

*Meiden met een missie*

## **Surfbabes Esther en Lilian de Geus**



*Esther (links) en Lilian de Geus.*

*Naar Londen willen ze. De Olympische zomerspelen van 2012. De Almeerse eeneiige tweeling Esther en Lilian de Geus (Blaricum, 13 oktober 1991) zijn vastberaden, ze willen op hun surfboard de wereld veroveren. Maar wat drijft hen? Is het de pure passie voor het windsurfen of de ongeremde winnaarsmentaliteit? Hoe ervaren ze het om altijd samen te zijn en als tweeling gezien te worden? En hoe is het om elkaars concurrentie te zijn? Een gesprek met twee aanstormende talenten in de topsport.*

Bij de eerste ontmoeting wordt duidelijk dat we te maken hebben met een wolf in schaapskleren. Ogenschijnlijk fragiele mooie meisjes zijn het, de tweelingzusjes Esther en Lilian de Geus. Maar schijn bedriegt. Want ze zijn niet alleen mooi, maar bloedfanatiek en gedreven. Een doeltreffende combinatie.

Sporten doen ze eigenlijk al hun hele leven en altijd samen. Van hun achtste tot achttiende hebben de zusjes op hoog niveau gevoetbald. “Maar”, zegt Esther, “we hadden wel allebei een andere positie in het veld. Ik was middenvelder en Lilian spits. Ook speelden we altijd in de selectie. Vooral het feit dat het een teamsport was sprak ons heel erg aan.” De tweeling groeit op in een ‘sportminded’ gezin.

Vader Daan zeilt, schaatst, voetbalt en surft. Hun twee oudere broers Jeroen en Steven zijn niet minder actief. Vanaf jonge leeftijd trekken de zusjes zich aan hen op. Alles doen wat de grote broers ook doen en het liefst nog beter. Competitief en prestatiegericht zijn enkele typeringen die de zusjes op het lijf zijn geschreven. Het surfen hebben ze van diezelfde broers geleerd, op het Gardameer in Italië.

### ***De Olympische droom***

Toen bleek dat de zusjes zich niet onverdienstelijk op de plank staande konden houden, zijn ze bij surfclub *Almere Centraal* op les gegaan. En daar is het hele circus van start gegaan. Vanaf 2006 doen ze mee aan clubraces en later de zogenaamde BIC Techno 293 jeugdklasse. Ze weten regelmatig de eerste en tweede plaats te behalen of in ieder geval te zorgen voor een top tien notering. Natuurlijk bleven hun talent en prestaties niet onopgemerkt. Door de talentenscouts van het Watersportverbond worden ze in 2009 geselecteerd voor de Olympische RS:X klasse samen met voormalig 470-zeilster Marcelien de Koning. In 2010 deden ze voor het eerst mee met een ISAF Sailing World Cup in Palma de Mallorca. De zusjes zijn vanaf dat moment vastberaden te gaan voor de Olympische droom. Het liefst gaan ze al naar de Spelen van 2012 in London. Als dat niet lukt, dan toch zeker die van 2016 in Rio de Janeiro!



*De zusjes in actie.*

### **Nationaal talent**

Naar aanleiding van haar prestaties op de World Cup in Kiel heeft Lilian van de NOC\*NSF de Nationaal Talent status 2011 verdiend. "Dit betekent dat ze verwachten dat je bij de eerste 50% van de wereld kunt eindigen" zegt Lilian trots. "Ook heb ik naar aanleiding hiervan een compleet 'setje' gekregen. Ja, de verwachtingen zijn hoog, maar ik ga ervoor." Vader Daan legt nog even uit wat een setje betekent: "Dit is een complete surfset, dus board, zeil, tuigage, mast etc.. Dat is toch een zeer fijne bijkomstigheid, want de surfsport is geen goedkope hobby."

### **Te licht bevonden**

Olympisch kampioen word je niet zomaar. Vooral fysiek dient er een zware strijd geleverd te worden. "We zijn veel te licht en moeten aankomen", zegt Esther met een glimlach. "We zitten op een dieet van 3000 kcal per dag. 57 kilo is het ideale gewicht. Op dit moment weeg ik 51 kg en Lilian 54. We vinden dit wel heel lastig hoor, want we zijn niet zulke grote eters. We proberen de extra calorieën dus binnen te krijgen via het eten van noten en shakes. Ook doen we heel veel aan krachttraining. Bij de sportschool hebben we een speciaal voedings- en trainingsprogramma. Het komt er eigenlijk op neer dat je iedere dag topfit moet zijn."

### **Doelgericht en gedreven**

Over hun doelen en drijfveren hoeven de meiden niet lang na te denken. "We willen bij de top 8 van de wereld gaan behoren", zegt Lilian zelfverzekerd. "Dat is ons doel en daar gaan we voor." Op de vraag wat ze nu het leukste vinden aan windsurfen antwoordt Lilian direct: "De tactiek. Ik vind het spel ontzettend leuk en uitdagend. Ook de snelheid en het afzien geven een extra kick." Esther vult aan dat er in Nederland weinig meiden zijn die op topniveau windsurfen en dat vormt een extra motivatie. Het is fysiek

heel zwaar en in Nederland is het vaak koud. Dus je moet heel veel discipline en doorzettingsvermogen hebben om alle weersomstandigheden te trotseren."

Is sporten verslavend? "Ja", beamen ze allebei. "Een dag niet gesport, is een dag niet geleefd. We sporten eigenlijk iedere dag. Als we niet kunnen surfen, dan zitten we in de sportschool en vice versa. Of we gaan snowboarden." Ja, ook daar zijn de meiden goed in. Moeder Ingrid slaakt een trotse zucht. Rust, dat is een taboe. "We gaan altijd maar door. We moeten soms verplicht rust nemen, maar dat is echt moeilijk hoor", zegt Esther.

Zijn ze zenuwachtig voor een wedstrijd? "Vlak voor de start zeker", zegt Lilian. Maar tijdens de wedstrijd niet meer, dan zit ik alleen maar vol met adrenaline."



### **Het tweeling zijn: je zus als concurrent en stimulant**

Het tweeling zijn zit de zusjes vooralsnog niet in de weg. Integendeel. Al hebben ze ooit

geprobeerd om geforceerd te 'scheiden'. Vooral Esther leek de behoefte te hebben om los te komen van haar zus. Moeder Ingrid vertelt dat Esther bewust VWO wilde doen om niet weer bij haar zus in de klas te komen. Ook wilde ze een andere sport gaan doen. Maar het lot bepaalde anders en uiteindelijk kwamen ze altijd weer bij elkaar terecht. Uitgerekend met z'n tweeën zijn ze geselecteerd voor Team Marcelien, een talent- en krachtenbundeling samen met Marcelien de Koning, met als doel de Spelen van 2012. "De een stimuleert de ander en we hebben elkaar nodig", zegt Esther. "Je bent elkaars concurrentie, waardoor je scherp en gemotiveerd blijft." Natuurlijk zijn ze niet onverdeeld euforisch als de een gewonnen heeft en de ander het nakijken. Maar over de vraag of ze elkaar de overwinning gunnen hoeven ze geen moment te twijfelen. "Natuurlijk blijft het moeilijk", zegt Lilian, "maar als er toch iemand moet winnen, dan gun ik het mijn zus natuurlijk net even ietsje meer." De regels om naar de Olympische Spelen te mogen zijn daarentegen onverbiddelijk: er mag er maar één Nederland vertegenwoordigen! Vooralsnog lijken ze deze netelige situatie voor zich uit te schuiven. Op de vraag hoe het verder moet als een van de twee zou besluiten te stoppen met de topsport, vallen de zusjes heel even stil. "Tja", zegt Lilian, "ik denk dat ik waarschijnlijk wel gewoon door zal gaan", al klinkt er twijfel in haar stem. Want als tweeling spreken ze tot de verbeelding in het internationale surfcircuit en zijn derhalve erg populair. En zo ben je, gewild of ongewild, onderdeel van elkaars succes. Esther geeft aan dit best een angstig idee te vinden, terwijl Lilian voorzichtig haar schouders ophaalt.

### **De toekomst**

Naast de passie voor het windsurfen is er natuurlijk ook nog zoiets als school. Want topsport kan vluchtig zijn en dan moet je altijd

een plan B hebben. Doordat de vorige middelbare school van Esther weinig rekening hield met haar wedstrijd- en trainingschema's heeft ze 6 VWO helaas moeten doubleren. Maar op haar huidige school heeft ze nu een topsportcoördinator en staat ze zelfs een 9 voor Sport, Beweging en Maatschappij. Later wil ze waarschijnlijk Bewegingswetenschappen gaan studeren en sportarts worden. Lilian studeert voor fysiotherapeute en wil later graag topsporters gaan behandelen. Maar als het aan de zusjes ligt, is die toekomst nog ver weg, want deze meiden hebben een missie en die gaan ze volbrengen. Go girls!



*Mocht je nog meer willen weten over het reilen en zeilen van Esther en Lilian, surf dan naar:*

<http://www.degeustwins.nl/>