

Uitstel Spelen en hernia dwongen judoka Dirk Van Tichelt tot afscheid

# 'Zoveel kracht dat het ineens krak zei'

Tokio in 2021 haalt hij niet meer. Judoka en olympisch medaille-winnaar Dirk Van Tichelt wordt na zijn sportieve pensioen wel gerecycleerd en ingezet ter behoud van een oude Belgische judotraditie: prijzen pakken. 'Ik wil die jonge gasten de weg tonen.'

HANS VANDEWEGHE

interviews bij topsporters thuis waren ooit de regel. Dat gebeurde voor of na een training, of als het echt druk was tussen twee trainingen. Vaste prik om het ijs te breken was de vraag: wat doe je vandaag nog? Waarna een antwoord volgde zoals: nog wat kracht, nog wat techniek, beetje losrijden (wielrenners) of x aantal kilometer extensief als het lopers waren.

Een tip voor wanhopige collega's die genoeg hebben van Zoom en andere fakesgesprekken, bij Dirk Van Tichelt (36) kun je nog steeds aan huis komen. Met mondmasker aan de voordeur, zonder als je nadelen ver genoeg aan de lange tafel gaat zitten. En je kunt nog steeds dezelfde vraag stellen.

Van Tichelt: "Wat ik vandaag nog doe als jullie weg zijn? Verder helpen met het renoveren van de badkamers. Elke olympische cyclus heb ik afgesloten met grote werken."

**Ben jij een van de indirecte slachtoffers van de coronapandemie?**

"Ja, eigenlijk wel. Ik was van plan te stoppen eind 2020, maar dan na mijn vierde Olympische Spelen. Alleen, ja, die Spelen zijn een jaar uitgesteld. Na Rio heb ik het van jaar tot jaar bekeken in de opzet van 'alles wat er nog bijkomt is mooi meegenomen'. Ik deed het nog wel erg graag, zeker met al die jonge gasten die er waren bijgekomen. Die hielden mij jong en ik kon hen een beetje wegwijs maken. Als je dan zo'n talent als Mathias Casse kunt helpen, geeft dat voldoening."

**Was er een moment dat je de klik hebt gemaakt: het is genoeg, ik stop?**

"Die nek die pijn deed, die hernia is de hoofdreden. Ik had tien jaar geleden al eens een insputting gehad. De pijn was toegegegaan. Twee jaar geleden is die teruggekomen en weer weggegaan door een insputting. Nu was ze weer terug en heb ik twee spuiten gekregen. Toen ik in de zetel lag en geen kant op kon, kwam mijn zoonnetje mij vragen om op de trampoline te spelen. Ik moest zeggen: papa kan niet, hij heeft te veel pijn. Dan denk je: is het dat allemaal nog waard?"

"Ik heb toen tegen mijn vriendin gezegd: ik denk dat het goed is geweest. Jaja, zei ze, morgen heb jij een afspraak bij de kinesist en die zal je wel weer oppappen. Effectief, ik voelde mij veel beter en ik sprak anders: 'Oh Esther, het heeft goed gedaan, het komt in orde.' Het week-end erna verbeterde het niet meer. Ik terug naar de specialist."

**In de pijnkliniek?**

"(krak) "Dan zit je al ver, dat klopt, maar dat hoort bij sporters. Die sprak over een hernia van twee jaar. Het was niet gevaarlijk als ik zou doorlopen, zei die. Ik moest alleen een beetje oppassen dat ik niet mijn hoofd niet op de grond terechtkom. Dat is natuurlijk een heel goede raad, maar waar je met je hoofd terechtkomt, dat ligt in judo vaak aan je tegenstander. Ik heb ook nog bij een neurochirurg langsgeslagen en die zei ook dat ik verder kon. Alleen was het zaaielen van de twijfel geplakt en dat is blijven groeien."

"Komt daarbij dat ik door corona nog nooit zo intensief met mijn kinderen heb samen geleefd. Ik sleep de laatste jaren met Mathias Casse dan met mijn vrienden. Ik had nog die droom van mijn vierde Olympische Spelen, maar al het andere dat ik daarvoor moest missen had ik nu ook gezegd. Voeg daarbij nog het besef dat mijn langer doorgaan mij later wel eens heel hard zou kunnen spijten."



Dirk Van Tichelt neemt voortaan de junioren vanaf achttien jaar voor zijn rekening. 'Ik denk wel dat dit mij ligt.' © WOUTER MACKEELBERGHE

"Hoe ik dat dan aan mijn manager heb gezegd dat ik wilde stoppen, weet je dat ik dat niet moest? Het was een proces en het heeft even geduurd voor ik om was. Een maand ongeveer was het van ja, neen, ja, neen... Tot het ja was."

**Had je niet moeten stoppen in januari 2019 nadat die voorste kruisband was afgescheurd?**

"Dat was stom, hoe dat is gegaan. We waren op een internationale stage in Oostenrijk en de training zat er eigenlijk op toen een jonge talentvolle judoka nog eens naar mij toe stapte voor een gevecht. Ik dacht: alle, gevecht tegen, nog een beetje. Ik probeerde die uit alle macht te gooien, over mijn schouder en daarbij zette ik zoveel kracht vanuit mijn been dat het ineens krak zei."

"Niet opereren was toen een optie. Mijn

vriendin heeft ook judo gedaan op hoog niveau en koopt al tien jaar met een herstelde voorste kruisband. Dat geeft iets meer slijtage en topsport zit er dan niet meer in, maar het kan, ik heb er even over nagedacht maar dan toch snel de knoop doorgehaakt: repareren, zo snel mogelijk vervallen en dan de vierde Spelen."

"Ik had anderhalf jaar om te vervallen en mijn olympisch ticket af te dwingen. Dat liep niet best, althans niet in wedstrijden. In Abu Dhabi verloor ik om de derde plek, maar ik moest in het voorjaar nog wel in wat grote toernooien een resultaat neerzetten om mij te kwalificeren. Ik had tegen de trainer gezegd: als jij het niet meer ziet zitten met mij, zeg het mij, dan stop ik erna."

"Hij vond dat ik nog heel goed vocht. Dat bleek ook uit de trainingen. Tegen Mathias Casse, wereldtop in een categorie hoger, ging het nog steeds gelijk op en dan weet je dat je in

ternationaal niet bent uitgespeeld. Toen corona alles stillegde, zag ik dat eerst als een buitengewoon succes. Eindelijk nog eens de conditie opbouwen en een stevige basis leggen. De rest volgt dan wel. Maar de rest kwam niet."

**In Tokio, Olympische Spelen in de mythische Budokan, dat was wel een mooie afsluiter geweest.**

"Bwa. Ik weet dat in 1964 het eerste olympisch judotoernooi ooit daar is doorgespeeld en dat Anton Geesink er de Japanner heeft geklopt. Maar om dat nu mijn mythische plek te vinden, neen."

**Die Beatles waren de eersten in 1966 om er live op te treden. En Made in Japan van Deep Purple is ook een mythische plaat.**

"O ja? Dat wist ik niet. Het is een mooie hal, dat wel, met de vorm van een tempel. De badkamer ligt ook in het groen. Maar als ik ergens ben om

# het ineens krak zei'

**'De eerste de beste voetballer die zich laat vallen met een gefakte blessure en meteen weer opstaat, krijgt meer zandtijd dan om het even welke olympische wereldtopper. Ik kan daar niet bij'**

te vechten kan dat evengoed in een vervallen kot. Ik heb er geen te beste herinneringen aan. Het was vorig jaar het eerste WK na mijn operatie en ik verloor meteen in de eerste ronde."

**Is je glas nu helemaal leeg?**

"Daar trek ik mij niet te veel van aan. Ik kijk niet terug. Ik zal wel een ander glas vinden om uit te drinken. (lacht) Ik ben daar ruchter in. De knop is ongedraaid en ook moest er een einde aan komen. Het lukte best, ook omdat ik die collega-judoka's niet meer heb gezien. Misschien als ik terug op hun training kom dat het dan erger wordt."

**Je zou in de begeleiding van de toptalenten gaan werken, klopt dat?**

"Daar is vorige week een beslissing in gevallen. Ik ga de junioren vanaf achttien jaar voor mijn rekening nemen. Ik denk wel dat dit mij ligt. Ik heb bovendien alle nodige diploma's, zowel trainer A als licentiaat lichamelijke opvoeding."

**Dat laatste op zich is al knap dat je als topsporter er nog bij hebt genomen.**

"Ik wilde een diploma hebben voor ik stopte. De eerste twee kandidaturen heb ik in twee jaar gedaan. Wel telkens tweede zit. Ik zet altijd die tweede zit in de prijs van de inschrijving in begrepen. Over de twee licenties heb ik nog eens vijf jaar gedaan, tot en met de thesis die ging over de kumi-kata, het vastrijgen van de tegenstander bij het begin van het gevecht. Mijn promotor was professor Peter Clarys, zelf een judoka."

"Daar heb ik nog een mooi verhaal over. Ik was net begonnen op de VUB toen we een Belgisch kampioenschap hadden. Een van mijn tegenstanders was die prof, maar ik herkende hem niet meteen. Ik wist wel: die heb ik al eens gezien, maar ik dacht in het judo. Nadien begon het mij te dagen: dat is verdorie die prof van mij. Die week heb ik een training verlegd om hem in de les te kunnen zijn. De eerste vijf rijen bleven zoals altijd vrij en ik ging pal voor hem zitten. Komt die prof binnen, kijkt in het auditorium en ziet daar die gezette die hem de zondag voordien een ippon had aangesmeerd. Ik was toen nog een gewone junior die elk EK in de eerste ronde verloor en helemaal niet bekend. Met een brede smelt leek ik hem aan. Hij is zijn les begonnen met vertellen over onze wedstrijd."

**Je bent een van de drie Belgische mannen die ooit een prestigieuze judomedaille hebben gewonnen. Robert Van de Walle blijft de keizer met goud en brons. Ken je je klassekers?**

"Ja. Bob was op dat WK in Tokio ook uitgenodigd, met als Ulla Werbrouck (goud in Atlanta, HVDW) trouwens. Ik ken de Belgische traditie in judo. Ik zat in 1997 als jonge judoka met het hele gezin gekluisterd aan de tv voor dat EK waar Jean-Marie Deflecker en zijn nationale ploeg negen medailles wisselen, waarvan zes keer goud. Een weekend later was het familiegedag met de nationale ploeg en daar was ik ook om foto's te maken en handtekeningen te verzamelen."

"Dat EK in Oostende was uniek en zal nooit meer worden verbeterd. Dat waren andere tijden. Voor een klein land als België wordt het steeds moeilijker om te concurreren met andere, grotere landen of landen waarin judo meer beoefenaars heeft. Neem nu Georgië. Mathias Casse verliest op het EK van een Georgiër. Waarom denk je? Omdat Mathias weinig of geen tegenstand heeft gehad in eigen land."

Hij zat vast door corona, kon niet naar het buitenland en kon alleen met zijn broer sparren. Die Georgiërs zijn met drie in hun categorie aan elkaar gegaagd en die maken elkaar beter."

"Hado is een wereldsport. Een kleine sport, dat wel, maar uit alle continenten komen er, dailiekandidaten. Als ik dan hoor hoe hier euforisch over veldrijden wordt gesproken... Alles in het veldrijden wordt gewonnen door Vlamingen of een Nederlander die in België woont."

**Wat nu in het judo? Je graden wat bijspijkeren via kata's?**

"Zeg nooit nooit, maar nu heb ik daar geen zin in. Ik ben zwaarte gordel tweede dan en die heb ik moeten halen omdat je anders niet naar de Spelen mag. Om nu al die andere graden te halen, ik zie daar het nut niet van in. Die kata's (gevechtsoefeningen met nadruk op de perfecte uitvoering, HVDW), dat is een beetje hetzelfde als een student die alles van buiten blokt, grootste onderscheiding haalt, maar die niks in de praktijk kan brengen."

**Robert Van de Walle was ook eerst behept met het demontoren van de tegenstander en is pas aan het einde van zijn carrière over zijn sport gaan nadenken.**

"Die filosofie, dat sacrale in het judo interesseert mij wel. Ik heb wedstrijdjudo gedaan en dat gaat dan meestal zonder veel bij na te denken. Je trekt die andere over en hij valt. Of niet. Maar hoe dat zit met dat spel van de krachten, waarom en wanneer iemand valt, daar stel ik mij meer en meer vragen over. Dus misschien komt het er nog van. Overigens vraag ik mij af waarom ik geen graadverbijding heb gekregen na mijn olympische medaille. Vroeger was dat het gebruik, maar dat heeft de gradencommissie afgeschaft."

**Is het judo veranderd tussen 2007 toen jij internationaal doorbrak en nu?**

"Er zijn regelmaatsaanpassingen gekomen om te beletten dat het onder impuls van de Oost-Europaanen te veel op worstelen ging lijken. Ze hingen nu minder over elkaar dan in het begin toen ik judo deed. Verder blijft het doel toch die andere op de grond leggen. Hoe dat dan gebeurt, is toch met geoorloofde middelen. "Judo is altijd een faire sport gebleven, met respect voor de tegenstander. Het gaat erom de andere uit te schakelen door hem te immobiliseren, niet door hem knock-out te slaan of zo te kwetsen dat die niet meer verder kan zoals in boksen. Oké, er is de wurging en dat is een techniek waarbij de gevulde moet aflopen of hij valt. Sommigen doen dat niet. Ik heb het zelf nog meegeemaakt, maar ik heb er al geen gevoel meer."

**Van de Walle sprak over armenklemmen en trekken tot het krak zegt.**

"Juist, maar die krak is niet met de hand, wel de ligamenten van het gewricht die worden uitgerekt. Doet ook geen deugd en je kunt natuurlijk aflopen, waarna je verlopen bent. Japanners kloppen bijna nooit af. Ik herinner mij een kamp tegen Akimoto, nu een van de Japanse vrouwencoaches, op de Masters. Op een gegeven moment had ik hen op de grond in armlenk. Ik dacht kom 'em en heb daar met mijn twee armen aan zijn armen getrokken tot ik helemaal leeg was. Die had echt heel veel pijn, dat kon niet anders, maar niet aflopen. Dus riep de scheidsrechter na een tijd 'mate' en we konden herbergen. Hij met één lamme arm en ik met twee compleet lege armen. Hij heeft die kamp nog gewonnen want hij stond een bestraffing voor. Niet te geloven."

**Op de Olympische Spelen haalt je ex-judoka's - ze mogen nog zestig zijn - er zo uit?**

"Dat gelooft ik best. Beetje moeilijk te been, die kop wat scheef omdat er nog pijn in de nek zit, en die bloemoekoren natuurlijk. Het is een sport die je redelijk sloop, toch op topniveau. Ik heb nu nog wat pijn aan mijn nek, maar dat gaat al veel beter. Ik kan alweer op de trampoline. Mijn vingers doen pijn als ik moet knijpen, die hebben jaren de judogi van die andere moeten vastpakken en maar trekken en sleuren. De impact van die duizenden keren dat je bent moeten vallen, is niet te onderschatten."

"Hoe ik nu spijt? Bah neen. Ik zou het direct opnieuw doen, op dezelfde manier. Oké, ik heb wat pijnjes en als ik Robert en Ingrid (Berghmans, HVDW) zie stappen, dan weet ik dat mij dat ook te wachten staat. Dat komt door het judo en dat hebben we mooi gehad. Wat er later van komt, zien we dan wel weer."

"Ik ga training geven aan junioren en op clubniveau zie ik mij ook nog wel zelf aan judo doen. Je kunt wel degelijk een beetje judoën. Grondwerk kun je lang volhouden, maar allemaal wel met een andere intensiteit. En de tegenstand zal natuurlijk ook minder zijn. Ik heb hierboven nog mijn fitnessmateriaal staan en nu ik voor het eerst lang gerevalideerd van mijn nek, na twee spuiten met cortisone, kan ik opnieuw wat trainen."

Dat dertien jaar topjudo slooperik was, was hem niet aan te zien toen hij in de eerste coronagolf deelnam aan *De container cup*, een programma van VIER dat future maakte omdat alleen van allerlei kunne het tegen elkaar opnemen in verschillende korte disciplines. Mathieu van der Poel werd de eindwinnaar, maar het programma kreeg een populariteitsboost nadat de wereldwijd Dirk Van Tichelt was gesesped. Vlaanderen leerde een topsporter/academicus kennen die zich op allesbehalve academische wijze voelkend, schurkend, zweetend en boerend doorheen de vijf proeven naar de leiding worstelde. Vooral zijn prestatie bij het gollen ging viraal, minder onwille van die 116 meter dan om zijn zwang die leek op houthakken met een golfclub.

**Is 'Start to golf' hier in Tessenderlo op de Millennium-club niks voor jou?**

"(lacht) "Neen, niet echt. Ik dacht dat dat is een try-out van een programma. Toen bleek dat Pieter Timmers en Remco Evenspoel al waren gepasseerd en dat het menens was. Ze hadden die proeven doorgestuurd maar daar had ik niet naar gekeken. Ik heb boven nog wel een loopband en een spintets staan. Had ik het geweten, dan had ik daar wel een paar keer op getraind om te zien wat de beste tactiek was. Ik denk dat ik zelfs het zadel van die fiets niet heb verzet, ook het wattage niet. Ik vond het wel plezierig. Weet je dat ik nooit meer in de kranten

heb gestaan en mijn naam heb horen vernemen dan met dat programma?"

**Hoor ik daar kritiek op de media?**

"Een beetje wel. Jullie beseffen niet hoe frustrerend een gebrek aan aandacht is. En hoe dat doorwerkt? Neem nu sponsoring. Na Rio, waar ik brons won, hebben mijn manager en ik het hele Autoscan plattelopen om autosponsoring te krijgen. Elk merk vond het of dat we langskamen en ze konden mij allemaal, overal wilden ze een selfie. Maar toen weer contact werd opgenomen, vingen we overal bot. "We gaan het toch niet doen." Waarom? Omdat ik maar eens om de vier jaar in de media kom. Rio is de laatste keer dat ze een hele wedstrijd hebben laten zien van mij of van een andere judoka, van hajime (het begin) tot score-madde (het einde)."

"Op dat laatste EK vochten Sami Chouchi en Mathias Casse tegen elkaar voor brons. Twee wereldtoppers, twee Belgen tegen elkaar. Waarom wordt die wedstrijd niet uitgezonden? Waarom moet het altijd wielrennen en voetbal zijn? De eerste de beste voetballer die zich laat vallen met een gefakte blessure en meteen weer opstaat, krijgt meer zandtijd dan om het even welke olympische wereldtopper. Ik kan daar niet bij. In andere landen is dat beter verdeeld. Dus wil ik iets veranderen? Ja, ik wil iets veranderen. Als ik maar één journalist kan beïnvloeden dat in mijn zijn kaas gaat en zegt dat ze iets meer aan judo moeten doen, of een andere olympische topsport, heb ik mijn doel bereikt."

Morgen: het jaar van de doorbraak van Meskerem Mees.

**"Toen ik in de zetel lag en geen kant op kon, kwam mijn zoonnetje mij vragen om op de trampoline te spelen. Ik moest zeggen: papa kan niet, hij heeft te veel pijn"**



Ten huize Van Tichelt in Tessenderlo doet de kinderspeelmat dienst als tatami. 'Judo is altijd een faire sport gebleven, met respect voor de tegenstander.' © WOUTER MACKEELBERGHE