

Tijdens de coronajaren voelde zwemster Marte Hieke van der Kamp (17) zich snel sterker worden. Ze kon het niet in wedstrijden laten zien. Nu die er weer zijn, laat het zwemtalent uit Nijland nadrukkelijk van zich horen.

JOHAN STOBBE

Vier kransen sieren de gevel van het huis van de familie Van der Kamp in Nijland. Het zijn aandenkens aan de prestaties van zonen Jan Johannes en Lieuwe Marten op de Friese kaatsvelden. Dat zus Marte Hieke furor maakt in het zwembad is aan de gevel niet te zien.

Moeder Anieta lacht. Toen haar 17-jarige dochter twee weken geleden de Nederlandse zwemtitels aaneenreeg, hing ze trots de vlag met een badpak aan de stok buiten. De foto die ze naar Marte Hieke stuurde, kon niet op enthousiasme rekenen. 'Doe normaal', antwoordde ze. „Dat dogge oaren dochts ek net”, zegt Van der Kamp droog aan de keukentafel in Nijland.

Ze is net thuis van een training. De haren moeten nog snel worden gekamd. Dat kan er zomaar doorheen schieten, want het leven van een jonge zwemster is hectisch. Om kwart over 4 gaat 's ochtends de wekker. Een kwartiertje later wekt ze haar ouders. Die weten al niet meer beter. „Dat swimmen is in rijdende trein dêr'tst op sits”, zegt vader Marten.

De ene dag rijden haar ouders, de andere dag stapt ze in bij een clubgenote uit Workum. Om twintig voor zes draaien ze de parkeerplaats van het zwembad in Drachten op, waar Van der Kamp bij het OC (opleidingscentrum) zwemt. Twintig minuten later ligt ze in het water.

Twee uur trainen en dan om half 9 met de bus richting het Leeuwarder Lyceum. „As ik middeis ek noch in training ha (op dinsdag en donderdag is dat zo, red.) dan bin ik eins krekt op skoalle en moat ik alwer nei Drachten.” Die dagen is ze om kwart over 7 pas thuis.

Eigenlijk heeft ze dan nog maar een uurtje. „It is eins wol de bedoeling dat ik 8 oeren sliep pak, mar dat slagget hast noait.” Zeker met luidruchtige broers is het lastig om al zo vroeg op de avond de slaap te vatten. „Dan stiet der wer ien by de doar de kat te roppen. Of se sitte bûten, dan hear ik ek alles.” Meestal ligt ze om 9 uur. „Wurch bin ik dan net. Middeis wol, dat is spitich.”

Dat Van der Kamp zou gaan sporten was al op jonge leeftijd duidelijk. Ze komt uit een sportieve familie. Heit Marten keepte bij onder andere ONS Sneek en Nijland, mem dees van alles, alleen nooit op topniveau.

Haar broers voetballen en kaatsen en zelf probeerde Marte Hieke eerst volleybal. En ze kaatste ook nog even. „Ik wie it 14.000ste lid fan it KNKB. Dêr waard ik noch foar huldige. Krige ik in tas mei ballen.”

Zwemles ging haar echter ook goed af. Op haar 5de had Van der Kamp al haar eerste diploma. „By swimmen seach ik har bliid wêzen”, zegt haar moeder. Nadat ze in rap tempo ook haar B en C-diploma haalde, bleef Van der Kamp een keer in de week trainen. Eerst vooral voor de lol.

De trein waarover haar vader repte, kwam langzaam in beweging. „It ferget wol wat fan us”, erkent mem Anieta. „We hawwe net in protte tiid



foar ússels.” Vroeg op, duizenden kilometers in de auto en ook financieel vraagt het wat. „In wedstrydbadpak kostet al gau 500 euro en dêr moat se eins wol twa fan hawwe.” Heit Marten: „Swimwetter is ek djoer.”

Als de kinderen plezier aan de sport beleven, cijferen de ouders zich graag weg. Ook de kaatsende broers slurpen tijd op. Het zwemmen op landelijk niveau van hun dochter nog meer. Een keer per week trainen in Bolsward veranderde al snel in drie keer per week in Harlingen. Binnen twee jaar zwom ze ook in de landelijke jaargangfinales.

Marte Hieke van der Kamp lacht. Negen jaar was ze toen ze achteraan in die finales zwom. „Dat fûn ik net echt leuk.” Ze besloot nog harder te trainen en sindsdien komt ze elk jaar iets dichterbij de top. „Myn doel wie om in kear in medalje te heljen by it NK.” In 2019 lukte dat op de 800 meter. Brons. Ze wilde meer.

In de coronajaren voelde ze zich veel sterker worden. Toen de binnenbaden dichtgingen, trok Van der Kamp een wetsuit aan om in het IJsselmeer bij Cornwerd te trainen. Lange stukken zwemmen, precies waar ze goed in is. „De swierste trainingen fan de groep.” Ook zwom ze aan een elastiek in een bad in de achtertuin. „Mar we hienen gjin wedstriden, dus ik koe it net sjenlitte.”

Dit jaar ligt ze weer in het water voor wedstrijden. In Zwitserland deed ze bij internationale races van zich spreken. Ze won er de 400 meter vrije slag. Van der Kamp blijft bescheiden. „Dêr wienen Frânsen en Switersers, mar de toppers út Ruslân en Hongarije net.”

Ze verwacht niet dat ze zich al kan meten met de toppers uit die landen. „By it WK wie der ien fan 16 jier dy't 30 oeren yn 'e wike traint.” Zelf zit ze op iets meer dan de helft. Dat aantal moet omhoog. „Myn konkurrinten hjir sitte ek al op 20 oeren. Miskien moat der kommend seizoen mar in training by.”

Want het uiteindelijke doel is meedoen aan de Olympische Spelen. Daarvoor zwemt het lid van het Leeuwarder Orca bij het opleidingscentrum in Drachten. „Oer twa Olympische Spelen moat ik der klear foar wêze.” In 2028 wil ze graag in het olympische water liggen. „Mar earst mar ris nei it EK.”

In eigen land behoort ze al bij de top. In Amersfoort pakte Van der Kamp eerder deze maand bij het NK vier keer goud in haar categorie en haar 1500 meter was ook nog eens goed voor brons bij de senioren. Ook op haar favoriete 800 meter was ze de beste. Niet voor niets hingen haar ouders trots de vlag buiten.

Die was op aandringen van Marte Hieke van der Kamp snel weer binnen. Laat haar broers de gevel maar vullen met kaatskransen. Zelf geniet ze ook zonder vlagvertoon wel van haar prestaties.

Haar broers pakt ze wel bij onderlinge wedstrijdjjes tijdens de vakantie. „Dat is echt leuk. Dan krije sy wat foarsprong of doch ik de flinterslach en sy de frijerslach.” Meestal is ze toch de beste. Stiekem hebben haar broers daar wel vrede mee. „Se pleagje my wol, mar binne ek hiel grutsk.” Als Marte Hieke wint, juichen haar broers mee.

Snel door het water



Marte Hieke van der Kamp ligt elke dag om zes uur al in het zwembad. FOTO'S NIELS DE VRIES