



"MIJN SPORT HELPT ME FYSIEK ÉN MENTAAL" | JIENKE (17)

Door WAT WAT jongerenreporter | 11-24 jaar

Jienke was 11 jaar toen ze voor de eerste keer op een basketveld stond. De passie was er meteen!



Vanaf moment één wist ik dat ik hier meer mee wou doen dan enkel voor mijn plezier spelen.

Jienke, 17 jaar

Wat betekent basketbal voor jou?

Sport is enorm belangrijk in mijn leven. Het geeft mij echt pure voldoening en is een enorme steun in mijn leven.

Het steunt me op twee vlakken: fysiek én mentaal. Sport verandert je als persoon. Het laat je veel inzien en leert je omgaan met winnen en verliezen. Je kan niet altijd winnen maar je kan wel verliezen en goed gespeeld hebben. Die mentale klik moet je kunnen maken.

Daarnaast heeft het me echt leren omgaan met verschillende soorten mensen. Want je moet nu eenmaal samenwerken om succesvol te kunnen zijn.

Wat wil je bereiken met je sport?

Aan de ene kant wil ik graag voor mezelf zo hoog mogelijk geraken. Een vaste waarde in het nationale team, een ploeg in het buitenland en de beste versie van mezelf kunnen zijn.

Aan de andere kant is mijn grootste doel toch wel om andere mensen te inspireren. Dat laatste begin ik momenteel al te merken wanneer ik op sociale media zet dat ik aan het trainen ben. Mensen reageren er dan op dat ik hard werk en dat ik een voorbeeld voor hen ben. Dat wil ik echt bij brengen aan elke jongere die te bang is om zijn doelen te halen.

Je moet ervoor werken en nooit opgeven. Als je dat doet is alles mogelijk!

TEKST: Margot Gysbrechts