

Rob Barel, trainer/coach triathlon en survival

Rob Barel is al jaren actief als trainer en coach van triatleten. Bij VZC Triathlon leidt hij de zwemtrainingen en hij begeleidt individuele atleten, zoals Jorik van Egdom, Lucas en Victor Goené en Bo de Groot.

De pupillen van Barel boekten veel successen. Jorik van Egdom werd kampioen van Nederland en is in Veenendaal genomineerd voor Sportman van het jaar. Victor Goené werd tijdens het NK in Rotterdam tweede achter ploeggenoot Jorik van Egdom. Ook werd hij kampioen van Nederland in de categorie onder 23 jaar. Bovendien kwam Victor Goené uit in internationale wedstrijden en vertegenwoordigde hij Nederland bij de Europese Kampioenschappen in München en bij het Wereldkampioenschap voor atleten onder 23 jaar in Abu Dhabi.

Jorik van Egdom, Victor en Lucas Goené maakten ook deel uit van VZC Triathlon Heren 1, het team dat in 2022 landskampioen werd. De andere VZC-triatlonteams die Barel traint, promoveerden dit jaar.

Tenslotte begeleidt Barel survivalatleet Bo de Groot, die is genomineerd voor Sportvrouw van het jaar. In haar revalidatietraject liet Barel De Groot kennismaken met de triathlon. Inmiddels is ook Bo de Groot triatlete en komt ze uit in één van de damesteams van VZC.

Training en coaching vraagt per week zo'n twintig uur aan tijdsbeslag. Er blijft dan ruimte voor om zelf te trainen. De triatleet Barel won in zijn leeftijdscategorie dit jaar nog een grote wedstrijd in Nice, hetgeen hem een startbewijs opleverde voor de Ironman World Championship op Hawaii.

De doelen voor 2023? Trainer/coach Barel: "We willen de nationale successen herhalen en bij de internationale wedstrijden vaker het podium halen."