

MARJAN GOEDHART: „IK LEG VOOR MEZELF NOG STEEDS DE LAT HOOG”

NOG NIET AL HAAR COLLEGA'S EN KLANTEN BIJ ROBEY'S GYM WETEN HET, MAAR DE ALPHENSE MARJAN GOEDHART WAS IN DE JAREN '80 EEN INTERNATIONAAL TOPATLETE. HAAR PRESTATIES OP DE ZEVENKAMP LEVERDEN MARJAN OP HAAR 19DE ZELFS EEN STUDIEBEURS OP VOOR AMERIKA, WAAR ZE UITEINDELIJK RUIM TWEE JAAR ZOU WONEN. AAN DE ALPHENAAR VERTELT ZE HOE ZE INMIDDELS VAN HAAR SPORT HAAR WERK HEeft GEMAAKT.

Door Jolanda van Luinen

OVER HAAR JEUGD

Topsporters zijn meestal jong begonnen. Jij ook?

„Van huis uit zijn mijn oudere broer, jongere zus en jonger broertje ook sportief, alleen bleek ik de fanatiekste. Wij vieren zijn heel verschillend van karakter. Ik was altijd heel verlegen en rustig, en vrij serieus met mijn huiswerk. Wanneer dat klaar was, ging ik op het grasveld bij mijn huis voetballen. Ook organiseerde ik rolschaatswedstrijdjes in de buurt, compleet met stopwatch. Met mijn vader heb ik veel geschaatst op de kunstijsbaan in Utrecht. Hij deed aan atletiek, toch ging ik op mijn zevende liever naar judo. Hier werd ik een uitblinker in. Twee jaar later leek atletiek mij echter ook wel wat. Destijds bestond in Bodegraven de atletiekvereniging Nurmi nog. Bij deze club trainde ik op het voetbalveld, met de voetbalschoenen van mijn broer. Later reden mijn vader en ik naar AAV'36, waar ze wedstrijdbanen hadden. De variatie aan sporten die je binnen een zevenkamp hebt, sprak mij erg aan. Toen bleek dat ik daar talent voor had, ben ik met judo gestopt. Mijn ouders hebben me gestimuleerd om aan wedstrijden mee te doen en zijn met me door het hele land gereisd. Zonder hen zou ik nooit zover zijn gekomen. Ja, ik heb een leuke jeugd gehad.”

OVER LEVEN VOOR DE ATLETIEK

Hoe was school te combineren met topsport?

„Verlegen als ik was, trad ik op de lagere school niet zo naar buiten met mijn sport. In de laatste klas van de christelijke mavo in Bodegraven draaide ik met de atletiektop mee. Hoewel ik op een gegeven moment leefde voor de atletiek, had ik wel vriendinnen. Zij vonden mijn sportprestaties gaaf, maar ik herinner me niet dat ze naar wedstrijden kwamen kijken. Op de mavo was ik geen leerwonder. Het is dat school móest, maar ik ging niet altijd met plezier. Jammer dat er geen sportklas was, want ik vond de combinatie huiswerk en trainen erg intensief. Met vier avonden in de week trainen, was er weinig tijd over voor andere dingen. Een paar keer per jaar ging ik naar een zevenkamp, waarbij je in twee dagen op zeven onderdelen uitkwam. De leukste onderdelen van de zevenkamp vond ik verspringen en de 100 meter horden, al had ik daarvoor eigenlijk iets langere benen moeten hebben. Wel had ik snelheid en explosiviteit.



Marjan Goedhart heeft van haar hobby haar beroep gemaakt.

Foto: Liesbeth van der Vis

Kogelstoten was mijn minste nummer, daarvoor was ik niet breed genoeg. De laatste vijftien jaar dat ik op dit niveau aan atletiek deed, werd ik begeleid door AAV-trainer Jan van Leeuwen. Hij kende mij door en door. Met hem ging ik vaak naar selectietrainingen op Papendal en in Duitsland. Vroeger kon je nog minder van de sport leven dan nu. Wel had ik op een gegeven moment goede sponsors voor de sportkleding en al die verschillende spikes die je nodig hebt bij een zevenkamp. Als je alles zelf moet betalen, is het een dure hobby.”

OVER TWEE WERELDEN

In Nederland was je een succesvol atlete. Hoe werd jij dat in Amerika?

„Na de middelbare school wilde ik naar het CIOS om sportlerares te worden, maar daarvoor werd ik uitgeloot. Toen ben ik een jaar naar een vormingsklas – zeg maar een soort veredelde huishoudschool – in Alphen gegaan. Via een personeelsadvertentie in de krant kwam ik vervolgens bij een deurwaarderskantoor terecht. Dit werk bleek uiteindelijk niet wat ik zocht, dus toen ik werd uitgenodigd om in Amerika een opleiding tot sportlerares te volgen – de universiteiten daar zochten via de internationale ranglijsten steeds naar talenten voor hun universitaire sportteams – heb ik die kans met beide handen aangepakt. Mijn ouders gunden het me van harte, maar vielen wel in een gat doordat ze niet meer met mij naar wedstrijden hoefden. Ik had het in Lincoln, Nebraska prima naar mijn zin. Het universitaire team waarin ik uitkwam, was een sterke ploeg. Met hen werd ik twee

keer eerste van Amerika. En met mijn gastgezin, waar ik in de weekends verbleef, had ik vanaf het begin een speciale band. In de studentenhallen woonde ik samen met een hoogspringster, maar zij ging vanwege heimwee eerder terug naar Nederland. Het eerste jaar vond ik de trainingen fysiek zwaar. Het tweede jaar was ik veel sterker geworden en ging ik met sprongen vooruit. Ik heb er geen spijt van dat ik twee jaar gebleven ben. Het is een belangrijk deel van mijn leven geweest en goed voor mijn zelfredzaamheid, discipline en doorzettingsvermogen. Met mijn ouders heb ik in die tijd veel gebeld en geschreven. De telefoonrekening liep daardoor hoog op. Gelukkig kreeg ik van het NOC*NSF een maandelijkse vergoeding en werden het eten en de studiekosten betaald door de universiteit. Voor de sportkleding had ik ook een sponsor. Mijn gastmoeder is helaas jong overleden, maar met de rest van het gezin – ze hebben drie kinderen – heb ik nog steeds contact.”

OVER VOLWASSEN WORDEN

Hoe was het om na zo'n lange tijd weer thuis te wonen?

„Mijn zus woonde inmiddels samen en mijn oudste broer woonde in Mexico. Alleen de jongste was nog thuis. Tijdelijk trok ik bij mijn ouders in, maar had wel het gevoel alsof ik in twee werelden leefde. Ik had langer in Amerika kunnen blijven, maar dan zou ik vreemden van Nederland en de gezelligheid en knusheid die je in ons land hebt. Achteraf heb ik er geen spijt van dat ik terug ben gekomen. De vrien-

dinnen van school ben ik, mede door mijn verblijf in Amerika, helemaal uit het oog verloren. Dat avontuur heeft me snel volwassen gemaakt. Was ik vroeger nog verlegen en stil, nu treed ik meer naar buiten. Met een aantal vriendinnen uit de atletiekwereld heb ik nog wel contact. Op de wedstrijden kwam je elkaar steeds tegen en hadden we het leuk samen. Haat en nijd was er op nationaal niveau niet. Anders dan de 'normale' jeugd gingen wij niet stappen, en rookten en dronken we niet. Ik had daar ook helemaal geen behoefte aan, dus heb er niets aan gemist.”

OVER HOBBY EN BEROEP

Hoe ging dat: werk, opleiding en studie combineren?

„Nadat ik een paar jaar terug was uit Amerika, heb ik een gezin gesticht met mijn toenmalige man. In die tijd had ik kantoorbanen, waardoor ik 's avonds kon sporten. Tot mijn 30ste heb ik dit op topniveau kunnen doen, totdat ik last kreeg van mijn achillespees. Evengoed wilde ik toen meer tijd voor mijn gezin vrijmaken. Het idee om van sport mijn beroep te maken, kwam weer boven. In eerste instantie heb ik 's avonds sportmassage gegeven bij AAV. Via een advertentie ben ik in de fitnessbegeleiding gekomen en ben vervolgens de opleiding Personal Trainer en Medical Fitness Instructor gaan volgen. Het was een zware studie, vooral in combinatie met een stage, baan, huis en gezin. Maar ik leg voor mezelf nog steeds de lat hoog en wil eruit halen wat erin zit. Mijn partner John – we wonen sinds 3 jaar samen – stond volledig achter me en mede daardoor is het me gelukt.”

„In Nederland zijn nog niet veel mensen die dit diploma hebben, dus daar ben ik heel trots op. Inmiddels werk ik vijf jaar bij Robey's Gym in Nieuwkoop. Werk en hobby komen hier samen. Ik vind het heerlijk om met allerlei mensen om te gaan en hen – individueel of in een groep – te begeleiden bij het sporten. En dat hoeft helemaal niet op het niveau te zijn wat ik zolang gedaan heb. Juist het werken met (oudere) mensen die denken dat sporten niets voor hen is, geeft mij veel voldoening. Want elke dag verantwoord bewegen is goed voor lichaam en geest, en bovenal leuk voor de contacten.

OVER TOEKOMSTPLANNEN

Wat kunnen we nog van Marjan Goedhart verwachten?

„In mijn werk heb ik het ontzettend naar mijn zin, daarom wil ik er graag in verder. Hierbij denk ik aan een opleiding op het gebied van (sport)voeding. Want als je meer weet, wordt je werk nog leuker. Gymjuf ben ik dus niet geworden, maar op deze manier de passie voor sport overbrengen, doe ik bijzonder graag.”

Naam: Marjan Goedhart
Geboortedatum: 5 juni 1962
Geboorteplaats: Bodegraven
Beroep: medisch fitness instructeur
Relatie: woont samen met John Claris (55)
Kinderen: een dochter en een zoon
Hobby's: sporten, wandelen, natuur, varen, theater