

Utrechtse topsporters vertellen over ervaringen



Karateka Lindsey Weerdenburg (2e van links op de middelste rij): 'Topsport heeft me prachtige dingen gebracht.'

Het project 'Toppers bij jou op school' van de VSU-Vereniging Sport Utrecht is sinds kort uitgebreid. Met het European Youth Olympic Festival (EYOF 2013) in de stad in aantocht was dat natuurlijk een schot voor open doel, om in sporttermen te blijven.

Het komende half jaar vertellen de (voormalige) Utrechtse topsporters dus nog steeds over hun ervaringen. Daarnaast worden ook de leerlingen van de basisschool enthousiast gemaakt voor het grote evenement dat komende zomer van 14 tot en met 19 juli in de Domstad plaatsvindt.

Onder de noemer Achmea High Five - vernoemd naar de hoofdsponsor van het EYOF - kunnen scholieren van 13 tot en met 18 jaar bovendien tijdens deze jeugdolympiade meedoen aan allerlei nevenactiviteiten, de zogenaamde side events. Maar nu al kunnen de scholen zich inschrijven voor een zogenaamde EYOF-dag, verzorgd door VSU/EYOF 2013. Durf te dromen, maar blijf

met beide beentjes op de grond. Dat is de boodschap die de voormalige topsportster Lindsey Weerdenburg (24) wil uitdragen. De karateka uit Leidsche Rijn - geboren in Zuilen - is twee jaar geleden gestopt en bezoekt al langer in het kader van 'Toppers' basisscholen. Helaas nam ze nooit zelf deel aan een EYOF of de échte Spelen. 'Er gaan nu stemmen op om karate in 2020 een Olympische sport te maken, maar dat komt voor mij helaas te laat.' Anders had ze zeker deel genomen. Ze werd immers twee keer Europees kampioen, eenmaal (Istanboel, 2007) werd ze derde op de mondiale eindstrijd. Het zijn prestaties die er niet om liegen, maar is ze gezien haar leeftijd niet te vroeg gestopt? 'Tsjja, het was een combinatie van factoren. Ik moest voor mijn opleiding 40, 50 uur stage lopen in de week. Daardoor kwamen de trainingsuren in het gedrang en daardoor werden de prestaties minder. Ik kwam in een soort vicieuze cirkel terecht.' Misschien juist dat Weerdenburg vanwege al die ervaringen wel een evenwichtig verhaal aan de scholieren kan vertellen. 'Topsport heeft

me prachtige dingen gebracht. Ik heb veel gereisd, veel gezien en veel mensen ontmoet. Maar de andere kant van de medaille is dat je moet kunnen omgaan met druk, dat je moet letten op je voeding en dat je op tijd naar bed moet. En topsport betekent ook dat je jezelf moet leren doelen te stellen en daar heb je je hele leven iets aan. Topsport heeft me gevormd tot wie ik nu ben en ik ben best tevreden over mezelf.' Toch is de belangrijkste doelstelling van 'Toppers in de klas' de kinderen in beweging te krijgen. 'Je kunt op de bank hangen met een zak chips of uren spelen met de playstation, maar je kunt ook een uurtje gaan sporten', aldus Weerdenburg, die inmiddels zelf een sportschool heeft in Leidsche Rijn. Zelf is de voormalige topkarateka ook enthousiast voor het naderende EYOF. 'Het wordt een prachtig evenement dat negen sporten omvat op vijf verschillende locaties. Hopelijk zien we veel leerlingen van de basisscholen uit stad en regio op de tribunes. Ze kunnen en mogen dan dromen over hun eigen sportieve mogelijkheden en hun jeugdige voorbeelden van

dichtbij aan het werk zien. Maar het belangrijkste is dan wel dat ze eerst in beweging komen.'

Zie ook:
www.sportutrecht.nl/toppers of www.eyof2013.nl

Bas Hoedemakers |
UTRECHT