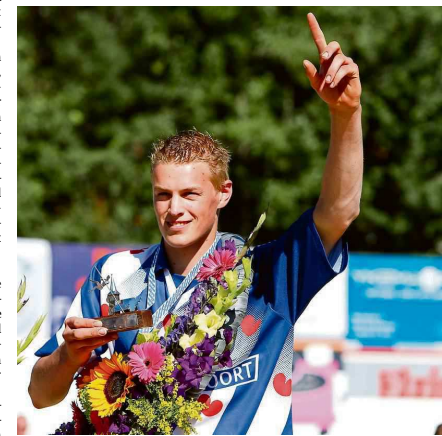
Bokma: „It giet derom dat je op it goeie momint winne. It is frij ijeppen, net ien springt dit seizoen perfekt. Ik bin op it FK wat in outsider. It wie earst wat sytkjen mei de nije technyk dit seizoen, mar no begjint it te rinnen.”

„De perfekte sprong bestiet trou- wens net. Je kinne altyd wer fierder. Der bliuwe altyd ferbetterpuntsjes. As junior sprong ik in kear 20,70 me- ter op in training yn It Heidenskip. Dat wie yn ferhâlding myn bêste sprong, doe kloppe sawat alles. De útsprong wie gestrekt út en de stok bûchde omraak. In monstersprong, Ik siet ek presys boppe-yn. Dat haw- je net sa faak, dat alles tagelyk kloppet. Alles moat yn elkoar falle.”

„By de jonges pakte ik de Fryske ti- tel frij maklik. By de junioaren wie it al minder ienfaldich en no is de kon- kurrinsje hieleendal grut. Ien ding wit ik no: je moatte altyd by de basis bliuwe: technysk goed ljeppe.”

Hij heeft gelukkig nog wel even om de Sulveren Pols te winnen, de felbegeerde prijs voor de ljepper die de verste afstand op het FK springt. In 2015 was het al bijna zo ver, toen hij als junior 19,91 meter liet noteren – nog steeds een kampioenschapscor- d. Alleen Oane Galama, zijn vroe- gere mentor, slaagde er dat jaar uit- eindelijk in om de 'schanke' weg te poetsen dat een junior beter dan een senior was. Nuchter: „In senior heit ek fierder te springen.”

Tegenwoordig is er weinig dat Syl- se Bokma van zijn stuk kan brengen. „Je moatte ek wat nuchter wêze. It ljepjen is sa'n komplekse sport. Ast oer alles neitinkst, dan wurdt it him sawisa net. Moast op de automatsy- ske piloat dyn ding dwaan. Wat foar- op stiet: moast altyd it plezier der- yn hâlde. Fierljeppen is myn hobby, fierder hoecht it om my net te gean.”



FK fierljeppen 2015: Sytse Bokma is kampioen bij de junioren. FOTO HENK JAN DIJKS

'It ljepjen past by my. It hat wat fan frijheid yn him, krekt as buorkjen'