



Joost Posthuma Rabo's vaste waarde

Joost Posthuma staat aan het begin van een hopelijk mooie profcarrière. Maar dan zal hij de voorzichtig stijgende lijn nog wel een tijdje vast moeten houden. Een grote ronde zal hij nooit winnen, daarin is hij zelf realistisch genoeg. 'Mijn kansen liggen in een proloog, de tijdritten en lange ontsnappingen in heuvelachtig terrein', zegt de Tukker met veel zelfkennis.

Joost Posthuma (25) is geboren en getogen in Hengelo, Overijssel. Na de lagere school doorliep hij de Havo en het VWO, studeerde vervolgens twee jaar HBO bedrijfskunde, maar brak deze studie abrupt af toen hij de kans kreeg om beroepsrenner te worden. Joost is enig kind. Zijn vader (54) is hoofdverkoop van een Duits bedrijf, zijn moeder (54) werkt als verpleegkundige. De liefde voor sport is hem met de paplepel ingegoten. Zijn ouders waren fervente hardlopers en schaatsers, terwijl zijn oom fanatiek aan wielrennen deed. Als jochie van zes deed hij voor het eerst mee aan een hardloophwedstrijd, bij hem in de straat. Zijn moeder meldde hem daarna aan bij de plaatselijke atletiekclub. Het ging hem niet slecht af. Hij bracht het, mede door zijn opvoeding en de leefwijze thuis („Gezond eten, op tijd naar bed, geen gekke dingen doen met je lichaam.“) zelfs tot Nederlands jeugdkampioen op de 1000 meter. Maar na tien jaar atletiek had hij het wel gezien. Een alternatief diende zich aan toen Bart Brentjens in 1996 Olympisch kampioen mountainbiken werd. „Zijn prestatie heeft me zeker geïnspireerd. Ik was al een tijdje op zoek naar een andere vorm van sportbeoefening en toen ik hem in Atlanta zo bezig zag sprak me dat enorm aan. Ja, fantastische sportman. En nog steeds op het hoogste niveau bezig. Ongelooflijk!“ Eenmaal op de fiets werd al snel duidelijk dat hij boven het maaiveld uitstak. Als nieuweling won hij een stimuleringswedstrijd van Shimano. Nauwelijks een jaar later ging hij al met de nationale selectie van Leo van Zeeland mee naar het buitenland. Reed EK's, WK's en de topcompetitie bij de junioren. Maar op een gegeven moment ging het mountainbiken hem tegenstaan. „Ik zat nog op school, trainde er heel serieus voor. Maar juist in de vakantieperiodes, als je er tijd voor had, waren er geen wedstrijden. En de meeste parcoursen werden op een gegeven moment op oude vuilnisbelten uitgezet omdat Natuurmonu-

menten steeds strenger werd. Dat sprak me niet meer zo aan. En omdat ik toch al veel op de weg trainde begon ik dat steeds leuker te vinden.“ Han Vaanhold zag hem in actie tijdens districtskampioenschappen op de weg. Posthuma zat in een kopgroep van zeven man, waarvan zes van de Löwikploeg. 's Avonds ging in huize Posthuma de telefoon. Vaanhold aan de lijn, of Joost zin had om bij hem in de ploeg te komen rijden.

MET SCHRIK NAAR DE VUELTA

Het was net dat duwtje dat hij nodig had om de overstap te maken. Björn Hoeben, Bram Tankink, Frank van Dulmen en de begin dit jaar overleden Arno Wallaard werden zijn ploegmaten. Hij voelde zich al snel thuis bij Löwik, ook al moest hij als tweedejaars belofte nog veel leren. „In het peloton rijden, waaierijden, de juiste momenten kiezen... Maar ik heb aan Vaanhold, Schür en Verhoeven prima leermeesters gehad.“ Halverwege 2004 werd hij door Rabo naar het eerste team gehaald. Zijn overwinningen in de Thüringer Rundfahrt en Olympia's Tour in 2003 waren voor de ploegleiding het bewijs dat hij klaar was voor het hoogste niveau. Hij kreeg zijn vuurdoop in de Ronde van Duitsland, de Vuelta en het WK. „Ik ging met schrik en beven naar de Vuelta. In de ploegentijdrit ging het niet best. Gelukkig heb ik toen veel steun van Adri van Houwelingen en Maarten den Bakker gehad.“ Hij had dit jaar een goed voorseizoen. In Het Volk en Kuurne-Brussel-Kuurne deed hij mee voor de overwinning en in Parijs-Nice won hij bijna weer een etappe. Hij sloot de Rit naar de Zon als 14e af. Ziekte weerhield hem van goede prestaties in Vlaanderen en in Parijs-Roubaix. En in de Amstel Gold Race en in Luik-Bastenaken-Luik was het weer gewoon ploeteren voor Freire en Boogerd. De Dauphiné Libéré was zijn laatste grote test voor de Tour. „Ik werd er 5e in de proloog en zat mee in de ontsnapping op de Mont Ventoux, waar Denis Menchov won.“

Parijs-Roubaix? Kan Joost Posthuma dat ook? „Hoezo? Als je mij alleen neerzet als tijdrijder, dan doe je me toch tekort, hoor. Wat zou je denken van Cancellara? (winnaar Parijs-Roubaix en wereldkampioen tijdrijden 2006, JL) Parijs-Roubaix is gewoon hard trappen, hoor. Ik zal niet zeggen dat ik daar ooit ga winnen, maar ook niet dat ik bij voorbaat kansloos ben. Als Marc Wauters daar goed kan rijden, waarom zou ik dat dan niet kunnen? Dat raggen en rossen over de kasseien vind ik juist leuk. Ik hou ook van crossen.“

Hij werd 23ste in de proloog van de Tour, op slechts 17 seconden van winnaar Hushovd, en dat leverde hem de witte trui op. Daar bleef het niet bij, want in de twee tijdritten verrichtte hij opnieuw hoogstandjes door als 10e en als 12e te eindigen. Het voelde als een overwinning. „Erik Dekker zei me dat hij het heel bijzonder vond.“ Maar hoe indrukwekkend deze prestaties ook waren, in de overige etappes fungeerde Posthuma als persoonlijke helper van kopman Menchov. „Ik moest bij Denis blijven, ervoor zorgen dat hij geen tijd zou verliezen.“ Hij beëindigde zijn beide



'2006 was een seizoen van net niet. Dus ik moet volgend jaar wel wat gaan winnen, ja'

Tours als 85ste, een klassering die hij zelf kwalificeert als 'goede middenmoot'. Hoewel hij zich ongetwijfeld nog zal verbeteren, weet Posthuma echter nu al dat hij nooit als klassementsrenner naar de Tour zal gaan. Ofschoon hij bergop 'lang niet de slechtste' is en zijn tijdrift nog aanzienlijk beter kan, komt hij in het hooggebergte tekort. „Nee, daar liggen mijn kansen niet. Die liggen in de proloog, in de tijdritten en in lange ontsnappingen op heuvelachtig terrein. Daar moet ik proberen mee te zitten.“

Tekst: John Lowe
Foto's: Cor Vos



Posthuma en Tankink vermaken zich tijdens een criterium met Jules Deelder.

KEERZIJDE VAN DE TOUR

„Mijn prestaties in de proloog en de tijdritten van de Tour hebben me veel positieve publiciteit opgeleverd. Toch heeft de Tour ook zijn keerzijde. Je wordt drie weken lang compleet geleefd. Pas na de Champs Elysées merk je hoe moe je bent. Je wil natuurlijk de Tour rijden, maar soms denk je ook: flikker maar op met die rot Tour....”

Met gemengde gevoelens blikt hij ook terug op het WK tijdrijden. Want ondanks een goede voorbereiding liep het in Salzburg van geen kant. „Ik had een slechte dag. Na de start moest je al vrij snel bergop en als het dan niet goed gaat, moet je je dubbel inspannen. En als je dan ook nog eens tegenvallende tussentijden te horen krijgt... Het was in

Thomas Dekker geldt als het grootste wielertalent van Nederland; hij staat continu in de belangstelling. Hoe kijk jij tegen hem aan?

„Hij heeft de Tirreno-Adriatico gewonnen, maar het is niet zo dat we daarna opeens met heel andere ogen naar Thomas zijn gaan kijken. Toen ik zelf pas met fietsen begon keek ik op tegen renners als Boogerd, Dekker en Freire. Nu zit ik met ze in de ploeg, we gaan samen op trainingskamp en ik slaap soms met één van hen op de kamer. Zo kom je er vanzelf achter dat ze ook maar gewone mensen zijn. Er wordt door de buitenwereld vaak aan heldenverering gedaan, maar wij zijn gewoon collega's onder elkaar.”

Je noemde net Freire. Wat vind je van hem? „Pure klaskak, met hoofdletters! Ongelooflijk mannetje. Super grappig, droog. Komt heel nonchalant over, maar hij weet heel goed waarmee hij bezig is. Als je hem 's morgens aan tafel ziet zitten zou je hem geen cent geven. Maar 's middags wint hij gewoon in Hamburg of zo.”

NIEUWE GENERATIE

Je vormt met Thomas Dekker, Weening, Löwik, De Maar en Eltink de nieuwe generatie Nederlandse Rabo-toppers van wie veel wordt verwacht. Waar anderen dit jaar een terugslag meemaakten, heb jij weer wat progressie geboekt. Kun je dat verklaren?

„Ik ga de prestaties van anderen niet beoordelen, maar van mezelf kan ik zeggen dat ik duidelijk weer wat vooruitgang heb geboekt. En wat de anderen betreft: we bedrijven topsport, maar zijn geen robots. Opvolgers van Boogerd en Dekker? Moeilijk te zeggen. Die hebben uitzonderlijke dingen laten zien. Ik weet dat de ploegleiding veel van onze lichterling verwacht, maar of we dat kunnen waarmaken is een tweede.”

Wordt in dat verband 2007 cruciaal?

„Nou, cruciaal... Ik ben geen sprinter, dus 10 koersen per jaar winnen zit er voor mij niet in. Ik mag vooral niet stagneren. Dat is voor mij cruciaal in 2007!”

Doping is nog altijd een omstrede fenomeen in de wielrennerij. In het eerste nummer van WM zegt Berend Nikkels, zelf oud-coureur en praktizerend arts, dat hij voorstander is van het gecontroleerd toedienen van epo, onder medisch toezicht en met instemming van de UCI. Wat vind jij daarvan?

„Daar ben ik geen voorstander van. Ik heb altijd strikt voor mijn sport geleefd, in elk opzicht. En als je epo of andere stimulantia gebruikt ben je niet meer zuiver bezig. Dus ik ben het totaal oneens met Nikkels. Nu is het epo, straks is het weer wat anders. Op die manier bedrijf je de sport niet op een eerlijke en gezonde manier. Ullrich en Basso? Had ik niet verwacht, nee. Maar het is een goed teken dat ze opgespoord zijn, ook al lijken ze nu toch weer de dans weer te ontspringen.”

Maak eens een karakterschets van jezelf. „Ik ben een doorzetter, dat vind ik wel een goede eigenschap. Maar ik kan ook wel eens behoorlijk ongeduldig zijn en flink doordrammen. Dan wil ik allerlei dingen tegelijk doen. En ik flap er meestal van alles uit. Bij conflicten ga ik niet meteen de confrontatie aan. Dat klinkt zo agressief en dat ben ik helemaal niet. Maar ik kruip ook weer niet meteen in mijn schulp, want ik laat niet zomaar alles over mijn kant gaan. Ik praat het liever uit, respecteer andermans mening. Ik ben bereid om mijn standpunt te laten varen als men mij op grond van argumenten kan overtuigen. Ik ben een gevoelig, emotioneel mens. Naleving van normen en waarden vind ik erg belangrijk. Wat mij zorgen baart is de toenemende agressiviteit in de maatschappij. Ik tel liever eerst tot tien voordat ik mijn hart lucht. Maar ik doe het wel, want als iets me dwars zit wil ik het wel snel kwijt. Ik ben extrovert, ga graag met andere mensen om. Hobby's? Nee, niet echt. Ik lees graag. En ik geniet ervan om af en toe met mijn moeder in de stad gezellig een bakje koffie te drinken en een beetje bij te kletsen.”

Wanneer kijk je met een goed gevoel terug op je carrière?

„Daar heb ik nog niet zo over nagedacht. Ik wil wel graag een keer naar de Olympische Spelen, dat vind ik zoiets magisch. Maar verder... Ik ga ervan uit dat ik er tegen die tijd het maximale eruit heb gehaald en er helemaal voor heb geleefd. Als ik verder gevrijwaard blijf van zware valpartijen of langdurige ziekte, dan ben ik al heel blij met het mooie leven dat ik als profrenner heb gehad.”

'We bedrijven topsport, maar zijn geen robots'



mijn beleving de langste en zwaarste tijdrif die ik ooit gereden heb. Maar ik had na een nachtje slapen ook zoiets van: ik laat mijn seizoen niet verknallen door die ene slechte prestatie.”

Heb je je ook specifiek op het tijdrijden voorbereid? „We zijn vorig jaar december op initiatief van de ploegleiding en onze trainer Louis Delahaye met een groepje naar de baan gegaan. Daar hebben we het materiaal en de juiste positie op de fiets uitgetest met het SRM systeem. En dit jaar zijn we de windtunnel ingegaan met speciale tijdrif-fietsen. Ik heb nu ook vaker en langer op de tijdrif-fiets getraind. Qua positie zit ik een stuk lager dan ik gewend was. Maar ik wil in de kortere etappekoersen ook goed voor de dag komen, dus mijn trainingen zijn niet alleen op dit onderdeel afgestemd. Mijn grootste wens qua tijdrijden? Een tijdrif winnen in de Tour.”