

De beste vrouwelijke judoka's van Nederland delen naast succes op de mat ook een bijzondere band met elkaar. Een eventuele wereldtitel in Tokio, later deze week, schrijven ze mede aan die vriendschap toe.

Edith Bosch: 'Je kunt het niet alleen.'

Door Mark Misérus

# Vierhoeksverhouding met louter winnaars

**Z**e hadden het kunnen weten. Toen ze hun karakters onlangs via de coachingsleer Action Type analyseerden, kwamen de meest uiteenlopende uitkomsten naar voren. De vier judoka's keken er niet vreemd van op. 'Maar dat zelfs de kleuren van onze karakters compleet van elkaar verschillen, verraste me wel,' zegt Carola Uilenhoed.

Na de twintig vragen gaat Edith Bosch voortaan door het leven als de uitvinder. Elisabeth Willeboordse mag zich de raadgever noemen. Marhinde Verkerk kreeg het type performer toebedeeld. En de tot dokters-assistente opgeleide Uilenhoed kon zich vinden in het profiel van de verzorger.

Vier stevige karakters zijn het, met hun nukken en hun grillen. Introvert versus expressief. Zachtmoedig tegen fel. Doeners contra denkers. In de woorden van Edith Bosch: 'We zijn in alle opzichten anders. En juist daardoor kunnen we zo goed met elkaar samen.'

Een sterke onderlinge band is er gegroeid in de zaal van hun Rotterdamse club. De Budokan-clan worden ze er genoemd. Maar 'de bende van vier', bedacht door NOS-journalist Kees Jongkind voor zijn boek over Nederlandse judoka's, staat hen meer aan.

Ze kennen de waarde van hun 'vierhoeksverhouding' (uitdrukking van Uilenhoed). In een fysiek en mentaal uitputtende sport als judo is het handig mensen in je nabijheid te hebben op wie je kunt terugvallen als het even moeilijker gaat.

Wie eind deze week in Tokio wereldkampioen wordt, doet het voor de camera's misschien in zijn eentje. Maar in de voorbereiding, tot aan het sparren vlak voor de partijen aan toe, is een judoka aangewezen op degenen die hij durft te vertrouwen.

Edith Bosch, 30 jaar: 'Op papier doe je het alleen, maar in de voorbereiding moet je zorgen dat je een zo goed mogelijk team om je heen hebt. Dat is wat wij doen.'

Elisabeth Willeboordse (31): 'Wereldkampioen worden kun je echt niet alleen. Je hebt mensen nodig die je begrijpen als je 's nachts slecht voelt, die je er doorheen praten als het tegenzit.'

Carola Uilenhoed (25): 'We hebben zó'n sterke band opgebouwd met z'n vieren. Als iemand niet op de training komt opdagen, hangt een van de anderen al aan de lijn: waar blijf je nou?

We kennen alle vier het klappen van de zweep, want we hebben allemaal een WK-medaille thuis liggen. Maar er is er bij het WK ook altijd wel een die naast de pot piest.'

Ze vinden het geen vanzelfsprekendheid dat vier clubgenoten het goed met elkaar zouden moeten kunnen vinden, omdat ze elkaar nodig hebben om beter te worden. De gestopte Deborah Gravenstijn trainde ook een tijd mee bij Budokan, maar de klik met de anderen is er nooit gekomen. En hoe hartelijk de rijzende ster Annicka van Emden ook is ontvangen, tot de kern van het kwartet doordringen zal haar vermoedelijk niet lukken. Dat ze in dezelfde gewichtsklasse als Willeboordse uitkomt (-63 kilo, speelt zeker mee).

Er is maar één bende van vier, zegt Marhinde Verkerk (24). Niet voor niets staat de kamerindeling al jaren

vast. In Tokio zijn de 'oudjes' Willeboordse en Bosch opnieuw aan elkaar gepaard. Het is er een stuk rustiger op de kamer dan bij Uilenhoed en Verkerk. Daar galmt regelmatig gelach.

Op de mat worden de verschillen naar de achtergrond gedrukt. Dan zijn ze bovenal de winnaars die elkaar opzwepen om beter te worden en harder te trainen. 'Als de een een mooie prestatie neerzet, willen de anderen dat ook. We kunnen elkaar zo geweldig lekker opfokken', zegt Bosch.

Verkerk geeft het eerlijk toe. Van de vier is ze het laatst overgestapt naar Budokan en coach Chris de Korte. Dat ze het minste had gewonnen was door haar leeftijd niet verbazingwekkend. Maar de imponerende aanwezigheid van de anderen, met Bosch voorop, gaf voeding aan haar drang om zich te willen bewijzen.

Verkerk: 'De andere drie hadden al een WK-medaille. Ik niet. Ik voelde me een soort aanhangsel. Ik wilde gelijk zijn aan ze. Die bevestiging kreeg ik pas na mijn wereldtitel vorig jaar in Rotterdam. Natuurlijk, ze hebben steeds gezegd: jouw tijd komt nog wel. Maar ik wilde me per se bewijzen.'

Bosch: 'Marhinde plaatste zich in het begin beneden de groep. Dat was onterecht. We hebben haar nooit gezien als buitenbeentje. Ze trainde net zo hard als wij, was keihard met haar sport bezig. Maar pas na haar wereldtitel voelde ze zich gelijkwaardig.'

Uitzonderlijk noemen ze het vrouwen dat ze in elkaar stellen. Ze zijn niet vergeten hoe het vroeger was. Nog niet zo lang geleden rolleborden de beste vrouwelijke judoka's met elkaar over straat. De een hoopte dat de ander geblesseerd raakte, omdat dat de kans op deelname aan een toernooi zou vergroten. Van jaloezie bij de vier is nooit sprake geweest, beweert Bosch, al speelt het in hun voordeel dat ze geen van allen in dezelfde gewichtsklasse uitkomen.

Toch is er veel tijd overheen gegaan voordat ze elkaar in de armen sloten. De sfeer was in het begin echt niet zoals die nu is, beaamt Bosch. 'Er zijn een hoop discussies en botte opmerkingen aan vooraf gegaan om te komen tot waar we nu zijn. We daagden elkaar in het begin bewust uit. Puur testen om te zien of we elkaar wel konden vertrouwen.'

Willeboordse: 'Ik heb me knap rot gevoeld toen ik bij Budokan kwam. Ik was de enige introverte van het stel. En dan had ik ook nog niks met uiter-

lijk en was ik heel laat met mannen. Van nature wil ik graag aardig gevonden worden door anderen, maar die harmonie was er in het begin totaal niet.'

In veel opzichten hebben ze daarom geleerd van elkaar. Na al die jaren weten ze wanneer ze beter hun mond kunnen houden of hem juist open moeten trekken. Willeboordse en Bosch hebben ervoor zelfs duidelijke afspraken gemaakt om onenigheden op te lossen.

Willeboordse: 'Als ik bots met Edith, ging zij vroeger gewoon lekker judoën, alsof er niets aan de hand was. Maar bij mij moet zoiets worden uitgesproken, anders kan ik niet verder. Nu zegt ze als we mot hebben: we gaan eerst trainen, daarna praten we erover. Zoiets geeft mij rust. Ik doe het thuis nu ook. Het is een beetje geven en een beetje nemen van elkaar.'

Uilenhoed: 'De een zegt de dingen net iets tactischer dan de ander. Je moet ook rekening met elkaar houden. In Rotterdam moest Marhinde vorig jaar een dag eerder judoën dan ik. Na haar wereldtitel zei ze uit zichzelf: ik slaap niet bij je op de kamer, want je weet nooit wie er straks allemaal nog binnenloopt om me te feliciteren. Als iemand zo blij is als zij toen met haar titel, word ik dat vanzelf ook. En ik moest me nog focussen voor mijn eigen partij. Ik heb gewaardeerd wat ze toen deed.'

Ze luisteren naar elkaar en durven zich kwetsbaar op te stellen. Op de hotelkamer, in de dojo, in het vliegtuig en in de bioscoop hebben ze de rol van elkaars familie zelfs voor een groot deel overgenomen. Allemaal hebben ze weleens in elkaars armen uitgehuild.

Uilenhoed: 'In het begin vond ik het moeilijk mezelf open te stellen, om mensen zo dichtbij te laten komen. In het echte leven ga je niet zo diep met elkaar als wij in het judo. Hier blijft niks verscholen. Een vriendin vindt het vast ook vervelend wat voor problemen ik heb op de mat, maar ze zal het minder goed begrijpen dan zij. Ik huil ook nooit bij vrienden.'

Willeboordse: 'Ik doe het bewust wel, met mijn familie over dezelfde dingen praten als met die meiden. Maar het is anders. Mijn moeder weet nu wel dat ze niet te veel naar het judo moet vragen. Dan zegt ze: train je niet te veel? Nee, wat denk je zelf? Natuurlijk wel. Als judoka's zitten we in hetzelfde schuitje.' Verkerk: 'Wij hoeven geen woorden aan elkaar vuil te ma-



Marhinde Verkerk gaat na haar wereldtitel in Rotterdam op de schouders. Links Edith Bosch, in het midden vooraan Carola Uilenhoed. Elisabeth Willeboordse is onzichtbaar achter Uilenhoed. Foto ANP



**Edith Bosch (30)**  
**1980 op 31 mei geboren in Den Helder**  
**2002 zilver bij EK in Maribor**  
**2003 brons bij WK in Osaka**  
**2004 Europees kampioen in Boekarest**  
**2004 olympisch zilver in Athene**  
**2005 Europees kampioen in Rotterdam en wereldkampioen in Caïro**  
**2007 brons bij EK in Belgrado**  
**2008 olympisch brons in Peking**  
**2009 brons bij EK in Tbilisi**

ken om elkaar te begrijpen.'

Het lijkt ze daarom onwaarschijnlijk dat ook mannelijke collega's zo'n intense band met elkaar zouden kunnen delen. 'Mannen vinden elkaar ook een leuke vent als je niks hebt gepresteerd. Wij zijn competitiever', zegt Bosch.

Uilenhoed: 'Bij ons gaat het vaak over gevoelskwesties. Mannen praten daar minder makkelijk over.' Bosch: 'Je bent één ploeg, je moet allemaal met de billen bloot. Maar onze vriendschap voelt wel als geborgenheid.'

En toch kan het soms ook geweldig knetteren tussen de vier ego's die als topsporter vooral hebben geleerd aan zichzelf te denken. En gek genoeg, of niet, zijn het vooral Bosch en Uilenhoed die elkaar het vaakst in de haren vliegen. De twee zijn elkaars beste vriendinnen.

Uilenhoed: 'Edith en ik lijken het meest op elkaar. Juist daardoor reageer ik me het gemakkelijkst op haar af. Dat is ook de reden dat we niet op de kamer kunnen liggen met elkaar.'

Bosch: 'Ik kan als ik slecht heb getraind, heel fel zijn als iemand gaat lopen zeuren. Dan roep ik gerust: 'Hou je kop, ik zit nu even niet op jou te wachten.' Dan krijg je actie-reactie, typisch vrouwen. Maar ik heb nooit grote ruzie met Elisabeth of Marhinde. Die zeggen veel eerder: nou Edith, zo kan ie wel weer.'

Uilenhoed: 'Soms trekt Edith zich even terug als er irritatie is. Dat is ook prima. Dat moet je elkaar gunnen.'

Willeboordse: 'Maar doe ik het, dan komt iedereen net zo hard de kamer



**Carola Uilenhoed (25)**  
**1984 op 10 oktober geboren in Den Haag**  
**2005 brons bij WK in Caïro**  
**2006 zilver bij EK in Tampere**  
**2007 zilver bij EK in Belgrado**

binnen rennen.' Uilenhoed: 'Dat hoef je bij Edith niet te proberen.'

Tijdens een trainingskamp in China kregen Bosch en Willeboordse het voor de verandering met elkaar aan de stok nadat Willeboordse hard op haar nek was gevallen en Bosch vloegens haar naar de bekende weg vroeg toen die informeerde hoe het ging. Uilenhoed en Verkerk waren het erover eens: op de kamer ging de een de ander vermoorden, maar wie wie?

De volgende ochtend wandelde de twee kempfanen eensgezind de ontbijtzaal binnen. De kou bleek vijf minuten na de ruzie alweer uit de lucht. Zo hoort het, vindt Verkerk. 'Het is de moeite waard om onenigheid snel op te lossen. Daarvoor is de vriendschap haar te veel waard.'

Nog twee jaar hebben ze om elkaar in de haren te vliegen, uit de put te praten en elkaar tijdens de training af te rossen. De Olympische Spelen van 2012 zijn de laatste kans die Willeboordse en Bosch zichzelf gunnen om een grote medaille te winnen.

Wat het afscheid voor de groep zou betekenen? De anderen hebben geen idee, maar Willeboordse heeft er al over nagedacht. De sport houdt het kwartet voorlopig nog wel even bij elkaar, constateert ze.

'Nu letten we ook heel veel op elkaar, maar straks hoeft dat niet meer. Onze relatie zal erdoor zeker een stuk rustiger zijn. Maar Edith en ik hebben al met elkaar afgesproken dat we bij de Spelen van 2016 in Rio de Janeiro Carola en Marhinde komen aanmoedigen. Die afspraak staat.'



**Marhinde Verkerk (24)**  
**1985 op 21 november geboren in Rotterdam**  
**2006 Europees kampioene onder 23 jaar**  
**2009 wereldkampioen in Rotterdam**  
**2010 zilver bij EK in Wenen**