

Gonny Houtman: Op 65-jarige leeftijd nog ware kampioene

In 1998 begon de toen 47-jarige Gonny Houtman uit Winsum aan een loopbaan als langeafstandsluoper. Het begon in Siddeburen en zondag bracht het hardlopen haar in Valencia bracht. Daar in de Spaanse stad werd de dinsdag 65 jaar geworden Winsumse in haar twintigste marathon eerste in de categorie vrouwen 65+ in een tijd van 3.54.51 uur. Voor de 10e keer won ze in een marathon in haar leeftijdscategorie en in haar 362e wedstrijd boekte ze haar 150e overwinning.

door Johan Staal

Ruim achttien jaar is Gonny Houtman in het langeafstandsluopen actief. Een periode die, zo vertelt echtgenoot Geert Houtman, begon met het 'zwart lopen' bij een groep langeafstandsluopers uit Winsum. „Samen deden we in die periode veel aan toertochten. Gonny wilde echter wat meer aan prestatiesport gaan doen. Daarom besloot ze om eens te kijken of het langeafstandsluopen wat voor haar was. Ik weet nog dat toen ze voor de eerste keer thuishkwam van het lopen in een groep ze zei 'ik geloof dat ik dit wel leuk ga vinden', waarop ze direct besloot om echt te gaan trainen." Dat trainen zorgde al snel voor de eerste wedstrijd voor de Winsumse, die op 25 april 1998 in Siddeburen plaatsvond. Het was een officiële wedstrijd over een afstand van 21.1 kilometer waar ze 2.02.32 uur over deed. Een tijd waar ze bij velen direct veel respect mee afdwong, weet Greet Damstra zich nog goed te herinneren. „Ik weet nog goed dat Gonny zich in die periode bij Artemis aansloot en we direct iets hadden van 'die had veel eerder moeten beginnen met hardlopen'. Ze werd direct in dat eerste jaar van haar carrière clubkampioene, waarmee ze

mij opvolgde. Dat is iets wat ik nooit erg heb gevonden, want ik bewonderde haar toen, en dat doe ik nu nog, enorm om haar doorzettingsvermogen. Gonny heeft echt alles voor haar sport over. Dat was toen zo en dat is ook nu ze 65 jaar geworden is nog niets veranderd. Maar naast een geweldige sportvrouw is zo ook nog eens heel sociaal en dat siert haar echt. We hebben veel samen gelopen en ook na het overlijden van mijn man Klaas in 2001 was Gonny een van degenen waar ik veel steun aan heb gehad."

Het veel voor haar sport overhebben is ook wat een van haar vaste trainingsmaten, Koos Durenkamp, herkent. „Wat Greet zegt klopt helemaal. Wanneer wij op zondagochtend met de training starten, is dat om 09.00 uur. Bij mooi weer kan dat een keer een half uur eerder zijn maar ook niet eerder. Dan komt er soms iemand aan die nog niet uitgeslapen is, maar dat zal Gonny nooit zijn. Die heeft er dan al een kilometer of tien opzitten voordat ze bij ons aansluit. Onvoorstelbaar voor vele, maar voor haar heel gewoon", vertelt Koos Durenkamp die met plezier praat over de trainingen en wedstrijden die hij samen met zijn dorpsgenote bezoekt. „Daar geniet ik oprecht van want het is ook nog eens een

heel plezierig iemand om mee samen te trainen of wedstrijden mee te lopen."

Wie Gonny Houtman ook al jarenlang meemaakt, is Harm Noor die als speaker bij veel wedstrijden aanwezig was waar de langeafstandsluoper uit Winsum aan de start stond. „Een kanjer van een sportvrouw, die op 65-jarige leeftijd nog steeds op niveau haar sport beoefent. Dat is het eerste wat mij te binnenschiet. Maar eigenlijk moet ik beginnen met dat het een hele warme persoonlijkheid is. Want dat is ze absoluut. Gonny heeft de gave om niet ten koste van een ander te willen winnen. Ze wil eerlijk winnen en dat is wat haar bijzonder maakt. Daarbij mogen we de rol van haar man Geert niet vergeten. Geert is overal waar Gonny loopt. Ik weet zeker dat die steun er voor heeft gezorgd dat ze nu nog steeds op een prachtig niveau haar sport beoefent." De woorden van Harm Noor worden bevestigd door Hilda Broekhuizen, die ook regelmatig met Gonny Houtman traint. „Ik zeg vaak, wat Gonny voor haar sport over heeft grenst echt aan het ongeloofelijke. Die zal na een marathon zoals in Valencia geen biertje of wijntje nemen om een succes te vieren. Naast dat ze daar geen liefhebber van is, past dat ook niet binnen de wijze waarop ze haar sport beleeft. Dat vind ik echt typerend voor haar en verder is ze heel sociaal. Onder de langere duurluopen praten we ook over zaken die niets met onze hobby te maken hebben. Maar je hoeft er niet bang voor te zijn dat zo iets doorverteld wordt", aldus Hilda Broekhuizen die, precies zoals dan haar loopmaatje, op schema's loopt van Artemis-trainer Jaap Smit. De oud-atleet is dan ook de



■ Gonny Houtman: 65 jaar en still going strong.

gene die als geen ander weet hoe de vlag er bij zijn pupil bij hangt. „Gonny moet leren dat je lichaam ouder wordt. Door haar enorme doorzettingsvermogen wil ze de arbeidsrustverhouding wel eens in de wind slaan. Inderdaad, ook nu ze de leeftijdsgrens van 65 gepasseerd is heeft ze die drive nog steeds. Aan de ene kant bewonderenswaardig, maar ook direct haar valkuil. En verder heb ik alleen maar respect voor de wijze waarop ze haar sport benaderd, want daar kunnen velen een voorbeeld aan nemen", vindt Jaap Smit waar Herman Haan, naast loopmaatje ook de fysiotherapeut waar Gonny Houtman altijd terecht kan, het helemaal mee eens is. „Door de wijze waarop ze haar sport beoefent kent ze maar weinig blessureleed. Ongeveer twee jaar geleden kwam ze een keer zwaar ten val bij

het inlopen voor een wedstrijd en brak ze haar schouder. Toen was er even de angst dat het over zou zijn met haar mooie carrière. Maar ze kwam door haar enorm sterke karakter, wat wel in de genen moet zitten, fantastisch terug." Een opmerking waarin Herman Haan gesteund wordt door Kees Bijmolt, de broer van Gonny Houtman-Bijmolt. „Dat zit inderdaad in de genen. Onze vader was bijvoorbeeld 23 keer deelnemer aan de Nijmeegse wandelvierdaagse", vertelt de 69-jarige broer van de langeafstandsluoper, die verder bescheiden is over zijn eigen prestaties op de middellange afstanden. Want tussen zijn twintigste en vijfentwintigste levensjaar behoorde Kees Bijmolt op dit onderdeel in de atletiek tot de subtop in Nederland. Een ander sportief familielid van Gonny Houtman is zoon Tom,

die door zijn moeder met het langeafstandsluopen in aanraking is gekomen. „Mijn moeder haar plezier en beleving is absoluut een stimulans geweest om ook te gaan lopen. We hebben ondertussen ook samen wedstrijden gelopen, waaronder de marathon van Rotterdam in 2012. Ik moet zeggen dat ik daar enorm trots op ben. Want wie kan zeggen dat je samen met je moeder op een marathon tot de deelnemers behoorde en ook hebt uitgelopen?" Duidelijk mooie woorden over een sportvrouw, die op 65-jarige leeftijd niet alleen nog een voorbeeld voor velen is maar vooral geroemd wordt om haar warme persoonlijkheid. 'Bij Gonny is haar betrokkenheid gemeend', was namelijk een veelgehoorde uitspraak en dat maakt haar uniek. Dat Gonny Houtman uniek is, bleek ook tij-

dens een interview voor de *Ommelander Courant* in februari 2009 toen ze bijna ontroerd vertelde over hét ultieme moment uit haar toen al met prijzen, clubrecords en kampioenschappen overladen carrière. „Ik liep op zaterdag 10 januari om half acht in de ochtend alleen op het strand bij Egmond aan Zee toen dat moment gebeurde. Terwijl de maan verdween verscheen op dat moment de zon van achter de duinen. Door de wisselwerking tussen de zon en de maan voelde ik mij echt één met de natuur. Dat moment pakt niemand mij meer af", waren toen in 2009 de woorden van de frêle Winsumse die nu, bijna acht jaar later, nog steeds intens geniet van alles wat de natuur en het beoefenen van een prachtige hobby haar ook op 65-jarige leeftijd nog te bieden heeft.