

Kendra houdt ontstoken voeten en liefde over aan Kamp Van Koningsbrugge:

‘We hadden meteen een klik’



**Het zat er al een beetje aan te komen. Teveel last van haar pijnlijke voeten, waardoor ze zich soms te weinig kon focussen op de opdrachten.**

**Toen vervolgens alle kandidaten, inclusief zijzelf, haar naam opschreef als antwoord op de vraag met wie ze absoluut niet op speciale missie zouden willen, wist Kendra Pennings (25) zeker dat Kamp Van Koningsbrugge voor haar was afgelopen. „Ik was ook wel een beetje opgelucht.”**

Michiel Straub



[De 25-jarige Waalwijkse](#), die sportcoach en zwem- en gymjuf in Altena is, was tot afgelopen zaterdag te zien in het AVROTROS-programma, waarin vijftien gewone burgers acht dagen lang een loodzware training ondergaan; die van de *special forces*, de best getrainde militaire eenheid van ons land. Aan het einde van de een na laatste aflevering zagen de televisiekijkers dat ze haar naambadge van haar uniform aftrok en het programma verliet. „Ik had graag tot het einde gebleven, maar ik heb niet het gevoel dat ik heb gefaald.”



Ze tijgerde met haar medekandidaten door de modder, beklom vanuit een bootje een brug, sprong met parachute uit een vliegtuig, werd gegijzeld en kwam in de vuurlinie terecht. Ze volbracht de meeste opdrachten met verve.

**Het enige waar ik bij de parachutesprong aan kon denken, was: als ik de grond raak, moet ik daarna weer rennen**

Kendra Pennings, Deelnemer tv-programma Kamp Van Koningsbrugge

Te krappe schoenen deden haar echter de das om. „We moesten een dijkenmars lopen. Dat was ik niet gewend. Mijn voeten zetten zo uit, dat mijn schoenen uiteindelijk twee maten te krap werden. Dat ging enorm pijn doen. Bij elke stap. En ik had zoveel pijn dat ik me niet kon concentreren op de opdrachten. De parachutesprong was het mooiste dat ik heb gedaan, maar het enige waar ik toen aan kon denken, was: als ik de grond raak, moet ik daarna weer rennen”, blikt Kendra terug op de opnamen die in september van dit jaar plaatsvonden in de omgeving van Roosendaal.

**Vies en ongedoucht**

Daar stond ze dan. Vies en ongedoucht te wachten op de taxi die haar na haar avontuur naar huis bracht. Midden in de nacht kwam ze thuis. Alleen. Alles deed haar zeer. Zeker haar ontstoken voeten. Een paar dagen daarna bracht haar vader haar toch maar naar de

Eerste Hulp. Het duurde nog twee dagen voordat Kendra weer op haar benen kon staan. Daarna ging alles snel beter.



Kendra Pennings (25) tijdens haar deelname aan Kamp van Koningsbrugge. © AVROTROS

Alhoewel: „Ik heb nog zo’n twee weken last gehad met slapen. Tijdens de opleiding kregen we nauwelijks tijd om te eten en te slapen. Lagen we anderhalf uur in onze tent, werden we gewekt om weer een opdracht te doen. Dus toen ik weer thuis was, was ik nog steeds met het programma bezig. Dan schrok ik wakker omdat ik mijn wapen kwijt was en hield tegelijkertijd alles om me heen in de gaten: de 360 graden-beveiliging, zoals we die daar geleerd hadden.”

Toch hield Kendra niet alleen pijnlijke voeten en benen aan het programma over, maar ook een nieuwe liefde: Dennis de Kruif, een van haar medekandidaten en in het dagelijks leven directeur van een basisschool in Rockanje en woonachtig in Hellevoetsluis. „We hadden al meteen een klik”, zegt Kendra lachend.



Kendra Pennings en Dennis de Kruif zijn verliefd geworden tijdens de opnames van het tv-programma Kamp Van Koningsbrugge. © Frank de Roo

„En omdat we op een gegeven moment alleen maar aan lekker eten en een biefstuk konden denken, spraken we af om na afloop van de opnames een keer met elkaar te gaan eten. Toen is het begonnen. In het begin zeiden we tegen elkaar dat we elkaar misschien alleen

leuk vonden omdat we nog in de Kamp Van Koningsbrugge-bubbel dachten te zitten, maar het bleek dat we elkaar écht leuk vinden. Nee, voor mij was het niet nodig om mee te doen aan Temptation Island.” De twee delen nog een gezamenlijke passie: crossfit.

De 25-jarige sportcoach geeft toe dat het leger en in het bijzonder het KCT (Korps Commandotroepen) eigenlijk niets voor haar was. „Dat wist ik eigenlijk van tevoren al wel. Maar ik denk dat dat voor de meeste deelnemers gold. Anders hadden we die opleiding al wel eerder gevolgd. Maar ik wilde wel weten of ik mentaal en fysiek in staat zou zijn om aan dit programma mee te doen. Ik deed absoluut niet mee om te shinen. Dat kon ook helemaal niet. We liepen er op een gegeven moment als zombies bij. Te weinig slaap, niet douchen. Ik had thuis een borstel nog in mijn tas gedaan, want ik ben toch een vrouw hè, maar ik heb dat ding niet eens kunnen gebruiken.”

## Ik wilde weten of ik mentaal en fysiek in staat zou zijn om aan dit programma mee te doen. Ik deed absoluut niet mee om te shinen

Kendra Pennings, Deelnemer tv-programma Kamp Van Koningsbrugge

Toch heeft ze geen moment spijt van haar deelname gehad. „Maar ik heb wel eens gedacht: wat doe ik hier tussen de mannen die allemaal anderhalve kop groter zijn dan ik? Waar ben ik aan begonnen? Maar het ging goed. Ik begon heel sterk, zowel fysiek als mentaal. Totdat ik te veel last van mijn voeten kreeg. Ik had van tevoren gewoon grotere schoenen moeten aantrekken.”

## Altijd kritisch op mezelf

Dat alle overgebleven deelnemers (van de 15 waren er op dat moment nog 7 over) Kendra's naam opschreven, zegt ze achteraf gezien wel te kunnen verklaren. „Een aantal opdrachten doe je alleen. Daarna voeg je je weer bij de groep en ga je napraten. Aangezien ik altijd kritisch op mezelf ben, kwam ik dus niet vaak positief over mezelf terug in de groep. In dat opzicht was het logisch dat ook mijn collega's daardoor minder vertrouwen in mij kregen. Als ik nu de uitzendingen op televisie bekijk, valt me op dat ik het eigenlijk helemaal zo slecht nog niet deed en zeker niet voor anderen onderdeed, terwijl zij een veel positievere indruk achterlieten.”

„Maar het is goed zo. Ik heb van Kamp Van Koningsbrugge geleerd is dat ik nóg sterker ben dan ik van tevoren dacht. Ik ben ook in het programma verder gekomen dan ik had verwacht. En ik vind het ook wel chill om zaterdag op een relaxte manier naar het programma te kijken. Dan hoef ik me niet druk te maken over hoe de programmamakers mij in beeld hebben gebracht.”