

Ruth deed mee aan Kamp van Koningsbrugge:

'Zo'n ervaring krijg je maar één keer in je leven'

De training van het Korps Commandotroepen typeert het leven van Ruth: vallen, maar altijd weer opstaan. En dat zie je terug in de afleveringen van het televisieprogramma. Ruth, al ploeterend door de modder, staat altijd weer op. 'Nunc aut Nunquam', noemen ze het bij de commandotroepen: 'Nu of nooit'.



'Het is mijn eer te na om op te geven'

Een van de waarden van het korps die de groep leerde, was 'eer'. "Dat is mij enorm bijgebleven", vertelt Ruth. 'Het is mijn eer te na om op te geven', een uitspraak die in iedere training van de commando's terugkomt, komt ook terug in het leven van Ruth. "Daarom voel ik me zo verbonden met de normen en waarden van de commandotroepen", vertelt ze.

Ruth is een vechter

"Ik werd vroeger gepest en zo erg dat ik er een einde aan heb willen maken, maar het was mijn eer te na om op te geven", vertelt ze. "Ik was vrijwilliger in naoorlogse gebieden, waardoor ik een posttraumatisch stresssyndroom opliep, maar het was mijn eer te na om op te geven. Twee jaar geleden verloor ik mijn man, maar het was mijn eer te na om op te geven."

Die instelling heeft Ruth gebracht tot waar ze nu is. Ruth is docente op de HZ, doet aan CrossFit, geeft personal sporttrainingen en staat altijd voor iedereen klaar die haar nodig heeft.

De kandidaten krijgen allerlei zware opdrachten voor hun kiezen fysiek en mentaal: springen van hoogtes, kruipen door de modder en door sloten en rekentesten maken na een uitputtende hardlooptoets. Daarnaast kregen de kandidaten tien dagen lang weinig slaap en



kregen ze onregelmatig te eten. Ze kregen een kleine impressie van de manier waarop iemand getraind wordt voor de Special Forces van de Korps Commandotroepen.

"Ik heb geen moment tijdens het programma een masker op gehad. Wie je op televisie zag, is wie ik ben", vertelt Ruth. "Ik zat met mijn vader televisie te kijken en hij zei: 'ja. dat is mijn dochter.' Dat vond ik zo mooi."

Tot het uiterste drijven

"Ik wilde wel eens zien waar mijn grens lag. Dat was mijn motivatie om mee te doen. Hoe ver kan ik gaan? Tijdens het programma heb ik ook een afspraak met mezelf gemaakt: ik doe altijd mijn uiterste best, maar vanaf nu is dat nog niet genoeg. Het moet meer zijn dan dat. En dat neem ik nu nog mee, ook na de show."

In het programma krijgen de deelnemers het zwaar te verduren, ook Ruth. In aflevering drie staat de Middelburgse zelfs op het punt er zelf mee te stoppen, vanwege een knieblesure. Maar ook dan staat de volgende leus bij haar centraal: 'het is mijn eer te na om op te geven.'

door te gaan

Opgave

Vervolgens stapt ze naar haar instructeur. "Dat was 'm", zegt Ruth geëmotioneerd. Ze trekt de badge van haar overall. "Ik snap het helemaal. Bedankt voor de ervaring. Die was fantastisch en die krijg je maar een keer in je leven. Ik zat erin voor de volle honderd procent en niet voor twee dagen. En dat heb ik niet gehaald."

In aflevering vier blijkt dat Ruth noodgedwongen toch moet opgeven. Haar knieproblemen zijn dusdanig dat ze op dag drie van de zware beproevingen niet verder kan. "Ik moet niet zorgen dat mensen in problemen komen door mij omdat ik knieproblemen heb", horen we Ruth zeggen, als ze overdenkt of het nog zin heeft