

Vastberaden vechtjas

Een partij judo kan sneller voorbij zijn dan het opsommen van haar tegenslagen. Maar wég met de pech! Er moet weer rekening worden gehouden met Jennifer Wichers. „Ik heb de volle laag gehad, maar mijn vastberadenheid is ongebroken.”

PETER VAN DER MEEREN

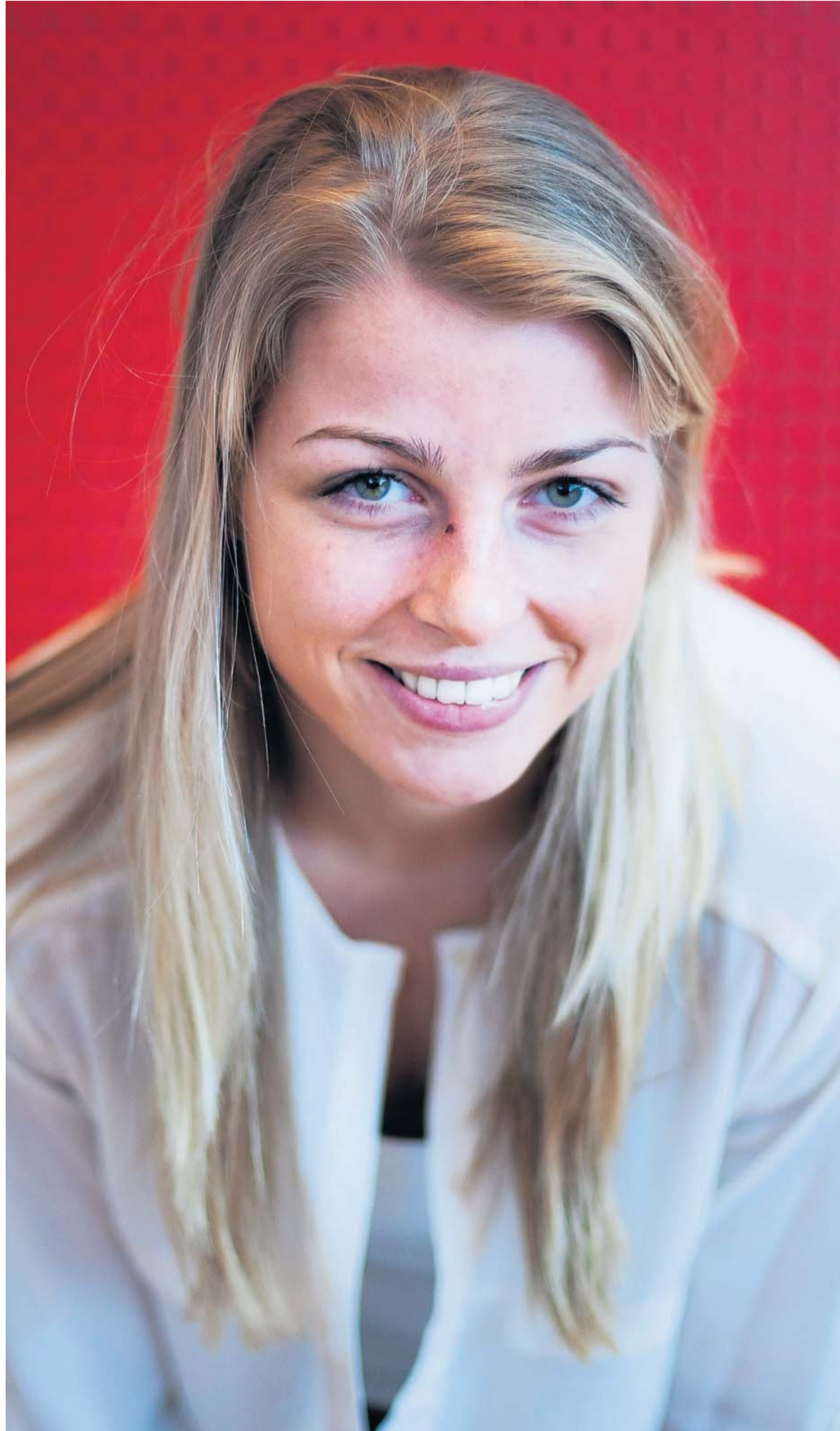
Pijn hoort bij judo als eieren bij de paasdagen en doelpunten bij Messi. Maar wie stilstaat bij het leed dat Jennifer Wichers heeft getroffen - overigens vloeiende niet alles voort uit haar inspanningen op de tatami - krijgt respect voor het feit dat ze nooit de witte vlag heeft gehesen. Jaren knokken tegen van alles en nog wat; een mens kan er moedeloos van raken.

Maar niet de uit Burgum afkomstige Jennifer Wichers, 25 nu. Op deze zonnige winterdag richt ze haar sportieve blik fier vooruit. Wichers is niet alleen vastberaden, ze straalt dat ook uit. Krachtige, frisse sportvrouw, twinkeling in de ogen, gulle lach, genietend van het moment. „Er is ook heus wel een periode geweest dat ik amper licht zag aan het einde van de tunnel”, zegt ze. „Maar op die momenten kan ik keihard zijn voor mezelf. Ik weet duidelijk wat ik wil en ik weet ook dat ik bergen kan verzetten.”

Laat daarom gezegd zijn dat de Japanse, Oost-Europese en Franse judoka's in de klasse tot 63 kilo („De koninginnenklasse”) nog niet af zijn van de vastberaden vechtjas. Voor de Spelen van Rio komt Wichers niet meer in aanmerking, maar voor Tokio nieuwe kansen. „2020 lijkt nog ver weg, maar ik weet van de vorige olympische periode dat de tijd vliegt. Ik hou wel vol.” En wat is mooier dan judoën op de Olympische Spelen in Japan, de bakermat van de sport? „Daar hoef je geen enkele judoka voor te motiveren.”

Het voelt voor Wichers heerlijk om weer sportieve doelen te hebben. Hoe anders is dat geweest. Er waren tijden, zeg maar jaren, dat ze alleen maar bezig was om gezond te worden. Wichers, meervoudig Nederlands jeugdkampioene, heeft meegemaakt dat ze vaker in een ziekenhuisbed lag dan op de judomat.

De Burgumse, die op haar veertiende goud won op de Jeugd Olympische Spelen, kent de keerzijde van de medaille. De ellende begon in 2009 op een Oostenrijkse skipiste. Wichers was aan het snowboarden toen ze een ongeluk kreeg. „Gelukkig droeg ik een helm; ik weet er niet veel meer van”, vertelt ze.



Jennifer Wichers heeft de opgaande lijn te pakken. „Tegenslagen hebben me sterker gemaakt.” FOTO JAN WILLEM VAN VLIET

Feit is wel dat ze behoorlijk in de kreukels lag. Wichers liep een klaplong op en een zware hersenschudding. „Blessures komen altijd ongelukkig moment. Ik wilde in mijn laatste juniorenjaar Nederlands kampioen worden en naar het EK en WK. Mede daardoor hoopte ik de aansluiting te krijgen met de senioren. Bôem, alles weg.”

Ze begon te snel weer met judo. „Mijn omgeving remde me wel af, maar ik was eigenwijs”, zegt Wichers. „Als ik iets in mijn hoofd heb,

ben ik in staat om anderen daarvan te overtuigen. Ik was hard voor mezelf, ik wilde met ziel en zaligheid doorgaan. Gekkenwerk, achteraf.”

Het was niet vreemd dat haar 1,68 meter lange lijf protesteerde. De sinds haar vijftiende in Groningen woonachtige Wichers (dit jaar wil ze haar studie sportmanagement afronden) kreeg te kampen met een afgescheurde elleboogpees en scheurde tevens haar enkelbanden. Als ongewenst 'toetje' kreeg ze vervolgens ook nog de ziek-

te van Pfeiffer geserveerd.

Zoals gezegd: vele redenen voor een in de knop gebroken sportcarrière. Maar Wichers knokte zich door alle tegenslagen heen. Ze onderging diverse operaties en revalideerde twee jaar in Utrecht. „De steun van mijn ouders en trainer Martijn Dijkman was daarbij enorm belangrijk.”

„In die periode heb ik het leven niet altijd even vrolijk beleefd, maar ik ben er ook sterker door geworden. Juist door de tegenslagen geniet ik nu intenser van alles. Van het leven,

Jennifer Wichers:
‘Juist door de tegenslagen geniet ik nu intenser’

het judo, de vrijheid om dit allemaal te kunnen doen.”

Natuurlijk, héél soms voelde ze een gevoel van moedeloosheid naderbij sluipen, maar haar overlevingsdrang bleek vele malen sterker. „Als je terugdenkt aan wat me is overkomen, is het soms te bizar voor woorden. Maar stoppen was geen optie. Wél heb ik me in alle eerlijkheid afgevraagd of mijn doel realistisch is. Olympisch goud winnen, is dat realistisch? Ja, dat is het, zo heb ik bij mezelf geconcludeerd. Ik jaag geen spoken na.”

Niet alleen de fysieke ongemakken stelden Jennifer Wichers zwaar op de proef. In de periode dat succes zich weer aandeed, moest ze een jobstijding verwerken. Bij haar nu 38-jarige broer Sieb-Jan werd een hersentumor geconstateerd.

Ze werd heen en weer geslingerd tussen haar gevoelens. „Ik had net in Genève een toernooi gewonnen. Ik had letterlijk staan te trillen op mijn benen, maar het ging super. Meteen daarna won ik in Londen. Toen kwam het bericht van mijn broer. Dan zakt de grond wel even onder je vandaan. Ik dacht: wat heeft het nog voor zin wat ik doe? Het helpt hem niks. Wat brengt zo'n eventuele olympische medaille me eigenlijk?”

Ook dat innerlijke gevecht diende ze te winnen om haar weg te kunnen vervolgen. „Je leert relativeren en kritisch te kijken naar je keuzes. Waar sta je überhaupt voor in het leven? Ik heb besloten om door te blijven gaan. Sieb-Jan zegt ook: als je een keuze maakt, ga er dan vol voor. Zorg dat je vecht voor wat je waard bent.”

En 'dus' blijft Jennifer Wichers knokken. De progressie zet door. Ze won vorige maand de European Open in de Bulgaarse hoofdstad Sofia en werd vervolgens afgevaardigd naar de belangrijke toernooien van Parijs en Dusseldorf. Ze won er twee partijen, maar kwam tegen wereldtoppers nog te kort.

De toernooien dienden zich onverwacht aan. Het is niet eenvoudig een trainingsprogramma te draaien als je wedstrijdprogramma niet helder is, erkent Wichers, die dit weekeinde actief is op een wereldbekerwedstrijd van Warschau. „Maar ik moet het ermee doen. Het zijn kansen en belangrijke meetmomenten.”

Anicka van Emden is haar nationale rivale. „Zij is de nummer één en inmiddels zeker van Rio. Het is niet anders.” In plaats van te mokken, trekt Wichers ten strijde. Ze zoekt op de Europese tatami's de bevestiging van haar kwaliteiten. „Ik moet de topmeiden in mijn handen hebben gehad”, zegt ze strijdvaardig.

„Ik heb inmiddels op aansprekende toernooien de bevestiging gekregen dat ik kan bereiken wat ik voor ogen heb. En weet je? Ik ben qua leeftijd en fysiek volwassen, maar qua judojaren een stuk jonger, omdat ik door de blessures enkele jaren heb gemist. Ik ben nog niet op mijn top.”