



In de sportlights: Stan Helmstrijd

Heiloo en haar omgeving is rijk aan sporttalenten, met al haar prachtige sportverenigingen is het een mooie plek om je als sporter te ontwikkelen. In de rubriek 'In de sportlights' gaan we met deze talenten in gesprek over hun sport en hun talent. Maak kennis met de sporttalenten uit de buurt en hun verenigingen. Deze week in de sportlights: roeier Stan Helmstrijd.

De zestienjarige Stan Helmstrijd uit Heiloo zit pas twee jaar op roeien, maar hij laat nu al zien bij de beste roeiers van zijn leeftijd te horen. Met veel plezier en ambitie roeit Stan bij de Alkmaarse roeivereniging, ARZV.

Nederlands Kampioen

Toen Stan twee jaar geleden op zoek was naar een nieuwe sport, wilde hij eigenlijk gaan kanoën. Echter bleek je bij de kanovereniging geen wedstrijden te kunnen varen. Logischerwijs kwam Stan toen uit bij roeien. Bij roeivereniging ARZV, vlakbij zijn school PCC Lyceum, begint Stan met roeien. Het roeien blijkt al snel een match te zijn. "Ik geniet van het gevoel dat je elke training weer wat sneller, sterker en beter wordt," vertelt Stan. Roeien blijkt goed bij Stan te passen. Zo won hij vorig jaar met twee leeftijdsgenoten het junioren instroomklassement en werd hij begin juni Nederlands kampioen in de dubbel en de vier.

(Tekst gaat verder onder de afbeelding)



Stan Helmstrijd (rechts) samen met Cuup Kuilboer (links) op het podium als Nederlandse kampioenen in de dubbel - Foto: aangeleverd

Heel veel trainen...

Nederlands Kampioen word je niet zomaar, en dus traint Stan iedere week ontzettend veel. Vijf keer per week is Stan te vinden bij ARZV, voor sommigen veel te veel maar voor Stan geen enkel probleem. Hij roeit elke dag met veel plezier en heeft het naar zijn zin met zijn vrienden van de club. Dat hij elke dag tussen Heiloo en ARZV twee keer zo'n halfuur moet fietsen vindt hij niet erg: "voor en na de training fietsen vind ik eigenlijk wel lekker." Naast alle uren in de roeiboot moet Stan ook nog gewoon naar school, dat is niet altijd even makkelijk. "Af en toe is het wel lastig te combineren maar het gaat wel. Soms ga ik gewoon na school door naar ARZV dat is makkelijker" zegt Stan.



Stan traint vier keer per week op het water bij ARZV - Foto: Lars Vercammen

Prof

Op de vraag of hij ooit professioneel roeier wil worden zegt Stan: "Ja, dat zou ik wel heel erg vet vinden maar dat is een heel lang traject. Eerst moet je tot je gaat studeren voor je club uitkomen. Vervolgens moet je goede resultaten varen voor een studentenvereniging en dan moet je nog het geluk hebben om opgepakt te worden door de bond." Toch lijkt professioneel roeier worden best realistisch. Als je de tijden van Stan en zijn teamgenoten vergelijkt met de jongens van achttien die nu naar het WK gaan komen ze namelijk al dicht in de buurt. "We willen graag naar het WK en misschien kan dat al volgend jaar als we zo doorgaan," zegt Stan.



Stan wil graag naar het WK, misschien al volgend jaar - Foto: Lars Vercammen

Coupe de la Jeunesse

Door de goede prestaties van Stan en zijn teamgenoten mogen ze dit weekend meedoen aan de Coupe de la Jeunesse, een groot internationaal jeugdtoernooi. Jonge roeiers uit verschillende Europese landen komen tijdens het toernooi bij elkaar. Dit jaar wordt er op de Amsterdamse Bosbaan gestreden om de prijzen. Het belang van deze wedstrijd is groot en dus trainen de jongens bijna iedere dag. Op de Bosbaan trainen de jongens nu ter voorbereiding zo'n vierentwintig uur per week. Allemaal om goed te presteren tijdens de grote wedstrijd. Succes Stan!

Tekst: Lars Vercammen