

Damesploeg zwemt Kanaal heen en weer

door Lieke Jongbloed

WASSENAAR, vrijdag
Als alles goed gaat, zwemt ergens in de week tussen 12 en 18 augustus de allereerste Nederlandse ploeg die compleet uit vrouwen bestaat het Kanaal tussen Dover en Calais over. En alsof dat op zich nog niet genoeg is zwemmen ze, vijf minuten nadat ze in Frankrijk aan land zijn gekomen, weer terug. Bovendien willen ze op al deze afstanden een wereldrecord vestigen.

Ambitieuze plannen voor het team Dutch Ladies First, met daarin de Wassenaarse Jasmijn Ruijgrok, dat in training is om de oversteek van ruim 33 kilometer te maken.

„Het is voor ons allemaal een droom die uitkomt”, vertelt de net 18-jarige Jasmijn. Zij is een van de zes vaste zwemsters die de enorme uitdaging aangaan. „We zijn allemaal getraind in het open water, dus dat gaat het probleem niet worden. Ik denk dat het vooral de kou is, en misschien de wind, die ons het meest in de weg gaat zitten.”

Borstcrawl

Dat het een pittige tocht gaat worden, blijkt uit de berekeningen. Het team denkt de Franse kust te bereiken binnen 8 uur en 15 minuten. Voor de terugreis moet dit, vanwege stromingen, een tijd worden van tegen de 8 uur en 30 minuten. „We zwemmen in estafette. Dit betekent ieder een uur het water in. De slag die we moeten gebruiken is borstcrawl.”

Voor de Wassenaarse vwo-leerlinge die over een paar weken eindexamen doet, zijn het pittige tijden. „Nu het weer wat beter wordt, kan ik gelukkig hier vlakbij mijn huis veel trainen in de zee. Maar om echt in vorm te zijn moet ik veel zwemmen en oefenen,

met name in zout water”, vertelt ze enthousiast.

De dames moeten zich eerst officieel kwalificeren, volgens de regels van de The Channel Swimming & Piloting Federation. Zo moeten ze twee uur lang non-stop in een zwembad heen en weer zwemmen.

De dames zijn ook druk in de weer om geld in te zamelen. Alles wat overblijft, gaat naar Spieren voor Spieren.



• Voor het grote avontuur begint, genieten de dames nog maar even van een veel minder koud bubbelbad. V.l.n.r. Bianca de Bruijn, Desiree Emmen, Denise de Riet, Gemma Middendorp, Margot Stenveld, Jasmijn Ruijgrok en Linda Hoogendam houden een werkbespreking.

FOTO: ANTON OVERKLIFT