

dinsdag, 09 februari 2010

VERRASSEND Janine Penders grijpt achtste judotitel op rij, ondanks kruisbandblessure

Limburg vertolkt hoofdrol op Nederlands kampioenschap

Tijdens het NK judo voor junioren deden de Limburgse judoka's met vier gouden en twee bronzen medailles van zich spreken.

door **Peter Schoeber**

Limburg deed het afgelopen zaterdag in de Jan Massinkhal in Nijmegen uitstekend. Zeker met de wetenschap dat drie Nederlandse kampioenen nog maar aspirant zijn en dit jaar in een oudere leeftijdscategorie de sterkste zijn. Esmeralda Puts (14) uit Reuver, Lilo Schultz (15) uit Heerlen en Jordy Bakkes (15) uit Roermond wonnen overtuigend.



Jordy Bakkes is blij na de winst.

foto Marcel van de Kerkhof

Het trio, vorig jaar al nationaal kampioen bij de aspiranten, liet daarbij ook nog eens goed judo zien. Jordy Bakkes (sportschool Van de Pol) stak na zijn gewonnen finalepartij tegen Leon van der Wal zijn twee wijsvingers in de lucht en liet het publiek zien dat hij de nummer-1 van Nederland is. Na een omhelzing met coach Eddie van de Pol sprintte Jordy Bakkes de zaal uit om met een ontbloot bovenlichaam hoog op de tribune een feestje met zijn ouders te bouwen. „Deze juniorentitel betekent superveel voor mij, omdat ik nog aspirant ben. Al ben ik momenteel wel in vorm.” Bijna één jaar geleden maakte Bakkes de overstap naar Helmond. „Mijn basis is gelegd bij Nol Hofman (Kai In Sho) in Roermond, bij Eddie van de Pol heb ik

het afgemaakt.” De Brabantse coach betrok Nol Hofman nadrukkelijk in de geleverde prestatie. „De gedrevenheid van Nol brengt judoka's ver en geeft ze een goede technische basis mee. Het afgelopen half jaar is hij weer beter geworden, hij is rustiger en luistert beter. Op dit moment is hij top, maar de komende jaren gaat het pas gebeuren en mag Jordy zich gaan bewijzen.” De deelname van Janine Penders uit Dieteren was voor velen verrassend. De achttienjarige zwaargewicht van judoclub Hercules uit Echt scheurde in het najaar haar voorste kruisbanden opnieuw af en stond na september 2009 niet meer op de mat. Haar laatste prestatie leverde Penders op het EK in Armenië, waar ze derde werd. Door de

nieuwe blessure moest ze in november afzien van deelname aan het WK in Parijs. „Mijn orthooped zei dat ik met zo'n knie niet eens creatief zou kunnen judoën. Dat was een klap voor mij. Ik dacht zelfs aan stoppen. Maar ik kan toch niet zonder judo. Een nieuwe operatie en revalidatie van één jaar zag ik niet echter zitten. Dus begon ik in november met kracht- en stabiliteitstrainingen, en veel fysiotherapie om te zien hoever ik kwam. De laatste weken heb ik goed getraind en de knie voelde goed genoeg om nu mee te doen.” In Nijmegen won Penders voor de achtste maal op rij de Nederlandse titel. Ze draaide drie partijen en stond amper anderhalve minuut op de tatami. Na de finale tegen Romy Tempeleers sprong ze dolblij

in de armen van coach Graat Weber. „Ik vind dat ik de beste junior van Nederland ben en dat wilde ik vandaag laten zien. Daarom deed ik mee, het blijft toch een Nederlands kampioenschap en daar heb ik altijd goed gepresteerd. Daarbij is dit mijn laatste NK bij de junioren, volgend jaar maak ben ik senior.” Last van haar knie had ze niet. „Een beetje bang was ik wel en zal ik ook wel altijd blijven. Judoën zonder voorste kruisband zal altijd een zwak punt blijven, al kan ik verder alles met mijn knie. Wanneer ik geen gekke dingen doe moet het gaan. Ik ben nog niet op mijn niveau, de kracht is nog niet wat hij geweest is. De komende tijd ga ik verder met revalideren en hoop ik ook aan internationale wedstrijden als Erfurt te mogen meedoen.”