

Interview met Barbara van Bergen

Mixed feelings

De Paralympische Winterspelen vonden dit jaar plaats van 4 tot en met 13 maart in Beijing. Het parateam dat Nederland vertegenwoordigde bestond uit drie parasnowboarders en vijf para-alpineskiërs, waaronder Barbara van Bergen (zitskiër). Als gevolg van een motorongeval in 2006 liep Barbara een dwarslaesie op. Na een week van keihard werken, successen en tegenslagen stond de mediallespiegel op drie zilveren medailles en een bronzen medaille. Chris Vos, Niels de Langen en Jeroen Kampschreur pakten alle drie zilver en Niels de Langen ook nog een bronzen plak. Barbara nam voor de eerste keer deel aan de Winterspelen en keerde met lege handen huiswaarts. Samen met LetselschadeNEWS blikt ze terug op deze ervaring.

Tekst Floor Verhees | **Fotografie** Reuters | Gonzalo Fuentes en TeamNL-Siemen Bokma



Barbara van Bergen | Fotografie: Reuters | Gonzalo Fuentes

Barbara, hoe kijk je terug op deze eerste Winterspelen voor jou?

De Paralympische Spelen is het hoogste podium en daar wil iedere topsporter presteren, laten zien wat je in huis hebt. Dat is mij deze Winterspelen niet gelukt en die teleurstelling moet ik wel verwerken. Dus ja, het is balen. Maar het is niet alleen teleurstelling hoor, want het is ook een prachtige ervaring om te kunnen deelnemen aan zo'n groots evenement. Voor mij dus mixed feelings. Analyseer je de wedstrijden na afloop samen met je trainer?

Jazeker, het is belangrijk om te achterhalen waar het misging, want die kennis neem je mee naar de volgende race. Sommige foutjes kon ik gewoon niet meer corrigeren, omdat ik dan nèt niet goed op het kantje van mijn ski zat of vanwege te weinig grip. Of zoals in de tweede run van de reuzenslalom maakte ik een fout waardoor ik mijn kans op een medaille verspeelde. Bij de slalom werd ik gediskwalificeerd, waardoor ik geen tweede kans meer kreeg. Tijdens de race neem je soms een risico door na een fout toch door te gaan. Voor hetzelfde geld had het deze keer goed uitgepakt. Daarnaast spelen de kwaliteit van de sneeuw en de weersomstandigheden iedere wedstrijd weer een belangrijke rol.

'Risco's horen erbij'

Kun je eigenlijk trainen op weersomstandigheden?

Op zich kan dat wel, maar het is en blijft een buitensport en de natuur is weerbarstig. Je weet van te voren niet hoe de sneeuwcondities zijn, hoe de wind staat, hoe hard het waait. Daar moet je altijd rekening mee houden. Als wintersporter moet je je iedere keer ter plekke aanpassen aan de weersomstandigheden van dat moment.

PARALYMPISCHE SPELEN CENTRAAL



Na de supercombi waar Jeroen Kampschreur (r) en Niels de Langen allebei een medaille wonnen.

Daarom trainen we in verschillende gebieden om ons daarop zo goed mogelijk voor te bereiden. In Beijing hadden we veel last van de wind. De sneeuw was hard en stevig en daardoor ook gladder. Daar kom je pas tijdens de Spelen achter.

Hoe herpak je je na een tegenvallende wedstrijd?

Ik heb me een halve dag opgesloten om alle emoties de vrije loop te kunnen laten gaan en de dag daarna ben ik weer gaan trainen voor de volgende wedstrijd. Als topsporter leer je ook wel om jezelf snel te herpakken. Het stellen van een nieuw doel helpt daarbij. Als je de volgende dag weer een wedstrijd hebt, dan moet je met hernieuwd vertrouwen aan de start verschijnen. Je kunt het je niet permitteren om bij de pakken neer te gaan zitten.

Vanwege Corona was er geen publiek aanwezig. Hoe heb jij dat ervaren?

Er waren inderdaad geen volle tribunes, maar daar waren we de afgelopen twee jaar al min of meer aan gewend geraakt. Bovenaan de berg heb je eerlijk gezegd geen weet van lege tribunes. Het is pas als je beneden aankomt, dat je merkt dat

het anders is. Het is zeker jammer dat vrienden en familie er niet bij zijn, maar gelukkig heb ik een heel team, de trainer, coach en fysiotherapeut in de buurt om de overwinningen mee te vieren en de verliezen mee te delen. Je ben nooit alleen. Voor de thuisblijvers was het tijdsverschil natuurlijk niet zo leuk, want al die gebroken nachten breken na een week wel op. Maar het was heel fijn dat ik na iedere wedstrijd toch altijd ook even iemand kon bellen.

Na drie Zomerspelen als rolstoelbasketbalster was dit jouw eerste ervaring op de Winterspelen. Hoe kijk je naar jouw ontwikkelingen op de ski?

In 2018 had ik eigenlijk al gehoopt me te kwalificeren voor de Winterspelen in PyeongChang. Dat liep anders. Maar als ik nu terugkijk dan zie ik dat ik in alle opzichten ontzettend gegroeid ben en destijds ook nog niet helemaal klaar was voor de Spelen. Het heeft toen zo moeten zijn. Dankzij het harde werken in de afgelopen jaren en de opgedane ervaring heb ik me kunnen ontwikkelen naar een constantere technische skiër. Het zijn niet alleen de ontwikkelingen die je als sporter doormaakt, er zijn daarnaast ook grote sprongen gemaakt



in het onderzoek naar het verbeteren van het materiaal en het aerodynamischer maken van de zitski. De samenwerking tussen de Nederlandse Ski Vereniging (NSkiV), TU Delft en NOC*NSF heeft zeker zijn vruchten al afgeworpen.

Waardering voor iedere sporter

Wat betekent dat voor de professionaliteit van de sport?

In alle opzichten dragen verbeteringen ertoe bij dat de parawintersport serieuzer wordt genomen en daardoor ook naar een hoger plan getild kan worden. Wat dat betreft was de aanwezigheid van de NOS tijdens de Winterspelen en de uitzendingen die zij hebben verzorgd zeker positief te noemen. Jammer dat de uitzendtijd om half vijf 's avonds voor de veel kijkers niet ideaal was. Maar de reportages waren zeker de moeite waard. En voor sommige kijkers nog altijd beter dan om 's nachts de wekker te moeten

zetten om vanwege het tijdsverschil de wedstrijd live te kunnen zien. Door de strenge maatregelen in China rondom corona was het voor journalisten en fotografen lastig accreditatie te krijgen om bij de Spelen aanwezig te kunnen zijn, ondanks dat er wel degelijk interesse was vanuit de media. Dat resulteerde in veel telefonische interviews, wat ook prima ging.

Voldoende media-aandacht om de sport op de kaart te zetten?

Nee, natuurlijk niet. Zeker niet in vergelijking met de media-aandacht voor de valide sporten. Maar het gaat wel echt de goede kant op hoor. Ik hoop dat er niet alleen tijdens de Paralympische Spelen aandacht is voor parasporter, maar gedurende het hele seizoen. Het Nederlandse wintersportteam is gewoon hartstikke leuk om te volgen. We boeken als team goede resultaten en laten ook in onze ontwikkeling vooruitgang zien. De wedstrijden zijn spannend. In februari of maart 2023 starten de WK in Zweden. Dan komt het team weer in actie. Het zou toch fantastisch zijn als de media ook daar aanwezig is en de wedstrijden verslaat.

Waarom vind je het belangrijk dat er meer aandacht moet zijn voor parasporter?

Aandacht heeft ook te maken met waardering. Wel of geen parasporter, iedere sporter traint hard om te winnen en probeert het beste uit zichzelf te halen. De meeste sporten zijn voor de kijker ook interessant om te volgen. Met aandacht voor de sport krijgen ook de sporters de waardering die ze verdienen. Op die manier ontstaat de mogelijkheid dat ieder kind een held of voorbeeld vindt. En dat dat kan net zo goed een paralympiër zijn. Door paralympische sporten 'normaal' te maken is de stap naar inclusiviteit snel gemaakt.

Je was voornemens om de eerste Nederlandse sporter te zijn met een behaalde medaille op de Zomer- en de Winterspelen. Deze keer niet gelukt. Wat nu?

In Milaan in 2026 hoop ik er weer bij te zijn en dan mijn voornemens alsnog in te lossen. Dus houd me de komende jaren in de gaten! Te beginnen bij de WK in Zweden in 2023. Daar wil ik als eerste weer gaan knallen. ♦