

Marieke roeide voor het goede doel de Atlantische Oceaan over

*‘Ik voelde me echt onoverwinnelijk
Ik zou het zó weer doen!’*

Bijna anderhalve maand lang in een klein bootje de hele Atlantische Oceaan over roeien, samen met drie teamgenoten die je amper kent? Voor Marieke (43) was het een droom die uitkwam. Afgelopen winter deed ze met haar team mee aan de Talisker Whiskey Atlantic Challenge 2020, en met veel succes. Ze haalden als eerste vrouwenteam de overkant en dat leverde niet alleen een vermelding op in het Guinness Book of Records, maar ook veel geld en aandacht voor het goede doel: meer onderzoek naar hart- en vaatziekten bij vrouwen.

Tekst: Renée Brouwer - Foto: Barbara Reichardt / EyeEm

“Al sinds mijn twintigste roei ik wedstrijden in sloepvorm met andere roeisters. Superleuk om te doen. En of het nou regent of waait, we werken altijd hard om een mooie prestatie neer te zetten. Mijn eerste watersportervaring deed ik op bij de scouting, toen ik elf was. Ik leerde daar roeien en zeilen. Dat was fantastisch. Dus toen ik als jongvolwassene voor het roeiteam werd gevraagd, twijfelde ik geen moment. Het was een vrouwenteam en het kwam



Foto: Penny Bird, Atlantic Campaigns

Boven: Trots op de mooie prestatie. v.l.n.r.: Melissa, Marieke, Renate en Iris.
Links: Lekker aan het roeien. Op het dek: Renate, vooraan: Marieke, midden: Melissa, achter: Iris



Foto: Penny Bird, Atlantic Campaigns

hele wereld zo snel mogelijk de Atlantische Oceaan over zouden roeien. De Atlantic Dutchesses wilden met hun deelname meer aandacht vragen voor hart- en vaatziekten bij vrouwen en dat vond ik zo'n mooi initiatief. Ik dacht direct: dit is iets voor mij! Thuis besprak ik het met mijn man. Wat zou hij ervan vinden als ik drie maanden van huis zou zijn? Op de school waar ik als docent werkte, kon ik wel

wel eens voor dat er teamleden uitvielen door zwangerschap of andere omstandigheden. Toen ik in de zomer van 2020 via een Facebook-groep voor vrouwen met affiniteit met watersport op zoek was naar een nieuwe 'collega', wekte een bijzondere oproep van de Atlantic Dutchesses meteen mijn interesse. Dit kleine roeiteam van drie vrouwen zocht met spoed een extra roeier, die samen met hen de Talisker Whiskey Atlantic Challenge

‘Gelukkig vonden mijn man en onze tweeling van twaalf het net zo'n leuk idee als ik’

2020 wilde aangaan. Een extreme roeiwedstrijd, waarbij verschillende teams vanuit de

onbetaald verlov aanvragen, maar als mijn man het niet zag zitten, zou ik het niet doen. ▶

Gelukkig vonden hij en onze tweeling van twaalf het net zo'n leuk idee als ik. Mijn man is zelf ook watersporter en zei lachend: 'Als ze morgen zouden vragen of ik mee wil doen aan de Volvo Ocean Race, zou ik ook gaan.' Bovendien waren onze kinderen wel iets gewend. Mijn man is voor zijn werk vaak in het buitenland, het is niet vreemd voor ze om even niet allemaal samen te zijn.

Enthousiast meldde ik me aan, met een filmpje waarop ik aan het roeien was. Omdat de wedstrijd al binnen zes maanden zou plaatsvinden, wilde het team me snel ontmoeten. Er waren meer gegadigden, maar omdat ik direct een klik had met de drie teamleden, planden we meteen een aantal oefendagen en -nachten met de roeiboot op verschillende rivieren en meren. Erg spannend en leuk. Helaas mochten we niet op zee oefenen, door gedoe met de inschrijving in het kadaster van de Queen of Hearts, de roeiboot waarmee we het grote avontuur aangingen. Tegen de tijd dat dat allemaal was opgelost, zat onze voorbereidingstijd er al op.



Marieke met haar tweeling

De race begon op 12 december 2020 vanaf La Gomera, een klein plaatsje op de Canarische

Eilanden. Van daaruit zouden we naar het Caribische Antigua roeien, zo'n vijfduizend kilometer verderop, aan de overkant van de Atlantische Oceaan. Zodra ik op de boot zat, voelde het als thuiskomen. We waren omringd door een prachtige, heldere zee en ik voelde me erg opgewonden en vrij. Hier hadden we in die korte tijd voor getraind. De maanden waren echt voorbijgevlogen, maar gelukkig hadden we ook nog een cursus ehbo, mobiliteit en navigatie in Engeland kunnen volgen. Zo waren we extra goed voorbereid. Onze speciale oceaanroeiboot was negen meter lang en één meter zeventig breed. We hadden slim

moeten inpakken. Iedereen had slechts één rugzak met kleding en persoonlijke spullen bij zich, die niet te zwaar mocht zijn. Ook namen we veel eten en navigatie- en zendapparatuur mee. Alles bewaarden we in

Atlantische Oceaan? Het geheim zat 'm in gevriesdroogd eten. Daarbij wordt alle vocht uit een gerecht gezogen, waardoor je het als een klein pakketje kunt meenemen. Door er onderweg wat gekookt water aan toe te

ben ik nooit bang geweest. Ook niet toen we hoge golven hadden. Er is een keer een heel hoge golf in de achterste cabine van onze boot gekomen, maar omdat we hem zagen aankomen, hadden we ons al schrap gezet. Op dat moment gingen we 12,6 knopen (*ruim 23 km per uur, red.*), de hoogste snelheid die we onderweg hebben gehaald, en ik was alleen bezig met de vraag wat die golf met onze snelheid zou doen. Tot mijn grote opluchting werkte het erg in ons voordeel! We roeiden ineens een stuk harder, dat was mooi meegenomen. Maar terwijl we compleet doorweekt en lachend verder roeiden, zag ik op onze snelheidsmeter dat we binnen een paar seconden alweer op hetzelfde aantal knopen zaten. Die snelheidsmeter was ook nog een dingetje. Omdat we zo gefocust waren op het zo snel mogelijk halen van de finish, keken we continu met z'n vieren hoe hard we gingen. Uiteindelijk was dat niet leuk meer en hebben we iets voor die meter gezet om minder gefixeerd te zijn op onze snelheid. Wat betreft onze veiligheid zat het wel goed. Als alle luiken gesloten waren, was de boot waterdicht. Verder hadden we regelmatig telefonisch contact met de organisatie. Als er iets was, konden zij ons adviseren. Bij ernstige calamiteiten kon het dichtstbijzijnde zeeschip ons redden. Bovendien was onze boot zo ontworpen dat-ie altijd vanzelf weer omdraaide in het water. Als we tijdens een zware storm zouden omkieperen, bleef de boot in ieder geval drijven. En wat enge dieren betreft: we hebben onderweg verschillende vinnen uit het water zien steken. Het was onduidelijk of dat haaien of walvissen waren, ►

'We zagen wel vinnen uit het water steken, maar of het haaien waren of walvissen?'

netten aan de binnenwanden van de kleine cabines aan de voor- en achterkant van de boot. En zo vertrokken we met één duidelijk doel: zo snel mogelijk de finish halen!"

Zeeziek

"We hadden een strak roeiscema, waarbij er altijd minimaal twee vrouwen aan het roeien waren. Om de twee uur wisselden we elkaar af en tussendoor zorgden we ervoor dat we aten en rustten. Slapen deden we om de beurt op kleine matrasjes in de voor- en achtercabine en een simpele emmer diende als wc. Doordat we om de twee uur moesten roeien, sliepen we nooit lang achter elkaar en hadden we dus geen echte nachten, maar ook dat wende snel. Het was vooral ook erg belangrijk om voldoende te eten, want omdat we zo veel bewogen, verbruikten we natuurlijk ook veel energie. Het medische advies van de organisatie was om 6000 calorieën per dag te eten, maar hoe krijg je dat voor elkaar in een klein bootje midden op de

voegen, kun je het alsnog als een normaal gerecht eten. Superhandig voor ons, want zo hadden we in ieder geval genoeg eten aan boord. En het water haalden we gewoon uit de zee. Met behulp van een speciaal zuiveringsapparaat werd het zeewater omgezet in drinkwater. Dat kookten we vervolgens in een waterkoker en daarna voegden we het toe aan onze eetpakketjes. Op zich smaakte het nog best goed. Het was iets flauwer dan normaal eten, maar voor onze tijd op de boot was het prima. Verder aten we ook veel energierepen. Roeien op zee is echt anders dan op een meer of rivier en in de eerste week werden sommigen van ons dan ook zeeziek. Ik helaas ook, dus dat was best zwaar. Maar we worstelden ons erdoorheen en gelukkig ging het na een paar dagen vanzelf weer over. En ondertussen roeiden we gestaag door."

Hoge golven

"Hoewel het natuurlijk een groot avontuur was om in een klein bootje de oceaan over te roeien,

Aandacht voor het vrouwenhart

Hart- en vaatziekten zijn al jarenlang een van de belangrijkste doodsoorzaken bij vrouwen. Dagelijks sterven er in Nederland 57 vrouwen aan hart- of vaatziekten, meer dan twee vrouwen per uur. Hartziekten worden bij vrouwen vaak niet op tijd herkend. De signalen dat er iets mis is met hun hart, zijn vaak anders dan de signalen die mannen krijgen. Daardoor overlijden er nog steeds veel te veel vrouwen, onverwacht en onnodig. Behandelingen zijn vaak ontwikkeld voor, en getest door, mannen. Meer onderzoek naar het vrouwenhart is dan ook echt nodig. Mede dankzij de bijdrage van de Atlantic Dutchesses kan het onderzoeksteam van het UMC Utrecht verder werken aan een oplossing.

Meer weten? Kijk op: <https://hartenvaatziekten.actievoorumcutrecht-wkz.nl/actie/atlantic-dutchesses>.

daarvoor waren we net iets te ver weg, maar echt bang waren we niet. Haaien doen ook niet zo snel iemand kwaad, tenzij ze bloed ruiken. Nu zwommen we nooit uitgebreid in de zee, want we hadden simpelweg geen tijd om stil te liggen. En als we even in het water wilden oprispen, dan deden we dat altijd veilig met een *lifebelt*, een soort touw om ons middel. Die *lifebelt* was verbonden met een *lifeline*, die door iemand op de boot werd vastgehouden. Ondertussen hielden de twee andere teamgenoten de zee in de gaten. We deden alles in teamverband en gelukkig hebben we nooit

'Gelukkig hebben we nooit iets heftigs meegemaakt. Alleen maar leuke en bijzondere dingen'

iets heftigs meegemaakt. Alleen maar leuke en bijzondere dingen. We hebben bijvoorbeeld wilde dolfijnen gespot. Zo mooi om ze langs te zien zwemmen! Maar het leukst vond ik toch wel die ene vogel die steeds met ons meevloog, alsof hij ons volgde. Hij is meerdere keren op onze boot geland. Voor ons gevoel waren we, samen met deze vogel, echt de enigen op zee. Het werd onderweg ook steeds warmer. De week voor kerst kwamen we zelfs in een windstil gebied terecht. Het water was prachtig zo stil, maar voor onze snelheid was het niet echt handig. Gelukkig kwam de wind al snel weer terug, waardoor we weer extra vaart konden maken.



Foto: Penny Bird, Atlantic Campaigns

Vlak na het behalen van de finish, v.l.n.r.: Renate, Marieke, Melissa en Iris.

Ontlading

"Na 43 dagen, 4 uur en 55 minuten roeien, bereikten we op 24 januari 2021 als eerste vrouwenteam de finish. Zes

En toen dat eenmaal het geval was, voelde het als een enorme overwinning. We hadden het samen gehaald! Met onze deelname aan de Talisker Whiskey Atlantic Challenge 2020 hebben we bovendien ruim 26.000 euro opgehaald voor onderzoek naar hart- en vaatziekten bij vrouwen. Dat is een fantastische prestatie, waar we heel erg trots op zijn. Zelf heb ik in mijn nabije omgeving ook gezien hoe heftig het kan zijn als je als vrouw plotseling hartproblemen krijgt. Vaak vallen de symptomen bij vrouwen niet meteen op en daarom is meer aandacht voor het vrouwenhart ook zo belangrijk. Dat ik daar met deze wedstrijd een steentje aan heb mogen bijdragen, vind ik heel bijzonder. Het was zo'n mooie ervaring. En het feit dat we als eerste vrouwenteam zijn geëindigd, heeft ons zelfs een vermelding in het Guinness Book of Records opgeleverd. Super toch? Ik geef toe: de race was wel zwaar. In de bijna anderhalve maand die we erover hebben gedaan, ben ik zelfs elf kilo lichter geworden, maar het was het waard. Ik zou het zo weer doen. De fysieke uitdaging vond ik geweldig. Ik voelde me op zee echt onoverwinnelijk!" ■