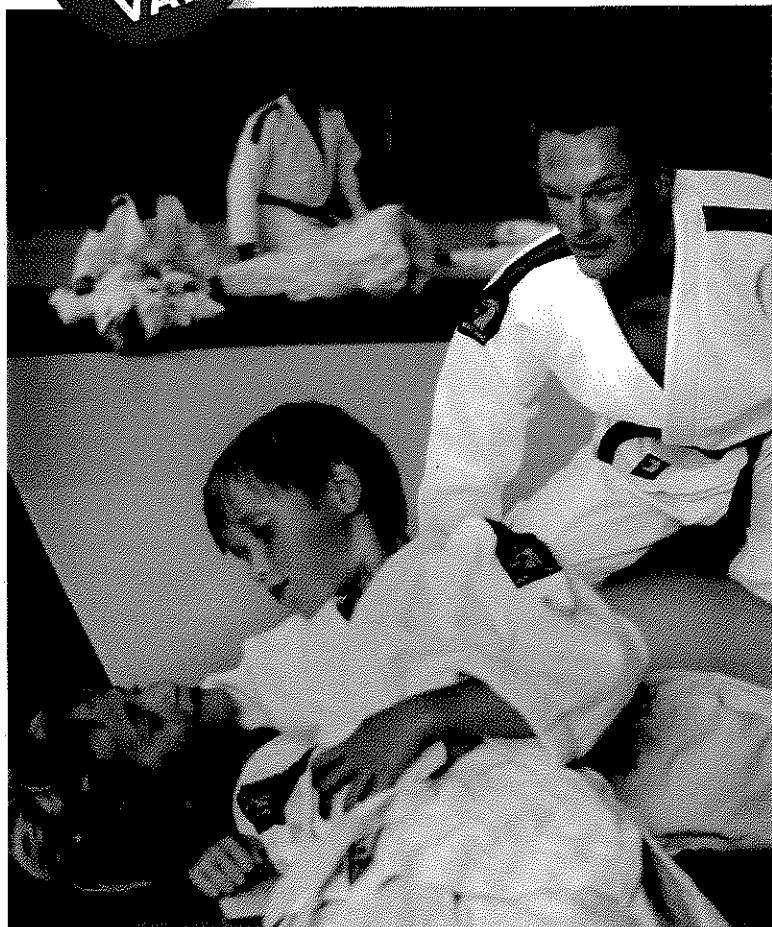


DE
PASSIE
VAN

“In mijn werk gebruik ik ook judo”

René van den Heuvel |

Toen hij veertien was adviseerde zijn fysiotherapeut hem om ‘op judo’ te gaan. Dat zou zijn balans ten goede komen en voorkomen dat hij veel pijn had bij een val. Emile Heesters (40) volgde het advies op en is inmiddels volleerd judocoach. Een bijzondere prestatie, want sinds zijn geboorte wordt hij belemmerd door een lichamelijke beperking. Eén zijde van zijn lichaam is spastisch waardoor zijn spieren aan die kant constant zijn aangespannen. “Ik kan er goed mee om gaan” zegt Emile die bij de provincie als jurist contracten op het terrein van ict beheert.

Hij neemt niet deel aan judowedstrijden, maar is een technisch judoman. Noodgedwongen omdat pas sinds kort de judobond wedstrijden organiseert voor gehandicapten. Bij de sportschool van Jan de Rooij in Goirle vond hij onderdak. “Toen ik er met mijn vader kwam om me aan te melden, zei hij: ‘Hij doet maar mee met de rest van de kinderen. Ik ga geen speciale training geven.’ Het was integratie ‘avant la lettre’”, aldus Emile die daar achteraf heel blij mee is. “Bij judo moet je altijd beide kanten van je lichaam in volle omvang intensief gebruiken. Anders ga je onderuit. Dat is voor mij grensverleggend. Als het lukt geeft dat een kick”. Op zijn twintigste lukt het hem de bruine band te halen, maar moet

lang wachten op de door judoka’s felbegeerde zwarte band. De judobond maakt dat pas na tien jaar mogelijk. “Omdat ik voldeed aan alle technische eisen kon ik de ‘eerste dan’ behalen. Toen heb ik samen met mijn maat, die een verstandelijke beperking heeft, de zwarte band gehaald. Ik denk dat we in Nederland op dat moment zo’n beetje de eersten waren.”

Met de zwarte band om slaagt hij voor het diploma jeugdleider judo. Binnenkort doet hij de opleiding judoleraar A. Hij geeft in Hilvarenbeek één avond in de week les aan kinderen tussen zes en zestien jaar. Zelf traint hij nog twee uur per week. Karaktervorming spreekt hem het meest aan in judo. “Judo betekent eigenlijk ‘zachte weg’. Je leert een techniek om je tegenstander neer te leggen, maar ook om je trainingsmaatje te beschermen. Je houdt rekening met de ander. Die moet niet te hard vallen anders heeft die geen zin meer om met je te trainen, of hij raakt geblesseerd. Je leert ook gebruik te maken van de kracht van een ander. Je beweegt mee, beoefent geduld en handelt vanuit respect voor de ander. Dat is in judo heel belangrijk. Het lijkt een individuele sport, maar is eigenlijk een teamsport. Judo is ‘duo’ zeggen we vaak.”

Emile heeft in zijn dagelijks leven veel aan hetgeen hij leerde in judo. “Iemand zei me laatst dat ik ook judo gebruik in mijn werk. Ik buig even mee, maak soms pas op de plaats en geef dan antwoord. De ander moet ook zijn verhaal kwijt kunnen, dan pas kun je samen met een oplossing komen. In mijn werk als contractbeheerder komt dat goed van pas. Je moet kunnen meebewegen, maar ook goed voet bij stuk kunnen houden. Je moet net zoals bij judo op twee benen blijven staan en je niet van de mat af laten duwen.”

Grote voldoening ervaart hij bij het lesgeven aan kinderen. “Als leraar kan ik dat vormende in judo doorgeven aan de jeugd. Ik geef graag positieve waardering. Hierdoor probeer ik de kinderen iets van zelfverzekerdheid mee te geven. Dan zie je ze groeien. Als ze dat meekrijgen ben ik al heel tevreden.”