

### Carolien van Herrikhuizen leidt eigen sprinterstreintje in het Amsterdamse Velodrome.

Er is een ding wat ze graag voor elkaar wil maken dat het sprinten op banen in Nederland weer de plaats krijgt die het verdient. Het koningsnummer van de piste is in verval geraakt in Nederland en zelfs de KNWU heeft er niet eens een trainer voor in dienst!

Carolien heeft het zich zeer aangetrokken en bied een flink aantal sprinters de mogelijkheid om zich te bewamen in het sprinten. Ze is ervoor zelfs naar Engeland geweest om de kneepjes van het trainersvak onder de knie te krijgen. De Engelse hoofdcoach Heiko Salzwedel had haar uitgenodigd om een training mee te maken en zo te zien hoe het e.a. in elkaar zit.

Carolien die al geruime tijd haar Nederlandse trainersdiploma in de tas heeft. Maar Carolien vertelt dat ze in een training in Engeland meer geleerd heeft dan op die hele cursus in Nederland.

Kortom U moet maar eens lezen hoe gedreven deze vrouw jonge mensen helpt naar grotere hoogte te groeien en bovendien dat het sprinten er nieuwe impulsen van krijgt in het lage landje bij de zee.

Bron: Artikel uit de Metropool Sport.



#### WIELRENNEN

**AMSTERDAM** - Werken met renners en rensters die het beste uit zichzelf willen halen. Daar gaat de gedreven wielertreinster Carolien van Herrikhuizen helemaal voor. De Hilversumse (33) vond jaren geleden de weg naar de houten piste van het Velodrome Amsterdam. Om er zelf te koersen, later wedstrijden te organiseren voor 'meiden' en het KNWU-trainersdiploma niveau 1 te halen. Met het laatste kon ze haar grote wens om de Engelse hoofdcoach Heiko Salzwedel te ontmoeten verwezenlijken.

„Toen ik dat diploma had behaald wilde ik mijn kennis en vaardigheden verbreden. Ik gaf al een tijdje training op het Velodrome Amsterdam en wilde graag naar Engeland om te zien hoe ze daar trainingen geven en hoe daar de faciliteiten zijn”, vertelt Van Herrikhuizen, aan het denken gezet door andere trainingsmethoden.

Er werd haar een blik in de

keuken gegund in het Manchester Velodrome, waar het afgelopen weekend wereldbekerwedstrijden werden gehouden. De hogeschool van het Engelse baanwielrennen, met faciliteiten waarop de Nederlandse baanrenners jaloers zijn. Carolien van Herrikhuizen dus ook. Net als jaren geleden voormalig bondscoach Peter Pieters. „Ik mocht een training van hun nationale selectie meemaken en heb van Salzwedel meer geleerd dan op de opleiding voor wielertreiner. Voor mijn eigen groep weet ik nu wat de goede wedstrijden en trainingen zijn”, constateerde de enthousiaste treinster, verrast toen ze ontdekte dat overeenkomsten waren tussen de Engelse aanpak en die van het Team Sprinters Velodrome Amsterdam.

Dat team heeft Van Herrikhuizen begin 2009 in het leven geroepen. „Sprinters vroegen mij om specifieke training en begeleiding. Op alle Nederlandse banen

wordt getraind, maar vaak gebaseerd op duurrenners en niet echt op sprinters. Mijn missie is om met het Team SVA talent de kansen te bieden zich te ontwikkelen als baansprinter en het beste uit zichzelf te halen. Ook bij mezelf. Ons team biedt de mogelijkheid om bij de beste sprinters te gaan behoren. Door te stromen naar de nationale selectie”, stelt Van Herrikhuizen duidelijk.

Twee pupillen lukte dat inmiddels, tot haar grote genoegen. Hugo Haak, onlangs in het sprinttoernooi op het duur-NK tweemaal brons, en Agnes Ronner, 4e op het EK sprint, manifesteerden zich zodanig dat bondscoach Robert Slippens hen selecteerde voor de WB in Manchester. Dat straalt af op Van Herrikhuizen's groep met teammanager Mario Smelten en materiaalspecialist Serge Posthoorn. „Haak en Ronner maken aansluiting met de top, Agnes zelfs met de internationale top.”

De Hilversumse is blij dat de KNWU de titelstrijd op de baan heeft gesplitst in sprint en duur. „In het vorige systeem, alle onderdelen op één NK, moest je alles doen. Nu heb je de keus als specialist. De KNWU richt zich op de ontwikkeling van de topsprinters. Wij doen dat met ambitieuze renners die de stap naar de top willen maken.” Van Herrikhuizen is enorm gedreven en heeft, zo zegt ze, haar eigen sprinterstreintje op gang gebracht. Als de ambities van haar sprintploeg net zo groot zijn als die van hun trainer, komt het binnen enkele jaren weer goed met de Nederlandse sprinters. Al zal het natuurlijk moeilijk worden om Theo Bos en consorten op te volgen.

• De gedreven Carolien van Herrikhuizen traint een groep ambitieuze renners die de stap naar de top willen maken.



Niets in Carolien te veel om het de sprinters naar de zin te maken en andersom dragen de sprinters haar op handen.

