

AV Hollandia *krijtstrepen in rood en wit*

Astrid Ekelmans gaat over de 100 km. per uur op een sleetje



'Goed sturen is de kunst', zegt de zeer lichtblauwogige Astrid Ekelmans (15) als ze vertelt over het talent dat ze heeft voor het ijzingwekkend snel van de berg af roetsjen op haar skeleton. *Van de berg af* is over een bobsleebaan die van start tot finish een verval kent van zo'n 1200 meter en ijzingwekkend snel is een snelheid van ruim 100 kilometer per uur. *'Het sturen doe ik met m'n schouders en het gaat er om dat ik tijdens de afdaling de ideale lijn volg'*, laat ze weten als ze uitlegt hoe een skeletonrace er in haar beleving uitziet. Bijsturen met haar tenen doet ze alleen als het echt niet anders kan. *'Voor een kleine correctie is het soms nodig om een teen op het ijs te zetten, maar voor de snelheid is dat funest'*, zegt ze. Als een race naar wens verloopt ligt ze op plat op haar buik en zo stijf als een plank op haar sleetje. De armen houdt ze strak langs haar lichaam. Omdat het gehelmde hoofd en de benen vanaf de knie aan voor- en achterkant van de slee naar buiten steken lijkt het voor de buitenstaander alsof skeleton een gevaarlijke snelheidssport is. Volgens Astrid is dat niet het geval. *'Met bobben en rodelen gebeuren veel meer ongelukken.'*

Op 21 januari is de Hoornse Astrid Ekelmans op de baan van Igls bij Innsbruck één van de meisjes die meedoen aan het onderdeel skeleton tijdens de eerste Jeugd Olympische Spelen. Onbevangen gaat ze de strijd aan. *'Ik zie wel wat er van komt'*, zegt ze, *'op de Europese ranglijst sta ik derde, maar hoe ik er wereldwijd voor sta weet ik niet.'* Verval- en lengteverschillen van de over de wereld verspreide banen zijn de reden van deze onwetendheid. Van de Duitse Jacqueline Lölling ziet ze zichzelf niet zo maar één-twee-drie winnen, maar het verschil met de ook voor Duitsland uitkomende Belgische Kim Meilemans acht ze overbrugbaar. Waar ze erg van geniet zijn de aanmoedigingen die tijdens de wedstrijden te horen zijn. *'De toeschouwers schreeuwen keihard en met vlakke handen slaan ze op de boarding langs de baan, ik krijg daar een heel goed gevoel van en ook heel veel zin om steeds*

maar sneller en sneller te sleeën. Last van zenuwen heeft ze daarbij niet. *'Zolang het alleen om mezelf gaat heb ik alles meestal goed onder controle, ik begin pas aan falen te denken als ik in teamverband moet presteren.'* Onder leiding van de trainers Urta Rozenstruik en Rudy Bourguignon heeft Astrid in een tijdsbestek van één jaar en een paar maanden naam gemaakt binnen de gelederen van de Neerlands beste wintersporters op een sleetje. Vanwege haar explosieve aanloopsnelheid - dertig meter skeleton duwen in 5,52 sec. - werd ze in september 2010 toegelaten tot het developmentteam van de Bob- en Skeleton Bond van Nederland en vanaf dat moment gleeed ze in ijlt tempo naar de top van Nederland op het wintersportnummer. De nationale titel bij de junioren en de tweede plaats bij de vrouwen maakten duidelijk dat Astrid een sportster is uit de categorie *wat goed is komt snel*. Met bondscoach Graham Richardson als steun en toeverlaat aan haar zijde droomt ze stiekem van een nieuw hoogtepunt in Innsbruck. Een kleine week na de Jeugd Olympische Spelen doet ze op dezelfde baan mee aan de World Juniors, een wedstrijd voor meisjes en vrouwen onder de drie-en-twintig jaar. Daarna keert ze terug naar het gewone leven van naar school gaan en een beetje atletiek trainen bij AV Hollandia op de Blauwe Berg. Als verspringster en hordeloopster wacht haar ook in die sport mogelijk nog een mooie toekomst.

Mt.
