

Bo de Groot, Survival, Obstacle Course Racing, Triathlon

Bo de Groot is al jaren bekend als survival-atleet. Na een hardnekkige blessure is het jaar 2022 sportief gezien een prima jaar voor de Veenendaalse atlete. Meer dan tien keer kwam ze aan de start van een nationale survivalrun. Ze won deze runs allemaal. De kers op de taart was de run in 's-Hertogenbosch, waar ze Nederlands Kampioen werd. In het internationale veld werd De Groot in Italië tweede tijdens het Europees Kampioenschap Obstacle Course Racing (OCR). Aan haar sportactiviteiten heeft ze nu ook de triathlon toegevoegd. Met de VZC-dames promoveerde ze naar de tweede landelijke divisie. "Het lijkt misschien allemaal vanzelfsprekend, maar om dit allemaal te bereiken moet ik veel en hard trainen, het komt mij niet aanwaaien," aldus Bo. "Ik werk momenteel 40 uur per week. Hiernaast heb ik nog ongeveer 12 uur reistijd (woon-werk) en ik train ongeveer 15 uur per week. Het is daardoor erg druk. Ik ben enorm blij dat mijn ouders goed voor mij zorgen: als ik thuis kom van mijn werk kan ik aanschuiven voor het avondeten. Ik train iedere werkdag. Ik geef op zaterdagochtend ook nog training aan de wedstrijdjeugd. De wedstrijden zijn vaak op zondag."

"Mijn doelen voor Survivalrun in 2023 zijn onder meer het Nederlands Kampioenschap (middellange afstand) en het eindklassement van de korte survivalrun. Bij OCR wil ik in 2023 Europees Kampioen worden in mijn leeftijdscategorie en mik ik op het podium bij de Elite op de korte afstand. Bij het Wereld Kampioenschap wil ik graag bij beide afstanden het podium behalen."