

Goud en brons voor dertienjarige Sonnemans op NK Kung Fu

Op podium ondanks een flinke black-out

DOOR ERIC STROUWEN

DEN HELDER - Op het onderdeel zwaard ging het even mis. „Ik had even een black-out”, reageert Loraine Sonnemans daags na het Nederlands kampioenschap Kung Fu. Dat de dertienjarige Helderse desondanks de derde plaats behaalde zegt veel over de kwaliteit van haar oefening. Op het onderdeel waaier bleven grote fouten achterweg, waardoor Sonnemans haar nationale titel prolongeerde.

„Ik was het even helemaal kwijt”, kijkt Sonnemans glimlachend terug op haar zwaardoefening. „Tijdens de oefening kwam een tegenstander te dicht in mijn buurt, waardoor ik moest uitwijken. Maar toen ik de ruimte had opgezocht wist ik niet meer waar ik was gebleven.”

Reden om lang te treuren had de Helderse niet. „Want”, zo verwoordt haar vader, „het feit dat ze desondanks nog derde werd geeft aan hoe goed de rest van haar oefening was.”

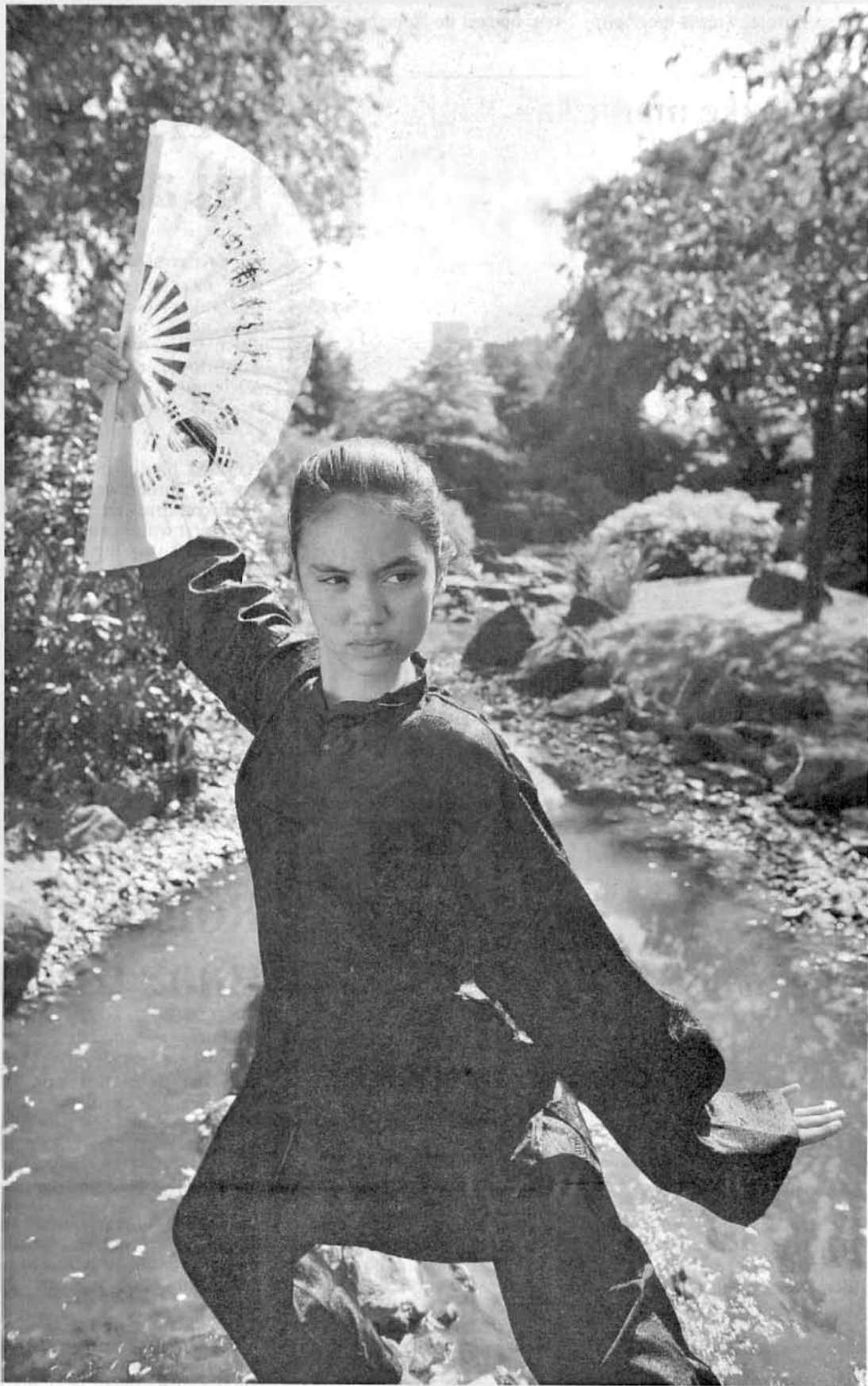
Bovendien had de Helderse de nationale titel waaier al in haar zak. Sonnemans heeft even tijd nodig als zij de vraag krijgt waar haar kracht ligt. „Ik ben ook Nederlands kampioen karate”, legt zij uit. „De bewegingen lijken veel op elkaar. Het grote verschil is dat bij Kung Fu de bewegingen langzamer, nog gecontroleerder uitgevoerd moeten worden. Daar heb ik af en toe wel moeite mee, maar door mijn karateachtergrond ben ik wel heel lenig. Ik denk dat ik vooral daardoor veel punten scoor.”

De nationale titels zijn Sonnemans zeker niet aan komen waaien. De Helderse reist drie keer per week naar Leeuwarden om haar bekwaamheden verder bij te schaven bij de sportschool van Raymond Snel. Ze was de trainingen bij Theo Komen ontgroeid.

„Mijn trainer was van hetzelfde niveau als ikzelf”, verklaart Sonnemans haar opmerkelijke reis. „Er waren meerdere mogelijkheden.”

Dat voor Leeuwarden gekozen is heeft meerdere oorzaken. „Raymond Snel is een begrip in deze sport”, legt haar vader uit. „Bovendien vind ik de rit over de Afsluitdijk prettiger dan het rijden over de N99.”

Desondanks was het aanvankelijk de bedoeling dat zij zich zou aansluiten bij een sportschool in Alkmaar. Dit in combinatie met een studie op het Willem Bleau College in de Kaas-



Loraine Sonnemans: „Door mijn karate-achtergrond ben ik erg lenig.”

FOTO PETER VAN AALST

stad. De inschrijving was rond, stellen haar ouders. Maar een administratieve fout gooide roet in het eten. Sonnemans vervolgde haar studie op het Etty Hillesum College. „Dat bevalt prima”, laat de dertienjarige weten. „Ik krijg

veel medewerking.”

Of de Nederlandse titel een vervolg krijgt in een buitenlandse trip is nog niet duidelijk. „Vorig jaar kreeg ik een uitnodiging om naar Italië te gaan”, vertelt Sonnemans. „Maar mijn trainer

vond dat geen goed idee. Mijn bewegingen waren nog niet goed genoeg voor een internationale wedstrijd, vond hij.” Haar ouders glimlachen. „Als ze nu weer een dergelijke uitnodiging krijgt gaan we wel.”