

Samen op weg naar de Olympische Winterspelen

ARENDONK – Jorik (24) en Loena (17) Hendrickx zijn wereldtoppers in het kunstschaatsen. Voor de twee staat alles in het teken van hun ultieme droom: de Olympische Winterspelen in Zuid-Korea bereiken als broer en zus. En daarvoor zijn ze bereid om heel wat opofferingen te doen.



Hoe komen jullie bij het kunstschaatsen terecht?

Jorik: "Mijn twee broers speelden ijshockey, maar in die ijshockeyclub kon je destijds niet leren schaatsen. Daarvoor moest ik dus bij de kunstschaatsers aankloppen. Maar toen ik daar eenmaal was, heb ik er mijn hart verloren en ben ik er gewoon gebleven. Ik had geen reden meer om te wisselen."

Loena: "Ik ben dan later ook gaan kunstschaatsen omdat ik Jorik dat zag doen. Het leek mij heel leuk, echt iets voor mij. Al was de liefde bij mij niet vanaf het eerste moment aanwezig. Ik had het nogal snel koud, niet ideaal natuurlijk. En ik schaatste toen vaak bij de grotere meisjes mee. Ik was toen amper vier jaar en dat schrikte mij toch wel een beetje af."

Maar toch doorgezet?

Loena: "Ja, en daar heb ik nu zeker geen spijt van hoor. Ik doe het enorm graag."

Wat is er zo leuk aan kunstschaatsen?

Loena: "De vruchten plukken van je harde werk op training, dat vind ik het leukst. Als je net een wedstrijd geschaatst hebt en alles is goed gegaan, die voldoening is enorm. Het is ook wel wat prinsesachtig natuurlijk. Dat sierlijke, dat spreekt mij ook wel aan."

Jorik: "Voor mij is het die *rush* die je krijgt bij grote internationale wedstrijden. Ik herinner me dat ik in Japan mocht schaatsen in een stadion van 15.000 mensen. Dat is echt geweldig. En op de Olympische Spelen in Sochi natuurlijk. Net op dat

moment schaats ik wellicht mijn beste wedstrijd ooit. Dat is een heel bijzonder gevoel. Je kan dat echt met niks anders vergelijken."

Wat moet een goede kunstschaatser allemaal kunnen?

Loena: "Heel veel verschillende factoren zijn belangrijk. Je moet heel *allround* zijn. Lenig en explosief maar ook muzikaal, krachtig en het is belangrijk om een goede conditie te hebben want het is heel erg intensief. En je bent best niet te blessuregevoelig."

Jorik: "Meteen ook de reden waarom je het niet tot je veertig kan doen zoals bij veel andere sporten. De meeste kunstschaatsers stoppen al een heel eind voordat ze dertig zijn."

Ik veronderstel dat je dan nog niet 'binnen' bent?

Jorik: "Verre van. Financieel is het altijd een heel moeilijk verhaal geweest. Soms moesten we echt dingen laten om mij te kunnen laten sporten. Op reis gaan deden we bijvoorbeeld niet. Het is ook een behoorlijk dure sport omdat je veel moet reizen voor de wedstrijden. Je trainster moet natuurlijk ook mee. Daar moet je allemaal budget voor voorzien. Als olympier krijg ik nu gelukkig wel een budget van Sport Vlaanderen, maar het is niet zo dat ik daarmee zomaar alles kan betalen. Ik moet nog altijd goed tellen en uitrekenen wat wel en niet kan. En Loena heeft natuurlijk geen budget. Zij moet dus nog altijd alles zelf betalen. We zijn dus voortdurend op zoek naar een mooi bedrijf dat Loena met haar enorme talenten zou willen sponsoren."

Loena: "En dan hebben we nog het geluk dat onze ouders ook nog eens veel energie en tijd willen investeren. Om dan in een koude ijsbaan langs de kant te gaan zitten (glimlacht lichtjes). Of om ons naar de kinesist en de krachttraining te brengen."

Ben je dan niet jaloers op topsporters in andere sporten?

Jorik: "Dat wringt soms wel eens een beetje, als je hoort wat sommige sporters per uur of zelfs per minuut krijgen. (Jorik verwijst naar de transfer van voetballer Axel Witsel naar China, nvdr.) Maar goed, het heeft geen zin om daar bij te blijven stilstaan. We zitten nu eenmaal in een veel kleinere sport."

Is het al de moeite dan wel waard?

Jorik: "Ja, tuurlijk wel. Ik wil het ook niet te negatief voorstellen. Het bewijst alleen maar dat we onze sport echt enorm graag doen. Voor mij zou het bijvoorbeeld veel makkelijker zijn om een job te gaan zoeken, maar toch doe ik dat niet."

Kan je dan concurreren met andere schaatsters die wel altijd de beste begeleiding krijgen?

Jorik: "Dat is niet evident. Soms voelt het nog wel een beetje aan alsof ik moet inhalen. Veel van mijn concurrenten konden op hun dertien al drievoudige sprongen doen. Dat is bij mij veel later gekomen. En toen ik dat kon, hadden zij al andere dingen aangeleerd. Na de Olympische Spelen heb ik een tijdje in Amerika getraind waar het niveau echt heel hoog is. De meeste schaatsters trainen daar of in Canada. De accommodatie is er ook heel professioneel. Daar zijn dan een aantal banen met een bijhorende fitness en een balletzaal bijvoorbeeld. Maar nu ga ik niet meer naar daar omdat Loena en ik dezelfde trainster hebben. Daar moeten we dus een goede balans in zoeken."

Nu trainen jullie zelfs op de tijdelijke schaatsbaan in Turnhout.

Jorik: "Klopt, en we zijn de mensen daar echt enorm dankbaar. We hebben van hen vaste uren gekregen om te komen trainen en daar zijn we heel blij mee. Voor ons is dat al een hele verbetering want voordien trinden we vaak in Eindhoven, maar dat was soms echt een gepuzzel."

Hoe zorgen jullie dan voor voldoende budget?

Jorik: "Ik heb dus mijn budget van Sport Vlaanderen. Verder vooral via sponsors. En af en toe organiseren we bijvoorbeeld een eetdag of een kienavond."

Een kienavond? Dat zie ik een toptennisser of -voetballer niet zomaar doen.

Jorik: "Misschien niet nee, maar het zijn meestal ook wel leuke momenten hoor. We hebben het er zeker voor over. Al kost het wel behoorlijk wat tijd."

Loena: "Af en toe doen we bewust iets samen met de familie. Maar dat moet meestal al een tijdje vooraf ingepland worden."

Jorik: "In Japan word ik op straat aangesproken maar hier kennen de mensen mij amper."



Maar gelukkig zijn er nog mensen die ons willen ondersteunen. We krijgen op die momenten wel heel vaak te horen dat het niet zo zou moeten gaan."

Hoe vaak staan jullie op het ijs?

Loena: "Twee tot drie keer per dag. Meestal twee schaatstrainingen en één krachttraining of conditietraining. In deze periode, in aanloop naar een belangrijke wedstrijd (het EK in Tsjechië, nvdv.), worden de trainingen meestal ingekort van 1,5 uur naar 50 minuten om zo beter te kunnen pieken. Op zondag staan we normaal gezien niet op het ijs. Maar ook dan staat alles in het teken van onze sport. Dan is het ofwel rusten geblazen ofwel net werken aan de conditie. Of Jorik gaat wat yoga doen."

En ondertussen studeren jullie ook nog?

Loena: "Inderdaad. Ik studeer in Eindhoven, daar moet ik alleen de hoofdvakken doen."
Jorik: "En ik zit in Tilburg op de Johan Cruijff

Academy. Ik begin nu aan mijn laatste semester waarin ik alleen nog stage moet doen. In Nederland merk je wel dat er iets meer appreciatie is voor sporters. Bij ons word je al sneller bekeken als een spijbelaar als je bijvoorbeeld in het buitenland zit voor een wedstrijd."

Studeren en sporten, is er dan nog tijd om af en toe eens een stapje in de wereld te zetten?

Loena: "Dat doen we nooit nee. Af en toe doen we bewust iets samen met de familie. Iets gaan eten of eens naar de bioscoop. Maar dat moet meestal al een tijdje vooraf ingepland worden."
Jorik: "Een carrière van een topsporter is maar kort, dus we zien later wel. Nu zetten we alles op het schaatsen."

Missen jullie dat niet?

Jorik: "Niet echt nee. We leven een beetje in een isolement. We weten misschien zelfs niet altijd wat er in het leven daarbuiten allemaal gebeurt. Op school hebben we natuurlijk wel het normale sociale contact, maar uitgaan of een keer doorzakken dat doen we niet. Buitenstaanders begrijpen dat vaak niet. Ik denk dat je zelf topsporter moet geweest zijn om dat te snappen."

Hoe is de afgelopen kerstperiode dan bijvoorbeeld geweest voor jullie?

Loena: "Gewoon met lekker eten zoals bij andere mensen. Er zijn ook veel kinderen in de familie, dus dan duurt het hoe dan niet tot 's avonds laat. Nu was het ook in het weekend, dat is beter. We genieten daar wel echt van. Familie is heel erg belangrijk voor ons. Ook op de familiefeestjes doen we altijd ons uiterste best om erbij te zijn. Al lukt dat niet altijd."
Jorik: "De meeste mensen hoor je met het eindejaar in zicht zeggen: 'eindelijk vakantie, even twee weken niks doen.' of ze gaan een week skiën. Voor ons betekent vakantie net dat we nog meer kunnen schaatsen."

Maar gelukkig zijn er nog mensen die ons willen ondersteunen. We krijgen op die momenten wel heel vaak te horen dat het niet zo zou moeten gaan."

Hoe bepaal je welke kür je gaat schaatsen?

Jorik: "Dat gebeurt in overleg met de trainster en een choreograaf. Je legt een moeilijkheid vast en probeert dan alles te doen kloppen. Kunstschaatsen is een jury sport. Je moet dus muziek en een outfit kiezen die bij hen in de smaak valt. Dat is soms een beetje zoeken. Je merkt op sommige wedstrijden heel goed wat wel en niet werkt. Een tijdje geleden wou ik wat modernere muziek kiezen, maar dat hadden we op de wedstrijd vrij snel door dat de jury daar geen fan van was."

Vind je het jammer dat er bij ons weinig aandacht is voor kunstschaatsen?

Jorik: "België is nu eenmaal geen wintersportland. Daarom vind ik het toch bijzonder om hier

te presteren en het land te vertegenwoordigen. Toen in bij de Olympische Spelen het stadion mocht binnenlopen achter de vlag, toen voelde ik mij enorm trots. Ik krijg er nog kippenvel van als ik eraan terugdenk. Onze sport is in het buitenland nu eenmaal veel populairder. In Japan word ik op straat aangesproken, maar hier in België kennen de mensen mij amper."

Al zijn jullie niet altijd meer in België?

Loena: "We zijn enorm veel aan het reizen ja. Dat moet ook want bij ons is het niveau niet altijd even hoog. Het zijn dus altijd internationale wedstrijden die je gaat opzoeken. En in de zomer trainen we normaal gezien in Duitsland omdat er hier dan geen schaatsbanen meer zijn."
Jorik: "Ik probeer als ik ergens een wedstrijd heb wel steeds meer om de lokale cultuur wat op te snuiven. Vroeger ben ik wel eens in Amerika, Japan of Korea geweest, maar had ik enkel het hotel en de schaatsbaan gezien. Nu probeer ik af en toe ook iets van het land mee te pikken. Soms maak ik daar een extra dagje tijd voor."

Jorik: "Ik probeer als ik ergens een wedstrijd heb wel steeds meer om de lokale cultuur wat op te snuiven. Vroeger ben ik wel eens in Amerika, Japan of Korea geweest, maar had ik enkel het hotel en de schaatsbaan gezien. Nu probeer ik af en toe ook iets van het land mee te pikken. Soms maak ik daar een extra dagje tijd voor."

Hoe fijn is het om als broer en zus op een hoog niveau dezelfde sport te beoefenen?

Jorik: "Heel fijn. Ik vind het mijn taak als grote broer om haar kansen te geven die ik vroeger niet had. Ik denk dat ik nu nog ietsje beter zou kunnen zijn als ik van kleins af de beste professionele begeleiding had gekregen. Al weet je dat natuurlijk nooit. Ik probeer haar nu zoveel mogelijk mee te begeleiden en tips te geven. Over het schaatsen, maar net zo goed over wat je best wel en niet eet. Ik ben een beetje haar manager."

Loena: "We plannen onze wedstrijden meestal ook wel samen in, ook omdat we dus dezelfde trainster hebben. Jorik boekt dan alles voor mij. Daarnaast heb ik natuurlijk al heel veel van hem geleerd. En ik ben hem daar uiteraard heel dankbaar voor."
Jorik: "Het is logisch dat ik de kennis die ik destijds zelf heb moeten leren nu gewoon aan haar doorgeef."

En het grote doel is dan samen de winterspelen halen?

Jorik: "Dat zou uniek zijn. Met twee naar daar om binnen dezelfde sport elk individueel zijn eigen wedstrijden te doen. En dan nog van zo'n klein sportland. Het is daarom dat we elke dag om kwart voor acht op het ijs staan."

Tekst: Bert Huysmans

Foto's: Synchronphoto.eu by RiPa Photography

www.jorikhendrickx.com

www.loenahendrickx.com

www.belgianfigureskaters.com