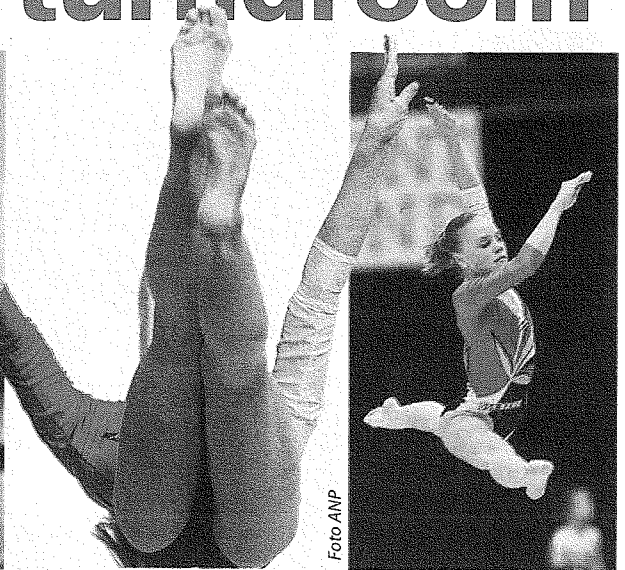
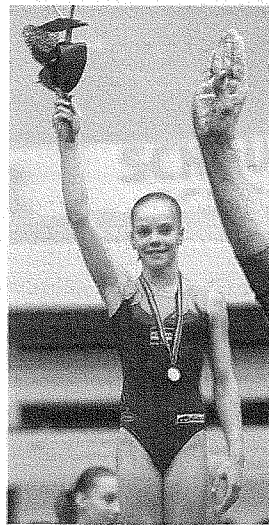


Uit huis voor turndroom

Nederlands kampioen turnen Yvette Moshage (14 jaar) traint 31 uur per week. Daarom woont ze al ruim twee jaar niet meer thuis. Vlakbij het trainingscentrum zit ze in een huisje in een vakantiepark.

Woon je hier zonder ouders?
Nee, dat niet. We wonen hier met zijn drieën. Onze ouders hebben samen het huisje gehuurd. Elke avond komt één van de ouders hier om te koken en voor ons te zorgen.

Waarom doen jullie dit zo?
Dat ging eigenlijk vanzelf. Als je begint met turnen, train je eerst drie keer in de week. Dan wordt het vier, vijf en zes keer. In groep acht merkte ik dat de tegenstanders ook ochtendtraining deden. Dus begon ik daar ook mee. Eerst drie keer in de week. En vanaf de brugklas vijf keer in de week. Het is dan veel te ver om elke dag vanuit huis heen en weer te reizen.



Waarom train je eigenlijk zo veel?

Turnen bestaat uit vier verschillende onderdelen met heel veel technieken. Die moet je allemaal bijhouden. En dan moet je nog nieuwe dingen leren. Dat kost veel tijd. Maar het is wel heel leuk. Vooral als het goed gaat bij de wedstrijden. En als je naar het buitenland mag. Ik ben bijvoorbeeld al in Amerika geweest!
(Maarten Hogenstijn)

Yvette's trainingsweek

Maandag t/m vrijdag

06.15 uur	Opstaan
07.30 - 09.30 uur	Trainen
10.00 - 14.00 uur	School
15.00 - 18.30 uur	Trainen
19.00 uur	Eten, huiswerk, GTST kijken
21.00 uur	Naar bed
Zaterdag	Vrij
Zondag	
15.00 - 18.30 uur	Trainen