

**JUDO: VLAAMS KAMPIOENSCHAP IN DENDERMONDE****“Judo is mijn leven”****Fleur Janssen (15) wil draad oppikken na twee jaar blessureleed**

Voor de jeugdige judoka's (U15, U18, U21) is Dendermonde de tweede halte in een reeks van drie kampioenschappen. De Vlaamse titelstrijd is een tussenstop tussen de provinciale kampioenschappen van twee weken geleden en het BK van volgende week in Herstal. Fleur Janssen probeert de draad weer op te pikken na twee desastreuze seizoenen, gespekt met veel blessureleed.

Gert Sillen



Fleur Janssen: "Op 1 april moet ik weer onder het mes en volgen zes maanden revalidatie." FOTO GESI

Dendermonde en Fleur Janssens (15) is immers meer dan een mislukte huwelijks. In 2014 werd de Lummense al hyperventilerend naar het ziekenhuis afgevoerd en vorig jaar haalde ze de sporthal van Dendermonde niet eens. Haar verhaal is er eentje van meer vallen dan opstaan.

"De spanning en de prestatiedruk die ik mezelf in 2014 oplegde, werden me te veel. Ik begon te hyperventileren. Ik werd daarop naar het ziekenhuis afgevoerd, maar daar kreeg ik verkeerde medicatie toegediend, zodat ik er een week werd opgenomen."

2014 werd dus een judojaar om snel te vergeten. Met volle moed begon Janssens aan 2015 want een nieuw jaar biedt nieuwe kansen. "Een week vóór de Vlaamse

titelstrijd sloeg het noodlot opnieuw toe. Op een toernooi scheurde ik mijn enkelligamenten. Met een streep door alle belangrijke evenementen."

Haar blessure-ellende kent echter nog geen einde. "Neen, op 1 april word ik opnieuw aan mijn enkel geopereerd. Deligamenten zijn zo uitgerokken, dat ze opnieuw aangespannen moeten worden en dat betekent dat ik opnieuw zes maanden mag revalideren. Inder-

daad, het is allemaal niet simpel, maar zo erg is het allemaal niet. Blessures horen nu eenmaal bij het judo, en er zijn veel ergere dingen. Of ik aan stoppen denk? Neen, judo is mijn leven. Ik ben er heel veel mee bezig. Driemaal per week train ik en om de conditie te onderhouden ga ik en plus nog tweemaal per week met mijn papa joggen."

Janssens, die deelneemt bij de U18 tot 63 kg, zal zondag dus weer ac-

tief zijn in die *vervloekte* sporthal. "Of ik extra nerveus zal zijn? Nee, ik probeer heel rustig naar toe te leven. Ik ga mezelf ook niet de druk opleggen dat ik absoluut Vlaams kampioen moet worden. Ik probeer nu zoveel als mogelijk plezier aan mijn sport te beleven. Niks moet, alles mag. De titel zou mooi zijn, maar het grootste doel is om bij de eerste vier te horen om dan aan het Belgisch kampioenschap deel te nemen."

**ZWEMMEN VLAAMS KAMPIOENSCHAP  
Roos Vanotterdijk op medaillejacht**

Vandaag starten in het Antwerpse Wezenberg-zwembad de Vlaamse zwemkampioenschappen voor de jeugd (11-15 jaar).



Lander Mulkers, Sander Ruytjens, Marie-Lien Swinnen - die de jongste jaren karrenvrachten medailles naar Limburg haalden - zijn intussen te oud, maar Roos Vanotterdijk (foto) kan wellicht de volgende Limburgse medaillekaper zijn.

Dat Vanotterdijk uit het goede hout gesneden is, bewijst het na jaar van 2015. De Houhalense verbeterde in december vier provinciale records: 100, 200 en 400m vrij en 100m rug. "In september, oktober zijn we gestart met de voorbereiding op dit Vlaams kampioenschap. We trainen in cycli van vier weken. Eerst een snelheidsweek, dan wordt er twee weken op uithouding getraind, vervolgens is er een rustige trainingsweek. Afhankelijk van die weken train ik vier tot zeven keer per week."

Dat Vanotterdijk niet vies is van enige discipline, getuigt het volgende. "Deze week ben ik extra

vroeg in mijn bed gekropen. Speciaal om helemaal uitgerust te zijn voor dit weekeinde. Hoe laat? 19.45u.

Ook probeer ik geen enkele training te missen. Enkel als ik ziek ben, pas ik. En als ik veel huiswerk heb, plan ik het dat ik voor en na de training om aan mijn taken te werken."

Voor Vanotterdijk (11), aangesloten bij Zwemvereniging In Molenheide (ZWIM), is het haar eerste grote kampioenschap en dat begint ze gewaar te worden. "Ik ben al lichtjes zenuwachtig, maar echt tijd om me druk te maken heb ik niet. Ik start op zes nummers: 100m vrij, rug en school, 200m vrij en 400m vrij. Mijn favoriete onderdeel? Geef mij maar de 400m vrij, de lange afstand, dan ik het best mijn krachten verdelen. Het zou ook mooi zijn als ik dan ook op het podium zou geraken." Voorts wordt het uitkijken naar de prestaties van Emma Daemen, Robbe Voglar en Merle Vandeckerkhof (allen DMB), de OZV-jongens Jim Emmers, Lars Geuens en Jarne Mentens en het HZS-duo Marjke Marcenik en Alexander Vanspauwen. (gesi/foto rl)

**BADMINTON BELGISCH KAMPIOENSCHAP  
Yuhan en Lianne Tan weer boven?**

De sporthal van Heist-op-den-Berg fungeert zaterdag en zondag als decor voor de Belgische badmintonkampioenschappen. Yuhan en Lianne Tan (foto) gaan er op zoek naar hun respectievelijk negende en zevende enkeltitel.



Broer en zus Tan zitten in de laatste rechte lijn voor kwalificatie voor de Olympische Spelen in Rio. De titel in het enkelspel lijkt slechts een formaliteit, in het dubbelspel maakt Lianne met Flore Vandenhoeck ook een goede kans op goud. Marijn Put - die vorig jaar nog samen met Patrick Boonen de finale van het heren dubbelspel haalde - moet geblesseerd oostek geven. "Toch mik ik zowel in het dubbelspel als in het gemengd dubbelspel op een kwartfinale", reageert de 40-jarige Boonen. "Met Lotte Derudder speel ik voor het eerst samen, maar eens vertrokken, kunnen we vergeraken. En vorig weekend bewees ik met winst in het toernooi Jef

Plume in Anderlecht dat ik de goede vorm weer te pakken heb. Dat belooft met Hebad-ploegmaat Jan Declercq." Ook Ann Knaepen trekt met ambitie naar Heist. "De prioriteit ligt op het dubbelspel, waarin ik samen met Lise Jacques als vierde reekshoofd start. In de halve finale komen we uit tegen Biesbrouck-Janssens en in de kwartfinale van het enkelspel tref ik leeftijdsgenote Présence Beelen. Beide partijen kunnen alle kanten uit."

Ex-Belgisch jeugd kampioene Lobke van den Berg komt bij de senioren zowel in het dames enkel uit als in dames dubbelspel met zus Birthe. "Voor mij is het BK op dit moment nog een leerschool, maar ik wil in beide disciplines toch twee rondes vergeraken", zegt Lobke. Daarnaast is het ook uitkijken naar de prestaties van Limburgers als Laura Poelmans, Steffi Daemen, Stanie Simons, Jente Paesen en Axel Vanoirbeek. (le/foto belga)

**ATLETIEK**

**Louis Persoons Memorial**  
Wat? Loopevenement.  
Waar? Kattevennen Genk.  
Wanneer? Zondag vanaf 10.00u.  
Wat te beleven? Afstanden: 42,195 km (10.00u), 20,700 km (11.00u), 12,195 km & 6,195 km (14.00u), Kids Run (13.15u) en 1 km (13.30u). Meer info: www.lpm-marathon.be en 0476/88.82.46. (jast)

**PAARDENSPORT**

**Jumping in Neeroeteren**  
Wat? Winterchallenge (jumping).  
Waar? De Warre in Neeroeteren.  
Wanneer? Vandaag, zaterdag en zondag.  
Wat te beleven? Druk programma op de Winterchallenge. Vandaag worden 280 omlopen afgewerkt, morgen 322 en zondag 313. (jn)

**LRV in Grote Brogel**

Wat? LRV-dressuurwedstrijd.  
Waar? Breughelhoeve in Grote Brogel.  
Wanneer? Zondag.  
Wat te beleven? Het traditionele dressuurprogramma wordt afgewerkt. De organisatie is in handen van LRV Grote Brogel. (jn)

**Jubileumjumping**

**Bocholt**  
Wat? Jumping ter gelegenheid van 50-jarig bestaan Bocholter Boerenhal.  
Waar? Damburg, Bocholt.  
Wanneer? Zaterdag en zondag.  
Wat te beleven? Viering 50-jarig bestaan Bocholter Boerenhal. Zaterdag worden er proeven van 95cm tot 1m25 gereden. Zondag start men met een proef van 1m20 en wordt de Grote Prijs het hoogtepunt van de dag. "We nemen ook onze cafetaria en bijhorende zalen officieel in gebruik", zegt medeorganisator Luc Peeters. "We zijn blij dat we over een moderne rijhal beschikken, die 75 meter lang en meer dan veertig meter breed is." (jn)

**KUNSTSCHAATSEN**

**Ice Talent Trophy Hasselt**  
Wat? Ice Talent Trophy.  
Waar? Bloso-centrum, Gouverneur Verwilghensingel, Hasselt.  
Wanneer? Vrijdag van 14.00 tot 17.00u, zaterdag van 09.00 tot 21.00u.  
Wat te beleven? Wie treedt in de voetsporen van Ira Vannut en Kevin Van Der Perren? Vandaag komen de Advanced Novices en de junioren al aan bod voor hun korte kür. Zaterdag komen alle categorieën in actie in de vrije oefening. Eén van de hoogtepunten wordt zaterdag om 18.45u omgang geschoten. Dan beginnen de junioren aan hun vrije oefening. De toegang is gratis. (frba/pivan)

**TAFELTENNIS**

**Titelstrijd in Lubbeek**  
Wat? Vlaamse kampioenschappen (klassen ABCDE).  
Waar? Sporthal, Gellenberg 14 in Lubbeek.  
Wanneer? Zondag van 9.30 tot 18.00u.  
Wat te beleven? Vlaamse tafeltenniskampioenschappen. Vorig seizoen gremen Limburgers David Henkens (B's) en Hanne Eerdekens (D's) goud en Jeroen Thys (zilver D's) en Marieke Vrolijk (B's) zilver. (frba)