

De Koning kiest graag de moeilijke weg

Marcelien de Koning heeft een missie. Over twee jaar wil de voormalig zeilster als surfster deelnemen aan de Olympische Spelen van Londen. Morgen begint ze in Denemarken aan haar eerste WK in de olympische RS:X-klasse.

Kirsten van der Kolk

Nog maar twee jaar geleden won Marcelien de Koning met Lobke Berkout zilver op de Olympische Spelen van Peking. Na die Spelen is het enige wat de Koning weet, dat ze gaat stoppen met het zeilen in de 470-klasse. Ze wilde iets anders, maar weet nog niet wat. "In de zeilboot was ik, vooral op het einde, niet fysiek bezig. Ik kon mijn energie niet kwijt. Ik kreeg bij het zeilen een hoge hartslag van de spanning, maar niet van de activiteit. Mijn coach Jacco (Koops, red.), oud-coach van de surfers, had wel eens gekscherend gezegd dat ik een surfcampagne moest doen. Maar ik nam dat verder niet serieus."

Tijdens een vakantie in Zuid-Amerika viel het kwartje. Terwijl ze in het donker in regen, storm en onweer over het Titikakameer voer, besepte ze hoe erg ze het geklots van water miste. Maar ook hoe leuk ze het vond om wedstrijden te varen.

Terug in Nederland besloot ze zich aan te sluiten bij het Surfproject van het Watersportverbond. "Ik heb bij Jacco aangegeven dat ik het surfen toch wel een cool idee vond." Vertelt De Koning. "Het fysieke van het surfen en het feit dat je in je eentje vaart, vond ik een superuitdaging. De bond was net bezig met een project, dus ik kon daar in september 2009 mooi bij aanhaken."

Tot nu toe is het geen enkele zeilster gelukt een succesvolle overstap naar het surfen te maken. De verrichtingen van De Koning worden dan ook door beide kanten met veel interesse gevolgd. "Alle zeilers zeggen: 'je moet het goed doen, want we willen nu weleens bewijzen dat zeilers beter zijn in het tactische spelletje dan de surfers'. Maar de surfers zeggen: 'Je moet wel achter ons blijven, want wij kunnen tactisch ook goed varen. En zeiler kan dat niet beter.' Van twee kanten kijken ze toe hoe ik dat ga oplossen."

Toch ervaart de Koning dat niet als druk. De enige verwachtingen die er zijn, zijn die van haarzelf. Haar wedstrijdervaring uit het zeilen kan ze dan wel meenemen, al het andere moet ze opnieuw leren. Maar haar leercurve is steil. "Deze surfplank is heel groot: 2,94 meter lang en 97centimeter breed. Als er weinig wind staat, is het net alsof je in een boot vaart. Maar als er veel wind staat, dan gaat het razend hard. Het voelt alsof je in een buggy honderd km/u over de snelweg gaat."

"De snelheidsverschillen zijn ook veel groter. Tot windkracht vier kan ik qua snelheid heel goed meekomen. Daarboven wordt het lastiger, omdat dan de techniek belangrijker wordt. De plank en het zeil zijn zo groot, dat je makkelijk de lucht invliegt als de wind eronder komt."

Het leren surfen gaat dan ook letterlijk gepaard met (in het water) vallen en opstaan. Meer dan eens vliegt ze in een training door de lucht. Haar energie kan ze er zeker in kwijt. "Ik dacht dat je met surfen bij een bepaalde windkracht nog met een normale hartslag kon varen, maar ik ben erachter gekomen dat dat niet kan. Met weinig wind moet je pompen om vooruit te komen, waardoor je hartslag omhoog gaat. Bij veel wind moet je zoveel kracht op je lijf zetten om te blijven staan dat je daar weer een hoge hartslag van krijgt."

Ik dacht ook altijd dat ik goede buikspieren had. Maar ik heb er nu veel meer en ben zelfs sinds Peking zes kilo spieren aangekomen. Ik voel mij heel fit, maar als ik naar de meiden uit de top tien kijk, moet ik nog veel fitter worden."

Als er iets is wat De Koning kent, is het de wind. En daar doet ze haar voordeel mee. "Ik ben pas een jaar aan het surfen, dus ik mag nu nog foutjes maken, maar het is wel bloedirritant om ingehaald te worden. Tegen de wind in kan ik het spelletje, dat ik ken van het zeilen, redelijk spelen. Ik weet waar de windvlagen heen gaan en hoe ik met de wind moet omgaan. Met wind mee lukt mij dat veel minder goed, omdat ik drukker bezig ben om de surfplank op snelheid te houden. Dan merk ik dat ik techniek te kort kom. De eerste boei lig ik vaak nog wel bij de beste tien, maar langzaam vaar ik mijzelf naar achter. Dat is frustrerend, maar het komt omdat ik nog te afwachtend ben."

"Ik leer nog veel door af te kijken. Ik moet meer uitgaan van mijn eigen kracht. Ik denk nu nog te vaak: Ik kan het nog niet, het komt volgend jaar wel. Maar ik moet het nu doen, deze WK. Onlangs las ik een interview met zwemster Femke Heemskerk met de kop 'Ik moet meer lef tonen'. Dat hangt nu boven mijn bed. En dat prent ik mij in: Ik ga meer lef tonen. Met een glimlach ga ik op de surfplank staan. Alsof het mij allemaal niets doet."

Deze WK zijn de verwachtingen van De Koning nog bescheiden. Morgen begint ze aan de eerste van zes selectieraces, waarna de top 35 door mag in de Gold Fleet. Daar zal het gevecht om de medailles plaatsvinden. De Koning hoopt de Gold Fleet te halen. En misschien een keer een top tien klassering. "Lobke (Berkhout, met wie ze in Peking Olympisch zilver won, red.) vroeg laatst: 'mis je het niet om te winnen?' Natuurlijk wil ik ook weleens op de eerste plek eindigen, maar als ik nu een keer in de top tien eindig, ben ik heel blij. Ik vind de moeilijke weg een grote uitdaging. Ik weet dat ik het kan. Ik weet dat ik het met Lobke kon, maar ik geloof ook dat ik het in mijn eentje kan. Dat moet ik gaan bewijzen. Ik hoop dat ik de Olympische Spelen van 2012 ga halen. Dat idee heb ik wel nog steeds. En zolang ik dat idee heb, blijft Marcelien surfen."