

REGIOSPORT

Bijl tóch blij met zilver

Hoornweg moet naar België om EK-limiet te halen

ALBLASSERDAM | Behalve de Dordtsen Rosina Hodde (100 meter horden) en Pamela Kiel (kogelstoten), pakte ook Ivo Bijl zilver tijdens het NK atletiek. De Alblasserdammer deed dit op de 3000 meter steeplechase. Papendrechtse Roy Hoornweg, evenals Bijl lid van AV Passaat, liet de nationale titelstrijd lopen omdat hij komend weekeinde in het Belgische Ninove zijn kansen op het behalen van de EK-limiet op de 5000 meter groter acht.

JAN VOLWERK

Ivo Bijl uit Alblasserdam was direct na zijn zilveren 3000 meter steeplechase in Amsterdam niet blij. „Goud was het doel. Een reëel doel ook. Direct na afloop baal je, maar een kwartiertje daarna was ik blij en weer een kwartier later vond ik dat tweede van Nederland worden geen slechte prestatie is. Ook omdat ik in de aanloop naar het NK nauwelijks wedstrijden had gelopen.”

Ivo Bijl liep pas vorig jaar voor het eerst een steeplechase. „Ik doe pas een jaartje of vijf aan atletiek. Daarvoor heb ik gevolleybald. De 5000 meter was eigenlijk mijn specialiteit. Totdat ik vorig jaar een keer een steeplechase liep en dat wel heel leuk vond. Ik kreeg van AV Passaat ook twee horden mee naar huis. Mijn techniek was immers vrij hopeloos. Thuis ben ik twee tot drie keer per week aan de slag gegaan om die techniek te verbeteren. En dat heeft zeker geholpen.”

In Nederland ondervindt Bijl doorgaans nauwelijks tegenstand. „Dat was op het NK wel anders. In de waterbak had ik meestal het rijk alleen. Nu liepen er mensen voor, naast en direct achter me. Dat kostte ook extra kracht. Ik kwam daardoor bij de meet misschien net een beetje snelheid tekort, denk ik.”



▲ Ivo Bijl, die tijdens het Nederlands kampioenschap in Amsterdam de zilveren medaille veroverde op de 3000 meter steeplechase, traint op zijn thuisbaan bij het Papendrechtse AV Passaat. FOTO JAN VOLWERK

De Europese top is voor Bijl nog een brug te ver. „Ik combineer de sport met een pittige studie geneeskunde. Ik heb daarom niet de mogelijkheden om veel extra trainingssuren te maken. Ik heb ook niet die ambitie. Ik vind het meedoen met de nationale top wel prima. Wel wil ik samen met mijn trainer Addy Ruiter bekijken of ik volgend jaar niet een paar wedstrijden in België of in Duitsland kan gaan lopen. Daar ligt het niveau hoger dan hier en qua afstand is het allemaal nog wel te doen.”

Weinig kansen

Roy Hoornweg, vorig jaar op het NK in Amsterdam nog winnaar van het zilver op de 10.000 meter, liet dit weekeinde bewust dit evenement



Ik doe pas een jaartje of vijf aan atletiek. Daarvoor heb ik gevolleybald

–Ivo Bijl

lopen. „Roy heeft heel het seizoen afgestemd op het EK in Zürich,” aldus zijn coach Addy Ruiter. „Alleen krijg je op de lange afstanden in vergelijking met bijvoorbeeld een 800 meter heel weinig kansen om de limiet te halen. Slechts één of twee keer. En dan moet natuurlijk

wel alles kloppen.”

Nadat Hoornweg bij de wedstrijd om de Gouden Spike in Leiden de limiet voor de 10.000 meter net niet haalde, heeft hij zijn pijlen gericht op de 5000 meter. Ruiter: „In Hui-zen ging dat mis, omdat het daar 32 graden was. De wedstrijd in Amsterdam was geen optie. Daar een limiet van 13.30 minuten lopen is voor Roy onmogelijk. Hij heeft nu nog één kans, zaterdag in België. In Ninove, vlakbij Brussel, staat een internationale wedstrijd gepland. Een wedstrijd uit de Flanders Cup baanserie, waarvoor zelfs Amerikanen naar België komen. En er zijn hazen. Roy zal overigens nog steeds een top-prestatie moeten leveren en zijn persoonlijk record moeten breken, maar hij is in bloedvorm.”

Aron Romeijn op kamp met ‘grote’ mannen

OTTOLAND | De Ottolandse schaatser Aron Romeijn, die samen met zijn broer Ruben deel uitmaakt van het nieuwe developmentteam van Beslist.nl, heeft genoten van een trainingskamp in het Zuid-Duitse Inzell met de ‘grote’ mannen onder leiding van voormalig topsprinter Gerard van Velde.

„Ik wist dat de nieuwe opleidingsploeg komend seizoen intensiever zou gaan samenwerken met de ploeg van Gerard van Velde. Maar de uitnodiging om met dat team anderhalve week mee naar Inzell te gaan om daar op zomerijs te trainen, kwam toch wel onverwacht. Een geweldige ervaring natuurlijk.



▲ Aron Romeijn. ARCHIEFFOTO

Ook Mark Tuitert, die komend seizoen meer in de begeleidingssfeer wil gaan doen, was erbij. Dat zijn,

met alles respect, oude rotten van wie wij als groentjes enorm veel kunnen leren.”

Romeijn, die vorig jaar ondanks een zware valpartij in het begin van het seizoen veel progressie boekte, heeft van de eerste tot de laatste minuut genoten. „In Heerenveen moest ik erg wennen op het ijs. Dat is logisch na een intensieve periode van kracht- en fietstrainingen. Je moet de opgebouwde kracht ineens vertalen in snelheid op het ijs. In Inzell kwam het juiste gevoel op het ijs helemaal terug. Ik heb ook écht het gevoel dat ik in vergelijking met vorig jaar opnieuw stappen heb gemaakt. We hebben ook videobeel-

den, die vorig jaar en nu van ons zijn gemaakt, naast elkaar gezien.”

Of Van Velde Romeijn vaker zal uitnodigen voor trainingsstages is afwachten. „Daar denk ik ook niet aan. Ik moet nu niet in één keer met mijn hoofd in de wolken gaan lopen. Ik doe gewoon mijn stinkende best, ik richt me op mijn taken en als ik kansen krijg, pak ik die met beide handen aan,” aldus Aron Romeijn, die zich de komende jaren fulltime met het schaatsen kan bezighouden. „Alleen dan kun je je elk jaar verbeteren en de kloof met de top weer een beetje kleiner maken. Dat is ook dit seizoen weer mijn belangrijkste doel.”

VOETBAL

FC Dordrecht in Sportwereld

Omdat FC Dordrecht dit voetbalseizoen in de eredivisie uitkomt, zullen de verhalen en nieuwsberichten over de Krommedijkclub met ingang van vandaag vrijwel uitsluitend in het katern AD Sportwereld (meestal op pagina 4) terug te vinden zijn. Ook de wedstrijdverslagen van FC Dordrecht zullen voortaan, evenals die van alle andere eredivisieclubs, in Sportwereld verschijnen.

VOETBAL

‘Boys’ rond met Nasser El Khayati

Kozakken Boys heeft met Nasser El Khayati overeenstemming bereikt over een contract op De Zwaaier. De 25-jarige Rotterdammer was sinds de start van de voorbereiding bij de Werken-dammers op proef en de voormalig (jeugd)speler van onder meer PSV, FC Den Bosch en NAC en het Cypriotische Olympiakos Nicosia maakte een uitstekende indruk op de clubleiding van de topklasser. Met het vastleggen van El Khayati heeft Kozakken Boys de selectie, bestaande uit twintig veldspelers en twee keepers, voor komend seizoen rond.

BEACHVOLLEYBAL

Broers Heijting beste in Ambacht

De broers Bernard en Steven Heijting vormden het sterkste koppel tijdens het beachvolleybaltoernooi op het niveau van de tweede divisie in Hendrik-Ido-Ambacht. Steven Heijting, die komend aalseizoen voor Slidrecht Sport zal uitkomen na zijn vertrek bij Next Volley, en zijn oudere broer verwezen Gianno Beij en Jort de Pont naar plaats twee. Bij de vrouwen wonnen Noortje Buurma en Annemarie Huizenga.

WIELRENNEN

Ereplaatsen voor renners uit regio

Bart Vendrig van het Gorcumse Jan van Arckel (JvA) eindigde in de wielerronde van Barendrecht op de zevende plaats. Dordtenaar Jasper Ockeloen werd veertiende. De zege ging naar Rik de Voogd uit Rotterdam. In de door Jaap de Man gewonnen Ronde van Poeldijk was er een ereplaats voor Wouter Mesker. De schaatser uit Noordeloos ging als achtste over de meet.

VOETBAL

Johan Plat naar Roda JC

Voormalig FC Dordrecht-speler Johan Plat (27) speelt komend seizoen voor het naar de eerste divisie gedegradeerde Roda JC. De spits, die overkomt van het Duitse Hansa Rostock, speelde in het seizoen 2009-2010 elf duels voor FC Dordrecht. Plat scoorde daarin eenmaal.