

AMBASSADEUR LYNN KUIPERS

Lynn Kuipers (Almelo, 30 maart 2002) is een linkshandige handbalspeelster die vooral op de rechter opbouw speelt, maar met haar ervaring en spelinzicht ook prima op het midden uit de voeten kan. Momenteel speelt ze bij Cabooter Fortes Venlo, waarmee ze in het seizoen 2022-2023 Nederlands kampioen werd van de Eredivisie, een hoogtepunt waar ze met trots op terugkijkt.

Toen HandbalSchool Twente vroeg of ze ambassadeur wilde worden, reageerde ze zoals mensen haar kennen: nuchter maar enthousiast. "Zeker wil ik dat!" Want voor Lynn voelt Twente nog altijd als thuis. Ze neemt je graag mee in haar sportieve en maatschappelijke carrière.

Iedereen die actief is binnen HandbalSchool Twente zal haar regelmatig in de IISPA hebben gezien en vast eens weer gaan zien zodra ze in Twente is.

INTERVIEW MET LYNN

Mijn naam is Lynn Kuipers, ik ben 23 jaar en handbal in de de Super Handball League Women (voorheen Eredivisie) voor Cabooter Fortes Venlo. Doordeweeks woon ik in Venlo en in de weekenden ben ik regelmatig terug in Twente. Om precies te zijn in Albergen bij mijn ouders, broertje Pim en zusje Jet. Daarnaast breng ik graag tijd door met mijn vriendinnen, met wie ik regelmatig leuke uitstapjes maak.

Naast mijn handbalcarrière heb ik de HBO-opleiding Sportkunde aan de HAN succesvol afgerond. Ik zat in de topsportklas op Papendal en woonde van mijn 17^e tot mijn 20^e op de HandbalAcademie. Een mooie periode die mij sportief én persoonlijk enorm heeft gevormd.

Inmiddels werk ik als sportconsulent bij gemeente Venlo. Mijn werkzaamheden zijn divers: ik begeleid in omgeving Venlo projecten voor mensen van alle leeftijden met een migratieachtergrond, werk met mensen met obesitas en stimuleer middelbare scholieren tot een gezonde leefstijl. Sport verbindt, en dat zie ik daar dagelijks terug. Tijdens mijn studie werkte ik bij voetbalvereniging VVV-Venlo.

“Droom groot, streef je doelen na, train hard en geniet!”

Aan het Venlose accent moest ik wel even wennen. Maar inmiddels kan in gesprekken best goed volgen. Maar heel eerlijk? Het Twentse accent is ook niet voor iedereen even goed te verstaan ;-)



TERUG IN DE TIJD

Na het behalen van mijn zwemdiploma's ben ik op 6 jarige leeftijd begonnen met handballen bij R.K.S.V. de Tukkers in Albergen. Mijn moeder vroeg me nog of ik wilde gaan volleyballen maar daar moest ik niets van weten. Ik had maar één doel en dat was HET DOEL. Lekker hard rennen over het veld en heel vaak de bal willen hebben. Zo hard mogelijk op de goal gooien en dan hopen dat de keepster hem niet pakt. Met een vuurrood koppie rende en sprong ik het hele veld door samen met mijn vriendinnen. Samen hebben we een geweldige tijd gehad bij de Tukkers. ↓

Bij welke clubs ik daarna gespeeld heb lees je verderop.



KAMPIOENEN

TRAINEN, TRAINEN EN NOG EENS TRAINEN

“Sport verbindt en brengt mensen samen”

HANDBALSCHOOL TWENTE

Door het enorme plezier en fanatisme tijdens het handballen zagen anderen blijkbaar ook dat ik best wel een balletje kon gooien en vangen en mocht ik op mijn 12^e naast mijn trainingen bij de Tukkers ook bij HandbalSchool Twente trainen. Hier trainde ik samen met andere meiden uit Twente met hetzelfde doel: werken aan je sportieve doelen en dromen op weg naar ieder hun eigen top!

Ik heb een mooie tijd gehad bij HST en heb me daar enorm door kunnen ontwikkelen. Met als volgende stap richting mijn top een uitnodiging voor het toenmalige RTC, dat is een Regionaal Trainings Centrum. Elke dinsdagmiddag trainden we (deels onder schooltijd) samen met nog meer talenten uit de regio in Emmen. Ook daar heb ik met veel plezier weer enorm veel bijgeleerd! Met HandbalSchool Twente hebben we ook een aantal leerzame en onvergetelijk mooie trainingsstages gehad in Denemarken.

Kijk ook eens op de socials van HST voor leuke beelden:

<https://www.facebook.com/HandbalschoolTwente>

<https://www.instagram.com/handbalschooltwente/>

HANDBALACADEMIE

Tijdens de scoutingsdagen voor jong Nederland waarvoor ik was uitgenodigd, heb ik mijn uiterste best gedaan en dat is ook opgevallen bij de beoordelende trainers. Na een aantal trainingen mocht ik aansluiten bij Nederland U16.

Met als gevolg dat ik na goede gesprekken ook samen met nog twee andere meiden uit Twente (Pipy en Malene) ben uitgenodigd om te komen wonen en handballen op de HandbalAcademie. Dit was toen echt een meisjesdroom die uitkwam. En nu terugkijkend ook best bijzonder dat drie nuchtere Twentse meiden zich mochten gaan ontwikkelen tussen de veelal wat beter gebekte meiden uit met name het westen van Nederland.

OP KAMERS

Op mijn 17^e ging ik dus voor het eerst “op kamers” op de HandbalAcademie op Papendal. Mijn dagen zagen er als volgt uit: 6.15 u. wakker • 6.30 u. ontbijt • 7.00 u. kracht • 8.00 u. douchen en snel naar school • 16.00 u. twee uur zaaltraining • 18.00 u. warm eten in het restaurant. Wel fijn hoor dat er voor je gekookt werd :-)

Daarna moesten we vaak studeren of gingen we samen met andere sporters iets leuks doen op het Topsportcentrum zelf en soms ook in het centrum van Arnhem. ↓

In de coronajaren waren we een korte periode thuis maar al snel konden we dankzij meerdere coronatests per week weer ‘normaal’ doortrainingen op Papendal. De weken in aanloop naar internationale toernooien leefden we daar in een bubbel, dus dan konden we even niet terug naar huis. Dit is eigenlijk op sportief gebied wel een voordeel geweest. En met z’n allen samen blijven op Papendal heeft ook mooie vriendschappen gebracht.



MEETRAINEN MET HET NEDERLANDS TEAM

ONDERWEG MET MET NEDERLAND

Vanaf de U16 t/m U20 heb ik voor Nederland gespeeld. In deze jaren hebben we veel mooie plekken bezocht en mochten we deelnemen aan meerdere EK's en WK's. In 2019 hebben we op de Jeugd Olympische Spelen in Baku met Nederland U17 een zilveren medaille gewonnen. Wat was dat een geweldige ervaring zowel handballend als in de momenten van rust waar we konden genieten van deze mooie stad. ↓



ZILVER MET U17 OP DE EYOF



VOC AMSTERDAM

In mijn laatste jaar op de HA heb ik met Nederland U20 op het WK in Slovenië mijn HandbalAcademie tijd met een prachtige bronzen medaille afgesloten. Missie geslaagd! Ik kijk terug op een mooie en leerzame tijd op Papendal en had dit voor geen goud willen missen! Ha ha, dus toch nog alle medaille-kleuren gewonnen, wat kon ik me nog meer wensen ;-)

Naast het vele sporten zijn deze jaren op de Academie ook goed geweest voor mijn persoonlijke ontwikkeling. En ja hoor deze Tukker heeft zeker ook geleerd om meer haar 'vrouwje' te staan en is ook beter gebekt van de Handbal Academie gekomen dus win/win!



BRONS TIJDENS HET LAATSTE WK MET U20

HANDBALLOOPBAAN NA DE TUKKERS

Op mijn 15^e ben ik vanuit de Tukkers bij de landelijke A-jeugd van DSVD in Deurningen gaan handballen. Dit was toen een logische stap voor mij. Mijn doel was om me het éérste van DSVD in de eredivisie te spelen, het hoogst haalbare voor dat moment. Dat is gelukt! In corona tijd trainde DSVD niet. Voor mijn verdere ontwikkeling en het feit dat VOC Amsterdam wel trainde (met testen) heb ik de overstap naar VOC gemaakt. Ook hier heb ik weer veel stappen gemaakt zowel op mentaal als fysiek vlak.

Doordeweeks trainde ik op de HA en op de vrijdag en zaterdag was ik bij VOC. We speelden met VOC om het landskampioenschap tegen Venlo. Met enorme support is het ons (toen) niet gelukt om Nederlands kampioen te worden. Teleurstelling maakt je mentaal sterk, hield ik mezelf voor. Al kon en kan ik slecht tegen mijn verlies. ↓

“Doe waar je gelukkig van wordt. Alles wat je meemaakt vormt je tot wie je graag wil zijn.”



BAYER LEVERKUSEN



OSTERMANN ARENA • LEVERKUSEN

BAYER LEVERKUSEN

Na één jaar bij VOC ben ik naar Bayer Leverkusen gegaan. Achteraf gezien was dit voor mij, op dat moment, niet de juiste plek om mij door te ontwikkelen. Niet op sportief maar ook niet op social/mentaal vlak. Mijn eerste buitenlandse ervaring is dus niet geworden waar ik op gehoopt had, het plezier was weg. Ik heb dan ook besloten om na een jaar de club te verlaten.

Deze ervaring was voor mij een belangrijk leermoment. Maar toch denk ik dat als ik op het juiste moment (en dat hoeft niet per se op jonge leeftijd te zijn) de juiste stap had gezet, ik dichterbij één van mijn doelen was gekomen die ik als jong meisje voor ogen had.

LANDSKAMPIOEN MET FORTES VENLO

Eenmaal terug in Nederland ging het erg snel en kreeg ik vanuit verschillende clubs in Nederland de vraag om voor hen te komen handballen. Na diverse gesprekken gaf het gesprek met Venlo me een heel goed gevoel.

Dus koos ik er voor om naar Venlo te verhuizen en daar te gaan handballen. In het eerste seizoen (2023-2024) zijn we tijdens de best-of-three, dit keer dus niet mét, maar tégen VOC, met Venlo landskampioen geworden. Nou en dat hebben we gevierd! Wat kan Venlo feesten en wat hebben we geweldig mooie, onvergetelijke dagen gehad samen met de club, familie, onze fans en sponsorsen. ↓



LANDSKAMPIOEN VENLO 2023-2024

Na het kampioenschap zijn diverse goede speelsters vertrokken voor een nieuw avontuur, gestopt of naar het tweede gegaan. Met een nieuwe staf en een grotendeels nieuw team beleven we een seizoen met ups en downs. Waar Venlo de afgelopen jaren structureel tot de top behoorde, zitten we daar nu net tegenaan. Dat is soms best frustrerend, want ik wil altijd strijden om de prijzen.

EUROPESE TRIPJES

Met Cabooter Fortes Venlo hebben we veel Europese tripjes gemaakt. Van Noord-Macedonië naar Bosnië en Herzegovina, onder politiebegeleiding richting de handbal arena en via Kroatië verloren we de kwartfinale tegen MSK IUVENTA Michalovce uit Slowakije.

De Europa League wedstrijd in Hongarije was ondanks verlies in Budapest echt een geweldige ervaring. We hebben deze trip gecombineerd met een voetbalwedstrijd van het Nederlands Elftal tegen Hongarije, goed voor de teamspirit! ↓



NEDERLANDS ELFTAL VOETBAL KIJKEN

“Kom op pilootje je kan het!”

Ons tripje naar de Faroer was er eentje om nooit meer te vergeten, wat hebben we al veel moeten overwinnen voor we op het eiland konden landen. Met bemoedigende woorden voor de piloot zijn we na drie eerdere pogingen veilig geland. En hop snel weer met de winst terug!

<https://www.instagram.com/reel/DPE9ZR0DE8U/>

Daarna wonnen we tegen clubs uit Litouwen en Slovenië en nu staan we dus weer in de kwartfinale van de Europa Cup. En je gelooft het niet, tegen een oude bekende, MSK IUVENTA Michalovce uit Slowakije. In het weekend van 27 maart spelen we op vrijdag en zondag beide wedstrijden in Slowakije in een bomvolle arena. Dat wordt een hele zware opgave maar we gaan er vol voor!

GLAZEN BOL

Nou die heb ik gelukkig niet! Na het behalen van mijn HBO diploma heb ik meer tijd in mijn maatschappelijke carrière gestoken en hierin mooie stappen gezet. Nu ik wat meer ervaring heb, beseft ik me steeds beter dat ik naast handbal ook het sociale en maatschappelijke belangrijk vind.

Wat de toekomst brengt? Die komt vanzelf, zolang ik blijf groeien en mezelf blijf uitdagen kom ik vast daar waar ik gelukkig ben en uiteindelijk graag wil zijn! En als er ergens op mijn pad een mooie sportieve en maatschappelijke uitdaging in de eredivisie of een mooi zonnig land voorbij komt, dan zal ik daar zeker voor open staan.



“Als ambassadeur van HandbalSchool Twente hoop ik dat mijn verhaal jonge handballers inspireert om te blijven dromen, hard te werken en vooral te genieten. Want uiteindelijk begint alles met plezier! Dat gevoel van samen op het veld staan en met een glimlach strijden voor een mooie overwinning, is het allermooiste wat er is. Van daaruit bereik je vanzelf jouw eigen top!” • Lynn Kuipers