

## Epke in Amerika



# ‘Uiteraard is hier een zaal voor cheerleaders’

**Epke Zonderland vertoeft enkele weken in Amerika om samen met topturner Jonathan Horton te trainen. De Heerenveener bericht vanuit Houston exclusief voor de Leeuwarder Courant over zijn ervaringen. Vandaag deel 2.**

**D**e eerste dagen in Houston maakten duidelijk dat één dag niet genoeg was om de jetlag te verwerken. Op zondag stond de eerste echte training op het programma en het voelde allemaal nog zwaar aan. Het was duidelijk dat ik mezelf de tijd moest gunnen om me aan te passen. De eerste avonden werd ik snel moe en deed ik mijn best om niet eerder dan om tien uur mijn bed in te duiken en werd toch al tussen zes en zeven uur wakker. Dinsdag sliep ik tot acht uur en voelde ik me al veel beter. Er kon eindelijk lekker getraind worden.

Tom Meadows, de coach van Jonathan, begeleidt mij tijdens mijn verblijf in Houston. Het is leuk om te merken dat hij voornamelijk op mijn mindere toestellen, maar ook op brug en rekstok, al snel verbeterpunten zag qua techniek.

Mijn doelstelling voor de komende drie weken is om op brug en rekstok nieuwe elementen te leren. Vloer,

sprong en voltige heb ik vanwege mijn schouderblessure een lange tijd niet gedaan. Daar wil ik mijn oude oefeningen weer gaan leren, zodat ik volgend jaar de meerkamp weer kan gaan doen.

De accommodatie waar ik de komende tijd in train is immens groot en heel anders dan de gecombineerde turnhal die ik in Heerenveen gewend ben. Naast een gedeelte voor hereturnen is er in dezelfde ruimte ook een aparte gedeelte voor damesturnen. Het is gunstig dat de heren en damestoe-stellen niet door elkaar zijn opgesteld, omdat je op die manier minder last van elkaar hebt.

In hetzelfde gebouw is ook nog een dansschool, peutergymzaal en uiteraard een zaal voor cheerleaders. Er is ook de mogelijkheid om je verjaardag in de hal te vieren zodat je met al je vriendjes lekker in de hal kunt spelen. Er is dus meer aandacht voor het commerciële aspect. Met meer dan vierduizend leden is het een enorm verschil met Heerenveen.

Het grootste nadeel van dit grote aantal is dat je de ruimte met meer mensen moet delen. Het voordeel is dat er genoeg geld binnenstroomt, zodat de turnhal goed kan worden onderhouden en ze nu zelfs bezig zijn met het installeren van een videosysteem zodat je op alle toestellen je oefening kan terugkijken.”