

Foto: Highland Games  
Federatie Nederland  
& België

Hans Lolkema



## Passie voor de Schotse Highland Games

We hebben Hans Lolkema tijdens een Schots Festival in Amerika ontmoet, waar hij namens Nederland aan de Highland Games deelnam. In Lincoln, New Hampshire om precies te zijn. Hans Lolkema behoort op dit moment tot de top twintig van de wereld en heeft tal van (inter) nationale prijzen op zijn naam staan. Dat wekte onze nieuwsgierigheid. Na terugkomst uit Amerika reisden wij af naar het hoge Noorden. Hans ontving ons op zijn metselbedrijf in Friesland, in Sint Nicolaasga.

### Sterkste man

Hoe komt een Fries bij de Schotse Highland Games terecht? Hans vertelt. Tot zijn 31ste heeft hij gevoetbald, daarna testte hij zijn kracht door deel te nemen aan verkiezingen



Tekst: Judy Lohman

tot de Sterkste man van Friesland en later Noord Nederland. Verkiezingen die hij zonder veel competitie won. In Friesland zelfs twee keer. Daarbij kwam hij in contact met Wout Zijlstra die naast Hans een van de weinige Nederlandse professionals voor de Highland Games is. Zijlstra bracht hem in aanraking met deze bijzondere tak van sport. Het bleek dat Hans niet alleen over kracht, maar dankzij het voetballen ook over lenigheid en wendbaarheid beschikt. Een combinatie van eigenschappen die hem bij uitstek geschikt maakt voor het beoefenen van de Highland Games. In 2009, op zijn zevenendertigste, drong Hans definitief door in het internationale circuit. Bij de Europese kampioenschappen in het Franse Bressuire werd hij tweede, onder meer door op een gedeelde eerste plaats te eindigen bij het onderdeel Cabre Toss met een perfecte worp. Daarna werd hij steeds vaker voor internationale wedstrijden gevraagd en raakte zijn sportcarrière op stoom. Jaarlijks neemt hij nu aan circa twintig wedstrijden deel, waarvan de helft internationaal, aangezien Highland Games niet alleen in Schotland populair zijn, maar over de hele wereld. Van Nieuw Zeeland tot Canada. Hans neemt ons mee naar zijn oefenruimte, een grote hal achter het metselbedrijf B.Th. Postma, dat hij samen met zijn vrouw runt.

### Onderdelen

De Highland Games kennen acht onderdelen. Alle onderdelen vergen niet alleen kracht maar ook een explosie op het juiste moment.

Het meest in het oog springend is het caber tossing: het boomstam werpen. Volgens de Federatie van de Highland Games kan de boom variëren van 4 tot 7 meter lengte en kan hij zelfs meer dan 100 kilo zwaar zijn. Bij het optillen van de rechtop geplaatste stam, zo legt Hans uit, heeft de atleet zijn handen, die voor een maximale grip aan de binnenkant met hars zijn ingesmeerd, in bidstand. De atleet maakt vervolgens enkele passen en laat daarbij de boomstam iets naar voren





Hans Lolkema (links) met Craig Sinclair ( Schotland)

Foto: Diety Oppedijk, september 2011, Lincoln, VS

komen. Op het juiste moment geeft hij de boom met nog steeds gesloten handen een opwaartse duw, hoog de lucht in, zodat hij, als het lukt, een draai van 360 graden maakt. Is de boomstam precies recht naar voren gegooid, dan wordt gesproken van een perfecte worp op 12 uur. Afwijkingen naar links worden beoordeeld met de aanduidingen van 11.46 tot 11.59 uur en afwijkingen naar rechts van 12.01 tot 12.14 uur. Wij staren hem ongelovig aan. Kan een scheidsrechter dat nou echt zó precies meten? Eén minuut voor twaalf?

### Assemblage van caber tossing

Hans schokschoudert. Hij heeft het wel eens meegemaakt en moest de nipte overwinning aan de Pool Sebastian Wenta gunnen. Tja, het blijft de beoordeling van de scheidsrechter. Daar valt niet aan te tornen. Een ander onderdeel is throwing the hammer: het hamerslingeren, in twee varianten. De hamer bestaat uit een kogel van 7,26 kilo (en een zwaardere variant van 10 kilo), bevestigd aan een stok van 1,30 meter. De atleet draait drie tot vier maal snel om zijn as voordat hij de hamer over zijn schouder het veld inslingert. Hans doet het voor. Met een ogenschijnlijk lichte danspas wervelt hij in de rondte en zwaait dan met kracht de hamer de ruimte in. Wij zien hier een voorbeeld van de combinatie van lenigheid en kracht. Hans raakt op dreef en neemt ons mee naar een volgend onderdeel. Weight for distance. Ook hier zijn weer twee varianten. Een 'licht' gewicht van 12,7 kilo waar een korte ketting met een handvat aan verbonden is. De tweede variant heeft een

gewicht van 25 kilo en heeft alleen een hengel, geen ketting. Dit onderdeel lijkt technisch het meest op discuswerpen. De atleet maakt anderhalve draai en werpt dan het gewicht zo ver mogelijk van zich af, waarbij hij met één voet contact dient te houden met de grond. Niet eenvoudig, lijkt ons. Hans doet het voor. Sierlijk en moeiteloos, we kunnen niet anders zeggen. Wij doen een halfslachtige poging met het gewicht van 12,7 kilo, maar zelfs daarmee valt niet mee te spotten. En die 25 kilo? Laat maar. Hans glimlacht en neemt ons mee naar het onderdeel weight for height. Ontmoedigd staren we naar boven. Moet een gewicht van 25 kilo over die lat? Ligt die op vijf (!) meter hoogte? Dit onderdeel is minstens even spectaculair als het caber tossing. En niet alleen dat, het is niet ongevaarlijk. De atleet gaat ongeveer onder de lat staan, tilt het 25 kilo zware gewicht met één hand op en zwaait het een aantal keren van voor naar achteren. Vanuit stilstaande positie moet hij het vervolgens achterwaarts over de lat heen gooien om daarna snel naar voren te rennen om aan een aanslag te ontkomen... Met vochtige handen zien we hoe Hans het voordoet. Moeiteloos. Weliswaar is zijn oefengewicht 'slechts' twintig kilo, maar dit onderdeel durven wij zelfs niet eens te proberen. De laatste twee onderdelen zijn twee varianten op het steenstoten, het oudste onderdeel van de Highland Games: het steenstoten uit stand van een 10 kilogram zware steen (de Braemar Stone) en het steenstoten (Putting the stone) vanuit een draai, of aangeleden met een 7,26 kilogram zware steen. Voordat we naar Hans' werkkamer teruglopen, valt ons oog op een halterstang met een groot aantal schijven. Hoeveel



kilo? Hans telt. Tweehonderddertig. Och, hij doet er voor een demonstratie nog even twintig bij. Wij staan er verschrikt bij als de stang buigt onder het gewicht dat Hans overigens zonder een kreun tot zijn middel omhoog tilt. Zijn gezicht kleurt niet eens rood. Zou hij zich niet willen specialiseren als gewichtheffer? Hij helpt ons uit de droom. Het wereldrecord (van de Iraniër Hossein Rezazadeh) staat op 263,5 kilo, maar dat is wel een ander verhaal. De halter dient bij gewichtheffen boven het hoofd te worden gestoten, met de armen en benen gestrekt. En trouwens, Hans houdt van de Highland Games. Vooral de explosie. Lichtvoetig loopt hij voor ons uit.

### **Geschiedenis Highland Games**

Het was voor ons een vreemde ervaring om in Amerika Highland Games mee te maken. Een stuk pure Europese historie. En wat voor historie. Een die duizenden jaren terug gaat. Zo'n 4000 jaar om precies te zijn. Toen de voorouders van de Schotten (de Pickten) al dergelijke krachtsporten beoefenden. Op het moment dat de Kelten het land binnentrokken (100 jaar voor Christus) kwam hier nog meer nadruk op te liggen. Vanaf die tijd werden er al competities gehouden met boomstammen werpen en zware stenen gooien. Wat begon in Schotland heeft zich inmiddels als een virus over de wereld verspreid. Zelfs Indonesië en Afrika zijn besmet geraakt en in Amerika worden jaarlijks meer dan 150 Highland Games gehouden. De grootste zijn in Pleasanton, in Californië waar Hans samen met Sebastian Wenta uit Polen de derde plaats innam bij de Highland Games voor teams. In het noordoosten van de VS zijn de grootste Games Spelen degene wij bijgewoond hebben in Lincoln, New Hampshire. Uiteraard wordt ook in Schotland een groot aantal Highland Games gehouden. Hier is de Cowal Highland Gathering in Dunoon met 3500 deelnemers en 15.000 à 20.000 bezoekers de grootste. Een glimp van de Britse Koninklijke familie is op te vangen in Aberdeenshire tijdens de grootscheepse Braemar Gathering. In 2012 wordt deze gehouden op zaterdag 1 september. Kaartjes (vijftien pond) zijn nu reeds via internet te bestellen.

### **Aanraders**

Terug in zijn werkkamer vroegen wij Hans welke Highland Games in Schotland hij ons zou aanraden. Als wij de site [welcometoscotland.bezoeken](http://welcometoscotland.bezoeken) duizelt het ons namelijk van de mogelijkheden. Daar hoeft hij niet lang over na te denken. The Highland Games in Callander (28 en 29 juli 2012) noemde hij als een van zijn favorieten. Callander is een bescheiden plaatsje ten noorden van Glasgow/ten noordwesten van Stirling, dat ligt in een prachtig woest merengebied en een ruige bosrijke omgeving kent. In 2010 jaar eindigde Hans er op de tweede plaat; dat heeft wellicht ook zijn mening ingekleurd, plaagden we hem. Maar nee, hij verzekerde ons dat Callander erg de moeite waard is. Het stadje vormt de oostelijke toegangspoort tot de Trossachs. In de negentiende eeuw was Callander al een populair vakantieoord wat terug te zien is aan de uitgesproken mooie architectuur in het stadje. Voor de sportievelingen zijn er leuke wandelingen naar de

Callander Crags en de Bracklinn-watervallen te maken. Een andere aanrader van Hans is het schitterende vissersplaatsje ten westen van Glasgow: Inveraray. Hier worden de Highland Games gehouden op 17 juli 2012 gehouden. Het is de plaats van de Duke of Argyll die het stadje in 1745 stichtte. Het stadje is behalve bekend door de Highland Games ook door het Inveraray Castle. Het biedt tevens toegang tot nationale parken, de omringende bergen en eilanden. En uiteraard roemen ze hun Whisky. Mocht men in de maand augustus Schotland bezoeken, dan raadt Hans de Highland Games in Oban (in Argyllshire ten westen van Glasgow) aan. Het is een uitgebreid festival waar ook de piping titles en dancing volop ruimte krijgen. De Oban Games worden sinds de negentiende eeuw georganiseerd. Het evenement vindt plaats op 23 augustus 2012. Hans brengt speciaal de buitengewoon goede visrestaurants in Oban onder onze aandacht (nb: de inwoners van Oban noemen zichzelf dan ook: the Seafood Capital of Scotland). Verder wijst hij op de mogelijkheid om met een ferry naar het island of Mull te varen.

### **Vriendschap en bijzondere contacten**

Wat heeft het beoefenen van de Schotse Highland Games hem de afgelopen drie jaar gebracht? Hans' ogen glanzen als hij vertelt hoe indrukwekkend de natuur in Schotland wel niet is. Het land was voor hem een ontdekking. Zoals de luisterrijke, historische plaatsjes en de fraaie kusten. En de rust. Is het niet vergelijkbaar met Friesland? prikkelen we hem. Het is in dit deel van Nederland toch ook rustig en waait en regent het hier niet ook erg vaak? Hij schudt zijn hoofd. Onvergelijkbaar. De woeste natuur van Schotland is van een ander kaliber dan de meren en groene weilanden van Friesland. Naast de ontdekking van Schotland ervaart hij de bijzondere contacten en vriendschappen die hij over de hele wereld heeft opgedaan als een bonus van het beoefenen van deze de tak van topsport. Vaak logeert hij bij de collega-sporters thuis en krijgt op die manier een uitstekend beeld van lands aard en gewoonten.

Niet alleen de collega-sporters, maar ook diverse 'bekendheden' kruisen zijn pad. Zo laat hij trots een brief van Arnold Schwarzenegger zien die, toen hij gouverneur van Californië was, een persoonlijke brief stuurde om waardering voor de Highland Games te uiten. Of zijn ontmoeting tijdens de wereldkampioenschappen tijdens de Braemar Gathering in 2009 met Camilla, Hare Koninklijke Hoogheid de hertogin van Cornwall. Het is duidelijk, hier staat een man die zichtbaar plezier beleeft aan zijn leven als topsporter. Tegelijk heeft hij een nuchtere kijk op het leven; het bedrijf moet immers ook gewoon door blijven draaien.

Hans heeft ons enthousiast gemaakt om dit jaar Schotland eens goed te gaan bezoeken. Wie weet komen we hem daar weer tegen. Voordat we weggaan, wijst hij ons nog even op jong talent. Zijn zoon Hans junior.