

 Luister naar

Olympisch kampioen Ronald Florijn roeit graag tegen de stroom in: 'Topsporters leiden een glamourleven'

INTERVIEW Voormalig olympisch kampioen Ronald Florijn roeit graag tegen de stroom in. Zo betwist hij graag het algemene beeld dat topsport zo zwaar is. 'Als sporters zeggen dat ze hard gevochten hebben om aan te top te komen, is dat gelul. Ze leiden een glamourleven; er wordt voor ze gezorgd, ze worden in de watten gelegd en in bepaalde sectoren ook nog vorstelijk betaald.'

Klaas Vos

zaterdag 11 februari 2023 om 02:00



× sluiten

2/4 ARTIKELEN
GELEZENSluit u aan en krijg
onbeperkt toegang tot
al onze verhalen.

bekijk abonnementen

Betalende leden
maken vitale
christelijke
journalistiek
mogelijk

Ronald Florijn: 'Topsport bedrijven is een makkelijk leven leiden, omdat je iets mag doen waar je goed in bent'

beeld Maarten Boersema

Je moet het weten, anders is het flink zoeken aan de Morsweg in Leiden om het onderkomen van roeivereniging Die Leythe te vinden. Een steegje door tussen woonhuizen, een poort, een soort loopplank en dan ligt daar het botenhuis, met daarachter het clubgebouw dat een fraai uitzicht geeft op de Leidse Rijn.

Met wintermuts om het karakteristieke hoofd staat Ronald Florijn ons al op te wachten. Dus al snel zitten we aan de koffie en komt er een verrassende openingszet van de vader van huidig toproeiers Karolien en Finn en echtgenoot van de voormalige Duitse toproeister Antje Rehaag. 'Toen ik jullie verzoek las om aan een interview mee te doen over 'Bloed, zweet en geweten' heb ik daarin toegestemd om duidelijk te maken dat er voor een topsporter geen sprake is van bloed, zweet en tranen. Iedere sporter die daarover begint, huichelt.'

bloed

Ronald Florijn had liever gehad dat zijn kinderen voor een andere sport hadden gekozen. Maar het werd dus roeien; iets wat met twee ouders die roeiden ook erg voor de hand lag. 'Zij hebben van ons de eigenschappen meegekregen en dat is in mijn ogen doorslaggevend of je slaagt in de sport of niet. Het vrij nadenken over genetica in de sport is beladen, maar lichaamsbouw en wattage zijn beslissend voor het roeien. Als je een bepaald noodzakelijk wattage niet hebt, kun je de nodige arbeid per seconde ook niet genereren en kun je ook niet doorzetten. Het is als met een slagroomklopper van 100 of 200 watt. Die van 200 mixt gewoon sneller.'

Zelf haalde Florijn meerdere olympische medailles, waaronder een met d
in Atlanta. 'Het succes van de Acht was gelegen in het feit dat de jongens

×

sluiten

2/4 ARTIKELEN
GELEZEN

Sluit u aan en krijg
onbeperkt toegang tot
al onze verhalen.

bekijk abonnementen

Betalende leden
maken vitale
christelijke
journalistiek
mogelijk

'Ik at bijvoorbeeld vijftien bananen op een dag.'

De olympisch kampioen is 'erg van de wetenschap en het meetbare', zo stelt hij. Niels van Steenis, een van de acht waarmee Florijn goud won in Atlanta, bleek al twintig jaar aan chronische vermoeidheid te leiden. Lichamelijk was aanvankelijk niets te vinden. Toen ging hij naar de psycholoog. Maar de juiste vraag werd nog steeds niet gesteld: 'ben je wel voldoende medisch onderzocht?'. Eindelijk is er een arts die die vraag stelt en er naar handelt en zowaar: er ontbrak bij hem een noodzakelijk stofje.'

Florijn zelf kan ook ver gaan in dat wetenschappelijke aspect. In een interview in *Trouw* vertelde hij eens over zijn voedings-tics en hoe hij daarin kon doorslaan: 'Dan at ik bijvoorbeeld vijftien bananen op een dag.' Nu zegt hij daarover: 'Dat was extreem, maar het meest tastbare dat helpt om optimaal sport te bedrijven is de juiste voeding. Inzichten kunnen op dat punt wel veranderen. Vroeger was het de tijd van de koolhydraten. Nu wordt er meer naar vitaminen gekeken. Mijn dochter belt me voor concrete voedingsadviezen: drie of vier bananen?'

zweet

'Topsport bedrijven is een makkelijk leven leiden, omdat je iets mag doen waar je goed in bent', stelt Florijn. 'Als sporters zeggen dat ze hard gevochten hebben om aan te top te komen, is dat gelul. Ze leiden een glamourleven; er wordt voor ze gezorgd, ze worden in de watten gelegd en in bepaalde sectoren ook nog vorstelijk betaald.'

Geestelijke arbeid is in zijn optiek zwaarder dan lichamelijke arbeid. 'Bijvoorbeeld een vuilnisman: wij kijken er naar met onze eigen bril en denken: Nou, dat is wat hoor, om zo te sjouwen met die zware zakken. Maar zij zijn het gewend. Iemand die promotie maakt en van de wagen naar kantoor gaat, voelt zich na een werkdag waarschijnlijk vermoeider dan op de wagen.'

× sluiten

2/4 ARTIKELEN
GELEZEN

Sluit u aan en krijg
onbeperkt toegang tot
al onze verhalen.

bekijk abonnementen

Betalende leden
maken vitale
christelijke
journalistiek
mogelijk

Florijn komt daar later in het gesprek nog even op terug: 'Weet je wie het zwaarder hebben? De supporters, die kunnen hun adrenaline niet kwijt, de sporter wel. Wellicht dat hierin een medeoorzaak te vinden is in agressie langs de velden en op de tribunes.'

geweten

'Wat ik desastreus vind in de Nederlandse sportcultuur, zijn die selectieprocedures, vooral in het schaatsen. Als je buiten de selectie valt, ben je een seizoen kwijt. Het geeft extra stress en staat haaks op het plezier en gemak van topsport. Door het selecteren worden de sporters steeds meer een nummer, een rangorde in een excel-sheet.'

'Om je te wapenen tegen deze stress, is het goed te relativiseren. Ook bij winst. Want al heb je goud gewonnen: er is er altijd weer een die tweemaal goud heeft gewonnen; of steeds weer goud wint, terwijl jij met zilver of minder genoeg moet nemen. Blijf niet hangen in je verlies-verdriet, maar ook niet in de winst-euforie.'

'Er is nog een discriminerend element in sport: sommigen hebben beter materiaal. Ik vind dat je daar eerlijk over moet zijn.'

'Selecteren heeft iets van discrimineren. Dat wordt erger met het gebruik van genetica om te selecteren. Ofschoon ik dus vind dat genen ons sportieve succes bepalen, vind ik selectie op grond van genetische kenmerken twijfelachtig, zo niet gevaarlijk. Eugenetica hebben, gezien de manier waarop het ingezet werd in de Tweede Wereldoorlog, een slechte naam. Begrijpelijk. Maar je ziet het nu toch opkomen.'

'De andere kant van het selectieverhaal is dat de sport objectiever wordt; vroeger werd iemand geselecteerd op grond van de relatie tot de degene die selecteert: bevriend of familie hoorde je tot dezelfde vereniging. Dat is nu wel voor al

× sluiten

2/4 ARTIKELEN
GELEZEN

Sluit u aan en krijg
onbeperkt toegang tot
al onze verhalen.

bekijk abonnementen

Betalende leden
maken vitale
christelijke
journalistiek
mogelijk

‘Er is nog een discriminerend element in sport: sommigen hebben een materieel voordeel, dat wil zeggen hun materiaal is beter. Ik vind dat dat gezegd moet worden; dat je daar eerlijk over moet zijn.’

‘Doping ben ik in mijn carrière niet tegengekomen. Wel wisten we dat in Oost-Europa doping gebruikt werd en dus eigenlijk alle uitslagen vals waren. Mijn vrouw is West-Duitse en roeide na *Die Wende* met voormalige Oost-Duitse vrouwen en die wist wel dat het gebeurde.’

kwetsbaarheid

We leggen tenslotte Florijn voor of het niet allemaal te stoer klinkt wat hij zegt: Hoe zit het met de kwetsbaarheid van ook een sporter? ‘Kwetsbaarheid is een marketingproduct geworden. Ikzelf heb me gewapend om niet kwetsbaar te zijn. Wie kwetsbaar is, gaat kapot. Het helpt daarbij om niet in winst of verlies te denken: ik probeer elke situatie op een positieve manier naar mijn hand te zetten.’

‘Eenmaal per jaar geef ik les op een achterstandsschool in Rotterdam. Je wordt daar geconfronteerd met het feit dat er in de gezinnen van deze kinderen geen geld is voor goed eten. Sport zou goed voor deze kinderen zijn, maar omdat ze onvoldoende te eten krijgen worden ze van sporten slechter, omdat ze het verlies van energie door sport niet kunnen compenseren met gezond eten, goede (nacht)rust, harmonieuze leefomgeving. Bij een tentamen bijvoorbeeld zijn ze eerder gebaat met een elektrische fiets of brommer, zodat ze zo veel mogelijk energie overhouden voor het leren. Dan zie je pas echt wat kwetsbaarheid is.’

Enigszins knock-out verlaten we het boothuis en de man die als laatste in deze serie tegen de stroom ervan in roeide!

roeier en arbeidskundige

× sluiten

2/4 ARTIKELEN
GELEZEN

Sluit u aan en krijg
onbeperkt toegang tot
al onze verhalen.

bekijk abonnementen

Betalende leden
maken vitale
christelijke
journalistiek
mogelijk

dat elke roeier twee riemen hanteert in tegenstelling tot skull, waarin je maar een riem gebruikt). Met de Holland Acht won hij goud in Atlanta in 1996.

Florijn studeerde arbeids- en organisatiepsychologie aan de Rijksuniversiteit Leiden. Hij werkte voor Arbo Unie en heeft sinds 2004 zijn eigen bedrijf Human Energy Management en HJZSport. Hij is Ridder in de Orde van Oranje-Nassau.

Florijn is getrouwd met voormalig Duits toproeister Antje Rehaag. Zowel hun dochter Karolien als zoon Finn waren in 2021 lid van de olympische roeiploeg, en ook hun jongste zoon Beer komt als roeier uit voor Nederland.

 [Mail de redactie](#) 

 sluiten

2/4 ARTIKELEN
GELEZEN

Sluit u aan en krijg
onbeperkt toegang tot
al onze verhalen.

bekijk abonnementen

Betalende leden
maken vitale
christelijke
journalistiek
mogelijk