

## **WILMA WOELWATER**

- 1 Als een vis in het water**
- 2 Minuten en seconden**
- 3 Titaniekjes en speedboten**
- 4 Www.be (Wilma Woelwater België)**
- 5 Geen tijd meer**
- 6 Heropening der scholen en der wateren**
- 7 Een vers jaar**
- 8 Een nieuwe start**
- 9 Een volgende golf**
- 10 Droogte**
- 11 Hoogte**
- 12 We duiken erin**
- 13 Veertien!**
- 14 Amfibie**
- 15 Mooier weer op het droge?**
- 16 Eau / O / Au**
- 17 Schouderklop**
- 18 Ontzenuwd**
- 19 Woelige wateren**
- 20 Weer in het water**

## HOOFDSTUK 1

### ALS EEN VIS IN HET WATER

‘Ik wil een blauwe ballon met een andere kleur.’

‘Maar Wilma... Dat kan toch niet?’

‘Toch wel: roze.’

‘Ah zo.’

Ik was een echte woelwater. In de kinderkribbes waar ik overdag verbleef, noemden ze me ‘Elektriekske’. Soms ‘Woelma’. Niet lang nadat ik geboren was, schreef mijn opa een gedicht over mij. Hier komt het. In twee talen. Er staan wel enkele ingewikkelde woorden in. Lees het maar als een kennismaking met mij. Het lijkt een beetje op oorlog in de straat waar ik woon: de Vredelaan. Snap je?

#### WOELRAT WILMA

*Het huis in de Vredelaan is na visite  
en wat friendly fire van peuter Wilma  
in een slagveldje herschapen.  
Er liggen bommen onder stoelen  
en banken zijn zowat opgeblazen.  
Die ene pop – ze kreeg alleen een schop –  
ligt noodlijdend naar het plafond te staren.  
Het nieuwste nummer van het tuintijdschrift  
bloedt uit bijna al zijn blaren.  
Zelfs het witte vloerkleedje verloor wat haren.  
Peuter Wilma liet op haar oorlogspad  
ook wat DNA en identiteitsgegevens  
op deuren en diverse vensters na.  
Het kwijl dat van de tochthond druipt,  
is ook niet echt het zijne.*

*Haar vrolijke tactiek van de verbrande aarde  
is meedogenloos, verschroeïend, nietsontziend:  
zij maakt van iedere vijand haar boezemvriend.*

*Voorwaar: peuter Wilma heeft het stille huis  
in de Vredelaan wel heel erg grondig aangedaan.*

Nou, wat dacht je? En nu ik.

Het begon al heel vroeg. Ik was nog maar net zo groot als de tafel thuis, denk ik. We reden vaak in de auto over een van de Leiebruggen in Kortrijk, over het water, heen en terug naar en van het kinderdagverblijf. Ik kon nog geen echte woorden vormen, maar toen al riep ik telkens: ‘Wa! Wa! Wa!’.

Water is niet blauw. Ik kleur het water roze. Ben ik dan een garnaal? Nee. In bad ben ik een zeehondje. In de zee ben ik een vis. Ik zwem naar school. Ik duik in bed. Water drink ik ook, het liefst met prik. Mijn hobby is water, veel water. Zoveel water om me heen dat ik erin kan zweven en zwemmen. In mijn roze badpak. Wa! Wa! Wa!

Bij de karpers in de zwemclub was het leuk. Elke vrijdag na school kregen we les in ploeteren, spartelen, plonzen, vooruitkomen, springen en duiken. Dat kon ik als de beste. Samen met mijn jongere broer Leo, de kampioen van de bommetjes. Die was ook een echte waterrat. Een hele goeie zelfs. Maar toen ze hem daarom al heel jong bij een oudere groep wilden hebben, haakte hij af. Jammer. Hij had best wel een echte kampioen kunnen worden. We hadden samen op de jaarlijkse scholenwedstrijd van de stad al enkele keren gewonnen. Ik hoor het nog altijd schreeuwen, vanop die warme tribune: Leo! Leo! Leo! Wilma! Wilma! Wilma! We hebben dan ook namen die je makkelijk kunt roepen, hé.

Een jaar of zo later werd ik opgevisst door coach Chantal. Ze is een bekende zwemster geweest. Ze had me opgemerkt bij de jonge karpertjes. Ik ging over naar de zwemschool, bij de dolfijnen. In een ander bad. De allereerste keer hield ik het niet droog. Nee: dat kwam niet door het water in het bad. Ik kende dat bad al wel, want we kwamen er ook elke week met school. Ik had natuurlijk ook geen watervrees. Ik wou niet en hilde. Het overviel me. Wie zou ik daar kennen? Waren ze allemaal groter dan ik? Zou het nog leuk zijn? Opa en oma moesten zelfs mama opbellen om te vragen of ze even wou komen om te helpen. Die had al betaald voor een jaar zwemschool. Ik wou echt niet. Toch ben ik die avond het water in gegaan. Dat kostte woorden en tranen. 'Iedereen heeft het over energie besparen. Ik heb het al zo druk met alles en nog wat. Mag ik zelf dan geen energie besparen?' protesteerde ik. De drie ex-kinderen keken me verbaasd aan. Even leken ze te lachen. Het werd een lange discussie, met veel gesnik aan de dubbele glazen deur. Eindelijk ging ik dan toch maar naar binnen, hand in hand met mama. Misschien lokte een zeemeermin me. Misschien gaf een badsprinkhaan me een duwtje. Misschien hoorde ik een stemmetje in mijn hoofd. Of het rare gekwetter van dolfijnen. Ik weet het niet meer. Maar nu ben ik blij dat ik het gedaan heb.

We trainden 's avonds twee- tot driemaal per week in kleine groepjes. Alle soorten slagen. We hadden onze eigen banen in het bad. Zwemmeester Andrew toonde ons hoe het moest: de acht- tot twaalfjarigen. We taterden en zwommen. We trokken strafbaantjes omdat we elkaar in het sop hadden geduwd. We leerden van de blokken en van de hogere plank duiken. Na afloop mochten we even de glijbaan op. Soms kwam coach Chantal kijken. Coach Vincent trainde de oudere kinderen. Hij stapte vele kilometers langs de boord van het bad met de chronometers in zijn hand of om zijn nek. Ik zag elke week zijn zwarte baard groeien. Op onze rode badmuts stond KZK. Dat was de naam van de grote club waar ik nu bij was: Kortrijkse Zwemkring. De rest van mijn zwemspullen bleef nog altijd zoveel mogelijk roze. Ik hield van de schoolslag, nochtans een moeilijke en lastige slag tijdens wedstrijden. Je moest op heel veel letten. Ik leerde de vlinderslag en verbeterde mijn crawl. Met die crawl worstelde ik in het begin wel. Het waren een paar leuke jaren, met Merel, Jonah, Helena, Oscar, Adhemar, Hannes, Saar, Antoine, Jules, Guillaume en Alex. Wanneer iemand jarig was, zwommen we een tijdlang in het donker. Daarna floepten plotseling alle lichten aan. Plonsfeestje! Een paar keer per week kwam opa me ophalen. Dan bracht hij een appelsapje en een doosje pecannoten mee. Mijn lievelingssapje en -hapje. Ondertussen

leerde hij me nog een andere sport: schaken. Een denksport dus. Ook broer Leo werd baas over een legertje pionnen, paarden, lopers en torens. We leerden verliezen en winnen.

Toen brak de tijd aan van keerpunten, limiettijden, lengtes tellen per 25 of 50 meter en minuten en seconden. Coach Chantal vroeg me of ik zin had om wedstrijden te gaan zwemmen. Het was een belangrijke beslissing, die ik samen met pa en ma nam. Er stonden immers al vier trainingen van twee uur per week op het rooster. Het nieuwe zwembad in de stad was ondertussen ook gereed. Een olympisch bad waar de echte grote wedstrijden gehouden konden worden. Met alles erop en eraan: een tribune, een bar, een salon met zitplaatsen, terrassen, ploeterbaden, een waterspeeltuin, een zwembad, een ligweide en ernaast een toren met vijf kronkelende glijbanen die hoog boven de omgeving uit staken. Het waren verschillende glijbanen: een snelle smalle, een rustige brede, een voor met z'n tweeën, een kronkelende en een heel lange. Er hoorde een kleurwedstrijd bij en je mocht ook namen bedenken voor de vijf banen. De prijs was een badfeestje met tien van je vrienden. De winnaar zou bekendgemaakt worden bij de plechtige opening van het zwembad. Ik bedacht de volgende namen: de Suisbuis (de snelle glijbaan), de Aquastrade (de rustige glijbaan), de Duobaan (snap je die?), de Serpentina (de kronkelende) en de Anaconda (de heel lange). Maar wat gebeurde er? Een maand voor we in dat grote bad zouden gaan trainen, vloog de toren met de splinternieuwe glijbanen op een nacht in brand. Ongelofelijk was dat: het zwembad stond in brand! Dat was gelukkig niet helemaal waar. Water kan niet zomaar branden. Het zwembad zelf werd gespaard; de glijbanen werden enkele maanden later weer opgebouwd. Wij van KZK konden een paar weken later al trainen in het olympisch bad. De foto van die brandende glijbanen heb ik wel op Instagram gezet. Een vreemde herinnering. Het leek echt wel een nachtmerrie.

Ik trainde verder met coach Chantal, coach Dominique en coach Vincent. Ook Jonah, Eva, Jules, Elias en een paar andere ex-karpers bleven in mijn groepje. Er waren al enkele wedstrijden gepland. Ik mocht aan een zestal deelnemen, omdat ik nog maar pas tien jaar was. Nadat ik op korte tijd in de zwembaden van Brugge, Tielt, Zwevegem, Gent, Kortrijk, Menen en weer Zwevegem gedoken was, telde ik al twaalf medailles aan de muur op mijn kamer. Goud, zilver, brons. Die tweede keer in Zwevegem haalde ik ook de limiettijd om mee te doen aan het Vlaams Jeugdkampioenschap. Maar daarvoor was ik nog wat te jong. Ik zwom er de 500 meter vrije slag (20 lengtes in dat 25-mbad) en versloeg er ook een meisje dat het gewend was om altijd te winnen. Misschien heeft de denksport schaken mij hierbij ook geholpen: ik deelde mijn wedstrijd heel aandachtig in en verdeelde mijn krachten verstandig. Soms moet je lang vooruitdenken. En niet zomaar alles geven wat je in je hebt. Vraag het maar aan de vissen. Vissen zijn slim en gezond. Ze zitten immers nooit bij de dokter. Blub... blub... blub... Fopje.

'Zeg: heb jij misschien zwemvliezen tussen je tenen?'

'Oei, kijk: er hangt een druppel aan je snorkel!'

'Maar dat is...'

'Neushoortje! Ha ha ha!'

'Je bent zelf een snotneus!'

Sedert ik zoveel keer per week train, heb ik twee sporttassen over mijn schouders hangen: een droge en een natte. De droge is na de training eigenlijk ook nat, want daar steken mijn badpakken en handdoeken in. De natte tas, een netzak, is voor mijn flippers (zwemvliezen), duikbril, badmuts, drinkbidon, snorkel, plank en pullbuoy. De

roze kleur is al wat minder geworden, want niet alles kun je in die kleur krijgen. Ik ben wel een klein beetje op Jonah, mijn zwemvriend, maar ik heb dus ook een pullbuoy. We zeggen natuurlijk: poolboy. Als je zwemt, moet je ook wat Engels kennen. Zo'n poolboy heeft de vorm van een 8. Je stopt die tussen je billen of je enkels en hop: daar ga je, maar je mag alleen je armen gebruiken. Dat is een speciale oefening. Je benen blijven in de juiste houding en je traint alleen je armen. Wanneer je alleen je benen wil trainen, gebruik je wat wij stomweg noemen: een plank. We grijpen zo'n plank met beide handen vast en peddelen vooruit. Wanneer mijn opa of oma me na de training met een sapje en een hapje opwachten, mogen ze de helft van mijn bagage dragen: de natte tas. O, had je gedacht dat sportzwemmen eenvoudig was? Pakje aan en hupsakee: het water in? Helemaal niet. Het is moeilijk en lastig. En je hebt er een heleboel spullen voor nodig. Een oma of een opa bijvoorbeeld. Fopje.

Ik heb mijn broer Leo een van mijn medailles gegeven. Hij is er heel tevreden mee. Onze poezen Rudi en Pistache willen echter geen medaille om hun nek dragen. Geen brons, geen zilver, zelfs geen goud. Ze schudden en wrikken tot ze van dat ding af raken. Nu moet ik ook nog wat anders bekennen. Er is iets waar ik soms wakker van lig. De zwemclub KZK gaat af en toe ook op sportkamp. In Tenerife en in Oostende bijvoorbeeld. Een week of twee weken lang. Soms duurt een competitie ergens ver weg ook een heel weekend. Ik slaap alleen graag in mijn eigen kamer thuis. En ik zal Rudi en Pistache missen. Hoe zal dat dan gaan bij de Olympische Spelen? Fopje? Nee, echt...

Aan het onthaal van het nieuwe zwembad in onze stad zit ook af en toe een kunstenaar. Ze heet Maya. Ze heeft cool halflang haar met de kleur van een ondergaande zon. Wij van de KZK-club kunnen bij trainingen met onze speciale kaart doorheen het systeem van de toegang geraken: scannen, klappoortjes, enge stangen... weet je wel, van die ingewikkelde dingen zoals in de metro van Parijs. Voor andere mensen, die hier gewoon even komen zwemmen, is dat soms een probleem. Het werkt niet altijd vlot. Misschien omdat alles hier splinternieuw is. Dan help ik even, als ik er toevallig ben. Ik ben het gewend. Zo kwam het dat ik Maya leerde kennen. Ze stapte op me toe nadat ik een heel gezin ineens door die sluizen geloodst had.

'Ha, bij jou werkt het wel altijd hé?'

'Ja. Ik kom hier ook soms drie- of viermaal per week. Ik ken het. Speciale kaart. Kijk.'

'O, KZK?'

'Ja. Dolfijn. Wilma.'

'Ik ben Maya. Mens. Ik zit hier.'

'Ha ha! Ik heb je hier al vaak gezien. Is het leuk werken in zo'n nieuw zwembad?'

'Ja hoor. Je ontmoet veel mensen.'

'Dus je doet het graag?'

'Zeker weten. En je moet iets doen om centen te verdienen hé. Ik heb twee kinderen.'

'En een man?'

'Dat ook.'

'O.'

'Maar ik schilder ook.'

'Wij doen dat ook soms, op school. Kunst. Wat schilder je?'

'Een beetje van alles.'

'Dieren?'

'Nog niet.'

'Vissen zijn mooi. Sommige vissen. Poezen. Ijsberen. Thuis hebben we twee kleine schilderijen aan de muur hangen. Ze zijn ook kunst. Zwemkunst: je ziet een meisje

zwemmen in raar water. Op het ene schilderij zie je alleen haar hoofd. Op het andere lijkt het alsof ze echt beweegt. Opa kocht ze voor ons, omdat ik zelf ook zwem.'

'Weet je wat ik het liefst eens zou schilderen? Het zwembad hier.'

'Echt?'

'Ik bedoel: het water. Als ik hier eens helemaal alleen zou kunnen zijn... Met alleen maar het water...'

'Misschien eens 's nachts? Zonder de redders? Dat lijkt me leuk. Welke kleur zou je dan gebruiken, Maya?'

'Daar zou ik moeten over nadenken. Water is niet blauw hé, zoals op veel prentjes.'

'Ha! Dat vind ik ook! Je bent een goede kunstenares.'

'Het kan veel kleuren hebben.'

'Ja. Zelfs groen. Was het maar eens roze.'

'Zie je graag roze? O ja, nu merk ik het: je spullen... Jij bent die roze zwemster.'

'Roze is mijn favoriet. Maar ik ben geen garnaal.'

'Ga eens op reis naar de Roze Zee.'

'Ha ha. Die moest jij eens schilderen, Maya.'

'Oei, volk, Wilma. Ik moet werken. Zwem ze!'

In mijn eerste echte wedstrijden deden er drie heel goeie zwemmers mee. Mijn pa noemde ze V1, V2 en V3, omdat hun achternaam met een V begon. Ze hoorden bij een andere zwemclub. Het waren twee zussen en een broer. Ze wonnen heel vaak. Bijna altijd stonden we samen op het erepodium, de ene soms wat hoger dan de andere, of omgekeerd. Mijn grootste overwinning op V2, de beste, gebeurde tijdens die 500 meter vrije slag in het 25-mbad in Zwevegem, toen ik ruim de limiettijd haalde voor het Belgisch Kampioenschap. Mijn ma noemde me toen eventjes V1, want mijn achternaam begint ook met een V. Die week en die zondag gingen we als Eendjes te water. Zo noemde coach Dominique ons toen. We waren de jongste competitiezwemmers van de KZK-club. De rest was op stage in Oostende of in Tenerife.

Ik trainde als 9-, 10-jarige bij CW – dat betekent: Club Werking. Weldra zou ik ook met het echte Jeugdteam optrekken. Dan werd het menens. Daar zaten best wat ouderen tussen, tot 18 jaar zelfs. Dat wist ik ondertussen wel. Ik zou dus weer gaan verliezen. Ik moest er leren mee omgaan, en me op mezelf concentreren: mijn stijl, mijn techniek, mijn tijden. Zoals je na drie kwartier hard nadenken en werken ook uiteindelijk toch verslagen kunt worden op het schaakbord.

Nou: heb je zin in een glaasje water om even te ontspannen? Hier volgt een lijst van soorten water, volgens de Waterige Wilma Schaal (WWS).

- Water om in te zwemmen (WWS 10)
- Water om te drinken (WWS 9)
- Zeewater (WWS 5)
- Kraantjeswater (WWS 8)
- Diep water (WWS 9)
- Water dat tegen de kant klotst (WWS 0)
- Water met prik (WWS 9,5)
- Golven (WWS 5)
- Hemelwater (WWS 1,5)
- Komkommerwater (WWS 9,5)

WWS 0 moet ik even uitleggen. In een wedstrijd heb je pech als je een van de banen krijgt vlak bij de boord van het zwembad. Het water klotst ertegenaan en stoot terug

en maakt het zwemmen lastiger. Beter zijn de zwembaden waar het water even over de boord heen loopt. Dan heb je die extra tegenstand niet. Nog beter zijn de middelste banen natuurlijk.

WWS 1,5: snap je dat ik hier regen bedoel?

Komkommerwater is natuurlijk gewoon water met schijfjes komkommer in. Zet dat eventjes in de koelkast. Mm... Mijn oma heeft altijd zo'n kannetje staan. Ze doet het zelfs met aardbei en munt. Kom, geef mij maar komkommerwater, want het water komt in mijn mond.

Genoeg over drinken. Ik moet ook op mijn eten letten. Volgens de sportdokter mogen er nog wat kilootjes bijkomen. In mijn laatste zomer zonder wedstrijdzwemmen (voor ik naar het vijfde leerjaar overga) zijn dat er al drie. Drieduizend gram dus. Ik ben verder ook van plan pasta mee te nemen naar de wedstrijden die gaan komen, in een speciaal thermoskannetje. Dat appelsapje en dat notenhapje na elke training vind ik natuurlijk ook wel fijn. Opa komt me vaak ophalen. Terwijl ik het lekkers in de auto slurp en kauw, rijden we door Kortrijk. Er zijn bijna telkens stadsfiles. Tijd zat dus. Soms hebben we hetzelfde gesprek. Om een beetje gek te doen.

'Opa, we naderen, hoor. Zie je het al?'

'Geen probleem. Het springt wel op groen.'

'Maar misschien slaapt hij nog.'

'Dat kan. Of hij zit te suffen. Hij is wat moe.'

'Wat dan?'

'Dan bel ik hem op.'

'Het is nog altijd rood. Wat nu?'

'Geduld. Hij weet dat ik hier rijd. Kijk maar: het hupt wel op... Zie je wel, Wilma!'

'Groen! Hij heeft je gezien!'

'Geloof je het nu?'

'Ja hoor.'

Wie is hij? Waarover hebben we het? Dat vraagt een beetje uitleg. Toen opa's kinderen nog klein waren (tweelingzussen en een broer, mijn ma is de helft van die tweeling), maakte hij ze wijs dat de koning van België de baas was over de verkeerslichten in de stad. Hij kon zelf bepalen of het groen of oranje of rood werd voor je. Hij hoefde in de hoofdstad Brussel alleen maar op knoppen te duwen. Later probeerde opa dat met ons te doen. Leo en ikzelf geloofden er niks van. We waren te oud om nog in fopjes te geloven. We speelden wel het spelletje mee. Maar waarom kreeg opa in de stad overal groen licht? Er waren twee redenen. Toen hij lang geleden nog student was, deed hij een speciale vakantiejob in de zomer. Hij gaf twee weken lang lessen Nederlands aan kroonprins Filip, op een taalkamp. Die was toen pas veertien jaar. Hij kwam er met een aantal vrienden Nederlands leren. Vele jaren later, toen hij al koning Filip geworden was, was er een herdenking van een oorlog aan een monument hier aan de Leie in Kortrijk. De koning kwam ook, want die veldslag was 75 jaar geleden. Een speciaal jaar dus. Mijn opa werd toen gevraagd om iets te schrijven en voor te lezen. Mijn opa is dus ook een beetje prinselijk en een beetje koninklijk, snap je? Daarom krijgt hij altijd groen licht in de stad. Als dank. Bij rood licht zeggen we: 'Ach, hij is wat moe.' Bij oranje licht zeggen we: 'O, hij schiet wakker.' We weten allebei wie 'hij' is. Als ik ooit op het paleis ontvangen word, omdat ik een olympische medaille heb gewonnen bijvoorbeeld, moet ik hem zeker danken. Wanneer we bij ons huis in de Vredelaan uitstappen, mag

opa weer de natte tas dragen. Hij is niet alleen een onderdaan van de koning, maar ook van mij. Grapje.

Tijdens de zomer tussen mijn vierde en vijfde leerjaar in mocht ik van hoofdcoach Chantal niet trainen. 'Ontspan jij maar eens lekker,' zei ze. 'Er komen nog genoeg zware dagen. Neem maar gezellig vakantie' Zo gezegd, zo gedaan. Dat betekende echter niet dat ik op het droge bleef. Op reis in Italië hadden we een zwembad bij ons vakantiehuis. Elke dag bommetjes! Soms oefende ik stiekem ook wel eens een keerpunt. Om te zien of ik het nog kon. Thuis in de tuin had pa een groot en vrij diep plonsbad gezet, naast de trampoline. Natuurlijk bracht ik ook daar een deel van de zomer door, met broer Leo en vaak met de kinderen uit de buurt. Diezelfde zomer probeerde de Fransman Franky Zapata met zijn uitvinding, een flyboard, het Kanaal over te vliegen tussen Frankrijk en Engeland. Dat lukte eerst niet. Hij tuimelde in het water. De tweede poging lukte wel. Hij stak de 35 kilometer over in 20 minuten. Bravo voor de uitvinder. Weet je waar ik nu soms van droom? Ik denk dat je het kunt raden. Ik ben alleen bang voor die vieze plasticsoep en die olievervuiling. Misschien bots ik wel tegen dode vissen aan.

Aan het einde van die zomer googelde ik 'zwemmen' en 'boeken'. Lezen is ook mijn hobby. Ik vond iemand die 500 boeken over zwemmen had verzameld. Eén boek bekeek ik aandachtig: *Vlinderslag*. Het is van Yusra Mardini uit Syrië. Voluit heet het: *Van vluchteling tot olympisch kampioen*. Ik las de korte inhoud. Dat boek komt alvast op mijn lijstje, wanneer ik in het putje van de winter jarig word. O: las ik ergens niet dat er ook badboeken op de markt komen? Boeken die je mee kunt nemen in bad dus. Ze worden natuurlijk wel nat, maar dat geeft niet. Ze kunnen ook weer droog worden, zoals mensen. En opnieuw gelezen worden. Droog jij even hoofdstuk 1 af?

## HOOFDSTUK 2

### MINUTEN EN SECONDEN

Aan het einde van de grote vakantie zijn de nieuwe roosters voor de trainingen er. Ik zit voorlopig nog tussen Club Werking 3 en Jeugdteam A. CW3 heeft 7 uur zwemmen en 2 uur 30 droogopwarming per week. Voor Jeugdteam A is dat 11 uur en 3 uur. Ondertussen merk ik ook dat de namen van de vijf glijbanen al gekozen zijn. De mijne zijn er niet bij. De namen klinken heel gewoon: Wildwaterbaan, Rode Tyfoon, Zwarte Storm, Blauwe Twister, Groene Orkaan. Of zijn dat voorlopige namen? In afwachting van de resultaten van de wedstrijd? Ik hoop het. Leo viert er eind augustus met enkele vriendjes zijn verjaardag. Hij suist waarschijnlijk wel vijftig keer door zo'n waterbuis. KZK begint met een feestzondag. We mogen onder andere hamburgers bikken aan de kraam van Andy, de pa van Maegan, een van onze betere zwemsters.

Het is alweer september. Duizenden kinderen worden weer aan schooltassen en rugzakken vastgebonden. Zebrapaden zijn bijgeschilderd. Klokken, horloges en bellen spelen weer de baas over ons. De tijd is in stukjes gehakt. Vanaf nu hak ik ook zelf de tijd in stukjes. De trainingen zijn opnieuw begonnen. Kijk, dat klinkt nou gek: ik moet

zolang mogelijk al die tijd in het water trainen om zo kort mogelijke tijden te hebben. Tja: hoeveel kilometers lopen de spurters eerst niet om de rapste 100 meter te scoren?

Bij de eerste training merk ik dat de vijf afgebrande glijbanen weer bijna helemaal opgebouwd zijn. Zou de wedstrijd nu nog doorgaan waarbij je namen moest bedenken en een tekening kleuren? Of zijn de papieren met de tekeningen en de namen ook allemaal in de vlammen gebleven? En tellen alleen nog de namen die ik nu zie staan? Dat moet ik ook even vermelden in mijn nieuwe spreekbeurt. Ik gaf er al een over zwemsport in het vierde leerjaar. Juf Ophelia van het vijfde leerjaar laat ook elke week twee leerlingen spreken over wat ze het liefst doen of zien. Het onderwerp is vrij. Het mag je hobby zijn of iets wat je zelf kiest. 'Zo leren we elkaar goed kennen,' zegt ze. Maar de meesten kennen elkaar al wel. Misschien bedoelt ze ook zichzelf. Moet ze dan zelf geen spreekbeurt geven? De mijne zal natuurlijk weer over zwemmen gaan. Ik heb al een leuk idee. Ik zal beginnen met enkele raadselvragen. Hier komen ze.

- Bij welke sport moet je het minste kleren aandoen?
- Bij welke sport weeg je voor korte tijd minder dan je gewone gewicht?
- Bij welke sport keer je terug vanwaar je gekomen bent?
- Bij welke sport heb je meestal weinig blessures? (Tot nu toe had ik zelf nog maar vijf beurten nodig bij kinesist Bruno, voor mijn linkerschouder)
- En nu nog een weggevertje, voor wie het echt nog niet weet: Wat is een van de natste sporten?

Ik toon de klas ook even de website van mijn club, de Kortrijkse Zwemkring. We mogen ieder vijf minuten van de kostbare tijd van juf Ophelia gebruiken. Driehonderd seconden dus. Ik kan heel vlug praten. Ik denk dat het een spetterende spreekbeurt wordt. Misschien kan ik ook de volgende zaken gebruiken. Een vriend van mijn pa beweert iets gek. Je kunt nooit raden wat. Hier komt het. De burgemeester van onze stad had eigenlijk graag een nieuw zwembad met een bocht gehad. Kromme banen dus. Dat was natuurlijk niet echt een goed idee. Hoe moet je dan wedstrijden houden? En de tijden dan? Die zullen toch langer zijn dan alle andere tijden in zwembaden met rechte banen? Burgemeester toch! Die vriend beweert ook dat ons zwembad niet olympisch is omdat er te weinig banen zijn. Je moet er tien hebben, in een 50m-bad. Zoals altijd zijn er mensen die dat geloven en evenveel mensen die dat niet geloven. Het juiste antwoord is: 8 + 2. Natuurlijk in een 50m-bad. Maar dat is te ingewikkeld om hier uit te leggen. Googel het maar eens, beste lezer: u hebt wat beweging nodig.

Mijn idee: kan die vriend van mijn pa eigenlijk wel zwemmen? Is het van blub blub blub of van bla bla bla? En wil de burgervader dat wij van KZK in kronkels leren zwemmen? Als je het mij vraagt, is hij zelf uit de bocht gegaan.

Die eerste training op woensdagnamiddag is met het Jeugdteam A van KZK. Ik hoor daar nu blijkbaar ook bij. Dat betekent elke dag zwemmen! We beginnen al 'droog te trainen' vroeg in de namiddag. Droogzwemmen noemen ze dat. Op een mat of op een plank of op speciale toestelletjes oefenen we de slagen zonder water om ons heen, soms langer dan een uur. Gelukkig ligt er naast mij wel altijd iemand waarmee ik kan tateren. Stretching hoort er achteraf ook bij. Best wel leuk. Ik heb namelijk ook nog ooit geturnd. Mijn linkerschouder is weer oké, dankzij kinesist Bruno. Hij heeft me ook een echte massage beloofd. Pas om 18 uur 's avonds stap ik dan uit het water. Het zou me niet verwonderen mocht ik op een dag uit mijn bed komen met vliezen tussen mijn tenen of een vin op mijn rug. De 400 m wisselslag moet even wachten. Dat is een

lange lastige wedstrijd met vier slagen in deze volgorde: vlinderslag, rugslag, schoolslag en vrije slag. Hij is lastig omdat er verschillen zijn in tempo en ritme. Eerst moet ik hard trainen op de kortere afstanden. Het is de bedoeling dat mijn tijd op de 400 m daardoor sterk daalt. De KZK-coaches houden alles goed in de gaten en plannen slim. Viermaal vlug kort na elkaar is misschien wel gelijk aan één supersnelle lange afstand. Ja: zwemmen is ook een denksport. Ondertussen heb ik ook mijn doelstelling op papier gezet. De coaches vroegen dat op de eerste training. Ik schreef: 'Ik wil de Belgische limiettijden halen. De Vlaamse heb ik al.' Jonah schreef: 'Ik wil eens goud halen.' Maar een paar weken later hoorde ik hem tegen zijn pa fluisteren dat hij wilde stoppen omdat hij het niet meer leuk vond. Ik hoop dat hij blijft. Il est mon ami. Ja: ik leer elke dag Frans op school. C'est chouette.

[www.wilmawoelwater](http://www.wilmawoelwater) meldt u het volgende. Het is niet allemaal rozengeur en maneschijn. De zwemsport is best leuk. Toch zijn er nu al enkele zaken die ik niet zo fijn vind. Ze hebben niets en alles met zwemmen te maken. En ze komen vlug na elkaar. Eén: aan de loopwedstrijd die mijn school elk jaar organiseert, kan ik niet deelnemen. Ik moet dan zwemmen. Twee: het zondagse mossselfestijn in oktober op mijn school valt ook... in het water. Die dag zwem ik twee wedstrijden, in mijn eigen stad. Ik ben er speciaal op voorbereid. Drie: in de lente – en dat vind ik wel heel erg – is er ook een weekendwedstrijd die heel ongelegen komt. Het is namelijk net het weekend dat we met de hele familie naar de Polderhoeve aan de kust trekken. Elk jaar is dat een absoluut hoogtepunt voor mijzelf, mijn broer Leo en al mijn nichtjes. En voor de struisvogel, de paarden, de poezen en de negenendertig koeien. Ik moet dan alweer zwemmen... Of... ? Genade!

Il y a encore des nouvelles. Er is weer een nieuw record gezwommen. Viermaal non-stop over het Kanaal tussen het vasteland en Engeland. Een Amerikaanse vrouw van 37 jaar, Sarah Thomas, deed dat. Het duurde meer dan 54 uren, van een vroege zondagochtend tot de dinsdag. Ze heeft kanker gehad. Haar behandeling voor de ziekte was nog niet lang achter de rug. Het vorige record bedroeg driemaal non-stop het Kanaal over. Vier zwemmers slaagden daar al in. Sarah Thomas deed het dus nog beter. Ze vierde haar aankomst met champagne en chocolade. Waarschijnlijk om de slechte smaak van olie en plastic soep weg te spoelen. Grote problemen vormden een pijnlijke keel en mond door het zoute water, zei ze. Niet lang geleden heeft een Nederlander in Friesland de Elfstedenzwemtocht gedaan: ook zoiets spetterends!

PS Ik ben blij dat ik zelf in zoet water train. Zout hoort op frietjes thuis.

PS bis Ik ben ook opgelucht dat ik al goed kan zwemmen, indien nodig toch zelfs in zoutwater. Waarom? Door de opwarming van de aarde en het klimaat smelten het ijs en de gletsjers. Daardoor stijgt overal het niveau van de zeeën en de oceanen. Goede zwemmers gevraagd voor alle toekomstige waterlanden! Dringend! Luister naar Greta Thunberg en Anuna De Wever!

Mijn opa (de schrijver) heeft *Vlinderslag* van Yusra Mardini gelezen. Hij kocht het in zo'n leuke mini-uitvoering; het kan gewoon in je zak. Wanneer ik eens tijd heb, zal ik het ook lezen, tussen mijn *Boomhutboeken* door. Ik heb alvast enkele getallen opgeschreven uit Yusra's boek. Het gaat natuurlijk wel over een bepaald moment in haar leven, toen ze als vluchteling net in Berlijn aanspoelde. Het ging toen goed en ook niet goed met haar. Hier komt het.

100 m vrije slag: 1:02

200m vrije slag: 2:12

100m vlinderslag: 1:09  
800m: 10:05

Ik googel uit nieuwsgierigheid even enkele huidige wereldrecords bij de vrouwen.

100m vrije slag: 51,71  
200m vrije slag: 1:52,98  
100m vlinderslag: 55,48  
800m: 8:04,79

Ondertussen wordt het alweer oktober. Enkele wedstrijden naderen. Als sportvrouw heb je het altijd druk. Ik blijf bijna elke dag na de lessen in de studie op school. Zo ben ik er zeker van dat ik mijn taken en mijn huiswerk af krijg. Er loeren ook altijd gevaren om de hoek. Soms is dat een beetje mijn eigen schuld. Een voorbeeld. Ik bemoeide me zonder dat het echt hoefde met een ruzie op de speelplaats. Een van mijn beste vriendinnen was erbij betrokken. Daardoor zat er een jongen achter me aan. Ik wil geen namen noemen. Ik struikelde, viel en verwondde mijn linkerhand. Het was niet erg genoeg om door een scanner te laten onderzoeken. Toch loop ik al enkele dagen met een verband om die hand. Voor elke training controleert coach Chantal de schaafwonde. Trainen lukt dus wel. In het vervolg moet ik beter uitkijken. Ik buitel bijvoorbeeld ook dolgraag in en op en door de touwen en de netten van de speeltuigen in de hal van de bar van het zwembad. Altijd berefun. Maar we botsen soms wel eens. Laatst was ik daar weer eens aan het duiken, in afwachting van de zwemles. Een Arabisch meisje riep enkele vrolijke dingen naar mij. Een wildebras botste plotseling tegen haar aan. Ze krabbelde overeind en riep weer enkele dingen, een beetje mopperend. 'Jij moet een nieuwe taal leren!' riep de wilde jongen. Van pure verbazing viel ik zelf achterover.

Op zaterdagochtend midden oktober (de dag voor mijn volgende wedstrijden hier in Kortrijk) zwemmen we op training 1 kilometer. Ik heb net een buikgriepje achter de rug, maar dat deert me niet meer. Ondertussen moeten we ook koekjes verkopen voor onze zwemclub. Daar ben ik echt niet goed in. Ik durf niet te vragen aan mensen om koekjes te kopen. Broer Leo lacht me vierkant uit. Durf jij dat niet? Ik wel! Hij gaat de straat op en verkoopt zomaar tien dozen! Nou, dat is bijzonder zoet van hem.

Daar zijn de wedstrijden weer: Kortrijk (een thuismatch voor mij), Brugge, Gent. In Kortrijk win ik tweemaal goud. Dat brengt de stand op 16 medailles. Ik zwem 3:08.20 op de 200m rugslag en 1:34.40 op de 100m wisselslag. Er zijn veel uitsluitingen. De keerpunten zijn moeilijk. Soms vind ik het jammer dat de categorie 9-10-jarigen gemengd moet zwemmen. Er zwemmen altijd jongens mee. Natuurlijk worden de uitslagen daarna gescheiden in twee groepen. Zo kun je zeggen: 'Ik was de derde, maar ook de eerste'. Die maandag na mijn Kortrijks gouden geplons ben ik thuis van school. Er is daar namelijk op mijn zwemzondag mossselfestijn geweest (waar ik dus niet bij kon zijn); de school neemt 's anderendaags vrij om op te ruimen. Zo beland ik op maandag bij oma en opa. Daar ga ik weer voor goud... in het schaken. Ik speel drie maal tegen opa. Het valt mee. Op een bepaald moment is het zelfs 'eeuwig schaak'. En op de avondtraining die dag zwem ik... 5 kilometer. In de auto terug naar huis zegt oma dat de volgende Olympische Spelen in Tokio gehouden worden, en nog vier jaar later in Frankrijk. 'O, dan wil ik wel graag de zwemwedstrijden op tv zien!' zeg ik. 'Ja,' knikt oma, 'maar zou je niet liever zelf meedoen in Frankrijk?'. Even blijft het stil in de auto. Ik weet niet of dat dan al mag, amper zestien of zo. Hoe jong mag je zijn? Zou ik dan al zo goed kunnen zijn? Dat ga ik even googelen. 'Mais oui, madame!' zeg ik dan.

Ik post een foto op Instagram waarop ik met mijn twee gouden medailles sta te pronken. Een ervan schittert verkeerd en lijkt op zilver. Ik noteer bij de foto dat het wel degelijk tweemaal goud is. Klinkt dat snoeverig? Nee toch? Ik lig er wel urenlang in het water voor, hoor. Soms van 's ochtends vroeg al, als iedereen nog ligt te snurken.

Bij de wedstrijd in Brugge op zondagnamiddag moet ik proberen om de Belgische limiettijd te behalen. Dat is ook de doelstelling die ik niet lang geleden opschreef. Ik zwem er de 400m vrije slag. Ik word ernaartoe gebracht door twee trouwe supporters: mijn pa en mijn opa. Resultaat: ik ben nu voor de verandering eens zowel de eerste als de vijfde. Ik win mijn reeks dus. In de einduitslag word ik vijfde. Leuk nieuws: ik behaal ook de Belgische limiettijd op de 400m vrije slag. Mijn tijd: 5:56. En nog een aantal honderdsten van een seconde. Koning Filip is daar zo tevreden over dat we overal groen licht krijgen in de stad wanneer we na die eerste maandagavondtraining weer naar huis rijden. Ook dan bereiken we onze limiettijd, opa en ik.

PS Onze club veroverd heel veel medailles dat weekend in Brugge. We zijn de eerste op zeventien deelnemende clubs uit West-Vlaanderen.

De week daarna krijg ik een stoeivoet. Ik mank. Het doet pijn. Even lijkt mijn komende wedstrijd in Gent in gevaar. Kinesist Bruno tapet die voet in en ik kan deelnemen aan mijn wedstrijd, wat ik eigenlijk wel dolgraag wil. Wat is er gebeurd? Op donderdagavond belanden mijn broer Leo en ik in een stevige stoeipartij. Daar moet het gebeurd zijn. Mijn broer (die een beetje jonger is dan ikzelf) heeft veel macht. Mijn pa is eerst heel boos op hem. Mijn wedstrijd is immers in gevaar. Nadat we de zaterdagtraining en de kinesist bezocht hebben, is mijn pa weer wat minder boos. Leo zal het nooit meer doen en mijn wedstrijd in Gent gaat door. Nee: het leven van een topsporter loopt niet altijd over rozen. Het loopt soms mank.

En o: kan het nog manker? Die zondag doet mijn stoeivoet echt wel pijn. Mijn pa laat de club weten dat ik niet meega naar Gent. Dus toch niet. Doodjammer. Wie schreef er ook weer: 'Bij welke sport heb je meestal weinig blessures?'. Ik ben al aan drie: schouder, hand, voet. Gelukkig is er een babyborrel op de dag dat ik toch niet naar Gent trek. Die dag ook worden de herstelde glijbanen in het zwembad van Kortrijk weer geopend. De kinderen van de brandweerlui die de brand toen blusten, mogen dat doen. En daarna is het herfstvakantie.

## **HOOFDSTUK 3**

### **TITANIEKJES EN SPEEDBOTEN**

KZK is een grote zwemclub. Er is bijvoorbeeld ook een afdeling G-zwemmen voor mensen met een beperking. En een waterpoloteam. En nog iets. Je kunt natuurlijk niet blijven wedstrijdzwemmen. Je wordt ouder. Er komt een plusje achter je leeftijd te staan. Dan is het misschien tijd om lid te worden van de Titans. Je moet meer dan 18 zijn. Je mag oud-competitiezwemmer zijn of gewoon liefhebber. De Titans trainen een keer per week, op zaterdag. Ik ontmoet soms enkele van die oudere waterratten, in het bad, in de salon aan de kijkramen of in de bar.

‘Ken je die vrouw misschien? En die meneer?’ vraagt opa. We rijden terug naar huis na de eerste training na de herfstvakantie.

‘Ja. Zij zijn bij de Titanics.’

‘O. Eh...’

‘Juf Ophelia is van plan om binnenkort de film The Titanic te tonen. Het is een klas-thema over zee en oceaan en zo. Ik heb die film zelf al wel een keer gezien. Ik ken de Titanic.’

‘Waarom zouden ze zich de Titanics noemen? Je weet toch...’

‘Tja, opa. Op de KZK-site staat wel dat het erger klinkt dan het is. Laat ik je een beetje helpen, zodat je ’t weet: jij zou alleszins ook lid kunnen worden.’

‘Omdat ik rap zink?’ lacht opa.

‘Ha! Daarom ook zijn sommige kinderen in mijn klas bang om de film te bekijken.’

‘Ja: en het is echt gebeurd hé.’

‘Ja, met Jack en Rose en zo. Maar weet je nu al waarom je bij de club van de Titanics zou mogen?’

‘Ik denk het wel. Het is voor ouderen hé? Mensen die geen wedstrijden meer zwemmen.’

‘Juist. En ook voor wie er gewoon bij wil. Soms zie je in het zwembad nog oudere atleten baantjes trekken; mensen die ooit op de Olympische Spelen waren, of kampioen geweest zijn.’

‘Dus de naam van die club is tegelijk eigenlijk een beetje raar en een beetje grappig?’

‘Ja.’

‘Best dat het lang geleden is. Doet je voet nog pijn?’

‘Alleen nog als ik die ergens tegenaan stoot.’

‘Als een titaniekje tegen een ijsbergje hé.’

‘Ha ha opa!’

Broer Leo is voor de tweede keer ontdekt als zwemtalent. Enkele jaren geleden, toen we nog samen bij de jongsten zwommen, moest hij te vroeg overgaan naar een oudere groep, omdat hij zo goed was. Dat zag hij niet zitten. Daardoor stopte hij meteen. Nu heeft zijn gymleraar hem zien zwemmen. Hij was onder de indruk. Leo won namelijk een zwemwedstrijdje met een grote voorsprong. En zijn keerpunt was perfect. (Ik leerde hem in ons tuinbad de juiste keerpunten). Hij mocht verder in een aparte baan zwemmen. ‘Jij zou bij KZK moeten gaan, Leo,’ zei zijn leraar. Ik heb Leo toch verwittigd dat het lastig is en ook wel centen kost. Hij moet goed nadenken voor hij de stap zet. Maar een speedboot is hij dus wel.

Er is een weekje rust met de herfstvakantie, de dodenherdenking en Halloween. Nonkel Marius (de zoon van mijn opa; de jongere broer van mijn ma en tante Sarah, de tweelingzussen – ben je nog mee?) moet weer enkele dagen naar het ziekenhuis in Gent om zijn lastige epilepsie verder te onderzoeken. Met overopa en overoma gaat het ook niet goed. Ze zijn negentig en wonen nog even thuis. Waarschijnlijk niet meer voor lang. Tot zover wat herfstnieuws op het droge. Weldra lig ik weer in het water.

Dit noem ik nou een topdag. Het is woensdag. We zijn alweer twee weken verder. Maar het is geen gewone woensdag, zo’n halve schooldag. Nee: de juffen en de meesters hebben een studiedag. De leerlingen hebben vrij. Leo heeft wel een gewone woensdag, in zijn eigen school. Mama brengt me naar opa en oma. Ik kijk een mooie film over een meisje dat ook een zeemeermin is. We bakken zandkoekjes. We eten balletjes en spaghetti. En in de namiddag is er natuurlijk weer de training: droog en

nat. 'Wil je niet graag dat het elke dag een studiedag voor de juffen en de meesters is?' vraagt opa. Ja, dat lijkt me wel wat. Maar dan moet het ook elke dag met koekjes, balletjes en filmpjes zijn, snap je. Dat zwemmen komt er wel altijd bij. Het is als tandenpoetsen.

Het duurt een tijd vooraleer ik weer eens een wedstrijd mag zwemmen. Het wordt de 200 meter wisselslag, in het kleine bad in Meulebeke. Ik ben nerveus voor de vlinderslag, maar pa en opa zeggen me achteraf dat het meer dan oké is. Ik scoor een gouden tijd, voor de tweede keer een limiettijd en ik laat mijn rechtstreekse concurrente een flink eind achter mij. Even (een kwartier lang) zijn we in de waan dat ik een fout heb gemaakt bij een keerpunt en uitgesloten ben. Dat kan eigenlijk niet zijn. Dat weet ik. Toch krijgen we dat bericht van de wedstrijdleiding te horen. Een tijd later komt het volgende verlossende bericht: 'We hebben je met een andere baan verward. Je hebt goud én de limiettijd wordt erkend'. Nou nou. Zij waren dus fout. Dat betekent een stage in Tenerife. En eind december ga ik drie dagen trainen in Oostende. Happy New Year.

De zaterdag waarop 'de sint' komt bij oma en opa train ik 5,3 kilometer. Mag de goedheiligman met zo'n baard zelf wel in het water? Er is verder nog wat goed nieuws en wat slecht nieuws. Eerst het slechte nieuws, zodat u kunt verlangen naar wat goed nieuws. Mijn zwemvriend Jonah heeft zijn elleboog gebroken. Hij moet enkele weken in het gips. Dat betekent ook dat hij nu geen limiettijden kan zwemmen. Nu het goede nieuws. U mag in een van mijn vorige zinnen 'mijn zwemvriend Jonah' gerust vervangen door 'mijn vriend Jonah'. Ja: het is weer aan. Dat komt ook goed uit: de Warmste Week (voor goede doelen) van de radiozender StuBru gaat dit jaar door hier op het Nelson Mandelaplein in Kortrijk, vlak bij het zwembad. En er is nog nieuws. Op een zondagvoormiddag in december worden enkele KZK-speedboten te water gelaten en vallen o.a. Maegan, Lucas, Laurence en ikzelf – ieder in zijn eigen leeftijdscategorie – enkele clubrecords aan. Voor mij is dat de 50 m schoolslag en de 50 m vrije slag. De schoolslag wordt het lastigst. Ik krijg wel een 'haas' in de baan naast mij, zoals de beroemde marathonloper Mo Farah (maar daar liepen veel hazen om hem heen). Oma vroeg of die dan van die lange oren had. Duimen dus dat ik in de KZK-recordtabellen kom! Ik ben alvast van plan te knallen.

Die zondagvoormiddag regent het keihard, op het zwembad en op de Warmste Week van StuBru hiernaast. Er komen supporters opdagen. Ook Jonah en zijn mama Eva. Ik moet als allereerste beginnen. Hup! Hup! Hup! Op de 50 m vrije slag (korte baan, categorie Eendjes, 9-10 jaar)) haal ik 0.34.59 (zo schrijven ze dat). Een record. Yes dus! Het vorige record is flink verbeterd, al zeg ik het zelf. De coaches beslissen nog dat ik niet de 50 m schoolslag, maar de 100 m vrije slag doe. Coach Chantal zegt vooraf dat het wel moeilijk zal gaan om momenteel dat record te breken. Ik moet hiervoor nog trainen. Ze krijgt gelijk. Bij het begin bijvoorbeeld ben ik niet lang genoeg onder water gebleven. En mijn benen- en voetenwerk kan beter. Nou: prettige kerst vanwege een KZK-recordhoudster!

De dag vlak na Kerstmis en voor mijn vijfdaagse stage in Oostende zwem ik nog twee wedstrijden hier in Kortrijk. Het grote Nelson Mandelaplein hiernaast is na de Warmste Week van StuBru weer gewoon een parkeerplaats en een plein. Het is ook een droevige tijd voor de familie: mijn bejaarde overopa (de pa van mijn opa) ligt ernstig ziek in de kliniek. Hij is stervende. Hij is 88 jaar geworden. Een kranige kerel. Mijn eerste overwinning van die dag draag ik aan hem op. Ik tik eerst aan op de 400 m vrije slag, verbeter mijn eigen record (5.41.71) en laat een aantal felle rivalen met enkele

seconden achter mij. In mijn tweede wedstrijd na de middag, de 200 m wissel, verover ik zilver. Ook die tijd verbeter ik, met maar liefst 2 seconden. Ik ben klaar voor de stage in Oostende, Stad aan Zee. Mijn pa, ma en broer Leo brengen me met de trein. We bezoeken eerst nog de kerstmarkt en de schaatspiste daar. Best gezellig. En ik ben net op tijd terug voor het kakelverse nieuwe jaar, dat begint met mijn verjaardag. He-las zonder overopa uit Torhout.

Nog één woord om dit hoofdstuk te besluiten. Hoe was de stage in Oostende? Spetterend!

## **HOOFDSTUK 4**

### **WWW.BE (Wilma Woelwater België)**

Je kan me altijd vinden op het waternet. Ook tijdens periodes van examens, vrije dagen en vakanties. In mijn eerste en laatste jaar bij de Eendjes (9 – 10 jaar) van KZK ploeter ik zelfs tussen kerst en oudjaar nog vijf stagedagen in het water. Ik veroverde onder-tussen een twintigtal medailles en zwom al vele kilometers. Het nieuwe jaar begint op 2 januari... met mijn verjaardag. Ik stap over naar de Benjamins. Bubbewater!

Mijn pa deed wat opzoekingswerk. Hij verkende mijn leeftijdscategorie op de Vlaamse en de Belgische tabellen van de zwembkampioenschappen. En waar ik ergens in het plaatje pas. Dat valt nog mee. Enkele voorbeelden: 3<sup>de</sup> plaats in de 400 m rugslag, 51<sup>ste</sup> plaats in de 200 m crawl en 4<sup>de</sup> in de 400 m crawl. Ik ben dus (voorlopig) goed op de lange afstanden. Dat is geen slecht nieuws. Sedert de stage in Oostende ben ik ook volledig in het jeugdteam van KZK Kortrijk opgenomen. Dat betekent nog enkele uren extra training per week. Ik zal mijn leven goed moeten indelen... zoals ik met lange afstanden doe.

Eind januari 2020 wordt op een zondag hier in Kortrijk ons clubkampioenschap gehou-den. Ik zwem twee wedstrijden, in mijn nieuwe leeftijdscategorie: de Benjamins. De 100 m vrije slag en de 100 m schoolslag. Zondag wordt een zwemdag. Als het dan maandag geworden is, kunnen we spreken van een zwomdag. Want dat zal gisteren zijn, snap je dat grapje?

Ik duik dus het water in als Benjamin. Ik heb een stevig ontbijt achter de kiezen: de school van mijn broer Leo verkoopt ontbijten-aan-huis. Mijn pa helpt bij de verdeling en staat heel vroeg op. Ik ben ook bij het krieken van de ochtend uit de veren: ik kook zelf mijn pasta om mee te nemen naar het zwembad. Het is wennen, maar ik was al gewaarschuwd door de coaches: ik word vierde en negende. Mijn eerste wedstrijden zonder medailles. Maar ik boekte wel zeven seconden winst en verbeterde daardoor een van mijn tijden. In het wedstrijdzwemmen kun je verliezen en winnen tegelijkertijd. En... met mijn beide wedstrijd tijden zit ik ook in de top tien. Op dus naar de Vlaamse Jeugdkampioenschappen in Antwerpen. We gaan er met een zestal KZK'ers uit mijn leeftijdscategorie naartoe. Mijn pa boekte al een hotel (het is een heel weekend) en kocht ook een veldbed voor in de wachtruimte. Coach Bart schrijft een briefje zodat ik die vrijdagmiddag al van school af mag. En ik hoef die week niet deel te nemen aan de gymles op school. Zo blijft het veilig, snap je? Geen risico's. De directeur en de juf snappen het wel.

O, nog even over mijn school. Ik ben beroemd op mijn school. Mijn juf Ophelia van het vijfde leerjaar komt tijdens een speelkwartier plotseling op mij af met een kleutermeisje aan haar hand. 'Ben jij die zwemster?' vraagt de kleuter. 'Ja,' knik ik. 'Mag ik een handtekening?' 'Eh... ja hoor.' 'Maar ik heb geen papiertje mee. Wil je het op mijn hand doen?' Juf Ophelia leent me een balpen en ik krabbel *WILMA* op het handje van het meisje. Ik moet klein schrijven. Juf Ophelia lacht en knipoogt. Ze begrijpt het wel. Ze heeft een zoon die ook aan topsport doet: voetbal. Het is mijn eerste handtekening voor een bewonderaar. De kleuter grijpt me dan vast en knuffelt me stevig. Mijn jas zit een beetje onder het snot daardoor. Dat is het lot van een beroemdheid op school. 'Da-ag zwemster!' Ik merk dat Jona even verder staat toe te kijken. Hij is ook beroemd hier op school, maar kan nu al een poos niet meer zwemmen door de breuk van zijn elleboog. De arme jongen kan nu zelfs geen handtekeningen zetten.

In een bepaalde les heeft de juf het ook over passie. Iets heel graag doen, en vaak, en veel, bijna nog liever dan een gewone hobby. Ze vraagt een voorbeeld van in de klas. Iedereen roept 'Wilma!' en 'zwemmen!'. Ik glunder en meesmuil tegelijkertijd. 'Maar zijn er nog andere voorbeelden met een passie voor iets? Niemand?' zegt juf. Iedereen schudt nee en kijkt weer naar mij. Nou. Hallo koekoek!

Begin februari ongeveer. Antwerpen dus. Overnachten in een hotel. Mijn pa en Jules' ma en pa Nele en Bart verblijven ook in een hotel vlakbij dit weekend. Hier volgt ons schema. Schrik niet.

#### Zaterdag

##### Wilma

9u35 200m rug  
11u30 100m schoolslag  
15u15 200m vrij  
17u55 4x100m vrij

##### Jules

10u15 400m vrij  
14u05 100m vrij  
15u55 200m wissel

#### Zondag

##### Wilma

10u15 400m vrij  
11u35 200m schoolslag  
14u05 100 m vrij

##### Jules

9u35 200m rug  
15u25 200m vrij

Ik heb Opa Schrijver beloofd een verslagje te zenden voor zijn boek over mij. Hier komt het, maar in het kort, want we hebben weinig tijd.

## Dag 1 Antwerpen

Om 11u40 van school gehaald door pa. Samen met Jules en zijn ouders gegeten: pizza margarita. Autostrade. Stoppen aan winkel. Broodjes kopen. Antwerpen. Hotelkamer pa bekijken. Coach Vincent en Jutta ontmoet. Jutta en ik delen een kamer in ons eigen hotel. Samen bij Albert Heijn minikomkommers gekocht. Chillen in ons hotel. Naar het zwembad. Veldbedden klaarzetten. Opwarmen. Spelen in het kleine bad. Foto's nemen en verzenden. Omkleden. Broodjes eten op onze hotelkamer. Netflixen. Om 21 u naar beneden voor overleg. Dit was mijn dag. Grtjs Wilma voor opa.

## Dag 2 Antwerpen

Dit wordt een dagje vol cijfers en getallen. Uit de veren om 06:30. In de 200m rugslag heb ik meest kans om iets te betekenen. Daar beginnen we vandaag mee. Helaas is er eerst weer een technisch defect. Even later: bingo! Brons! 3.03,19 (Ik gebruik nu ook dat kommaatje voor de honderdsten, zoals op de tabellen). En Jules zwemt zijn tweede Belgische limiettijd. We zijn goed begonnen... Om 11 uur 30 zwem ik 1.38,71 op de 100m schoolslag. Dat is ongeveer eenzelfde tijd als in Kortrijk. Vertaald in de rangschikking: de 13de plaats op 28 deelnemers. In mijn derde wedstrijd (200m vrije slag) doe ik een halve minuut af van mijn besttijd: van 3.09,76 naar 2.40,93. En... wederom brons! In de estafettewedstrijd 4x100m vrije slag worden we pas 9de op 15 deelnemende ploegen, maar we verbeteren onze tijd met 10 seconden.

## Dag 3 Antwerpen

Derde keer goede keer. Of beste keer: ik win goud op de 400m vrije slag met een tijd van 5.33,93. Ik ben dus Vlaams Jeugdkampioen hierin. Mijn pa trakteert het KZK-geselschap met cava. Ik krijg een medaille en een beertje. Voorlaatste wedstrijd: 200m schoolslag. Ik tik aan op 3.29,23. Mijn vorige tijd: 3.40,48. In mijn laatste en zevende wedstrijd, de 100m vrije slag, eindig ik zoals ik gehoopt had in de top tien. Een prachtig weekend. Ik breng drie medailles mee naar huis voor KZK. Ik mag mezelf ook Vlaams Jeugdkampioene noemen. Morgen maandag nog een minifeestje na de training!

Een droevige noot over vriend en zwemtalent Jonah: hij is nu al maanden out door een ernstige elleboogbreuk. Ik duim voor hem.

Enkele weken later zwemmen ook de iets oudere jongeren van KZK in Antwerpen voor het Vlaams Jeugdkampioenschap. Coach Chantal, ook de beheerder van de KZK-Facebookpagina, post op zaterdag al enkele foto's plus het volgende bericht:

*12de medaille is binnen!*

*Edith 800 vrije slag Florence 200 schoolslag Lucas 100 rug Henri 200 vlinderslag Jonas 200 vlinderslag Maegen 800 vrije slag Edith 200 wisselslag aflossing meisjes Anice Edith Maaike Florence vrije slag.*

*8 finales vandaag. Op naar morgen. 👍*

Top hé!

En op zondag:

*16 is de Medaillestand op het VK voor KZK!*

*Vandaag nog Florence 2de 50 schoolslag. Henri 3de 400 wisselslag. Edith 2de 400 wissel en Lucas 2de 200 rug.*

*Dikke proficiat aan alle deelnemers! Goed gedaan allen, mooi kampioenschap! Laatste wedstrijd van Anice. Bedankt Anice voor de mooie momenten die je ons bezorgde! ❤️ veel succes in de toekomst!*

Nou, ondertussen train ik al vijfmaal per week. Alleen op dinsdag niet. Ik ben ook geselecteerd voor een speciale wedstrijd, als enige van KZK: het Open Belgisch Jeugdkampioenschap in Charleroi. Hopelijk steekt het coronavirus daar geen stokje voor. Het is momenteel allemaal CORONA wat de klok slaat. Hallo koekoek! Jakkies!

Nog even en de lente is weer in het land. Met ons vijfde leerjaar gaan we op zeeklas aan de Belgische westkust. Vlak daarna volgt het jaarlijkse familieweekend op de Polderhoeve, ook aan zee, even verderop, een twintigtal kilometer oostelijker. Dat wordt dus weer een heleboel water. Juf Ophelia verwacht na de zeeklas een spreekbeurt van ons. Die moet gaan over een of ander aspect van de Noordzee. Ik ga voor de garnalen. Ondertussen zijn er ook alweer zwemwedstrijden: in Diksmuide en in Oostende. Mijn oma checkt soms of ik misschien al zwemvliezen tussen mijn tenen heb. Al dat water... En o, nog een leuk nieuwtje: Imani zit nu ook bij het jeugdteam van KZK.

Ik ga met mijn pa naar het sportwarenhuis om mijn zevende zwempak te kopen. Het regent al dagen aan een stuk pijpenstelen. Ik zou mijn nieuwe pakje beter al onmiddellijk aantrekken.

## HOOFDSTUK 5

### GEEN TIJD MEER

13 maart 2020: laatste training. Het zwembad sluit zijn deuren tot minstens 3 april door de pandemie van het coronavirus! Mijn ma en ik zijn ook samen ziek. We genezen gelukkig wel, maar de hele wereld ligt nu plat. Er mag bijna niks meer. Geen zeeklas dus. Geen Polderhoeve. Wereldwijd sterven ook mensen. De lessen op de scholen zijn geschrapt, maar er is wel opvang voor bepaalde leerlingen van wie bijvoorbeeld de ouders een verzorgend beroep hebben. Elke dag krijgen we huiswerk op, via de computer. Soms moeten we het ook printen. Broer Leo heeft al eens een van zijn uitgeprinte opdrachten helemaal verkreukeld. Ma moest die strijken om de tekst weer te kunnen lezen. En wat kun je als atleet doen? Als zwemmer? Thuis trainen? Droogzwemmen? Ik moet me fit zien te houden. De coaches van KZK zenden me ook oefeningen en raadgevingen voor thuis. Jammer genoeg zal de stage in Tenerife in het water vallen. Die zou normaal in de paasvakantie doorgaan. Ik mocht mee. Omdat we met grootouders ook beter geen contact hebben, wegens besmettingsgevaar, skypen we af en toe. Een week na de Grote Sluiting staan we in een krant: broer Leo en ikzelf. Een journalist is ons komen interviewen over 'Kinderen in Coronatijden'. Ik heb verteld dat ik als kampioen het zwemmen erg mis. Leo heeft over gamen gepraat. Een leuk artikel. We zijn nu zo'n beetje BV. Het wordt bijzonder druk op onze What's Apps.

PS Specialisten beweren dat het tien weken zal duren vooraleer het weer wat normaal wordt. Dat is verdorie langer dan een grote vakantie! In China begint het stilaan beter te worden, maar in Italië en Spanje is het heel erg. Honderden mensen sterven. Velen

zijn ziek. De Intensieve Zorgen liggen overvol. Ons eigen land heeft intussen zijn grenzen gesloten. En het wordt lente...

De ellende blijft duren. Ma werkt thuis – ze heeft een belangrijke controle: ‘audit’ noemen ze dat. Pa is, zoals ondertussen al meer dan een miljoen Belgen, technisch werkloos. We stappen ongeveer elke dag een zeven à acht kilometer. Soms in de natuur, soms door de lege straten van de stad. Kortrijk lijkt nu op Pompeï: de stad die lang geleden stonde toen alles en iedereen plotseling onder de lava kwam. De scholen zullen waarschijnlijk niet meer opengaan tot volgend schooljaar. De minister van Onderwijs zoekt gratis laptops bij bedrijven. Hij wil die geven aan kansarme kinderen om thuis te kunnen leren. Ik verlang naar water, veel water om mij heen.

En het blijft maar duren. We zijn ondertussen al 1 april. Ik leef nog altijd op het droge. Nee, dit is geen grap. Soms doen we een kampvuurtje in de tuin. Elke vlam schreeuwt een verhaal. Mijn andere opa (hij die dit boek niet schrijft) is in Gent geopereerd aan zijn hart. Het is goed gelukt. Na de paasvakantie krijgen we (nog altijd thuis) vier uur per dag nieuwe leerstof. Een gezin met maar één (of geen) computer of tablet zal het moeilijk hebben. Ondertussen (het weer wordt wat beter) hebben mijn broer Leo en ikzelf een nieuwe sporttak uitgevonden: waterbadminton. We staan ieder in een bak water en slaan de shuttle zo naar elkaar. Ook magneetvissen staat op het programma. Je ziet: ik onderhoud mijn watersporten. Onze pa organiseert ook elke week een tuinvoetbalkampioenschap. Op vrijdagavond wordt het resultaat bekendgemaakt.

Coach Chantal heeft laten weten dat de trainingen misschien in juli hervat worden. Alles moet van vooraf aan weer opgebouwd worden. De Belgische Jeugdkampioenschappen gaan uiteraard niet door. De bekende zwemmer Pieter Timmers stopt nu ook onmiddellijk met topsport. Dat heeft hij eindelijk beslist. Hij gaat dus niet naar de (uitgestelde) Olympische Spelen, waar hij nog een laatste keer wou schitteren. Thank you, Corona!

1 mei: droog. 9 mei: even brengt het nieuwe tuinzwembad bij Imani redding. Het is een blij weerzien op een zonnige zaterdag. Met een stevig stuk elastiek kunnen we af en toe aan de slag. 15 mei 2020 wordt de nieuwe 1 september: de eerste, tweede en zesde leerjaren van de lagere school krijgen weer (voor een stuk) les. Ik dus niet (vijfde leerjaar); broer Leo ook niet. Na 15 mei blijft alles nog altijd droog, maar op een andere manier: driemaal per week krijgen we met ons jeugdteam onze speciale ‘droogtraining’. Die zal doorgaan in de sporthal van een nabijgelegen stadion. Bij mooi weer buiten. Dat is dus al iets.

Vanaf de tweede helft van coronamei 2020 wonen Leo en ik om de week beurtelings bij pa en ma. Je begrijpt vast wel wat ik bedoel. Er is dus nog van alles gebeurd ondertussen. Het valt niet echt tegen. Het wordt wennen. Maar dit verhaal gaat over zwemmen. Ik verberg mijn waterlanders.

Vrijdag 5 juni 2020: na twaalf weken coronacrisis mag ik eindelijk weer naar school. Een en ander mag ook weer vanaf maandag 8 juni, maar de zwembaden kunnen pas weer open vanaf 1 juli. Balen, balen, balen.

Woensdag 1 juli 2020: Dag van mijn Bevrijding.

Eindelijk weer het water in! Ik train nu elke dag, ook op zaterdag, van 's ochtends al. De bekende schoolslagzwemster Fanny Lecluyse komt deze eerste week van ‘het nieuwe normaal’ langs. Normaal traint ze in het bad in Moeskroen. Ik prijkt met haar

op een foto. Ondertussen stapelen mijn kilometers zich weer op. Er zijn ook een paar nieuwe jeugdteamleden: Eva en Lore.

In de loop van de zomer steekt die stomme coronabesmetting weer de kop op. Iedereen moet voortdurend een mondkapje op. Toch organiseert KZK op een zaterdag eind juli de Corona Cup, met de eigen atleten. Ik word tweemaal derde in de 25 m en de 50 m vrije slag (met Eva, Imani en Caroline) en tweemaal eerste in de 25 m en de 50 m schoolslag (met Marit, Lore en Eva). In een van de zomertrainingen versla ik iedereen in mijn team in een afvallingswedstrijd, zodat ik het uiteindelijk (omdat ik overschiet) tegen de oudere jongens moet opnemen. Ik kan een eind goed mee, maar dan moet ik afhaken.

In de tweede golf van de coronabesmetting mogen de mensen maar een bubbel van vijf contacten hebben. Iedereen heeft nu bubbelpraat. Nou, mijn waterbubbel bestaat deze zomer voorlopig en vooral uit zwemvriendinnen. Ik ben bijvoorbeeld veel bij Imani, want daar kun je ook wat trainen in het water, met zo'n vreselijke elastiek. We willen samen de Olympische Spelen bereiken. Midden augustus van het coronatijdperk ontspan ik eerst nog drie dagen met mijn oma en opa en mijn broer op De Polderhoeve aan de kust. Ik help er van 's ochtends vroeg bij de koeien met boer Koen en zijn zoon Samuel. Goed voor de fysiek.

## **HOOFDSTUK 6**

### **HEROPENING DER SCHOLEN EN DER WATEREN**

Dinsdag 1 september 2020 proberen alle scholen weer gewoon te openen, na zes maanden epidemie. Enkele scholen doen dat een week later, wegens recente besmetting. Ook de wateren worden heropend. Ik train nu elke dag weer, tenzij de dinsdag en de zondag. In het eerste oktoberweekend zwem ik de 100m vlinderslag en de 200m wisselslag, een week later in Tielt de 400m vrije slag. Ik werk stevig aan mijn vlinderslag.

En yes! Ik ben geselecteerd (samen met Jutta, ook van KZK) voor het Future Team Vlaanderen. Jammer alweer dat een heleboel zaken door het coronavirus niet kunnen doorgaan: stages, leuke verplaatsingen...

En lap! Peesontsteking aan de linkerschouder. Misschien train ik wel te veel: nog altijd vijfmaal per week, in totaal een volle dag. Ik krijg aparte behandeling van een man met een moeilijk woord, iets met fysio, en van de KZK-kinesist. Door de problemen met mijn schouder mag ik van hoofdcoach Chantal een zaterdagtraining spijbelen (zwemmen tegen de tijd). Jammer genoeg vallen ook de weekendwedstrijden van begin oktober in Oostende daardoor in het water.

Het zijn moeilijke tijden. We trainen niet alleen hard, maar de corona-epidemie blijft hardnekkig. Die duurt nu al zeven maanden. Onze club, KZK, moet ook in deze barre tijden rond zien te komen. Maar er mag niet veel georganiseerd worden om aan centen te geraken. Bij de zeldzame wedstrijden zijn geen toeschouwers toegelaten. De jaarlijkse KZK-quiz moet ook helemaal gehoorzamen aan de coronawetten: bubbels,

mond-en-neusmaskers, sociale afstand. Niet echt leuk dus. Maar... het is voor iedereen gelijk. In het water wordt iedereen nat. Wist je dat?

O ja, nog iets. Dit boek gaat over water en zwemmen. Maar af en toe moet ik ook iets signaleren dat zich op het droge afspeelt. Twee feiten die ik wil vermelden. Eén: ik volg mijn zesde (en laatste) jaar lager onderwijs bij de fantastische meester Jan... waar ik buiten de school 'oom Jan' tegen zeg. Hij is eigenlijk de jongste broer van mijn oma (de vrouw van opa Schrijver), maar hij is ondertussen ook al aan zijn laatste jaar als onderwijzer bezig. Mijn jaar dus! Twee: kunstenaar Maya werkt niet meer aan de balie. Ze doet iets anders. Misschien heeft ze nu meer tijd voor kunst met waterverf. Ik heb door mijn peesontsteking en mijn afwezigheid op de wedstrijden in Oostende nu ook wat extra tijd om cupcakes te bakken voor oma. Ze gaat namelijk met pensioen. Ik woon ondertussen om de week bij ma in de Pluimstraat. Ik hoop dat ik binnenkort weer een pluim op mijn hoed mag steken. Snap je? Ik ben een waterrat die graag aan de tijd zou knagen.

Eigenlijk wordt het er niet beter op. Als de herfst aanbreekt, worden de coronamaatregelen alweer strenger. Ik mis bovendien door mijn schouderprobleem niet alleen de wedstrijden in Oostende, maar ook al die in Tielt. En misschien nog meer. Ik mag namelijk een week lang niet trainen. Op school word ik plotseling kortademig, en moet ik vaak hoesten. Pa komt me ophalen. Nee, het is geen corona. Door de peesontsteking krijg ik ook problemen met mijn middenrif, mijn ribben dus. Dat heeft met elkaar te maken. Ik krijg nu ook tweemaal per week kine thuis. Dat wordt minstens een week op het droge dus. Bedenking: train ik misschien te veel?

Mijn zwemmaatjes Eva, Jutta en Imani doen het op de wedstrijden in Tielt goed. Op de 400m vrije slag wint Imani zelfs goud. En ik mag weer aan de slag in het water, na een week droge quarantaine. Tijdens een oktoberweekend in Brugge, vlak voor de coronamaatregelen weer stevig verstrengen, is het weer eens mijn beurt: herfstkampioenschappen! Eindelijk kan ik weer wat wedstrijden zwemmen. De toeschouwers mogen toekijken van achter glazen wanden. En het gaat goed voor mij. Ik word tweemaal eerste in mijn reeks: op de 100m schoolslag doe ik het 6 seconden beter dan mijn vorige tijd; op de 100m crawl knaag ik er nog 2 seconden af. Hallo koekoek! Op zondag, de tweede wedstriiddag, word ik eerste op de 200m schoolslag. Ik verbeter hier mijn tijd met 10 seconden. Daarna zwem ik mijn vierde wedstrijd: 100m rugslag. Hier eindig ik derde in mijn leeftijdscategorie en verbeter ik mijn tijd met 11 seconden. Omdat er geen aparte leeftijdsreeksen voor elfjarigen opgemaakt worden en er dus ook iets oudere deelnemers meegerekend zijn, zijn mijn eerste plaatsen niet echt gouden medailles. Toch ga ik met een bronzen naar huis, voor een derde plaats in het totaalpakket van de 100m schoolslag. Het belangrijkste is dat ik enkele (vier!) van mijn tijden serieus verbeterd heb. Nou: wat zeg je daarvan, Vadertje Tijd? Weekend geslaagd! Noot: ook mijn vriendin Imani doet het prima. Ook hoofdcoach Chantal is tevreden. Lees maar op Fb.

*Chantal D.*

*Beheerder*

*KZK op de provinciale herfstkampioenschappen.*

*19x goud 13x zilver 10x brons! Totaal 42 dus 🏆*

*Mooie tijden, vele tijdsverbeteringen, mooi resultaat, véél grinta! Proficiat allen 🙌🙌🙌*

Het daaropvolgende weekend doe ik op aanraden van mijn coach niet mee aan de wedstrijden in Gent. Mijn schouder mag niet overbelast raken. Ik zie weer in berichten op FaceBook van coach Chantal dat mijn zwemvrienden het er uitstekend doen: Jutta, Jules, Eva, Jonah, Imani. Jules wint zelfs zijn eerste rugwedstrijd op zaterdag. Ondertussen doet onze club KZK een take-away actie met spaghetti, om centen in het laatje te brengen. Door de strengere coronamaatregelen kunnen mensen niet meer uit eten, en de club heeft geld nodig. Het blijven moeilijke tijden.

En lap... het is weer zover eind oktober van het rampjaar 2020: bijna alles gaat dicht, ook de zwembaden. De scholen blijven wel open, soms gedeeltelijk. Wat wordt alles weer droog. Ik ga weer cup- en mugcakes bakken met mijn oma. En ik schaak eindelijk weer eens: een partij tegen opa. Raad eens wie won?

In november van het rampjaar 2020 krijgen we van KZK en van Future Team oefeningen om thuis te doen. Leuk is anders, hoor. Zo in je eentje... op het droge... Ik snak naar water. En dan komt er weer een stukje bevrijding: vanaf 1 december gaan de zwembaden weer open... We beginnen weer opbouwend te trainen. Er is ondertussen ook nog heel onverwacht leuk nieuws: mijn mama heeft een huis gekocht vlak bij het zwembad! Misschien verhuizen we over enkele maanden al. Om de week ben ik dus buurvrouw van het water.

Het rotjaar 2020 is nu bijna gedaan. Eind december, na de schoolproeven, trainen we zoals gewoonlijk, maar zonder de gezellige drukte. Corona bepaalt nog alles en iedereen. Bovendien zijn het de donkerste dagen van het jaar. Gelukkig is er nog de kerstverlichting in de stad. Ook voor mijn schoolresultaten zijn het geen hoogdagen. Ik zal moeten bijspijkeren. Maar dit verhaal gaat over zwemmen hé...

## HOOFDSTUK 7

### EEN VERS JAAR

| BUBBEL DOBBEL STEEL SPEL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>&gt; ZW 1 = dobbelsteen → ogen = punten<br/>         &gt; ZW 2 = dobbelsteen → ogen = afstand<br/>         1 = 50 2 = 100 3 = 150 4 = 200 5 = 300 6 = 400</p> <p>&gt; ZW 3 = kleurdobbelsteen<br/>         geel = VL geel = RG rood = SS blauw = CR zwart = WS wit = vrijgesteld</p> <p>&gt; ZW 4 = dobbelsteen<br/>         1 &amp; 3 = SW 2 = K 4 = P 5 = K keuze 6 = keuze</p> |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| BUBBEL<br>1 d 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BUBBEL<br>3 d 4                                                                                                                                                                                                             | BUBBEL<br>5 d 6                                                                                                                                                                                   | BUBBEL<br>7 d 8                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 3 x 100 WS SW<br>2 x 100 K CR SW<br>6 x 300 VRIJG.<br>2 x 200 CR Pull<br>4 x 500 SW<br>3 x 300 VRIJG.<br>6 x 50 VL Kick<br>5 x 300 VRIJG.<br>X<br>1400 SWIM<br>4200 VRIJG.                                                                                                                                                                                                           | 2 x 50 VL SW<br>1 x 50 CR SW<br>3 x 100 WS SW<br>2 x 100 WS KRUZE<br>1 x 400 RG SWIM<br>6 x 200 CR SWIM<br>5 x 50 VL Pull<br>4 x 100 VL Kick<br>5 x 400 SWIM SS<br>JOKER 5400<br>3 x 300 SS SWIM<br>3 x 100 RG SWIM<br>8-50 | 2 x 150 RG SW<br>1 x 50 WS KRUZE<br>4 x 150 CR SWIM<br>3 x 400 VL Pull<br>4 x 150 CR Pull<br>6 x 200 VL Kick<br>6 x 50 RG SW<br>3 x 100 VRIJG.<br>6 x 200 WS KRUZE<br>131<br>4950<br>4350<br>8-50 | 5 x 150 CR Kick<br>2<br>6 x 50 Kick SS<br>1 x 400 WS Kick<br>1450<br>1 x 400 SS SWIM<br>1850<br>3 x 150 VL Kick<br>2<br>2350<br>1 x 200 VRIJG.<br>2650<br>1 x 200 WS SWIM<br>2850<br>5 x 300 VRIJG. 4350<br>4 x 150 VL Kick<br>4950<br>SWIM 3450<br>VRIJG 1500<br>2011 |

Onze eerste (dubbele) bubbeltrainingen van het nieuwe jaar zitten erop, op zaterdagochtend vroeg en zaterdagmiddag. Kijk maar naar het (on)geluksschema hierboven!

Op de tweede dag van het verse jaar word ik twaalf. Twee maanden later wordt het coronavirus één jaar, in maart. Het gaat nog altijd niet goed. Er is zelfs een zeer besmettelijke Britse variant van het virus. Maar een ander v-woord geeft nu sinds kort wat hoop: vaccin. Men is overal ter wereld begonnen met het vaccineren tegen het virus. Niet iedereen tegelijk natuurlijk. Dat is onmogelijk.

Onze trainingen gaan door zoals gewoonlijk. Nog altijd een sapje en een koekje in opa's auto. Of die van ma of pa. Alleen op dinsdag en zondag niet. Voor de rest... valt alles in het water. Ondertussen is Joe Biden president van Amerika geworden. Ik ben blij dat we van die rare Trump af zijn. Er ligt wel een hele oceaan tussen ons, maar pas op hé: ik kan redelijk goed en lang zwemmen.

In februari verhuis ik naar ma's nieuwe huis vlak bij het zwembad. Om de week doe ik dan alles te voet. Lekker vlakbij. Broer Leo kan er fietsen en skaten op de terreinen vlakbij. Er zijn ook banken en water (een stroompje, een poel) en groen om gezellig bij rond te hangen. Eind januari worden plotseling twee trainingen geschrapt: in de club is er iemand die waarschijnlijk een coronaverdacht contact heeft gehad. We wachten twee dagen in spanning. Het loopt goed af; we mogen verder trainen. En ondertussen komt er toch nog meer water, in de vorm van regen: de kelder van ons voorlopige huurhuis komt onder water te staan. En enkele dagen later... sneeuw. Op de laatste zaterdagochtend van een dagenlange koudegolf – ik moet al om zes uur uit de veren – zwem ik drie eerste plaatsen (op drie) in een onderlinge KZK-weekendwedstrijd tegen de tijd. Mijn tijden zijn goed.

In zo'n tweede digitale weekendwedstrijd hier in Kortrijk verbeter ik mijn 200m rugslag met 13 seconden. Op de 100m schoolslag sta ik niet op tijd klaar. Ze moeten me komen halen. Gevolg: 2 seconden erbij... Ja, ik ben nog altijd een woelwater. Maar ik herpak me op de wissel: hier gaan er 12 seconden af. Ondertussen woon ik al (om de week) vlak bij het zwembad. Ik heb een gigagrote zolderkamer voor mezelf. Er is helemaal geen oplapwerk meer nodig; alles is piekfijn in orde. Ik kan zo al onmiddellijk nadenken over hoe ik mijn meubeltjes zet.

Voor de derde coroniale digicup van KZK zwem ik 50m rugslag, 100m vrije slag en 100m vlinderslag. Het wordt gelivestreamd voor wie op zaterdagochtend vroeg wil opstaan. Mijn digicup kan niet meer stuk: hoewel ik in de tabellen telkens als laatste word vermeld (de V van Vincke), word ik in deze derde KZK-competitie driemaal eerste. Dat is dus ook de V van Victory. Ik vestig ook telkens een persoonlijk record: 37.65 op de rug, 1.24.05 op de vlinder en 1.10.00 op de vrije.

Wanneer ik op een ochtend wakker word en merk dat ik vliezen tussen mijn tenen heb en een vin op mijn rug en door een paar kieuwen adem en bij het ontbijt alsmaar van blub blub blub doe met mijn mond, wees dan niet verbaasd. Ik kom alleen nog uit het water om verplicht school te lopen, verplichte coronavakanties te nemen en de nachten in mijn bed door te brengen. Misschien kan een oppasser mij voederen van op de rand van het zwembad? Maar liefst niet met van die vreselijke schoolbroccoli.

Midden april, de laatste zaterdag van de paasvakantie: teambuildingsdag in De Gavers Harelbeke. Geheim. (Als ik het verklap, is het geen geheim meer). En zaterdag 1 mei zijn er weer eens wedstrijden, binnen onze KZK-club. Ik zwem 50m vlinder, 100m rug en 200m vrij. Op alle drie verbeter ik mijn tijd stevig, met veel seconden. Ik heb ook

iets om naar uit te kijken, eindelijk, want de coronacrisis blijft maar duren: de eerste twee weken van juli ga ik met KZK op zwemstage in Oostende. Voorheen zijn al stages in Tenerife en ook Oostende in het water gevallen. Dan zwijg ik nog over wedstrijden en de speciale trainingen van Future Team waar ik voor uitverkozen was. Nog iets: het Belgisch Jeugdkampioenschap lonkt. Volgens mijn trainers behoor ik tot de beste acht zwemmers van België in mijn leeftijdscategorie van 11-12-jarigen. Een medaille op de 400m vrij zit er volgens hen in, zoals op het Vlaamse Jeugdkampioenschap in Antwerpen. Ze hebben mijn pa al aangeraden een hotel te boeken. Dat BJK vraagt wel veel inspanningen. De extra trainingen hiervoor vallen namelijk in onze zomerse vakantie-week aan zee in Nieuwpoort, elke voormiddag... in Kortrijk. Mijn pa ziet het wel zitten om elke dag heen en terug te rijden van K naar K: Kust en Kortrijk.

Weet je het nog? Ik ben ook geselecteerd voor het Future Team in mijn leeftijdscategorie. Nu is het eindelijk eens zover. Op de laatste maandag van mijn laatste jaar in de lagere school (bij meester Jan, ook mijn oom) mag ik vrij nemen als topsporter: ik trek naar Wachtebeke voor een eerste meeting met het Future Team. Een interessante dag, met getuigenissen van oud-olympiërs, allerlei informatie en kennismaking natuurlijk. De avond erna neem ik afscheid van mijn lagere school (feestje!), om dan de dag erop te vertrekken voor een veertiendaagse stage in Oostende.

De stage in Oostende valt geweldig mee. Er zijn ook leuke ontspannende dingen gepland, zoals een optutavond. Ik draag er mijn jurk en blazer zoals op mijn laatste dag in de lagere school. Ik heb op stage maar één avond wat heimwee. Eén schaduwzijde: ik heb het weer aan mijn schouder. Ik krijg nu elke dag kine, werk mijn programma voor juli af, maar moet heel augustus op het droge blijven, enfin: niet trainen. Dat is natuurlijk slecht nieuws voor mijn limieten en het Belgisch kampioenschap. Bepaalde slagen mag ik voorlopig helemaal niet zwemmen. Het zijn net mijn beste slagen. Na de stage neem ik weer drie dagen vakantie in de Polderhoeve aan zee, waar we elk jaar verblijven. Met oma, opa en nonkel Marius. Ik help 's ochtends vroeg bij de ontbijten met boerin Anje en de hele dag bij de koeien met boer Koen en mijn broer Leo. Dit keer zijn ook Flo en Arjen mee, mijn 'nieuwe' broers. Ik kan ze nog wat leren van het boerenbedrijf. Ik wil nu ook leren melken met machines. Maar... nou: wat je 'vakantie' noemt. Tweemaal ook ('s morgens, 's avonds) word ik door opa schrijver over en weer gebracht naar het zwembad in Kortrijk, waar ik de verplichte trainingen doe. Ondanks mijn schouder. Het leven van een topatleet? Nou moe... hallo koekoek!

Zaterdag 24 en zondag 25 juli 2021: dag van de limieten voor het Belgisch kampioenschap oftewel selectiewedstrijden Belgisch Zomercircuit. Hier in Kortrijk, korte baan (25m dus). Er nemen een zevental zwemclubs aan deel. Eigenlijk ben ik ook doodmoe, na drie dagen Polderhoeve. Ik stond elke ochtend om 5u30 op om te helpen bij het ontbijt en bij de koeien. Bovendien is mijn linkerschouder misschien een extra hindernis. Bij sessie 1 eindig ik als eerste bij mijn twee wedstrijden, de 100m vrije slag en de 100m schoolslag. Ik zet een nieuwe toptijd neer op de 100m vrije slag: 1:06.41, zes seconden beter dan mijn vorige tijd. In de namiddag verloopt ook mijn derde wedstrijd prima, de 200m wisselslag: voorheen 3:07, nu 2:44, en dit keer zilver. Op zondag doe ik er weer drie: 100m rug, 100m vlinder en 400m vrij. Het levert een tweede, een derde en een tweede plaats op. Als Vlaams kampioene op de 400m vrij verbeter ik mijn tijd nog met ettelijke seconden. Voor mijn vlinderslag krijg ik voor de eerste keer een tijd: 1:23. Mijn schouder heeft me geen parten gespeeld. Nieuws over de selecties volgt nog. Dit weekend heb ik wel af te rekenen met een zeer sterke zwemster (Satheen) uit Mouscron/Moeskroen. Ik ben haar een paar keer voor, en zij is mij iets meer dan een paar keer voor. Ik ga toch naar huis met zes medailles. Op maandag is er weer veel

water: het regent hevig. Enkele dagen geleden waren er overstromingen in ons land. Wat een zomer. Ik ga koekjes bakken. En afwachten: mag ik? Mag ik niet? Ondertussen zijn er ook de Olympische Spelen in Tokyo, zonder publiek, wegens corona. Ik zie wereldzwemmers in het water plonzen. Over Tokyo gesproken: mijn streekgenote Fanny Lecluyse zwemt er de finale 200m schoolslag. Voor het eerst sinds Brigitte Becue in 1996 (ook al een streekgenote) staat er weer eens een Belgische vrouw in een olympische zwemfinale. Ik lees hierover in een krant: *'Voor het Belgische zwemmen betekent dit helaas bitter weinig. De sport snakt naar nieuw bloed en nieuw perspectief'*. Ze bedoelen ook dat het voor Fanny de laatste Olympische Spelen zijn. Wie volgt de viervoudige Belgische recordhoudster op?

Ik mag! Ik mag mee naar de Belgische Kampioenschappen in Antwerpen voor de 100m schoolslag. Het volgende weekend al. Achttien jonge zwemmers/zwemsters van KZK mogen naar het BK. En o, wat merk ik op vrijdagavond in de tabellen (en op hotel in Antwerpen, met mijn pa Frank): mijn nieuwe grote rivale Satheen zit morgen ook in mijn reeks...

Ik eindig dit hoofdstuk met een vijfde plaats (op zestien deelnemers) op de 100m schoolslag in de Belgian Summer Finals, ofte het Belgisch Kampioenschap. Mijn oma uit Heule brandt vlak voor de wedstrijd (te volgen op YouTube) een kaars voor de Heilige Rita en probeert de heilige madam ook een badmuts op te zetten, maar dat lukt niet. Ze draagt al een kap. Ligt het daaraan of aan mijn kaduke schouder dat ik eens geen medaille haal? Ik doe er vandaag 4 seconden langer over, maar mijn vorige (betere) tijd zwom ik in een 25m-bad, waar je een paar keer meer kunt afstoten en snelheid winnen. Mijn start is ook niet goed, en ik heb te lang gewacht om voluit te gaan. Mijn concurrente van het vorige weekend (Satheen) eindigt nu achtste in mijn reeks, maar er zijn dus nog andere goede zwemsters waar ik mee te maken zal krijgen.

Augustus breekt aan: ik mag/moet de hele maand lang niet trainen om mijn linkerschouder even rust te gunnen. Daarna plons ik er weer in. Eerst nog wat vakantie nemen, aan zee en in de Ardennen. Op 1 september 2021 begin ik weer te trainen, na een volle maand zoetwaterdroogte. Ik duik weer elke dag (tenzij op dinsdag en zondag) het water in, op zaterdag zelfs tweemaal. Ook mijn schoolloopbaan kent een nieuwe start. Ik volg nu de middelbare ZOOM-opleiding aan het Atheneum in Kortrijk. Het is een heel modern en flexibel leersysteem. We trekken de tweede week al drie dagen op uitstap naar de polders. Ik mag ook tijdens de gewone schoolzwemlessen mijn oefeningen van de clubtraining en het Future Team doen.

## HOOFDSTUK 8

### EEN NIEUWE START

Mijn eerste echte wedstrijd na lange tijd is de herfstmeeting in Waregem. Ik word er eerste in de 50m vrije slag en verbeter mijn tijd met 6 seconden. Mijn 50m schoolslag: idem. Hier ga ik 7 seconden sneller dan voorheen. De bekende zwemster Fanny Lecluyse wint er ook haar wedstrijden. Twee weken later word ik tweede op de 400 m vrij in Tielt. Ik verbeter mijn vorige tijd met 13 seconden.

Ik heb ondertussen al zoveel medailles dat ik een plan heb. In elk familiehuus waar ik kom (opa/oma Heule, opa/oma Sint-Denijs, pa, ma, en nog enkele) laat ik enkele medailles achter. Zo heeft elk huis een aardig souvenir van mijn jonge zwemjaren. Nog leuk nieuws: misschien krijg ik binnenkort training van de bekende zwemster Fanny Lecluyse! Maar mijn schouder hindert me ondertussen weer een beetje... Broer Leo heeft nu ook gekozen voor sport: voetbal. Hij scoort na enkele weken training zijn eerste doelpunt! Als spits.

De herfst van 2021 bestaat voor mij onder andere uit wedstrijden elk weekend. Een van de moeilijkste zaken hierbij: je met de hulp van iemand anders in het wedstrijd-zwempak wurmen. Vooral de kont vormt hierbij een probleem. Een ander vervelend iets: soms moet je uren wachten op de uitreiking van de medailles. Ja: zwemmen heeft veel met tijd te maken.

Volgende weekendhalte: Brugge, provinciale kampioenschappen. Hier ben ik al eens geweest. Ik win er eerst de 100 m vrije slag van 29 mededingsters. Totaalscore: uiteindelijk vijfmaal een eerste plaats! Cijfers en seconden gaan vervelen. Ik schrijf het nu zo: een gouden dag.

Kijk maar. Toch even een kopietje uit de KZK-site.

Vincke Wilma:

100 vrije slag 1 1:07.56 - 1:12.59 115% P(ersoonlijk) R(ecord). 10,2 Pnt.

400 vrije slag 1 5:16.31 - 5:33.93 111% PR. 8,5 Pnt.

800 vrije slag 1 11:03.72 --.-- PR. 8,0 Pnt.

100 schoolslag 1 1:27.87 - 1:26.53 97% 7,9 Pnt.

200 schoolslag 1 3:07.50 - 3:19.73 113% PR. 8,5 Pnt.

En weer steekt dat Coronaspookvirus de kop op. Er komt een vierde golf van besmettingen. Ook in onze KZK-zwemclub. Ik word getest en moet worden gevaccineerd. Mijn ma heeft lang getwijfeld of ze mij zou laten inenten. Het moet er nu uiteindelijk toch van komen. Valt mijn volgende zwemweekend in het water?

Nee, maar mijn schouder speelt me weer parten. Ik zwem 'maar' één bronzen medaille in Gent (twee wedstrijden). Is het water in Gent misschien te traag? Balen. Na de herfstvakantie (met alweer vernieuwde coronamaatregelen plus enkele dagen in de Ardennen) is er hier in Lago Kortrijk het zwemweekend van de Vlaamse Kampioenschappen. Ik neem er aan vier wedstrijden deel: 200 m schoolslag, 50m rugslag, 100m vrije slag en 50m vlinderslag. Hoewel ik individueel, per wedstrijd, goed zwem (eerste, derde... ) en weer enkele seconden van mijn tijden afbijt, ben ik niet tevreden. Ik zit namelijk niet in de finale wisselslag. Het is een ingewikkeld puntensysteem: Fina heet het ding. Ze houden rekening met basistijden en de top tien aller tijden. Mijn vriendin Imani komt wel in de finale. En Alex. Het zijn de enige van KZK. Een leerschool. Ook daarmee moet ik leren omgaan. Hadden ze bijvoorbeeld dat andere puntensysteem gebruikt, 'Rudolf' genaamd, dan was ik waarschijnlijk in die finale geraakt. Het hangt namelijk ook af van het aantal 'betere' seconden dat je telkens zwemt. Maar je kunt toch niet altijd een boel seconden beter zwemmen hé. Het houdt wel eens op. Inge-wikkeld hoor! Op zondag help ik als 'crew member' alles in goede banen leiden. Dan zwemmen de 13-14-jarigen. Ik vervang hier ook wel een beetje mijn pa, die zich eerder

had opgegeven als helper maar plotseling besepte dat zijn dochter die zondag nog geen 13 jaar was...

Even een korte uitleg over het puntensysteem van op het internet: *Zo zie je dat je elk jaar opnieuw behoorlijk sneller moet zwemmen om dezelfde punten te behouden én veel sneller om je punten te verhogen. Hard aan techniek werken is hier zeker de boodschap.*

Het zwemweekend in Oostende gaat aan mijn neus voorbij. Coach Chantal vindt het beter dat ik niet zwem met een geprikte arm. Ik krijg namelijk mijn tweede inenting de vrijdag vlak voor het wedstrijdweekend. Goed nieuws: broer Leo heeft voor het eerst gescoord voor zijn voetbalploeg KOG Stasegem. Maar plotseling alweer slecht nieuws: we moeten met z'n allen bij pa in quarantaine. Geen school, geen zwemmen, geen tweede spuit. Ik draag verdorie altijd mijn mondkapje!

Gelukkig sleept dit maar anderhalve week aan... Ik duik na enkele saaie dagen alweer de woelwateren in...

Het Provinciaal Criterium gaat hier in Lago Kortrijk door, in het sinterklaasweekend. Ik word eerste in de 400m vrij (2 seconden eraf) en tweede in de 200m wissel (ongeveer zelfde tijd). Het duurt een tijdje vooraleer ik definitief weet hoe het zit, want ik zwem mijn wedstrijden mee met zwemmers in een oudere categorie. Je kan dus met een negende plek eerste worden... Snap je?

Tweede kerstdag, Kortrijk. 200m schoolslag: eerste plaats met 2.58.83 en 200m wissel: eerste plaats met 2.43.34. Een topdagje na de kerstfeestjes...

En... een blijde boodschap op de site van KZK:

#### **FANNY LECLUYSE VERVOEGT TRAINERSTEAM VAN KZK**

*Na haar prachtige carrière als topzwemster kunnen wij met trots aankondigen dat Fanny vanaf 2022 het trainersteam zal vervoegen. Welkom (terug) in de club!*

We besluiten het tweede coronajaar (oftewel het rotjaar 2021) met een stagedag in ons eigen zwembad hier in Kortrijk. Fanny Lecluyse is al van de partij. Op dezelfde Lago-site op Kortrijk-Weide (waar ik tijdens de mamaweken vlakbij woon) stoken we met oudjaar een kampvuur. Daarna steekt mijn pluspa Thomas vuurwerk af. Begin januari zwem ik vier wedstrijden in Antwerpen. Maar eerst, op 2 januari, word ik dertien jaar. Dat betekent dus weer knokken, want ik beland in een hogere leeftijdscategorie... Dat knokken begint al in de voorafgaande tweede week van de wintervakantie: ik train elke dag tweemaal en daar bovenop de hele donderdag, als voorbereiding op die eerste zondagwedstrijden in Antwerpen. Lees maar wat trainer Andrew schrijft:

*De tweede stagedag van deze vakantie. Ochtendtraining met dobbelsteenspel. Aansluitend gingen we naar Athena Kortrijk voor een uiteenzetting van psychologe Inez Swinnen over stress bij sporters. Heel praktisch en interessant! Na het middagmaal in Lago was er een laddercompetitie. Bij de oudere zwemmers werd Remi de winnaar voor Thibaut en Thomas. Bij de jonge zwemmers won Jonah voor Thibo en Imani. We sloten de dag af met een tweede training in het zwembad. Het was een superleuke maar pittige dag! Zowel voor zwemmers als trainers.*

Droevig nieuws in de Vredelaan, bij mijn pa: onze poes Pistache is gestorven. Hij was in behandeling bij de dierenarts. Het hielp niet meer. Ook de andere poes, Rudy, treurt om hem. Hij zoekt hem voortdurend. In mijn ander huis, in de Meersstraat bij ma, woont

gelukkig ook nog Pickles, ofte de zwarte Picky. Soms verhuurt mijn ma haar huis als airbnb, de week wanneer broer Leo en ikzelf bij mijn pa wonen. In die dagen gaat Picky dan even op reis in de omgeving, waar hij een tweede verblijf heeft in een oude sofa die buiten in een tuin staat. Hij voelt zich precies niet thuis bij vreemdelingen in zijn huis. Leo wil uit verdriet om Pistache zaterdag niet voetballen. Hij is nochtans door de trainer opgesteld in de ploeg, als aanvaller. Ik treur natuurlijk ook, maar ik zal het anders doen: ik zwem in Antwerpen al mijn wedstrijden voor Pistache! Zaterdagavond vertrek ik met pa, op hotel. We moeten immers vroeg uit de veren zondag.

De Grote Prijs ofte Wisselsprintcriterium Frank Pepermans in Antwerpen in het nieuwe jaar 2022!

Inzwemmen om 7 uur 30 al. De hele wedstrijddag wordt gestreamd op Toptimeonline. Er doen 23 zwemclubs mee. Ik zwem viermaal, telkens de 100 meter: rug, school, vlinder, vrij. Het is niet echt mijn dagje (Pistache?), maar heel slecht is het evenmin. Ik haal brons en verbeter twee van mijn tijden (de rugslag en de vlinderslag). Op de vrije slag scoor ik dezelfde tijd als voorheen. Het brons haal ik op de schoolslag. Het goud en het zilver zijn voor oudere meisjes. De saaie cijfers van de minuten en seconden en deeltjes van seconden bespaar ik jullie. Ik ben toch een beetje in een rouwperiode hee. PS Jutta en Annabelle en Eva en Henri en Lore en Floor van KZK doen het ook behoorlijk.

## HOOFDSTUK 9

### EEN VOLGENDE GOLF

Het houdt maar niet op. Er raken meer en meer mensen (opnieuw) besmet. Er is al sprake van een vierde spuit. Ook de kinderen krijgen prikken. Ik heb er al twee. Is dat wel goed voor een atleet? Af en toe wordt er in Brussel en Parijs en Amsterdam be-toogd tegen de vaccinaties. Ondertussen trek ik weer gemaskerd naar school. Hoelang zal het duren vooraleer die weer gesloten wordt? En het zwembad dan?

Begin februari zwem ik driemaal zilver op het Clubkampioenschap hier in Kortrijk. De week daarop is er het Vlaams kampioenschap in Antwerpen.

‘Op uw plaatsen... TUUT!’

Op de Vlaamse Jeugd Talent Challenge in Antwerpen heb ik het niet makkelijk als dertienjarige. Veel van mijn tegenstanders zijn veertien. Er zijn 59 clubs, 920 individuele starts en 43 estafettes gedurende drie dagen. Er doet verdorie ook een Vinck Tine mee, een straffe zwemster. Vinck tegen Vincke! Ze wint, nogmaals verdorie, ‘mijn’ 400m vrije slag én de 100m schoolslag. Mijn 200m wissel verbeter ik met 1 seconde. In mijn reeks op de 100m schoolslag word ik voorlaatste. Ik denk dat ik vooral een langere-afstandszwemster ben. Toch eindig ik na twee dagen in de tussenstand nog op een tiende plaats in mijn leeftijdscategorie. Mijn vriendin en clubgenote Imani bezet de achtste plaats in haar categorie.

PS Ik zit van vrijdag tot zondag (de nachten toch) weer op hotel met mijn pa. Ook wel een belevenis.

PS bis Zou het niet beter klinken: 'Op uw plaats... TUUT!'? Dat scheelt weer 1/8 van een seconde.

Het is op zondag op de 200m vrije slag alweer Vinck – Vincke geblazen. Tine Vinck is wel al 14 jaar. Ze wint mijn reeks. Ik eindig als eerste 13-jarige op de vierde plaats, na een nipte eindsprint. Werkpunt: mijn start. Ik start niet echt goed. Mijn clubmaatje Jutta (14) wordt derde in haar 200m-reeks. Mijn 200m schoolslag gaat goed. Ik moet vier 14-jarigen laten voorgaan, en eindig vijfde in mijn reeks.

Uiteindelijk niet slecht voor mijn 'ongelukkig' (13) jaar: ik zwem op zondagnamiddag twee finales plus een aflossing! Resultaat: een achtste en een vijfde plaats (wissel en school) na een intens weekend en met het KZK-team in de finale een beetje achteraan bungelend bij de beste Vlaamse teams...

Was het water in Antwerpen wel nat genoeg? Jazeker, blijkt nu. Ik ben niet ontevreden. Maar... dat ik ook nog aan de teamestafette moest deelnemen, was er te veel aan. Een dubbele finale halen was toch al vermoeiend genoeg, zo vlug naeen. Wie beweert daar dat ik mij 'gespaard' heb tijdens het teamzwemmen??

En dan, het is bijna lente: eindelijk gedaan met de mondmaskers. Er is weer vrijheid, hoewel de griep in het land is en er nog wel coronabesmettingen zijn. Dat ik een moeilijker jaar beleef, wordt ook weer duidelijk in een wedstrijd in Gent. Ik hou niet van het Gentse water. Het ligt mij niet. Misschien moet ik rap 14 worden. Ma, pa en ikzelf verkopen ondertussen ook doosjes paaseieren voor de KZK-club. Als we er 100 verkopen, krijgen we 350 euro korting op de kostprijs voor de zomerse zwemstage in Malaga. In de loop van maart slagen we daarin. Daarna trekken we zoals elk (normaal) jaar rond Pasen een weekend naar de Polderhoeve in Uitkerke-bijna-aan-Zee. Ik help er met broer Leo weer de koeien verzorgen van vaderboer Koen en zoonboer Samuel.

Een bericht op Facebook van onze KZK-voorzitster Martine: wie wil deelnemen aan het zomercriterium, dit jaar in Antwerpen, moet ofwel zelf een hotel boeken ofwel een paar keer heen- en terugrijden. Het is te duur voor de club. Dubbele reden: dan is er daar ook Tomorrowland, en de hotelprijzen schieten dus even de hoogte in. Zwemmen kan centen kosten, hoor. Deze zomer plons ik echter in Spaans water (Malaga zwemstage).

*Even een noot over de echte schrijver van dit boek. Mijn opa-schrijver wordt door een student aan de hogeschool hier in Kortrijk geïnterviewd over zwemmen en over mijn prille carrière in het water. Hij moet ook een gedicht schrijven voor hun magazine. Dit is wat hij gedaan heeft. De tekst verschijnt in de KZK-krant.*

## ZWEMMEN

*Is het de dorst naar klaar water  
die ons zwemmen doet?  
Is het een rimpeling om later te bewaren  
die ons te water laat?  
Zijn het de trage gebaren onder water  
of de snelle zonden tegen seconden  
die ons hart doen slaan  
en onze chrono's doen gaan?*

*Alleen het water weet het.  
In het water  
- alleen in het water -  
zijn we een en al adem,  
zo omhelsd als maar kan  
in het klare water voor later.*

*Toemaatje: twee fragmenten uit WILMA WOELWATER, mijn work-in-progress over mijn zwemmende kleindochter, inmiddels 13 jaar.*

*(Joris Denoo, de opa van Wilma Vincke, aka Wilma Woelwater)*

*Mooi hé? (Hij zond ook nog twee korte stukjes uit dit boek mee).*

*Noot: mijn opa-schrijver kan blijkbaar goed over water schrijven. Hij vertelde me dat hij ook ooit een gedicht schreef voor de viering van Brigitte Becue, een bekende zwemster van vroeger uit onze streek. Hij vindt het niet meer terug. Hij schreef ook teksten voor enkele andere kampioenen: de veldloopster Veerle Dejaeghere en de autocoureur Stoffel Vandoorne. Niet over water dan.*

Op paaszaterdag stappen pa en ik om zes uur 's ochtends de KZK-bus op. Bestemming: Ettelbruck in Luxemburg. Na een zware trainingsweek (tweemaal per dag) ga ik er dit weekend zes wedstrijden zwemmen, telkens de 50 of de 100 meter. 'Eyes on the prize!' zegt mijn oma lachend. Het thuisfront volgt alles via de app WILMA ZWEMSTER. Ondertussen (en tussendoor) ben ik ook al geselecteerd voor het Belgisch Kampioenschap 400m vrij in Antwerpen. Daarna is er hier de Grote Prijs van de Stad Kortrijk. Ik heb geen tijd voor de jaarlijkse paasfoor in mijn stad.

In Luxemburg verover ik op zaterdag alvast twee zondagse finaleplaatsen: op de 100m schoolslag en de 100m rugslag. Er zijn veel deelnemende clubs, uit Vlaanderen, Wallonië, Brussel en Luxemburg. Op de 200m wisselslag mag ik op zaterdag valavond al onmiddellijk het podium op voor zilver. Het zijn mijn eerste podiumplaatsen in het (dichte) buitenland. De ceremonie van de prijsuitreiking vindt telkens plaats in de cafetaria van de school tegenover het zwembad. Daar kunnen we ook lunchen.

Op die zonnige zondagvoormiddag in Luxemburg nijp ik enkele honderdsten van seconden af van mijn vorige tijd op de 200m schoolslag: 2.58.64 in plaats van 2.58.84. Dat valt dus ook alweer mee. Op de 100m vrij doe ik echter twee seconden langer dan voorheen. Misschien ben ik niet echt een sprinter in het water. Maar ik moet vandaag ook nog een paar finales afwerken hee... die er uiteindelijk drie worden! Resultaten: 1ste op 100m vrij (toch dus), 3de op 100m school en 4de op 100m rug. Ik ben blij en niet blij.

Hieronder een foto van mijn eerste buitenlandse podium, Luxemburg dus. Ik ben die wit-zwarte, nou: zilveren.



En weer een week verder... Hier ben ik best tevreden mee. Een finaleplaats, plus enkele honderdsten beter dan mijn vorige tijd.

*OPEN BELGIAN CHAMPIONSHIPS SWIMMING 2022- Long Course Antwerpen, 22 - 24/4/2022*

*Event 108 Girls, 400m Freestyle 13 years 24/04/2022 - 14:07*

1. METZEMAEKERS, Lea 09 DMB 4:45.22 4:40.33 600 1:04.63 2:16.44 3:29.48 4:40.33
2. VANDERLINDEN, Siri 09 TRUST 4:55.97 4:46.91 559 \* 1:07.68 2:22.17 3:36.99 4:46.91
3. REYNIERS, Lise 09 STW 4:52.13 4:48.90 548 \* 1:08.98 2:22.78 3:36.50 4:48.90
4. ABDELMOUMEN, Nisrine 09 CNBA 4:58.01 4:51.64 533 \* 1:09.44 2:24.28 3:38.54 4:51.64
5. VAN BRABANDT, Juliette 09 MEGA 4:58.58 4:55.66 511 \* 1:09.37 2:25.24 3:41.47 4:55.66
6. JACRI, Maeva 09 ENW 4:54.79 4:56.83 505 \* 1:10.01 2:24.70 3:39.78 4:56.83
- 7. VINCKE, Wilma 09 KZK 5:01.68 5:01.38 482 \* 1:10.24 2:27.09 3:46.30 5:01.38**
8. CATAKLI, Nazra 09 ESN 5:03.28 5:02.06 479 \* 1:10.74 2:26.92 3:44.71 5:02.0

Op de Grote Prijs van de Stad Kortrijk het weekend eind april begin mei (23 clubs doen mee) ben ik in vorm, met onder andere een eerste plaats in de 100m vrij, waarbij ik nog een seconde van mijn tijd afknijp. Ik zwem ook goede wedstrijden tegen de 14-jarigen. Ik eindig tweede in mijn reeks rugslag met een goeie tijd en weer eerste in de

50m schoolslag met ook weer een betere tijd. Wordt het niet saai om te lezen? Om kwart voor zes 's avonds zwem ik mijn zoveelste wedstrijd: de finale. Ik eindig fraai vijfde, tegen alleen maar 14-jarigen. Misschien zit het geheim 'm in de pasta (Griekse traantjes) die ik 'levende vers' klaargemaakt door pa of ma meedoe naar de wedstrijden. De Grieken zijn ook de uitvinders van de Olympische Spelen.

Geheime mededeling na dit superzware weekend: ik ween wanneer ik thuiskom, zo moe ben ik. 's Anderendaags (maandag dus) heb ik niet meer de energie om naar school te gaan. Ik kan me bijna niet normaal bewegen en voel me uitgeput. Later hoor ik over Eva en Jules net hetzelfde...

... en weer wat goed nieuws: volgend schooljaar schakel ik over naar een sportopleiding, met veel aandacht voor mijn zwemcarrière. Fanny Lecluyse, een van de huidige KZK-trainers en oud-topzwemster, werkt er ook en wordt ook mijn schoolcoach. Op de openschooldag is er sprake van 25 uren sport per week. Wauw. Blub blub.

## HOOFDSTUK 10

### DROOGTE

Vrees niet: de titel van dit hoofdstuk gaat niet over hoe ik me voel. Wel over de natuur hier bij ons. Er heerst alweer maandenlange droogte. Dat is voor het vierde jaar op rij. Iedereen moet spaarzaam omgaan met water. Gelukkig is er nog voldoende water in de zwembaden om te trainen. Ik blijf zelf ook even op het droge wat wedstrijden betreft. Het komt er nu op aan op te bouwen naar het Belgisch Kampioenschap toe, in juni, vlak voor ik naar de stage in Malaga vertrek. (Krijgen we daar ook met droogte te maken? Dat is het zuiden van Spanje, op amper 130 km van Noord-Afrika.) Ik train nog altijd elke dag, tenzij de dinsdag en de zondag.

Op een zonnige zaterdag midden mei is er het KZK-clubfeest. Superleuk nieuws: ik word er onderscheiden als beste KZK-zwemster 2021. Een mooi kunstwerkje van de kunstenaar Edgar Antoin is mijn beloning. Door deze bekroning schuif ik ook door naar het T-Team van KZK-Spurs (zoals we nu officieel heten). Dit is wat me te wachten staat (ik pluk het van de clubsite):

### KZK T-TEAM

- *Alle voorwaarden van het KZK-team, maar hier wel op basis van Rudolph-ta-bellen! (13 punten groot bad/ 15 punten klein bad/ 2 tijden)*
- *Mogelijkheid tot deliberatie door sportieve staf*
- *Kans om hoger te scoren: eventueel extra trainingen*
- *Kans op specifieke internationale wedstrijden*
- *Mogelijke begeleiding op maat: kiné, voeding, mental, beeldanalyse*
- *Ambassadeur in en van KZK*
- *Nadruk op de prestatieverbetering, scherpe doelstellingen*

## **TRAININGSUREN**

### **Zwemmen**

- *Maandag 17.45 - 20.15 uur*
- *Dinsdag 17.15 - 19.45 uur*
- *Woensdag 05.50 - 07.40 uur + 15.45- 18.15 uur*
- *Donderdag 05.50 - 07.40 uur + 17.45 - 20.15 uur*
- *Vrijdag 16.45- 19.15 uur*
- *Zaterdag 07.45 - 10.15 uur en 15.45 - 18.15 uur*

### **Dryland**

- *Maandag 17.00 - 17.45 uur*
- *Woensdag 15.00 - 15.45 uur*
- *Zaterdag 10.15 - 11.15 uur*

Ja: elke medaille heeft zijn keerzijde.

A free day in May! No school. No swimming. With oma and opa and brother Leo we go to Poperinge and Ieper. In Poperinge we visit a farm, an execution site of World War One and the famous Talbot House, where we have English tea and apple juice. British soldiers stayed here a while in this club, chilling after heavy fighting. I speak English with the warden, a very friendly lady. Then we have an evening picknick in Ieper, before we visit the Menenpoort and the daily Last Post. A very nice day without water!

Begin juni 2022 zijn er onderhoudswerken in ons zwembad hier in Kortrijk. Die duren een week lang. Ik kan dat niet hebben. Ik vraag pa of er een zwembad in de buurt is waar hij me naartoe wil brengen om te trainen, maar dat ziet hij niet zitten. Ons eigen stoeizwembadje in de tuin zou ik misschien met behulp van grote elastieken wel kunnen gebruiken als noodplek om te trainen, maar er is nog geen water in (te koud) en we hebben die elastieken niet. Dus wat doe ik? Ik ga in bad. Een klein beetje boos. Ik hou niet van droogte.

O, en op het journaal tonen ze wat leuks. Op de Leie hier in Kortrijk kun je nu tobbevaren. Je zit in een groot rond blik (maximum zes personen) en je peddelt (twee peddels). De mensen zijn als het ware ingeblikt. Het is iets dat uit Nebraska, Amerika komt. Wat is water leuk! En ik ben blij dat ik vlak bij de Leie woon, waar er ook weer vis in zwemt. Denk aan het liedje 'Vis in de Leie' van de bekende Kortrijkse volkszanger Johny Turbo.

Eind juni trakteert mama me op een shoppinguitje in Gent en een afscheidsetentje in Kortrijk. Ik vertrek immers de week daarna (vanuit papa's huis) naar de zomerstage in Malaga. We bezoeken ook even nonkel Marius, die alweer in het ziekenhuis ligt. Ook nog eind juni neem ik deel aan de Grote Prijs van de Meense Zwemkring, op een zondagavond. Ik zwem er in het 25m-bad de 50m vrije slag en de 100m wisselslag. Mijn beide reeksen win ik. Van mijn vrije slag knaag ik een seconde af. Van de wisselslag heel veel: twintig! In de totaalstand bij de miniemen eindig ik derde en vierde op ongeveer vijftientwintig deelnemers van een vijftal zwemclubs. Hiermee ben ik

tweemaal de beste dertienjarige, want de eerste plaatsen (en ook die vlak na mij) worden bezet door veertienjarigen. Een mooie valavond dus in Menen.

Na de stage in Spanje komen de Belgische Jeugdkampioenschappen eraan. Wat een zomer!

## HOOFDSTUK 11

### HOOGTE

Ik vlieg dus. Voor het eerst. Het wordt een ingewikkelde heenreis met vertragingen door stakingen en acties op de vlieghaven van Zaventem en in Malaga. Maar we geraken er 's avonds toch, in het zuiden van Spanje. Vakantie? Nou: acht uur per dag gevarieerd trainen is hard werken. Ik word nu ook al ingedeeld bij de ouderen, al ben ik nog altijd dertien.

Mijn eerste grote buitenlandse stage zit erop. Toen we even geïnterviewd werden om aan het thuisfront te tonen (op onze kamer op de achtste verdieping, die ik deelde met twee andere meisjes) vroeg de coach onder andere ook: 'Wat zijn de negatieve punten?' Ik antwoordde: 'De lange wachttijden aan de lift'. Over de gezonde voeding zweeg ik maar. Voor de rest: puike, lastige, warme stage!

En nu... de Belgische Jeugdkampioenschappen eind juli in Genk. We vertrekken al op donderdag, de Nationale Feestdag, voor een lang weekend. Een aantal vakantieplannen moeten daardoor sneuvelen. Ik kan bijvoorbeeld niet mee naar Frankrijk met ma, Leo, Thomas, Arjen en Flo. We krijgen van de club ook eetvoorschriften: geen gefrituurde dingen meer, geen zoets... Omdat ik nog altijd in de categorie 13-14-jarigen zwem, en nog altijd 13 ben, reken ik niet echt op eerste plaatsen. Ik ben al blij met een of ander podiumplaatsje. Er zijn ook deelnemers uit Wallonië. Die zijn gewoonlijk sterk. En enkele uit Engeland. En Frankrijk. Dat maakt het nog moeilijker; er is nog meer concurrentie. Momenteel sta ik in België op de zevende plaats in de vrije slag (en in mijn leeftijdscategorie natuurlijk). Eigenlijk ben ik in moeilijke wedstrijden liever de vijfde dan de vierde. Waarom? Een vierde plaats valt net naast het podium. Pijnlijk. Oma zegt hierover: 'Maar je moet daarvoor niet trager gaan zwemmen hee'. Een leuk tussendoortje: we bezoeken nog even de Polderhoeve in Uitkerke/Blankenberge, waar de nieuwe ijssalon bij boeren Koen en Samuel en boerin Anje opengaat. Elk jaar hebben we daar een familieweekend. Ik verzorg er dan mee de koeien. Zal ik zoet zijn en van het zoets afblijven? Zal me dat lukken? Net in een hittegolfje hier in Vlaanderen en overal in Europa...

Op een grijze druilerige donderdag, 21 juli 2022, vertrek ik met pa naar Genk. We gaan het hele weekend op hotel: ik in het mijne, met de andere zwemmers (door KZK aangewezen), hij in het zijne. Bij hoeveel wedstrijden staat mijn naam ingekleurd? Negen! Gelukkig zijn er geen finales te zwemmen: de tijden tellen onmiddellijk. Er zijn ook vier estafettewedstrijden bij. Altijd spannend. Dat wordt dus weer hard werken, na een zeer intense periode van trainingen.

Op Facebook prijkt al een KZK-foto: het kleine gezelschap ouders/supporters op een terras met de biertjes voor zich op tafel. 'Tegen zondag kunnen ze hier in Limburg ook Vis in de Leie van Johnny Turbo meezingen', staat erbij.

Op de eerste (vrij)dag moet ik al vroeg het bad in. Om 8u30 is mijn eerste wedstrijd: heat 4 of 13 – 200m freestyle. Van de dertienjarigen eindig ik in totaal twaalfde op drieënvijftig deelnemers. Er zijn dertien 'heats', of series. Ik verbeter mijn tijd met 3 seconden. Tja. Beetje gemengde gevoelens. De top 12 dus van België voor de 200m vrij voor 13-jarigen. Hoe klinkt dat?

Ik wil wel nog knallen.

De rest van mijn weekendwedstrijden som ik even op.

Vrijdag heat 2 of 2 – 17u06 – 4 x 100m freestyle – girls – zie schema KZK hieronder.

Zaterdag heat 6 of 11 – 8u30 – 400m freestyle: een ontgoocheling. Twee verdomde secondjes erbij. Jammer. Ik was hier ooit Vlaams Jeugdkampioen in. Nu dertiende op vijfenveertig deelnemers.

Zaterdag heat 4 of 7 – 10u38 – 100m breaststroke: 3 seconden erbij + gescheurd (nieuw!) zwempak.

Zondag heat 4 of 7 – 10u20 – 200m breaststroke: 6 seconden beter; papa tevreden met mijn 3.00.53.

Zondag heat 2 – 11u16 – 4x100m freestyle – zie KZK schema hieronder.

Zondag heat 5 of 10 – 14u – 200m medley. Niet goed.

Zondag heat 11 of 15 – 14u52 – 100m freestyle. 3 seconden erbij. Pa in zijn bericht naar het thuisfront: 'Bah, ça va.' Even later: 'Naar verwachting.'

Zondag heat 1 of 2 – 16u32 – 4x100 medley – zie schema KZK hieronder.

Zwemt er dan nog vis in de Leie?

Noot: de kampioenschappen gaan (natuurlijk) door in een 50m-bad. Dat betekent: minder afstoten, dus: de betere tijden zijn écht betere tijden. Snap je? Of hap je (naar adem)? Ik merk in de uitslagen dat mijn concurrenten uit andere clubs (waartegen ik het al af en toe opnam) het ook moeilijk hebben. Zij kunnen momenteel ook minder knallen of vlammen. Wat onze club betreft: hoofdcoach Chantal Duck is tevreden met de nieuwe persoonlijke records op de 'lange baan' (50m-bad dus). Ik heb er dit keer drie. Driemaal PR.

De saaie cijfertjes en getalletjes zoals ze op onze KZK-site verschijnen:

Vincke Wilma 09

|                   |                                   |
|-------------------|-----------------------------------|
| 100 vrije slag 34 | 1:07.46 1:05.63 95% 7,4 Pnt.      |
| 200 vrije slag 12 | 2:22.13 2:25.87 105% PR. 9,5 Pnt. |
| 400 vrije slag 13 | 5:02.60 5:01.38 99% 8,8 Pnt.      |
| 100 schoolslag 19 | 1:25.94 1:26.13 100% PR. 6,4 Pnt. |
| 200 schoolslag 11 | 3:00.58 3:06.53 107% PR. 8,3 Pnt. |

200 wisselslag 26     2:43.52 2:42.47 99% 8,1 Pnt.

4 x 100 vrije slag Dames

Caus Floor 1:12.64 Sandra Eva 1:07.51 10 4:27.91 Vincke Wilma 1:04.39 Christiaens Jutta 1:03.37

4 x 100 vrije slag Gemengd

Verbrugge Henri 1:03.77 Vanhoutteghem Jules 1:06.69 15 4:18.51 Vincke Wilma 1:06.09 Christiaens Jutta 1:01.96

Zo, nu weet je alles over mijn Belgisch weekend in Limburg.

Zondag 31 juli 2022. Fin de saison feestje in Sportcafé Heule, deelgemeente van Kortrijk, waar opa-schrijver en oma wonen. En ook hoofdcoach Chantal. Hamburgers en frieten. Mag ik?

Eindelijk ook enkele dagen vakantie. Ik ga met mama nog naar Londen. Hieronder als bewijs een foto van mijn Full English Breakfast. Zouden de zwemcoaches van KZK dit goedkeuren? Mm... En op 18 augustus beginnen de trainingen weer. Die zijn niet verplicht. Ik kijk er al naar uit. Surprise: eind augustus neemt pa ons nog twee dagen mee naar Parijs!

En daar is 1 september weer. Ik ben nu bij het KZK-team. Leuk? Wel ja, maar dat betekent ook elke dag uren trainen. Ik train 23 uren per week, zo heeft mijn pa het berekend. Elke dag, tweemaal daags, voor en na school (vroeg op!), tenzij zondag. Is dat dan een rustdag voor dit arme kind? Maar neen, want dan zijn er vaak wedstrijden. Ik voel me meer vis dan mens. Op school heb ook nog eens vier uur sport.

## HOOFDSTUK 12

### WE DUIKEN ERIN

Daar komen de wedstrijden weer...terwijl het herfst geworden is.

De Provinciale Kampioenschappen (West-Vlaanderen) vinden plaats tijdens een weekend in oktober in Diksmuide, in het 25m-bad De Pluimen. Korte afstand dus. Er doen 14 clubs mee. Enkele honderden zwemsters en zwemmers. Ik ga met pa alleen op zaterdag, voor vijf wedstrijden: drie individuele en twee estafettes. De eerste win ik: de 100m schoolslag bij de 09-ers, de 13-jarigen dus, geboren in 2009. Ik kan daarna anderhalf uur uitblazen. Ook mijn tweede wedstrijd is raak. Een eerste plaats in de 100m vrije slag, met 3 seconden voorsprong op de tweede. Dan volgt de 200m wisselslag. En het wordt driemaal goud vandaag. Een minpuntje: eigenlijk zwem ik toch tweemaal een iets slechtere (dus meerdere) tijd dan voorheen. Winnen en verliezen... dat is wedstrijdzwemmen. Ik mag toch lekker drie keer het provinciale hoofdpodium beklimmen hé. Vijf keer: we winnen ook de estafette 4x100m vrije slag gemengd en halen brons in de 4x50m wisselslag dames. De KZK-tabel staat hieronder.

Vincke Wilma 09

100 vrije slag **1** - 1:04.21 1:04.56 101% PR. 11,1 Pnt.

100 schoolslag **1** - 1:24.04 1:22.97 97% 8,1 Pnt.

200 wisselslag **1**- 2:41.15 2:39.97 99% 9,2 Pnt.

4 x 100 vrije slag gemengd

**1** - Decupere Alex 1:03.52 Verbrugge Henri 1:01.58 1 Vincke Wilma 1:03.76 Christiaens Jutta 1:01.22 - 4:10.08

4 x 50 wisselslag dames

**3** - Caus Floor 38.17 Decoutere Imani 35.16 Vincke Wilma 38.22 Christiaens Jutta 28.23 - 2:19.78

De daaropvolgende vrijdagavond worden alle kampioenen van de grootstedelijke sportclubs uit Kortrijk ontvangen op het stadhuis. Ik ben er ook bij. De sportploegen uit onze stad en omgeving heten allemaal Spurs, een verwijzing naar de Guldensporenstad en de Slag van de Gulden Sporen in 1302. Het weekend dat volgt neem ik deel aan wedstrijden in Gent. Even wat van het internetsite plukken om het duidelijk te maken.

*Memorial Anteunis 2022. De 25ste Memorial is een wedstrijd ter ere van Louis Anteunis, bekend figuur in de zwemsport en jarenlang actief binnen Royal Ghent Swimming Club. Hij wordt georganiseerd volgens de reglementen van de KBZB en de FINA- zeer sterk jeugdgericht (deelnemers t/m 17 jaar). Alle Belgische clubs die voor deze wedstrijd in aanmerking komen worden uitgenodigd, alsook buitenlandse clubs.*

Ik weet niet hoe het komt, maar het bad in Gent ligt mij niet. Toch misschien even pieken?

Op zaterdag om 05:00 op. Met pa naar Gent. Dat ligt niet vlakbij hé; het is 50 km rijden. Ook dat is zwemmen: vreselijk vroeg uit de veren en kilometers vreten. Zal ik knallen? Pieken? In mijn eerste wedstrijd (de 400m vrije slag) is dat al een feit: 4.50.68 is top voor mij. Dat is 10 seconden beter dan mijn vorige tijd. Een eeuwigheid. Eindelijk onder de 5 minuten! Ik ben bijzonder blij. Ook de coaches en pa steken verheugd hun duimen op. Op de 100m schoolslag en de 100m vrije slag knaag ik enkele honderdsten van seconden af. In die voorrondes zwem ik ook vaak samen met iets ouderen. De plaats telt dus niet echt, wel de tijd natuurlijk, voor later. Op zondag andermaal om 05:00 op. Weer naar Gent. Rond 8 uur al kunnen we inzwemmen. Het gaat heel goed in mijn twee wedstrijden: zelfde tijd op de 200m schoolslag en vele seconden sneller op de 200m vrije slag. Daar kan ik weer tevreden mee zijn. Een geslaagd weekend in het water.

Raad eens wat ik op zondagavond doe?

Juist.

Er komt de dag daarop (maandag) nog meer water, in de vorm van een wolkbreuk boven de stad in de valavond, net wanneer de scholen uitgaan. Ik kom zelf ook dubbel

nat thuis: de waterlanders breken uit, want mijn vriend Matteo heeft het uitgemaakt. Hevig verdriet. Dat zijn de andere w's van Wilma Woelwater.

Toch wat troost. Op de site van KZK Spurs staat dit bericht na het weekend in Gent.

*Grootste verbetering: Vincke Wilma, 200m vrije slag 2:18.62 nieuwe tijd.*

Op de komende Vlaamse Jeugdkampioenschappen krijg ik de kans om weer te vlammen. Ik sta momenteel op een elfde plaats; een top tien zit erin. Er doen ook geen Waalse of Franse meisjes mee. Die zijn gewoonlijk beter, omdat ze al vroeger hard trainen en wedstrijden zwemmen. Bijvoorbeeld in Moeskroen/Mouscron, waar onze kampioen/coach Fanny vandaan komt. Onze coaches hebben dat eens uitgelegd, aan de hand van voorbeelden De keerzijde van hun medaille: ze stoppen ook vaker wanneer ze 14 worden. Watermoe.

Ik moet op mijn voeding beginnen letten. Er zijn kilo's bijgekomen. En spieren. Zwemmers verbranden veel calorieën.

Hasselt, stedelijk zwembad Kapermolen, Vlaamse Jeugdkampioenschappen Meisjes 11-13 jaar en Jongens 11-14 jaar, korte baan. Ik zwem opwarmend in op zaterdag, hier in Kortrijk, daarna vertrekken we, en op zondag (de laatste van november 22) ben ik met mijn pa present in Hasselt voor vier wedstrijden: 100m school, 50m vlinder, 100m rug en 100m vrij. Alles wordt gestreamed via YouTube. Om 10u15 de eerste wedstrijd; om 15u30 de laatste. Hopelijk dan nog een finale... En het loopt lekker. Nog voor de middag heb ik al 6 seconden afgeknaagd van mijn eerdere tijden op de eerste twee wedstrijden. In de tussenstand prijkt ik ook in de top tien. In de namiddag hap ik twee seconden weg uit mijn rugtijd (100m) en één seconde uit mijn 100m 'vrijtijd' (haha!). In mijn vier wedstrijden tref ik wel een keer baan 1 en baan 8. Dat zijn niet de beste banen, wegens de terugslag van het water. Mijn totaalstanden: 6<sup>de</sup>, 8<sup>ste</sup>, 16<sup>de</sup> en 4<sup>de</sup>. Ik ben er helaas niet bij in de medley-finale. Ik eindig wel op een tiende plaats, als derde reserve voor de finale. Dat is oké. Het blijft hard werken. Bij de jongens haalt Jules van mijn club KZK een mooie zesde finaleplaats. Een tijdlang staat hij zelfs eerste in de tussenstand.

PS Ik wil niet klagen, maar... de dagen daarna zit ik met een zware verkoudheid thuis. Tijdens de wedstrijden zondag voelde ik het al aankomen: niezen, hoesten. Ik was niet echt in topvorm.

## HOOFDSTUK 13

### VEERTIEN!

Op 2 januari 2023 word ik veertien jaar. Ik hoop dat mijn moeilijkste zwemjaar achter de rug is.

Maar eerst nog dit. Na de proeven op het droge, ik bedoel op school (en die vielen mee!, ja, dank je), en nadat ik oma assisteer bij de kerstkalkoen (ik maak ook zelf guacamole voor bij de hapjes), zwem ik mijn laatste wedstrijden als dertienjarige. Dat gebeurt eind december, de dag na Kerstmis, hier in Lago Kortrijk. Ze noemen het 'KZK Spurs – Wedstrijd van de laatste kans'. Waarom? Omdat je dan nog kunt proberen om

de vereiste limieten voor de kampioenschappen te halen, als je die nog niet hebt. Voor mij geen probleem: ik heb er al zes. Er doen dertien West-Vlaamse clubs mee. Veel namen ken ik al. Ik zwem tweemaal in serie 8: de 400m vrije slag in de voormiddag en de 200m wisselslag in de latere namiddag. Een rustig dagje in het water voor mij? En een thuismatch bovendien? Ik wil op de 400m absoluut weer onder de 5 minuten blijven. Met mijn 4.50:68 ben ik momenteel de derde beste van de acht series. Maar ik wil het vel van de zalm niet verkopen voor hij gevangen is.

Oei, mijn pa is niet tevreden. Ik heb het hem niet verteld van mijn zere schouder. Hij had er iets aan kunnen doen, zegt hij. Via kinesist Bruno. Maar ik heb er niet over gerept. Op kerstavond heeft spoedarts Stijn, de vriend van tante Sarah, wel geconstateerd dat er een ontsteking op mijn schouder zit. Rust zou aangewezen zijn. Een tijdje stoppen. Op de 400m vrij verlies ik dus 4 seconden ten opzichte van mijn vorige tijd. Een derde plaats. Niet goed. Ook ik ben ontevreden. In de valavond (al dat wachten!) gaat het beter. Ik knaag nog 1 seconde af in de 200m wissel. In deze serie ben ik de jongste. Ik verover er het goud in mijn leeftijdscategorie. Uiteindelijk wordt het toch nog een goede dag als oudere dertienjarige. En nee: weer geen sneeuw met kerst en oudjaar. Groen en bruin overal. Ik lees ook dat sommige zwembaden in ons land sluiten door de hoge energiekosten. We leven in een crisisperiode.

Ik ben aangeduid voor de 400m wisselslag op de Vlaamse Jeugdkampioenschappen eind januari. Een hele klus!

Mijn eerste wedstrijden als veertienjarige zwem ik op een zondag midden januari: de Wisselslag van Meulebeke. Dat is niet zo ver van Kortrijk. Ik zwom er vroeger al eens. Er is een grote sportschool in Meulebeke: Ter Borch. Ze hebben er een 25m-bad. Een van onze vroegere coaches, Vincent, is er nu trainer. Ik weet niet of ik er goed kan presteren; deze week blijf ik twee dagen thuis van school: oververmoeid. En broer Leo heeft een jaap in zijn voet door van een bank te tuimelen in... een zwembad. Ma haalt hem van school en brengt hem naar een dokter hier vlakbij, die de wonde dichtplakt. De dokter is 'not amused' met het onverwachte namiddagwerk, zegt ma.

Meulebeke dus: het is de eerste keer dat mijn pa niet meegaat. Hij kan via de firma waar hij voor werkt naar de viptent van het Belgisch Kampioenschap cyclocross in Lokeren. Een buitenkansje voor de kerel hé? Kirsten en Geo, de ouders van collega-zwemmers Miel en Eva, nemen me mee.

In Meulebeke zit ik telkens ingedeeld in de laatste of de voorlaatste serie van de 200m wissel, 100m vrij en 100m rug, bij de meisjes met de betere tijden. Ik kan er ontspannen zwemmen, want ik hoef momenteel niet per se iets te bewijzen. Dat gebeurt ook zo. Zelfde tijd in 200m wissel (2<sup>de</sup> plaats), volgens trainer Gillian te veel geademd in 100m vrij en 1 seconde erbij, en tot slot... ach, getalletjes en cijfertjes en tijden: ik win twee zilveren en een gouden medaille. Maar ik scoor geen persoonlijke records.

Leuk: mijn ma duikt onverwacht op in Meulebeke. Broer Leo (met de kapotte voet) is eventjes naar de plus-kinderen Arjen en Flo. En mijn pa laat van uit zijn viptent-in-de-regen weten, nadat hij mijn resultaten heeft gezien: 'Is een goede training'. Toch drie medailles!

De dagen daarna heb ik wat stress. Ik ben ook moe. Van 27 tot 29 januari is er de Vlaamse Jeugd Talent Challenge in het olympisch zwembad Wezenberg in Antwerpen. Hier volgen de (soms leuke) namen van de clubs die deelnemen.

AART Lorelei Zwemvereniging / Aalsters Swimming Team / Arvicola Zwemclub Kalmthout / Aquarius Zwemclub Lebbeke / Brabant East Swimming Team / BRABO Antwerpen / Koninklijke Brugse Zwemkring / De Beringse Tuimelaars / De Dolfijnen Asse-Ternat / De Meerkoet Bree / De Dolfijnen Middelkerke / Dendermondse Zwemvereniging Olympos / Flemish Ardennes Swimming Team / Flanders Inter Regio Swim Team / GOLD Swimming Team / Genker Zwemvereniging Neptunus / Hoogstratens Zwem Team / Heistse Zwemclub Arduas / Koninklijke Hasseltse Zwemvereniging Spartacus / Izegemse Krekelzwemmers / Ieper Swimming / Koninklijke Aarschotse Zwemclub Schoonhoven / Koninklijke Landense Sportvereniging Afd. Zwemmen / Kempisch Swimming Team / Koninklijke Vilvoordse Zwemclub Phoenix / Koninklijke Waregemse Zwemclub / Koninklijke Kortrijkse Zwemkring / Leuven Aquatics / Lommelse Zwemvereniging 'De Lommelse Waterbengels' / Lokerse Zwemvereniging / Meetjesland Gent Alliantie zwemteam / Molse Zwemclub 'MOZKA' / Peltse Zwemclub / Royal Ostend Swimming Club / Swimming Club Wauterbos Rode / Swimming Regio Kempen / Swimming Team Aalter / Swimming Team Waasland / Swimming Team Zennevallei / Sint-Truidense Zwemclub / Tiense Regio United Swimming Team / Temse Schelde Zwemmers / Torhoutse Zwemclub Thor / Ursus Zwemclub Zwevegem / Westerlo Swimming Team / Diksmuidse zwemclub De Bruinvissen / Zwemclub Kapelle-o/d-Bos / Zwemclub Tremelo / Zwemclub Geel / Zwemclub 'Zwemmen Is Onze Sport' Liedekerke / Zwemclub Nijlen / Koninklijke Zwemclub Neptunus Aalst / Zwemteam Overijse en de Rand van Overijse / Zwemclub Schoten / Zwemclub Ter Borch Meulebeke / Zwemclub Tieltse Zeeduivels / Zwemvereniging Lier//

Snap je: hoe meer clubs er meedoen, hoe minder ik... ach.

Het wordt alleszins een stevig weekend. Ik zwem elke dag twee wedstrijden – en er komen ook nog ploegenwedstrijden bij waarschijnlijk. Alvast ook dit: ik krijg de toelating om op vrijdag vrij te nemen, want het inzwemmen in Antwerpen begint al vlak na de middag. Dat wordt dus dus een echte vrij-dag..

Vrijdag: 400m vrij en (een klein halfuur later!) 100m school.

Zaterdag: 200m vrij (voormiddag) en 400m wissel (namiddag)

Zondag: 200m wissel (voormiddag) en 100m vrij (namiddag)

Nog een (onverwacht) tussendoortje, midden in de week, vlak voor het kampioenschapswEEKEND in Antwerpen: trainster Fanny (Lecluyse) schrijft me in voor een interscolaire wedstrijd in Brugge. Resultaat: een tweede en een derde plaats. Niet slecht. Redelijk tevreden. Waarom? Er doen ook nog andere goede clubzwemsters mee.

Wordt het een rampweekend in Antwerpen? Mijn twee vrijdagwedstrijden zijn slecht. Ik krijg ook baan 8 toegewezen: een nadeel, met terugslag van het water. Vervelend geklots. Volgens mijn pa zwem ik als een tank. Bedoelt hij niet: tanker? Hopelijk morgen beter. In mijn wedstrijd op zaterdagvoormiddag eindig ik vierde in mijn reeks met eenzelfde tijd als voorheen. Beetje beterschap dus, alhoewel. 's Namiddags zwem ik voor de eerste keer 400m wisselslag. Ik heb baan 1, weer een rotbaan. Maar met 5:44 haal ik meteen mijn Belgisch limiet. Ik eindig tweede in mijn serie (serie 1 van 4). In de andere series zwemmen ze meestal wat rapper, maar ik ben al tevreden met mijn allereerste nieuwe tijd. (Ondertussen gaat mijn ma met broer Leo naar een thuismatch van KVK kijken, Kortrijk dus, voetbal).

Tien series voor de 200m medley (wissel) op zondagochtend om 09u10. Ik zit in serie 8. Mijn score: 2:42. Dat is dezelfde tijd als de vorige keer. Geen top tien. Berichtje van mijn pa naar het thuisfront: 'Niet slecht'. Mijn laatste individuele wedstrijd 's namiddags (100m vrij – en eindelijk eens een middenbaan) idem dito. Zelfde tijd, derde plaats in mijn serie (de 7<sup>de</sup> van de 10). Niet slecht, niet echt goed, vind ik zelf. Mijn huidige stand van zaken: ik bekleed de 18<sup>de</sup> plaats bij de 14-jarigen in Vlaanderen.

PS Voor de goede verstaander: ik kan verzachtende omstandigheden inroepen voor mijn prestaties de afgelopen dagen. Snap je? Mijn rug en schouder spelen me ook (nog altijd) parten.

PS bis Mijn rapport over 'Antwerpen' zoals het de week daarna op de KZK-stek verschijnt.

| Slag           | Plek | Tijd    | Mijn PR | Percent  | Punten   |
|----------------|------|---------|---------|----------|----------|
| 100 vrije slag | 18   | 1:05.92 | 1:05.63 | 99%      | 7,1 Pnt. |
| 200 vrije slag | 17   | 2:22.89 | 2:22.13 | 99%      | 7,0 Pnt. |
| 400 vrije slag | 18   | 5:01.46 | 5:01.38 | 100%     | 7,2 Pnt. |
| 100 schoolslag | 14   | 1:26.91 | 1:25.94 | 98%      | 3,8 Pnt. |
| 200 wisselslag | 14   | 2:42.12 | 2:42.47 | 100% PR. | 6,9 Pnt. |
| 400 wisselslag | 15   | 5:44.61 | --.--   | PR.      | 6,9 Pnt. |

Leuk bericht: onze trainers dagen de jeugdploeg uit!

*In de nasleep van de Vlaamse Jeugd Talent Challenge van afgelopen weekend kwam het onze trainers ter ore dat die jeugd potverdikke snel kan zwemmen. Maar... onze trainers zijn uiteraard ook geen doetjes en kunnen (of konden?) dat ook.*

*Daarom dagen onze trainers met een zwemverleden de deelnemers van het VJTC uit voor een ultieme 10 x 50 vrije slag aflossing op de komende clubkampioenschappen:*

**JEUGDTEAM VS TEAM RETIRED !**

*Onze voorzitter maakt vandaag reeds de selectie voor Team Retired bekend:*

*Andrew Derumeaux, Michaël Janart, Chantal Duck, Thijs Meulemans, Marloes Christiaens, Maegan Verhelle, Axel Heyerick, Fanny Lecluyse, Tjorven Dewulf, Gillian Dewulf.*

*Een snelle rekenoefening leert ons dat dit een zeer spannende race zou moeten opleveren...*

*Jeugdteam, are you ready?*

Ha! Een waterwedstrijd tegen onze oudjes! Hebben ze rimpels in de zwemvliezen tussen hun tenen? Moeten we ze voorsprong geven?

## HOOFDSTUK 14

### AMFIBIE

Ik ben meer in het water dan op het land. Ik ben een amfibie met een kenmerkende gladde huid: mijn zwempak. Ik verslijt er aan de lopende band. Minimum 23 uren per week draag ik zo'n pakje.

De schrijver van dit boek, mijn opa dus, komt vier voordrachten geven op mijn school over taal en boeken en woorden en zinnen en zo. Hij toont ook het boek waarin ik als schakende kleuter op enkele foto's sta. Het boek ('Schaak' heet het) gaat natuurlijk over leren schaken, en ook over mij. Mijn broer Leo en ikzelf leerden al heel jong schaken bij onze schrijveropa. Zo komt iedereen hier te weten dat ik wel nog wat meer kan dan rap zwemmen.

O, daar breekt de trainingsvrije krokusvakantie aan. Maar niet zonder nog enkele wedstrijden vlak ervoor. Na een vrijdagavondfeestje in mijn vaders straat (waar ik een helpende hand toesteeek, zoals elk jaar – het is hier nog altijd Nieuwjaar) en vlak voor een tweedaagse vakantie bij tante Sarah (en Stijn, en Robin, en Liesl) in Mechelen is er op zondagmiddag het Clubkampioenschap KZK Spurs Korte Baan (25m) hier in Kortrijk. Er doen twaalf clubs mee.

Mijn programma: 100m vrij (in serie 12 van 13) en 100m school (in serie 7 van 7). Je kunt al aan mijn plaats in de series zien dat mijn tijden er goed uitzien. Maar ai, het is mijn dagje niet. Ik kan niet echt knallen zoals ik het wil in mijn thuisbad. Ik doe er respectievelijk 1 en 2 seconden bij. Een vijfde en een tweede plek (wel zilver en op het podium). De estafette van de Jeugd Racers tegen de trainers/coaches Team Retired verliezen we (natuurlijk), met ex-olympiër Fanny bij de tegenpartij...

Over en out. Even vakantie. Uitblazen.

Begin maart lonken de Gentse wateren. Het is weer Mega Swim Meet Gent geblazen. Jullie weten al dat ik niet echt van het water in Gent hou. Ik werk er de 100m rug en de 100m vlinder af, respectievelijk in serie 8 van 9 en serie 2 van 3, op zaterdagmiddag. De zondag is voor de 15-plussers. Mijn pa kan door omstandigheden niet mee op de heenreis, maar dat wordt door onze contacten vlot opgelost, met dank aan Gio en Kirsten. Pa verschijnt later dan op de afspraak. Ik knaag 1 seconde af van mijn rugtijd en behoud dezelfde tijd voor de vlinder... waar ik me hevig verslik in de laatste zes meter, echt waar. Een official maant me aan tot kalmte, maar ik kan niet anders dan hoesten en proesten. Het gevolg: een zesde en een achtste plaats. Nou ja.

Een week later: West-Vlaanderen Sprint in Brugge, op een zaterdagavond. Er doen dertien clubs mee. Mijn wedstrijden (tot vrij laat 's avonds): 50m vlinder, 50m school, 50m vrij. Resultaat: dezelfde tijden ongeveer weer. Tja: ik kan toch nooit eens de nul seconden bereiken hee? Op mijn vrije slag vestig ik wel een pr'etje, ofte een persoonlijk record. Ik krijg er 101% voor. Hoera. In de eindstanden ben ik vierde, zesde en zesde.

Binnenkort trekken we met de familie op ons jaarlijks polderweekend in de Polderhoeve. Dat wordt voor mij maar een stukje weekend: op vrijdagavond en zaterdagvoormiddag zijn er eerst nog intense trainingen omdat CIVE Ettelbrück nadert. Dat moet ik de voorrang geven. Ik hoop rond de middag op de Polderhoeve in Uitkerke

te geraken. Dan zie ik mijn nichtjes weer. Die wonen alom verspreid over Vlaanderen (Antwerpen, Aarschot, Beveren-Leie, Ingelmunster).

Goed nieuws, versie 2.0: ik kan toch het hele polderweekend meemaken. Ik praatte erover met mijn coaches en ze vonden het oké om die paar trainingen te skippen, want ik heb mijn limiettijden alweer bereikt. Joepie holderdepolder!!

In onze familie (via mijn oma) hebben we een topsporter: Matthijs Verhanneman, volleyballer bij Roeselare en bij de nationale ploeg. Momenteel speelt zijn ploeg de EK-finale tegen het Italiaanse Modena. Hij is kapitein. Ik volg hem op Instagram. Ik hoop dat hij mij volgt.

Ronde van Vlaanderen 2023: Wout Van Aert is vierde. Hij is ontgoocheld. Ik ben ook liever vijfde dan vierde. Snap je?

Daar komt Ettelbruck weer... Voor de tweede keer stap ik met o.a. mijn pa de vroege bus op naar Luxemburg. Op mijn programma staan vijf individuele wedstrijden en wellicht ook aflossingen. Terwijl de paasfoor hier in Kortrijk (en vlak bij ma's huis) in volle gang is, trainen we hard. Gelukkig is het ook paasvakantie. Nou, Ettelbruck dus – in het Luxemburgs: *Ettelbréck*, in het Duits: *Ettelbrück*. Drie wedstrijden op zaterdag, twee op zondag. Wie het thuis wil zien: er is streaming voorzien. Er doen vijftien clubs mee: uit Duitsland, Nederland, Luxemburg en België. Ik zal weer de bekende namen zien.

Zaterdag. Eerst het goede nieuws. Op de 200m wisselslag verbeter ik mijn tijd met ongeveer een seconde – tweede plaats in mijn 'heat'. Mijn clubgenote Eva Sandra wordt hier eerste met enkele honderdsten van een seconde voorsprong op mij. Ik eindig vierde op de 100m schoolslag met eenzelfde tijd (ongeveer) als mijn vorige. Ben ik (dus) niet eerder een langeafstandszwemster? Nu het minder goede nieuws. Dit wordt medegedeeld over mijn deelname aan de 100m rugslag: *'D7 – The swimmer did not initiate the turn at the completion of an immediate continuous single or simultaneous double arm pull after turning onto the breast (SW 6.4) (Time 15:17)'*. Een primeur voor mij! Voor de eerste keer in een officiële wedstrijd maak ik een uitsluiting mee. (Geheim uit mijn privéleven: dit valt samen met wat 'nota's' op school en huisarrest – maar er komt beterschap, beloofd).

Zondag. Wakker worden in Luxemburg. Ik moet mijn 1:03.33 op de 100m vrije slag zien te verbeteren – ik sta goed gerangschikt als veertienjarige. Ik heb echter helaas een seconde meer nodig. Dat levert me wel het tweede 'zilver' van het weekend op: weer een zilveren. Had ik mijn vorige tijd kunnen evenaren, dan was het goud geworden. Van mijn 100m vlinderslag verwacht ik niet veel, want mijn schouder is nog altijd niet helemaal in orde. Maar kijk: ik knaag (in serie 2 van de 8) toch 4 seconden af van mijn vorige tijd. Dat levert me in de eindstand een vierde plaats op. Tja. In hun eigen vlinderslagserie winnen ook onze KZK-jongens de eerste drie plaatsen. Coach Fanny Lecluyse heeft ons duidelijk al veel bijgeleerd hierover. Ik vier (nou: betreur) het einde van mijn (koude) paasvakantie toch lekker met tweemaal zilver in mijn series. Leuke noot: ik mag nog drie finales zwemmen in de valavond. Daar eindig ik tweemaal vijfde. Van vijf. Nou: laatste dus. Maar: op de 100m vrij is het goud voor mij. Yes! Straks terug naar huis met de reisbus. Het wordt mooier weer. Net nu...

Noot: KZK wint ook als club dit toernooi! Twee foto's die het bewijzen. Kijk maar.

# **CIVE 2023 - Team Classification**

|                                         |            | Points per place |    |    |    |    | TOTAL |       |
|-----------------------------------------|------------|------------------|----|----|----|----|-------|-------|
|                                         |            | 6                | 4  | 3  | 2  | 1  |       |       |
| Club Name                               | Code       | Nation           | 1  | 2  | 3  | 4  | 5     | TOTAL |
| Koninklijke Kortrijkse Zwemkring        | KZK        | BEL              | 12 | 19 | 18 | 11 | 13    |       |
| Swimming Luxembourg                     | SL         | LUX              | 19 | 11 | 4  | 5  | 7     |       |
| Bruinvisser Diksmuide                   | ZB         | BEL              | 7  | 11 | 14 | 15 | 6     |       |
| Swimming Club Le Dauphin Ettelbruck     | SCDE       | LUX              | 9  | 10 | 9  | 10 | 7     |       |
| Schwammclub Deifferdang                 | SCD        | LUX              | 13 | 9  | 7  | 4  | 4     |       |
| Koninklijke Vilvoordse Zwemclub Phoenix | KVZP       | BEL              | 10 | 9  | 7  | 6  | 10    |       |
| Ursus Zwemklub Zwevegem                 | UZKZ       | BEL              | 5  | 6  | 8  | 8  | 8     |       |
| Swimming Club Redange                   | SCR        | LUX              | 5  |    | 3  | 5  | 1     |       |
| Luxembourg Sharks Swimming Club         | SHARKS     | LUX              | 1  | 3  | 1  | 2  | 1     |       |
| White Sharks BKS e.V.                   | WHITE SHAR | GER              | 1  | 2  | 1  | 3  | 3     |       |
| Cercle de Natation Dudelange            | CNDU       | LUX              |    | 1  | 2  | 2  | 3     |       |
| Club de Natation de Bastogne            | CNB        | BEL              |    |    | 1  | 2  | 1     |       |
| Schwammclub Monnerach                   | SCM        | LUX              |    |    | 2  |    |       |       |
| Cercle Nautique Pétange                 | CNP        | LUX              |    |    | 1  |    | 1     |       |
| Zvdo'74                                 | ZVDO'74    | NED              |    |    |    | 1  | 2     |       |



# WINNER

## CIVE 2023

Challenge International de la Ville  
d'Ettelbruck

Koninklijke Kortrijkse Zwemkring

## 50 FREE ENTRIES

for the CIVE 2024



speedo  
**ASPORT**  
» sport • fashion • lifestyle «



PERRARD



[www.pepin.lu](http://www.pepin.lu)

## **Vincke Wilma 09 Ettelbruck 2023 in cijfers en getallen (bron: KZK-site)**

100 vrije slag 1ste 1:03.73 in de Finale - voorheen 1:03.33 = 99% & 9,7 Pnt.

100 vrije slag 2de 1:04.53 - voorheen 1:03.33 = 96% & 8,8 Pnt.

100 schoolslag 5de 1:24.69 in de Finale - voorheen 1:22.65 = 95% & 5,9 Pnt.

100 schoolslag 4de 1:22.77 - voorheen 1:22.65 = 100% 7,7 & Pnt.

100 vlinderslag 5de 1:20.24 in de Finale - voorheen 1:23.47 = 108% PR. & Pnt.

100 vlinderslag 4de 1:19.04 - voorheen 1:23.47 = 112% PR. & Pnt.

200 wisselslag 2de 2:37.85 - voorheen 2:38.69 = 101% PR. & 9,0 Pnt.

(PR: Persoonlijk Record – Pnt.: punten)

De 100m rug staat er dus niet bij...

## **HOOFDSTUK VIJFTIEN**

### **MOOIER WEER OP HET DROGE ?**

Op school zetten we de eindsprint in naar eind juni. Met mijn tweede leven in het water valt dat niet altijd mee. Het moet ook dringend droger en warmer weer worden. De koeien worden twee weken later dan gewoonlijk naar hun weiden gebracht, zo zag ik op tv. Waarschijnlijk is dat ook zo bij Anje en Koen in mijn geliefde Polderhoeve. Ze zouden anders door het natte weer met hun poten te veel modder maken en het verse gras vernietigen. Holy cow, ik hoop dat ik nu zelf niet aanmodder. Het worden hevige maanden. En het is verlangend uitkijken naar de zomerstage.

O, over droog weer en modder gesproken: eind april organiseert KZK hier op het schoolplein van Athena Kortrijk, mijn school dus, een carwash. Die moet geld in het laatje brengen voor onze zomerstage. Nou, als het over water gaat, dan ben ik er graag bij. Kom maar aankarren met jullie hybrides, oldtimers, diesels en SUV's!

Een week na Luxemburg: OBK, ofte Open Belgische Kampioenschappen (Jeugd) in Antwerpen. Het begint op vrijdagvoormiddag al. Ik zwem een goeie 400m wisselslag: ongeveer 5 seconden rapper dan voorheen en derde in mijn reeks, maar dat laatste is compleet onbelangrijk gezien de gemixte leeftijden. Op de eindclassering per leeftijd zien we wel. 's Middags op de 200m vrije slag zet ik een mindere tijd neer. Een dikke seconde trager. Tja, ik heb een uur daarvoor ook al een afstand gezwommen bijna zo lang als het grootste containerschip ooit dat net vandaag ook hier in de haven van Antwerpen aanlegt. Terug thuis (pa is even ziek; ik pendel met Gio en Kirsten en dochter Eva – omwille van overnachtingskosten plus ook grote hotelbezetting voor andere evenementen in Antwerpen rijden we over en weer) bekijk ik de eindtabellen van vandaag. De leeftijden staan nog altijd dooreen, zodat ik aan de staart bungel van de voorlopige klassementen.

Noot: dacht je dat vogels niet kunnen zwemmen? Ik zie de volgende namen in de tabellen: Vinck Tine, Vinken Amelie en natuurlijk Vincke Wilma. Wie kwettert het hardst? (Ik ben wel de jongste van de drie vogels).

Op pendelzaterdag (heel vroeg op, de auto in) zwem ik de 50m vrij; op pendelzondag de 200m school. Een eerder rustig weekend in de havenstad dus. Als pendelzwemster met ook pa Frank dit keer, beetje genezen. Hoera! Ik duik onder de 30 seconden op mijn 50m vrij: 29:77. Derde en laatste lange autorit Kortrijk-Antwerpen op zondag. Voor mijn 200m schoolslag heb ik jammer genoeg twee seconden meer nodig dan voorheen. Volgens mijn pa ben ik te traag gestart.

Ik ben tevreden dat ik tijdens dit weekend toch een paar keer van mijn tijden af kan knagen. Finaleplaatsen zitten er nog even net niet in. Wel twee PR'etjes, oftewel: Persoonlijke Records. Buiten blijft ook de echte lente uit.

Bij de KZK-resultaten van afgelopen weekend op het OBK Antwerpen zie ik bijna voveral dubbele getallen, ook bij mij. Ik bedoel: de behaalde eindplaatsen per leeftijd en discipline. Alleen Marit Cokelaere en Alex Decupere behalen een plaats in een top tien.

We trainen nochtans heftig: bijvoorbeeld op woensdagen 's ochtends, 's namiddags (droogtraining) en 's avonds. Om de twee weken kookt oma Lut voor ons op woensdag. Na 5,5 km training smaakt dat hemels. Ze is de beste kokkin ter wereld. Gelukkig ook is mijn moeder haar dochter.

Mijn programma voor de First Meeting begin mei in Rozebroeken Gent: 100m vlinder op zaterdag, 100m rug en 200m school op zondag, categorie 13-15-jarigen. Een eerder rustig wedstrijdweekend in Gentse wateren, waar ik me zoals jullie al weten niet echt goed in voel. Ik weet niet hoe dat komt. Het wordt weer vroeg opstaan, terwijl de hele wereld uitslaapt.

18de op 50 deelneemsters (13-15) in de 100m vlinderslag, waar ik niet in uitblink: dat valt mee. Ik doe er twaalf honderdsten van een seconde minder lang over dan voorheen: 1:19.43. Mijn clubgenote Eva Sandra wint onze reeks; we zitten samen in 'heat' 7 van 11 series in totaal. Pa is tevreden. Oma zegt: 'Goed gevlinderd'. Terug naar Kortrijk en om 21 uur naar bed, want morgen zondag om 5 uur op voor de tweede wedstrijddag. Ook veel water op zondag: het regent de hele dag, overal. Waar kun je dus beter zijn dan in water?

Er zijn asjeblief 22 series voor de 100m rug in de voormiddag. Ik zwem in de 16de heat. Niet goed: een kleine seconde meer nodig. 200m school: z.t. Zelfde tijd. Geen commentaar. Ontgoocheld. Enkele dagen later doet coach Fanny me rugzwemmen met ee volle fles water op mijn (voor)hoofd. Dat lukt. Er is een filmpje van gemaakt.

13 en 14 mei 2023 betekenen hoogdagen voor het zwemmen alhier: Grote Prijs Stad Kortrijk Spurs. Er doen ongeveer vijftien clubs mee. Ik heb vijf wedstrijden op mijn weekendprogramma prijken. Op woensdagmiddag ga ik alvast een stevige paella eten bij oma Lut.



Alleszins een begin waar mijn pa tevreden mee is: ik pulk een vijftigtal honderdsten van een seconde af van mijn tijd op de 100m schoolslag (nu 1:25.31). Ook mijn clubgenote Eva Sandra doet het goed: we mogen alletwee naar de finale. Daarin word ik vierde, met eenzelfde tijd ongeveer. Op de 200m wissel doe ik nog twee seconden af en eindig ik eerste in mijn serie waarin alleen maar ouderen dan ikzelf meezwemmen. Er is geen finale voor die wedstrijd voorzien. Op naar zondag!

Op de (alweer grijze) zondagvoormiddag – Moederdag – zwem ik om 9 uur al in serie 11 van de 14 een prima tijd op de 100m vrij: een volle seconde beter, en een eerste plaats in mijn serie, waarin ik de jongste ben. Het levert me een finaleplaats op. Mijn volgende wedstrijden zijn om 14 en om 16 uur (en in de valavond, finales). Zwemmen is ook wachten.

Daar is de middagzon. En die kleur helpt: goud op de 200m vrij – 2 seconden beter dan voorheen. Op de 100m rug doe ik er dan weer 2 seconden bij. Niet mijn ding. Finale 100m vrije slag: goud! Yes! Ik doe daarna nog tweemaal mee met het KZK-team aan de 50m wissel (met Eva, Jules, Alex) en de 50m vrije slag (met Imani, Alex, Ilian). We winnen die allebei.

Na mijn fantastisch maar inspannend weekend hoop ik op maandag een half dagje thuis te mogen blijven. Ze begrijpen dat daar, want coach Fanny Lecluyse geeft er ook les. Dat is echter buiten mijn pa gerekend. Ik moet naar school. Daardoor ben ik een beetje boos en ga ik op de achterbank in de auto zitten. Ik wil niet naast hem zitten wanneer hij me naar school brengt.

PS Ik draag binnenkort (maar met enkele weken uitstel wegens zomerreisje) een beugel. De tandartse zegt dat ik dan nog beter zal zwemmen. Symmetrie is belangrijk voor een sporter.

Even een weekend zonder wedstrijden. Op zaterdag trein ik (niet: train ik!) met ma Hanne naar Brussel voor een ontspannen stadstrip. Maar o... We belanden voortdurend midden in de kleurrijke drukte van Brussels Pride: een manifestatie voor de rechten van LGBTQIA+-personen. Wel leuk hoor, maar geen rust voor deze zwemster. De dag erna doe ik wel een rustig terrasje in eigen stad Kortrijk met nonkel Marius en oma en opa Lut en Joris (de schrijver van mijn woelwateravonturen). En op woensdagmiddag: shepherd's pie bij oma Lut!

Twee weken later onderga ik een lactaat prestatietest. Zwemmen... zwemmen... zwemmen... alsmaar door, langer, heviger, en ondertussen tweemaal bloed prikken... tot je er uitgeput mee moet stoppen... Gelukkig kom ik een week later weer op krachten bij een heerlijk steengrill-etentje bij oma en opa in de tuin. Met kwarteleitjes!

Op de avondmeeting in buurstadje Menen, grenzend aan Frankrijk, zwem ik twee derde plaatsen en één tweede plaats. Het is een zwembad met een soort luchtbrug voor de toeschouwers. Het terras van de cafetaria ligt vlak naast de Leie. Er hangt een net boven, want sommige watervogels duiken wel eens op het lekkers af. Niet op het water. Coach Fanny is tevreden met mijn ademprestaties. Ik adem zo weinig mogelijk; één keer per 25 meter. Noot: ik verdien met mijn ereplaatsen 25 euro vanavond. Het is de tweede keer dat ik wat centen win met zwemmen. Ook op de Grote Prijs Stad Kortrijk onlangs cashte ik!

Naderende examens plus een weekje pendelen naar andere zwembaden in de omgeving wegens onderhoudswerken in Lago Kortrijk: Zwevegem, Heule. Opa taxidriver.

Soms een puntje van discussie: wanneer ik finish en aantik in een wedstrijd, kijk ik eerst naar mijn tijd op het sorebord. Daarna... moet ik opletten. Eerst de coach? Eerst pa? We hebben daar afspraken over. Ik moet zoveel in de gaten houden...

Het zomerkamp in Tenerife nadert. Eerst nog een meisjesdag met oma Lut in Kortrijk, vlak na mijn examens. 's Middags komt opa-schrijver er even bij voor een pizza. Een week later stappen we de bus op naar luchthaven Zaventem. Dat wordt weer tien dagen flink zweten, zoals vorige keer in Malaga.

Gillian Dewulf houdt het thuisfront via Facebook op de hoogte. Kijk maar.

## DAY 1

*Hoewel de wekkers van enkelen duidelijk nog niet correct afgesteld waren, bleek iedereen de reisdag van gisteren wel goed te hebben verteerd. We vlogen er dan ook direct in met twee (rustige) zwemtrainingen onder de Spaanse zon. En zon, dat betekent smeren! Vooral Marit nam dit zéér letterlijk. Xenia daarentegen moet nog wat oefenen.*

## DAY 2

*Er stonden vandaag zowel een zwem- als een kracht/droogtraining op het programma. Daarna konden de zwemmers (en de trainers) genieten van een welverdiende (halve) rustdag. En wat doen zwemmers dan? Juist, opnieuw het (zee)water induiken.*



Ook poweren hoort erbij in Tenerife 2023

#### DAY 5

*We zijn halfweg en er is weer een jarige! Headcoach Chantal Duck blaast ? kaarsjes uit en trakteerde de zwemmers daarom op een ijsje!*

*Bovendien kon men ook genieten van een tweede halve rustdag om op volle kracht het volgende deel van deze stage aan te vatten.*

#### DAY 6

*Donderdag and all was quiet on the Spanish front.*

*Er stonden twee rustige zwemtrainingen op het programma die (uiteraard) perfect werden afgewerkt.*

*We zijn inmiddels over halfweg en daarom werd de vermoeidheidsmeter van onder het stof gehaald. Daaruit bleek dat de meesten zeer taaie tijgers zijn en probleemloos het loodzware tweeluik dat eraan zit te komen, kunnen aanvatten.*

*Ze mogen dus allen 'under kittn smotten'. Dat 'smotten' zijn ze ondertussen toch al gewend!*

*Tot morgen!*

#### DAY 7

*We zijn een week ver! De tijd vliegt! En onze zwemmers ook want er werden mooie tijden gezwommen tijdens de zware sets die vandaag op het programma stonden.*

*Rust was vandaag NIET het codewoord want ook 's middags moest een droog/krachttraining + zwemtraining afgewerkt worden. Dit alles ging gebukt onder een ware Britse invasie want we kregen het gezelschap van een uitgebreide delegatie van het Chelsea and Westminster Swimming Team. Hoegenaamd geen doetjes die Britten, die zelf een EJK-zwemmer in hun rangen hebben. Er blijft dus veel werk voor de boeg.*

*Na het avondmaal kregen onze zwemmers nog een eetproef als dessert voorgeschoteld. Dat leverde enkele leuke kiekjes op.*

*Enjoy en tot morgen!*

#### DAY 8

*Vandaag werd de tweede dag van een zwaar tweeluik afgewerkt. Dat was zo lastig dat sommigen nadien vergaten dat ze de lift niet mochten nemen...*

#### DAY 9

*Op de zevende dag (in ons geval al de negende) rustte Hij. En wij dus ook. Daarom echter geen minder goed gevuld programma: een tripje naar Los Christianos in de voormiddag en een beetje zon (doch niet te veel), zee, strand in de namiddag vulden onze dag.*

*De dag eindigen, deden we met een overheerlijke bbq in het hotel en een potje volleybal met de Britten. Dat deed op wonderbaarlijke wijze een blessure als sneeuw voor de zon verdwijnen. Of neemt die zwemmer/zwemster ons in de maling? Tijd brengt altijd raad... .*

*Morgen de laatste dag (day 10) voor we op dinsdag weer naar ons belgenlandje vliegen.*

(met dank aan gastschrijver coach Gillian Dewulf)

## **HOOFDSTUK 16**

### **EAU / O / AU**

In volle zomer zijn daar de Belgische Jeugdkampioenschappen weer, in Antwerpen. Afgelopen stage speelde mijn schouder weer op. Tape nodig. Eau... O... en Au. Pa zegt dat ik mijn oefeningen in verband met mijn schouder onvoldoende doe. Voor de komende kampioenschappen boekt hij van donderdag tot zaterdag (eind juli) een slaapplek in Berchem. In Antwerpen zelf is alles ofwel volgeboekt ofwel zeer prijzig omwille van Tomorrowland.

Noot: de tiendaagse stage in Tenerife maakte me wel vier kilogram lichter.

Mijn plus-nichtje Robin wou nog enkele vakantiedagen naar hier komen, maar ik heb dat afgewimpeld omdat het een drukke trainingsweek wordt vlak voor de BJK in A'pen. Topsport vraagt veel offers. Ik vertrek dus donderdag al met mijn pa naar Berchem/Antwerpen. Na één nacht in een huurappartement dat er niet uitzag, verhuisden we naar een iets properder hotel. Avontuur! Mijn opdracht in het water: zeven individuele wedstrijden en vier teamestafettes (tweemaal gemengd). Individueel verwacht ik geen podiumplekken voor mij. De zwemsters van de topsportschool zullen die wel weer innemen. Een top (vijf)tien in zo'n Belgisch Jeugdkampioenschap zou al leuk zijn. Misschien kunnen we wat met een van onze teams. Het thuisfront volgt me via de streaming van Top Time.

Ik zit al in de eerste wedstrijd op vrijdagochtend: de 200m vrije slag. Niet fameus: bijna drie seconden erbovenop. Gewoonlijk valt mijn eerste dag op een tornooi niet mee. Magere troost. Ook mijn tweede wedstrijd 's middags valt tegen. In de voormiddag en 's avonds zwemmen we nog de 4x100m wissel gemengd en de 4x100m vrij team meisjes. Geen commentaar, tenzij: schouder. Die verdomde schouder. Tweede dag. Mijn oma brandt een kaars voor de Heilige Rita, die ze aangekleed heeft met een papieren en KZK-mutsje. Het helpt niet: ik heb vijf minuten nodig voor mijn 400m vrije slag (in een 50m-bad). Ik eindig laatste in mijn reeks, al doe ik wel een seconde beter. Ondanks mijn pijnlijke schouder doe ik door. Nog even de 100m schoolslag en dan naar huis, tot morgen (drie individuele en twee teamwedstrijden!)



De Heilige Rita-met-badpak van oma Lut helpt niet. Ook niet voor mijn 100m schoolslag, waar ik twee seconden meer voor nodig heb dan voorheen.

Mijn pa wil dat ik verder forfait geef voor het BJK-weekend, we maken er ruzie over, maar ik wil blijven. Ik ben al blij met mijn aanwezigheid hier in Antwerpen en ik wil

doordoen. Op naar zondag dus, met een tegenspartelende schouder. Ik doe later die oefeningen nog wel.

Mijn zondagprogramma: 200m school, 4x100m vrij gemengd, 200m wissel, 100m vrij, 4x100m wissel meisjesteam. Alleen in die laatste wedstrijd kan ik wat betekenen. De rest is... pff. Mijn pa plant een scan van mijn schouder. Hopelijk komt er beterschap. Of een oplossing. Bye BJK '23 A'pen.

De dagen erna heb ik het moeilijk. Oma troost me aan de telefoon: 'Als je vorig jaar nog Zwemmer van het Jaar' was bij je club, dan kan het toch zo vlug niet slechter worden? Het is dus die schouder hé!' Gelukkig ook zijn er nog vakantieplannen. Marseille met pa, want hier in België is het momenteel een rotweertje. Ik duik er in het zwembad met een zeemeerminnenstaart. Wat een vaart!

4 augustus 2023: blokjesdag. Twee jaar lang blokjes in mijn mond. Weer iets erbij om mee te sleuren bij het zwemmen. Tandje bij steken.

Een week voor het nieuwe schooljaar begint, heeft hoofdcoach Chantal een gesprek met mijn ouders. De schouder vormt natuurlijk een belangrijk onderdeel van het gesprek. Ik moet me iets meer inzetten bij de droogtrainingen, net omwille van die schouder. Ook moet ik een MRI ondergaan. Ik mag het water weer in, maar alleen de beentjes mogen het werk doen. Benenwerk dus, in afwachting van de resultaten van die MRI.

Pas twee weken later haal ik met mijn pa het resultaat van de MRI op. Hoera: er is niks speciaals aan de hand. 'Spierversterkende oefeningen' luidt de boodschap. Ja hallo, en ik doe er al zoveel. Ik heb nu zelfs nog meer sporturen op school. Vooruit dan maar met de kinderarbeid. Om mijn schouder de kans te geven te herstellen, schrappen we wel de herfstwedstrijden waar ik deel zou aan nemen, met goedkeuring van hoofdcoach Chantal. Ondertussen loopt het op school wel lekker. Ik scoor punten, na een intense vakantietaak wiskunde plus bijlessen van Kirsten, de ma van enkele KZK-zwimmers en lerares.

Nog ietsje meer, nou: minder. Na mijn allereerste bezoek aan de kinesisten (behandeling met droge naald voor mijn schouder – dry needling) moet ik om te beginnen twee weken alle trainingssessies skippen, ook de sporturen op school! Noot: ik waag het eens opzij te kijken naar zo'n droge naald in mijn huid. De kinesist lijkt ermee in mijn lijf te roeren. Ik kijk vlug weer voor mij.

## **HOOFDSTUK 17**

### **SCHOUDERKLOP**

Verdien ik nu geen schouderklopjes? Eindelijk mag ik weer trainen, maar nog niet voluit. Een viertal keer per week een uur, rustig-aan. Het is ondertussen al oktober. Mijn wedstrijden vallen wel voortdurend in het water. Ik mis wat competitie. Van die gelegenheid maak ik gebruik om eens wat voetbalwedstrijden van broer Leo bij te wonen. Hij speelt echt goed. Zijn ploeg heet KOG Stasegem. Ze winnen de meeste van hun wedstrijden. Na elke match doen ze een ingestudeerd rondedansje met zang.

Tijdens mijn herstelperiode woon ik ook zoveel mogelijk de wedstrijden bij waar mijn club aan deelneemt. Dat waarderen ze, heb ik al gehoord. Gelukkig, want eerst twijfelden ze wat aan mijn schouderblessure. O, en mijn punten op school mogen er zijn, hoor!

In de herfstvakantie neemt papa ons mee naar Rotterdam voor enkele dagen. Heel leuk, met z'n drieën. Wanneer we weer thuis zijn, horen we van twee ontploffingen in Rotterdam. Waarschijnlijk iets met drugs. En de storm Ciaràn is in aantocht. Woelig water!

Diverse nieuwtjes, nou: oudjes. Mijn schouder blijft nog altijd (al wekenlang) in behandeling bij de sportkinesisten. Als er geen verbetering is, zal een operatie van de geknelde zenuw nodig zijn. Misschien mag ik op 26 december wel weer het wedstrijdwater in, t.g.v. een zogenaamde 'laatste kans' in verband met limieten hier in Kortrijk. Een tijdje geleden woonde ik in Diksmuide de zondagwedstrijden bij. De Torhoutse Zwemclub was er ook. Het zijn goeie zwemmers. Ze hebben beloofd er met een spandoek te staan wanneer ik weer een wedstrijd zwem. En ze zullen een nieuwe schouder in mijn kerstpakje stoppen, zeiden ze.

O, nog dit: mijn broer Leo volgt nu ook les in mijn school. Hij zat eerst op een plek waar hij zich niet oké voelde. Na de herfstvakantie is hij naar hier overgekomen. Leuk! En nu ik veel minder train, worden mijn eigen schoolresultaten er ook beter op. Ik concentreer me op de komende proeven.

Het lijkt erop dat ik vanaf 6 december weer voluit mag of kan trainen. Ik weet niet of dit een klaasgeschenk is, want dan... beginnen mijn schoolproeven ook. De huidige stand van zaken: ik voel sinds heel kort voor de eerste keer geen pijn meer gedurende de eerste tien minuten van een training. Een goed teken. Ik mag ondertussen ook alweer twee uur naeen trainen.

Brigitte Becue (bekend zwemster, vier Olympische deelnames en tweemaal Sportvrouw van het Jaar – ooit schreef mijn opa-schrijver een gedicht voor haar, toen ze nog in de Kortrijkse Zwemkring was) waarschuwt dat veel jonge zwemmers te veel trainen. En dat je door het eten van een dessertje heus niet langzamer gaat zwemmen. Integendeel, zegt ze, maar vroeger kon dat ook al helemaal niet. Gaat het goed in de zwemsport in ons land? Dit is de kop boven een krantenartikel daarover:

*Als hoofdcoach van de Vlaamse zwemfederatie moet Brigitte Becue de zwemsport uit woelig water loodsen. Na de slopende passage van de Fransman Fred Vergnoux meet de voormalige Europese kampioene de schade op. 'Ik ben niet vanaf nul begonnen, maar onder nul.'*

Eindelijk (6 december, dank u, Goede Man) kan ik een vol uur zwemmen zonder pijn te voelen. Mijn arm kan ik weer helemaal pijnloos rondzwieren. Ik heb het gedemonstreerd bij oma. En zie ginds, daar naderen ze ook: de schoolproeven.

De proeven op school: goed, ook voor Leo. De proeven in de sport: Leo's voetbalploeg (KOG Stasegem) is weer eens kampioen; ik... assisteer eind december hier in Lago Kortrijk voor Laatste Kans-zwemwedstrijden (om limieten te scoren). Volgens de kinesisten doe ik beter nog niet aan wedstrijdzwemmen. Dus help ik bij KZK.

Nieuwsflash: Jules stopt met wedstrijdzwemmen. 'Hij kan geen zwembad meer zien,' zeggen zijn ma Nele en pa Bart. Bespeur ik een beetje een leegloop bij KZK? Er zijn er nog die afhaken. Of die het zullen doen. Soms krijg ik zelf ook commentaar in

verband met mijn kaduke schouder en de kine die ik intens volg (... bij een stel chille kinesisten!).

Noot: ik ben ook niet meer bij het Future Team. Corona stak daar al een stokje voor, nu is het mijn schouder... Ondertussen is de naam veranderd in Swim Academy. Voor KZK is Imani gekozen om met andere uitverkoren zwemsters van SA op de Vlaamse Kampioenschappen aan een estafette deel te nemen.

02-01-2024: 15 jaar! [WWW.be](http://WWW.be): Wilma Woelwater (nog altijd) Wedstrijdloos.

Toch schijnt er een lichtje midden januari van het jaar waarin ik 15 ben geworden. Op een clubkampioenschap hier in Lago Kortrijk doe ik mee (ook een beetje als test) aan de 100m vrije slag bij de 15-16-jarigen. Mijn clubgenote Jutta (16) wint, ik word tweede en verbeter mijn tijd met een halve seconde, en de derde finishster eindigt vijf seconden na mij. Eindelijk wat gelukkig nieuw jaar. Zilver!

PS Vlak voor die wedstrijd krijg ik van de hoofdcoach te horen dat mijn deelname aan de stage in Tenerife dit keer misschien wel betwifelbaar is. Gebruikt ze dit nu als trigger in verband met mijn heroptreden? Ik hoop het, want het klinkt erg raar, vooral op zo'n moment... Ik wil niet met een bedrukt gezicht op de nieuwjaarsreceptie verschijnen, dus blijf ik er weg – hoewel ik er mijn zilver zou kunnen vieren. Een week later heb ik weer zo'n raar gesprek met de hoofdcoach, ondanks alles inspanningen van onze kant: pa en ma die naar klinieken in Torhout en Roeselare rijden voor scans, lidgeld, driemaal kine in de week, ochtend- en avondtrainingen... Ik ga er professioneel mee om. Ik 'volg' mijn trainers. Maar dit is mijn plan: blijven trainen, binnenkort mee naar Antwerpen voor de Vlaamse Kampioenschappen (alleen supporteren – twee dagen heen en terug meeliften met diverse KZK'ers – de trainers hebben liever dat ik nog niet meedoe), de stage in Tenerife wél willen, dan de Belgische Kampioenschappen en daarna... nog top secret. Alleen mijn ouders en opa en oma weten het. Ik geef jullie alvast één letter: Z. Maar misschien verandert mijn geheim plan nog.

Eind januari heb ik de zoveelste sessie bij mijn chille kinesisten in Kuurne. Opa-Schrijver brengt me op een maandagavond. Ik heb een brief mee met ingewikkelde beschrijvingen van de toestand waarin mijn linkerschouder zich bevindt. Ik bespaar jullie, moedige lezers, de details en de meerlettergrepige woorden. Neuroloog Maarten Goethals (mijn pa bracht me speciaal naar hem in Torhout) heeft dit allemaal bekeken en omschreven. Zijn besluit: een kijkoperatie. Anders is het gedaan met wedstrijdzwemmen. Het kan goed komen. Ik moet natuurlijk de brief ook tonen aan mijn kinesisten. De ingreep, die zestien minuten duurt (zegt dokter Maarten), zal op een schooldag in april gebeuren. Ik hoef er niet te overnachten. Een dagje volstaat, om op te volgen hoe het verder gaat. We moeten daarvoor naar Izegem, waar dergelijke operaties worden gedaan. Dokter Dirk Petré zal dit doen. Hij wordt beschouwd als de beste van België hierin. Ik kijk er alleszins naar uit. Dat heb ik ook gezegd tegen de dokter in Torhout. 'Het gebeurt niet veel dat iemand naar een operatie verlangt,' lachte hij toen. Dr. Petré zal me binnenkort dus bevrijden van een geknelde zenuw. Daarna volgen zes weken revalidatie, met driemaal kine per week. Clubgenoot-trainer-coach Gillian maakte het ook mee. Nu is hij oké. Duimen dus voor een goede afloop na drie jaar pijn (sedert de stage in Oostende) en een jaar trubbels. Verdien ik geen schouderklop?

PS Ik schrijf ook links. Hopelijk wordt dat geen bijkomend probleem die weken. Gebarentaal zal ook niet helpen. Momenteel, wanneer ik schrijf, voel ik ook pijn.

PS bis Ik mag van mijn KZK-club ook weer mee naar Tenerife! Bovendien zullen ze proberen om mijn kijkoperatie vroeger te laten gebeuren. Blijkbaar rekenen ze toch nog op mij voor het Belgisch Kampioenschap...

## HOOFDSTUK 18

### ONTZENUWD

Leve de lente zonder pijn. Mijn kijkoperatie zal waarschijnlijk toch niet vroeger dan in april kunnen gebeuren. Er is wel al wat ander breaking news. Henri is weg uit KZK. Hij gaat in Meulebeke zwemmen. Eva zal waarschijnlijk ook de club verlaten. En ik... weet het nog niet. Pa is al even verkennend met mensen van de Zwevegense club vlakbij gaan praten. Die trainen tweemaal per week hier in Lago Kortrijk, en... nooit 's ochtends. Spannende tijden dus! De letter Z... Weet je nog? Maar we wachten af. Ik hou me 'low profile' in de club. Mijn kinesisten hebben namelijk ook hun mening laten horen aan mijn coaches/trainers. Die is op dit ogenblik belangrijker en professioneler dan die van hen. Maar vooruit: we engageren ons weer voor de spaghettiverkoop. Die moet geld in het laatje brengen voor de stages. Ik train ook rustig verder, al moet ik wegens grote verbouwingen in ma's huis (vlak bij het zwembad) tijdens de ma-weken een poos aangepast wonen bij stiefpa Thomas. Zowel mijn pa als hij wonen een flink stuk verder van Lago Kortrijk.

(Hoor ik daar iemand vragen: 'Hoe gaat het op school?' Pico bello, hoor. En met broer Leo ook. Hij blijft winnen met zijn voetbalploeg en hij heeft een mooi stiftgedicht geschreven dat hem 18,5 punten op de 20 opleverde).

In afwachting van mijn kijkoperatie heeft de club me vrijgesteld van ochtendtrainingen. Dat komt me goed uit. Ik werk stevig voor school en bovendien wordt mijn pa Frank binnenkort vijftig. Met Hanne samen is dat negentig. Ik ben natuurlijk ook bezig met het mee-organiseren van de feestelijkheden...

Ondertussen... in een garage ongeveer vijf kilometer naar het westen... een lange tafel... tientallen dozen spaghettisous...gemaakt door enkele KZK-die-hards. De garageverkoop van dat minizwembad van saus moet centen opbrengen voor onze stages. Binnenkort trek ik ook weer op familiaal weekend naar de Polderhoeve aan de kust. Daarna volgt dus de kijkoperatie (16 april, Izegem), na de jaarlijkse benefiet-carwash op zaterdag in mijn school. Hier poseer ik met mijn OK-jurkje.



Na de operatie. Met pa Frank.



Twee dagen later kan ik weer naar school. Met pijnstillers. Er volgen nu natuurlijk ook meer kinesiesessies: driemaal per week. Ik mag zes weken niet sporten. Ondertussen is broer Leo met zijn voetbalploeg KOG Stasegem alweer kampioen geworden.

## HOOFDSTUK 19

### WOELIGE WATEREN

Mei 2024. De kogel is eindelijk door de kerk: ik verkas van KZKortrijk Spurs naar UZKZwevegem (Ursus Zwemklub Zwevegem – Ursus = beer). Geen commentaar. Er zijn verschillende redenen. Ik ben ook niet alleen die verandert; er zijn er nog. Door mijn overstap (en ook door mijn kaduke maar geopereerde schouder) valt mijn stage in Tenerife (letterlijk bijna) in het water. Ik ben ook te laat om met mijn nieuwe club mee te reizen naar Hongarije. Zij doen daar een zomerstage. Het is wat het is. Ik kijk vooruit, positief.

Na een laatste gesprek van mijn pa met een KZK-verantwoordelijke lig ik de daaropvolgende maandag al in Zwevegemse wateren, ongeveer tien kilometer van Kortrijk. Er blijven tijdens de Hongarije-stage een paar trainers beschikbaar. We zullen moeten afspreken met beurtrollen voor de verplaatsingen, maar de club traint ook soms in Kortrijk. En de Belgische Kampioenschappen? Een vraagteken. Ja: ik lig even in woelige wateren.

Eerste training met UZKZ op maandag... op hetzelfde tijdstip als KZK... in Lago Kortrijk. Beetje vreemd en ongemakkelijk voor mij, maar ja...

Na enkele trainingen op schoolslag schakel ik ook weer naar de andere slagen over, geleidelijk. Ik hoop binnenkort mijn 'oude' tijden weer te bereiken. Misschien zitten de Belgische Kampioenschappen er dan nog in. De pijn vermindert. Pa en ik waren nog op consultatie bij dr. Petr . Die toonde ons foto's van de operatie. Op een bepaald ogenblik werd ook letterlijk iets doorgeknipt. Hij is tevreden over mijn vooruitgang, want, zegt hij, soms verloopt het wat moeizamer. Ondertussen train ik rustig verder met mijn nieuwe club, bijna elke dag. En de schoolexamens naderen...

PS Mijn laatste medaille dateert van Moederdag een jaar geleden. Future Team is me echter niet vergeten. Ze hebben al geïnformeerd hoe het verder met me is.

Daar is de zomer eindelijk, maar zonder Tenerife of Hongarije. Trainen in Kortrijk en Zwevegem. Ik haal dus veel vaker mijn fiets van stal. De kinebeurten worden minder.

Midden juli 2024: onheil. Ik kom in onzachte aanraking met een glazen deur. Het is een hevige confrontatie. Gewonde dij. Zes hechtingen. Her en der ook nog snijwonden (handen, gezicht). Gelukkig niet in mijn hals... Het duurt ook een tijd voor ma kan opdagen (haar week met ons, en ze is op haar werk). Goodbye Belgische Kampioenschappen. (... Of toch niet helemaal: een coach van UKZK vraagt me om mee te gaan naar Antwerpen als assistent. Heel graag!)

Na mijn assistentsschap op het BK in Antwerpen (waar ik natuurlijk veel bekenden terugzie) duik ik even met de familie in Spaanse wateren, bij Barcelona.

Vakantie... Opknapbeurt en verbouwingen huis mama Hanne...

... En het is alweer oktober. Mijn eerste wedstrijd in lange tijd komt eraan, in Brugge.

Prettige noot: voor kerst/Nieuwjaar/mijn verjaardag (nou: ietwat vroeger) krijg ik een elektrische fiets. Nu gaan de kilometers tussen Kortrijk en mijn club in Zwevegem veel vlotter.

Onprettige noot: ma Hanne is op een avond in een Kortrijkse bouwput gevallen (smartphone, struikelen, duiken op een Heras-afsluiting, de dieperik in, 112, Spoed) en heeft breuken aan ribben en rugwervels. Lang 'out'. Gelukkig is er de laptop.

## HOOFDSTUK 20

### WEER IN HET WATER

#### *(WILMA IS BACK)*

Mijn eerste wedstrijden in lange tijd (na schouderblessure, operatie en revalidatie – duur: ruim één jaar) in Brugge vallen mee. Een goede 100m schoolslag en een gematigd goede 100m vrije slag. Met de estafetteploeg behalen we een vierde plaats op dit provinciaal kampioenschap. Pa Frank is tevreden. De coaches ook. Ik ben doodmoe. Van Woelwater naar Stilwater, opa Schrijver?

Enkele weken later ga ik met mijn Zwevegense medezwemmers en -zwemsters in een busje een weekend naar Nijlen. Pa en Hanne komen apart. Mijn 100m vrije slag blijft net zo ‘gematigd’ als in Brugge (een zwakke start en einde). Op de 50m schoolslag doe ik er 1 seconde af. Eindelijk eens een opsteker. En een bisnummer diezelfde zaterdag: 1 seconde beter op mijn 50m vlinderslag. Mijn zondag in Nijlen: een zeer matige 100m schoolslag en een persoonlijke besttijd op 50m rugslag. Voor de rest: rust....

Ik beschik nu over een elektrische fiets om de kilometers af te leggen tussen Kortrijk en Zwevegem. Op Tweede Kerstdag wordt er weer in Kortrijkse wateren gedoken, hier in Lago zwembad vlakbij. Aan lange afstanden neem ik echter nog geen deel. Ik pas. Op school verander ik van richting: naar de humane wetenschappen. Mijn resultaten voor wiskunde en fysica en zo zijn ondermaats. Ondertussen is ook Tristan in mijn leven opgedoken... Wedstrijdzwemmen staat nu even niet meer nummer 1 op mijn to-dolijst. Wilma is bijna back. Eind januari doe ik wellicht wedstrijden in Seraing.

2 januari 2025: sweet sixteen!

Oma: Heb je al eens een voetbalmatch van Tristan bijgewoond?

Ik: Ja hoor.

Oma: Heeft hij jou al eens zien zwemmen?

Ik: Liever niet.

Oma en opa: Eh?

Ik: Ik gelijk op een paasei met mijn badmuts op.

13 januari 2025

Hier eindigt mijn zwemcarrière. Zo plots als een plons. Weer uit het water. Ik heb mijn redenen. Ook in mijn leven verandert er een en ander. En in de liefde.

Slotnoot van Opa Schrijver: zo jammer!

Een come-back? Je weet maar nooit.



Eindelijk weer eens goud. Grote Prijs Stad Kortrijk KZK Spurs 200m vrije slag 14 mei 2023. Ook in de finale van de 100m vrije slag behaal ik goud. Een topweekend.



Foto Isabel Lecluyse



Duimen voor een bruisend/knallend jaar.

Eerste wedstrijd als 14-jarige. Wisselslag Meulebeke januari 2023. Drie medailles!



Full English Breakfast in London. Summer 2022 (13).





Dit is het kunstwerk van Edgar Antoin. Mijn trofee in 2022. Enkele jaren geleden kreeg ik er ook al eentje, toen ik Juniorzwemster van het Jaar werd.







Een wicht met enkele gewichten in goud



Even uit het water... (Het moment waarop je haar zou willen invriezen, opdat ze altijd zo zou blijven – noot van de schrijver).



Onze 'bubbel' in coronatijden. Ik ben die in het midden, met de lange benen.



Bubbeltime met anticorona mond-en-neuskapje eind 2021 (foto Tom Vandromme)



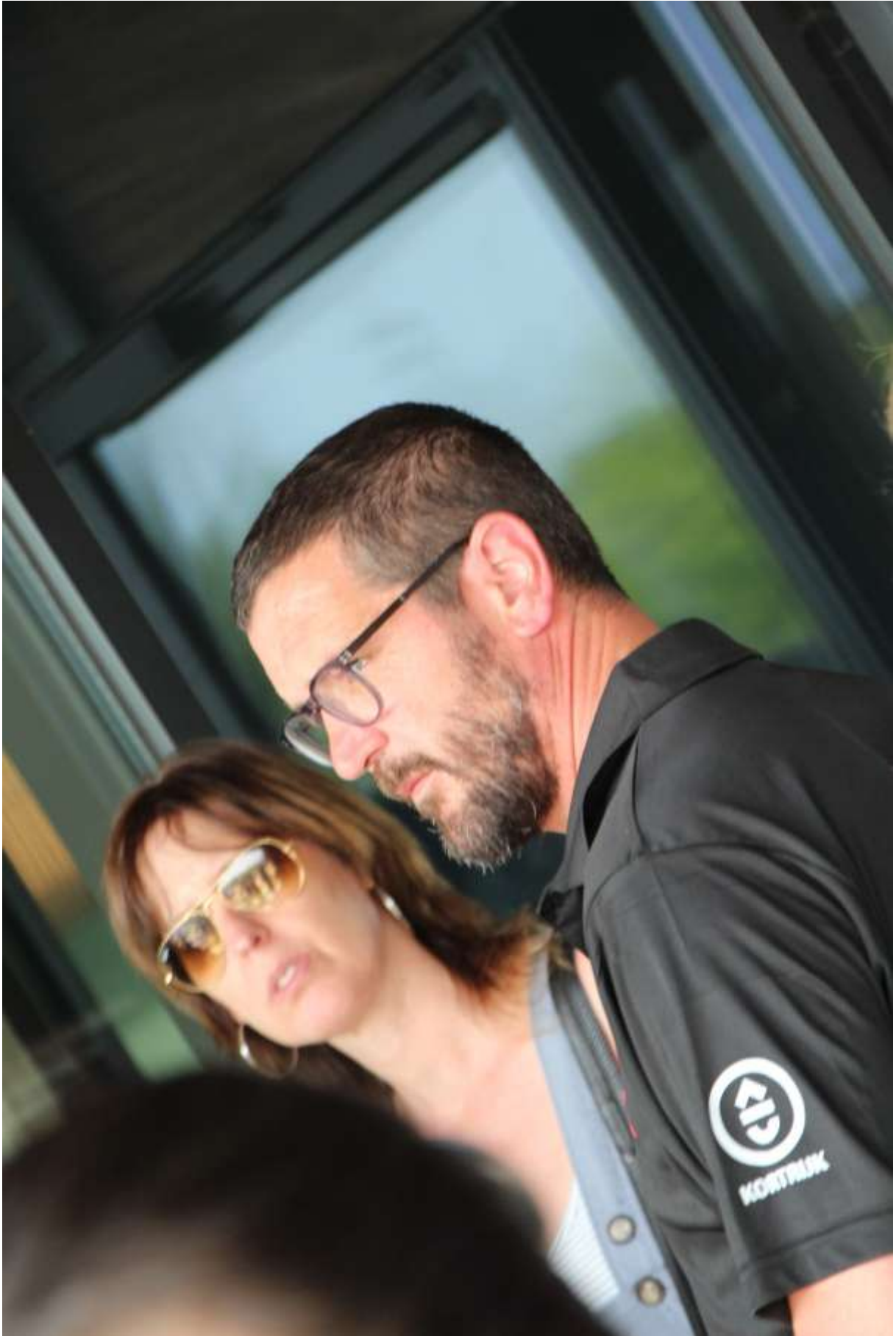
Bubbeltime in Omikrontijden (foto Tom Vandromme)



Tweemaal primus op de 200m schoolslag en 200m vrije slag eind december 2021 in Lago Kortrijk (foto Tom Vandromme)



The new Wilma, age 13, june 2022, shopping with ma Hanne (city of Gent).



Mijn ouders (Hanne en Frank) in Lago Kortrijk-Weide op Moederdag 2023: Grote Prijs Stad Kortrijk KZK SPURS. Het water was toen al enkele jaren te diep tussen hen, maar ze bleven vrienden.