

**2<sup>e</sup> PINKSTERDAG**  
geopend van 10 - 17 uur

**WEBER**  
life-cooking demonstratie  
zaterdag 30 mei



Tuincentrum  
**Borghuis**

Vliegveldstraat 2 | Deurningen | T. 074-2761010  
www.tuincentrumborghuis.nl

Compleet  
**vernieuwd**  
maar gezellig  
als vanouds!

**spotters**  
verdienen  
**leuk**

Spot iemand voor  
één van onze vacatures  
én jij ontvangt  
een flinke bonus.

**spot**a job.nl

**HUISARTSEN**  
**AFWEZIG**

IN HENGELO:

Both	t/m 1-6
de Kok	4-6
Leijendekker	5-6
Ooms	5-6
Smidt	5-6
de Wolde/Kerkhof	5-6

www.hengelosehuisartsenvereniging.nl

Overige huisartsen nemen waar.  
Voor huisbezoek kunt u bellen.  
Tel. 291 63 33



Deze week bij uw  
**Echte Bakker**

maandag t/m zaterdag

**Vezel bruin**  
(6 granen brood)

€ 1.<sup>95</sup>

**Vanille krakers**

5 voor € 3.<sup>75</sup>

vrijdag /zaterdag

**Aardbeien  
koeken**  
met slagroom

4 voor € 5.<sup>00</sup>



**WOUDA**  
**De Echte Bakker**

Winkelcentrum Hengelse Esch Tel. 291 30 58  
Winkelcentrum Hasselo Tel. 277 36 09  
Winkelcentrum Slangenbeek Tel. 250 46 63

# Psychologie ron



Zwemmer Robert Yallop doet half juni mee aan het NK. In dit interview zweemt hij alvast 'droog'. "Vlak voor het fluitsignaal hoest ik altijd nog even. Dit leidt de tegenstander net genoeg af om mij bij de start een kleine voorsprong te geven." FOTO: HARRY BROEZE

DOOR LINDA MEIJER

**HENGELO** – Normaliter is ademen onder water onmogelijk, maar Robert Yallop ademt zwemwater. Al ruim vijftien jaar is zwemmen zijn grote passie. De Olympische Spelen in 2012 is zijn ultieme doel, maar tot die tijd is er nog een lange weg te gaan. Momenteel is hij hard aan het trainen voor het NK, dat half juni in Eindhoven zal plaatsvinden. We zwemmen een wedstrijd met hem mee.

De geboren Hengeloër kan hard zwemmen, maar zijn eerste tik

deelt hij toch meestal al op het droge uit. "De wedstrijd begint vaak al in de voorstartruimte: daar begin het mentale spel. Je dreigt wat, je loopt even 'per ongeluk' tegen iemand aan; het zijn speldenprikjes, maar het werkt wel, haha. Mentaal zwakkeren kunnen hier slecht tegen en hebben dan al snel een achterstand. En dan volgt de weg naar de zwemhal; de muziek, de tribune, in volgorde naar je baan lopen, daar kick ik op. Dan komt de adrenaline. Het gevoel dat niemand van mij kan en gaat winnen: 'Ik ram straks dwars door die muur heen'." Eenmaal bij het startblok aangekomen, houdt de psychologische oorlogsvoering bij Robert echter

niet op. "Vlak voor het fluitsignaal hoest ik altijd nog even. Dit leidt de tegenstander net genoeg af om mij bij de start een kleine voorsprong te geven. Na het startsignaal gaat bij mij de knop om. Geen tribune, geen muziek meer, gewoon zwemmen! Dat is een moment waarop ik heel rustig word. De zenuwen vallen van me af, de adrenaline ebt weg. Dan is het gewoon 26 seconden lang het verstand op nul, blik op oneindig en knallen! Je weet dat dan hét moment is om te laten zien waarvoor jij je een half jaar lang het snot voor de ogen hebt getraind, waarom je feestjes hebt gemeden en alcohol hebt geweigerd." Geheelonthouding dus? "Nou ja, daar

**Summer on your feet ...**



**Nog volop keuze in Converse All Stars 20 verschillende kleuren!**



**Slippers bij Baumsport! Ruim 40 verschillende modellen op voorraad!**

**Baum Sport**  
by Milo®

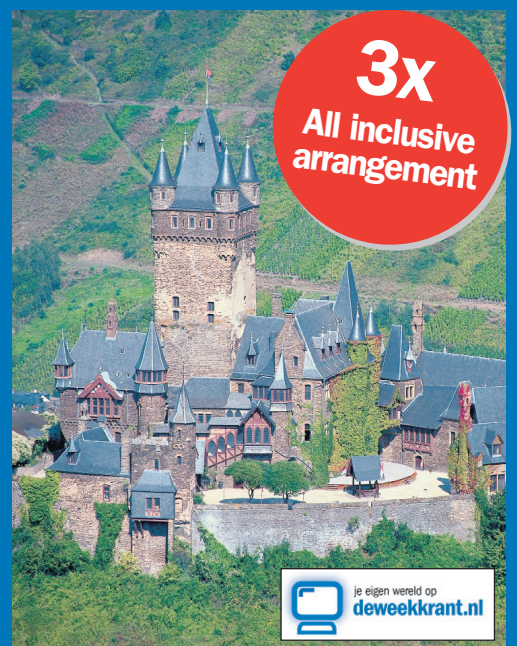
Drienerstraat 75 7551 HL HENGELO www.baumsport.nl  
( NAAST DRUKKERIJ HOFTE / PARKEREN VOOR DE DEUR )

**Klik en win**

**Win een 3-daags arrangement aan de Moezel!**

Wilt u er even met zijn tweeën tussen uit? Heerlijk in het Lentezonnetje samen een Moezelwijnkje proeven terwijl u uitkijkt over de prachtige heuvels. Al kronkelend langs de steile berghellingen baant de rivier rustig haar weg. Wie weet in welk land Cochem ligt, maakt kans op één van de drie arrangementen, die dé Weekkrant in samenwerking met Pharos Reizen weggeeft. Winnen? Ga snel naar:

[www.deweekkrant.nl/actie](http://www.deweekkrant.nl/actie)



**3x**  
All inclusive arrangement

Je eigen wereld op [deweekkrant.nl](http://deweekkrant.nl)