WOENSDAG 4 JANUARI 2023

IJmuider Courant

Waarin opgenomen de Kennemer Courant en het Dagblad voor IJmuiden

Handboogschieter Jasper Hoenderdos krijgt topsportstatus

Dromen over 2028

→ REGIO 4–5

FOTO MACHIEL HOENDERDOS

TERUGBLIK

'Druk en heftig jaar' voor KNRM

De Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij voer in 2022 **10 procent** meer uit dan in 2021. De redders trokken er vorig jaar 2.524 keer op uit en brachten in totaal ruim 4.000 mensen en 155 dieren veilig aan wal.

→ REGIO 3

REPORTAGE

Misstanden in

Pijlen zijn er in alle maten en soorten. FOTO UNITED PHOTOS/PAUL VREEKER

Jasper in actie. FOTO MACHIEL HOENDERDOS

INTERVIEW Topsport status voor Velsense Robin Hood

Velsenaar droomt van Olympische Spelen 2028

De Velsense Jasper Hoenderdos (17) studeert werktuigbouwkunde. Dat komt goed van pas bij zijn passie voor handboogschieten, waar hij onlangs de topsportstatus voor veroverde. Een sport waar elke micromillemeter een groot verschil maakt.

Mitzie Meijerhof
m.meijerhof@mediahuis.nl

> Je kunt niet zomaar even beginnen en een beetje rond gaan schieten

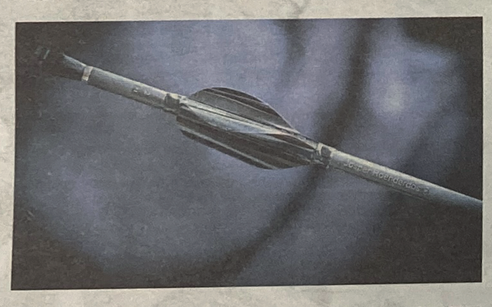
Velsen-Zuid ■ Vraag iemand om Robin Hood te omschrijven en je krijgt, los van een groene vilten puntmuts met een veer, beslist te horen dat er op zijn rug een handboog en een koker met pijlen hangt. Jasper Hoenderdos draagt geen groene puntmuts en ook geen boog of koker op zijn rug. In de huiskamer staat zijn handboogtas. Van het type dat als je er iemand mee ziet lopen je denkt: wat heeft die in hemelsnaam bij zich.

Het lag niet in de lijn der verwachting dat Hoenderdos zich zou aanmelden bij de Handboogschietvereniging Voortgang Zij Ons Streven (VZOS) in Santpoort. Sterker nog, hij wist helemaal niet van het bestaan van de vereniging.

Clinic

Het begon allemaal tijdens een vakantie. Hoenderdos: „Ik was acht jaar oud en was bij een Landal GreenParks vakantiepark. Je kon je inschrijven voor een clinic handboogschieten. Dat heb ik gedaan en ik vond dat meteen geweldig. Het duurde maar een uurtje, maar ik wilde meer."

Er volgden meerdere clinics en langzaamaan werd duidelijk dat handboogschieten een blijvertje was voor de Velsenaar. „We zijn in de buurt gaan zoeken naar een vereniging, en die bleek in Santpoort te zitten. Ik was alleen te jong om lid te mogen worden. De leeftijdsgrens is inmiddels landelijk bijgesteld, maar toen moest ik wachten tot ik twaalf jaar oud was."



Bij een eigen boog horen eigen pijlen. FOTO UNITED PHOTOS/PAUL VREEKER

Dat voelde als een eeuw, maar toen hij eindelijk twaalf werd kreeg hij een uitnodiging van VZOS. „Je kunt niet zomaar even beginnen en een beetje gaan schieten. Je begint met een beginnerscursus die dertien weken duurt. Eigenlijk ging het gelijk goed. Een keer per week kreeg ik les, in het begin vooral over veiligheid. "

De veiligheid voor hem zelf, en voor de mensen om hem heen. „Dat je niet even je pijl gaat halen als er nog anderen aan het schieten zijn. Pas na les zeven krijg je een beginnershandboog in handen."

Als het beginnerscertificaat eenmaal binnen is, begint het pas echt. „Het schietdoel heet een blazoen. Het bekende witte vel met witte, zwarte, blauwe, rode en gele ringen. De achterwanden zijn bij verenigingen vaak van stro of rubber. Bij de grote wedstrijden zetten ze een bok neer met een kleine achterwand met een blazoen."

Rijbewijs

In een paar jaar tijd werkt Hoenderdos zich op in de handboogschietwereld. „Ik vind de competitie geweldig. Het lastige is alleen dat ze heel vaak ver weg zijn. We rijden voor die wedstrijden en de trainingen zo'n 10.000 kilometer per jaar. Ik heb nog geen rijbewijs, dus moet er altijd iemand mee."

Bij wedstrijden kan zijn gezelschap meekijken, maar bij trainingen mag dat niet. „Is ook wel logisch, het leidt alleen maar af als mensen zich met de trainingen gaan bemoeien. Daardoor kent mijn vader Almere en Heerhugowaard inmiddels als zijn broekzak."

Tijdens een scoutingdag van RTC (Regionale Talent Centra) in Almere wordt de Velsenaar opgemerkt. „Ik scoorde hoger dat gemiddeld. Er kwam een trainer naar mij toe die zei: 'Ik wil jou wel trainen'.

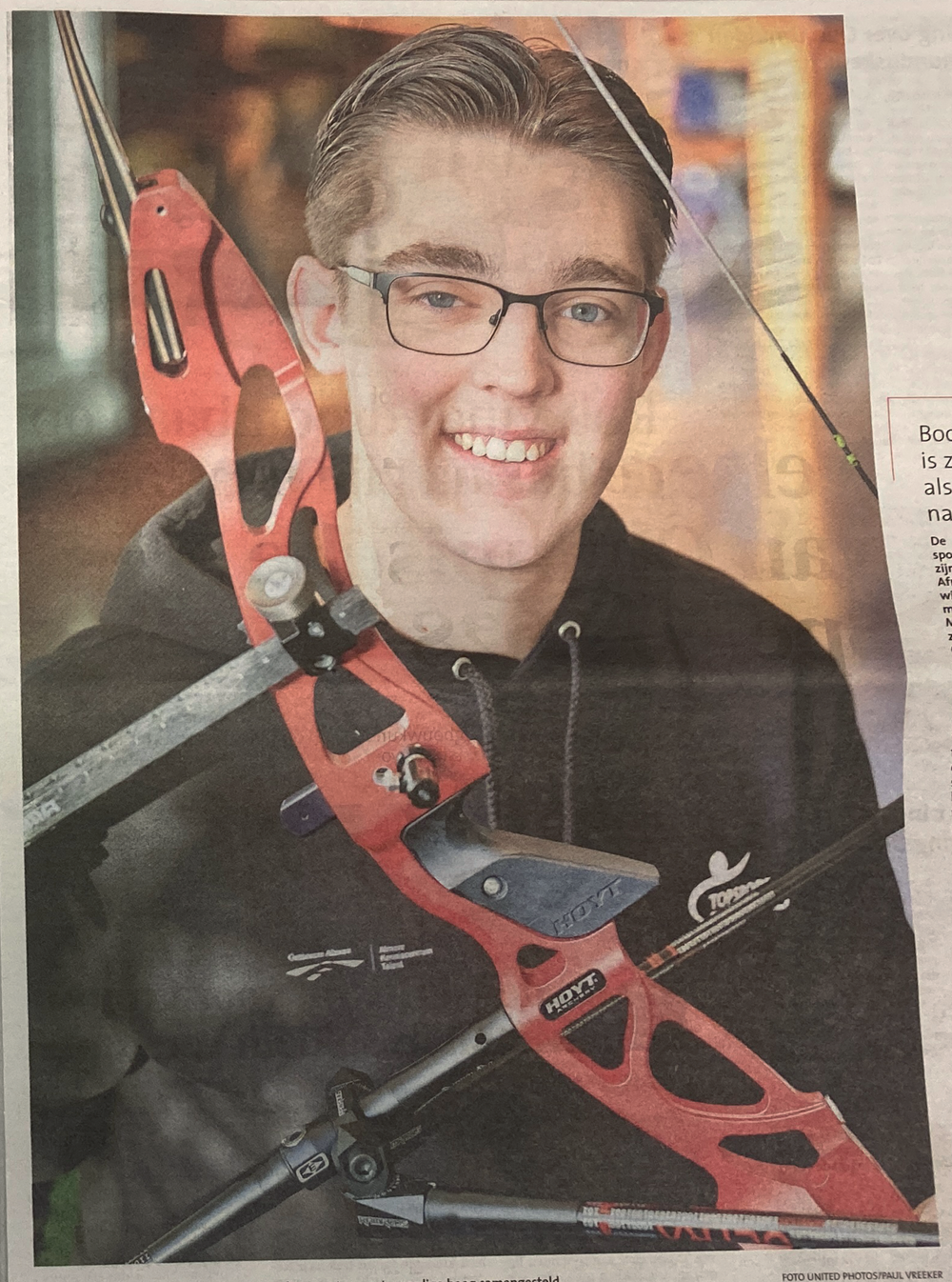
Papendal

De handboogschieter is wekelijks te vinden in Almere, Heerhugowaard en een dag in de maand in Papendal. „Ik train zes dagen in de week, naast mijn studie werktuigbouwkunde. Daarnaast loop ik hard en doe aan krachttraining. Handboogschieten is voor 80 procent een mentale sport, maar je kunt niet zonder die 20 procent fysieke conditie."

Hij traint in een trappensysteem van vijf weken. „Hoe dichterbij een wedstrijd komt, hoe meer de intensiteit van een training afneemt. "

Zijn resultaten leverde hem een contract op van het NOC-NSF. „Sinds kort heb ik dus een topsportstatus. Daarmee krijg ik de mogelijkheid om school en topsport te combineren. Ik mag gebruikmaken van ontheffingen en andere speciale faciliteiten die school aanbiedt.

Hoenderdos schiet zes keer per week met zijn eigen boog. „Bogen zijn niet goedkoop, daarom begon ik een inzamelingsactie. Dat leverde 1380 euro op. Ik kocht er materiaal van, zodat ik ook zeventig meter wedstrijden kan spelen.



Jasper Hoenderdos heeft dankzij crowdfunding een topsport waardige boog samengesteld. FOTO UNITED PHOTOS/PAUL VREEKER

Binnen schiet je altijd op achttien meter, buiten op zeventig meter."

Met een gestrekt arm. „Tijdens een wedstrijd schiet je zestig pijlen in tien rondes. Het is te zwaar om zestig pijlen achter elkaar door te schieten. Je hebt twee minuten voor het schieten van drie pijlen."

De boog bestaat uit verschillende onderdelen. „Gemaakt van aluminium, carbon, hout en glas. Afhankelijk van hoe ver je gaat schieten stel je alles nauwkeurig in." Dat doet de Velsense boogschieter voornamelijk op gevoel. „Je kent de boog precies en weet wat voor jou comfortabel voelt. Daarnaast worden al mijn schoten digitaal opgeslagen. word je digitaal ook wijzer. Uit die resultaten kun je aflezen of de instellingen optimaal waren. "

Elke pijl die zijn boog verlaat is ook terug te vinden in een app. „Alle scores uit de boogschietwereld worden daarop bijgehouden. Iedereen kijkt mee. Om mijn topsportstatus te behouden moet vooruitgang aantoonbaar zijn. Dat kunnen ze bij NOC-NSF dus eenvoudig via die app controleren."

Handboogschieten is een favoriete sport in films. „We hebben wel eens met een groep films gekeken, naar wat nou echt zou kunnen zijn. Dat is maar heel zelden het geval. Ik geloof dat alleen The Hunger Games nog een beetje in de buurt kwam", vertelt Hoenderdos lachend.

Boogschieten is zo oud als de weg naar Rome

De vermoedelijk oudste sporen van boogschieten zijn gevonden in Zuid-Afrikaanse prehistorie en wijzen erop dat de vroege moderne mens van de Middle Stone Age zich deze techniek zo'n 70.000 - 60.000 jaar geleden eigen had gemaakt.

Benen voorwerpen gevonden in Klasies River Cave en in Sibudu Cave worden door archeologen geïnterpreteerd als pijlpunten. Boogschieten zou dan een van de technologische innovaties zijn die het verschijnen van de moderne mens aankondigen.

De oudste harde bewijzen van bogen zijn tussen de 10.000 en 11.000 jaar oud. De boog werd waarschijnlijk eerst voor de jacht gebruikt en later als gevechtswapen. Sinds 1900 is handboogschieten een Olympische Sport.

Bij de handboog trekt de schutter de boogpees naar achteren met een pijl. Eenmaal losgelaten schiet de pijl richting het doel.

Medaille

Tegenwoordig is boogschieten vooral een concentratiesport, hoewel er in de Verenigde Staten ook nog wel met de boog gejaagd wordt. Dat verklaart mogelijk waarom dat land bovenaan staat in de Olympische Spelen medaillespiegel van de sport.

Wietze van Alten uit Zaandam is de enige Nederlander die ooit individueel een medaille won met handboogschieten. Brons bij de heren individueel in 2000.

Het is Hoenderdos zijn grote droom om de Nederlandse medaillespiegel in 2028 te veranderen.