

SOLVEJ.EU

facebook.com/SolvejRob

31 JANUARY 2018 BY SOLVEJ

Interview met Paralympisch talent Estée Gerritsen



*Estée is een optimistisch en ontzettend gemotiveerd talent. Nog voor haar 18e was ze al geselecteerd om Nederland te vertegenwoordigen op de Paralympische spelen in Rio 2016. En sinds deze week is Estée ook een van de **Fair Play Nederland** amazones, het ideale moment voor een interview!*

Estée, kun je jezelf kort voorstellen?

Ik ben Estee Gerritsen, 18 jaar oud. Al vanaf mijn 7e jaar rijd ik paard en ik beoefen nu de para dressuur op topsport niveau. Naast de paardensport doe ik ook nog een HBO opleiding Pedagogiek in Nijmegen.

Bij je geboorte heb je een moeilijke start gehad. Wat ging er mis en hoe heeft dat jouw leven beïnvloed?

Mijn geboorte liep niet helemaal zoals gepland, ik werd geboren met een Apgar score 0. Dit houdt in dat ik niet meer in leven was. Door middel van hartmassage en een spuit met atropine ben ik weer levend geworden. Mijn ouders kregen te horen dat als ik het zou redden ik hard gezegd een kasplantje zou zijn. Ik zou niet alleen in een rolstoel zitten maar ook helemaal niks kunnen. Door zuurstofgebrek heb ik een hersenbeschadiging opgelopen, genaamd CP, wat staat voor Cerebrale Parese. Dit houdt onder andere in dat het aansturen van spieren erg moeilijk is en mijn spieren aanspannen wanneer ze willen, spastisch dus.

“Ik kan bijna alles zelf. Alles kost mij alleen heel veel moeite. Wanneer een ‘gewoon iemand’ hinkelt, is dat vergelijkbaar moeilijk als voor mij lopen.”

Je was geselecteerd voor Rio maar door hartproblemen bij je paard Onassis mocht je wel mee maar kon je helaas niet zelf rijden. Dat moet een flinke domper zijn geweest, hoe ging je daarmee om?

Dit was in het begin heel erg lastig. Eerst besepte ik het helemaal niet. En op het moment dat ik besepte dat ik helemaal niet meer kon rijden drong het pas tot mij door. dat is de moeilijkste periode geweest. Maar na 2 maanden begon het toch echt al weer te kriebelen en wilde ik graag weer terug de topsport in. Vanaf het moment dat ik besepte dat ik weer terug wilde heb ik de hele situatie ook kunnen gaan zien als een grote, bijzondere ervaring.

Heb je inmiddels een ander paard?

Ik heb nu een nieuwe topper gevonden, deze lease ik. Het is een hele lieve stoere hengst genaamd Windsor. Vanaf de eerste rit klikte het direct. Ik was gelijk verkocht. Nu zoek ik met het oog op de toekomst nog een reservepaard zodat ik niet in dezelfde situatie terechtkom als met Onassis.



Je droom is mensen te inspireren en motiveren, hoe pak je dat aan?

Het begint vanuit mijzelf. Ik kies ervoor om bijna altijd positief te zijn. Ik probeer dit door te geven door interactie met mijn volgers/fans. Ook geef ik presentaties over mijn topsport carrière in combinatie met mijn beperking. Dat vind ik erg leuk om te doen.

“Ik ben blij met mezelf, hoe ik ook ben. Ik geniet van elke dag dat ik hier op aarde ben!”

Wie is jouw idool?

Ik vind dit altijd een lastige vraag. Ik kijk meer naar eigenschappen van mensen. Doorzettingsvermogen, doelgerichtheid en optimisme vind ik altijd inspirerend.

Op welk moment in je carrière als amazone ben je het meest trots?

Mijn allereerste internationale wedstrijd. Die dag vergeet ik nooit meer! Op dag één van het concours versloeg ik Paralympisch kampioen Pepo Puch.

Je gaat natuurlijk voor een ticket naar de Paralympische Spelen in Tokyo. Wat komt daar allemaal bij kijken?

Elke dag leef je ernaar toe. Ik train er natuurlijk hard voor en laat er dingen voor staan. De paarden zijn belangrijker dan een avondje stappen.

Hoe ziet jouw trainingsschema uit?

Ik train 4 keer per week. Zo blijft er ook tijd voor mijn school over. De eigenaresse van Windsor en ik rijden Winnie gevarieerd. Windsor kan al snel te veel mee gaan denken. Om dit te voorkomen wisselen we in een week de trainingen af. De ene keer intensief en proefgericht en de andere keer lekker ontspannen rijden.

Verander je iets aan je schema voor een wedstrijd?

Wanneer ik opbouw naar een wedstrijd oefen ik wat extra met mijn proef en vind ik het fijn om nog extra op les te gaan.

Wat doe je naast paardrijden om fit te blijven?

Naast dat ik met Winnie train, train ik mezelf ook nog in de sportschool.

Welke tip zou jij de lezers nog mee willen geven?

Ik probeer minimaal één doel te hebben per training zodat je gericht te werk gaat en ook echt met een tevreden gevoel kan afstappen. Ik probeer van elke rit die ik rij te genieten. Plezier en geluk vind ik een van de belangrijkste dingen in mijn leven. Geniet van elke dag want het kan zo maar voorbij zijn!



Estée, heel erg bedankt voor dit leuke interview. Wat leuk om jou zo een beetje beter te leren kennen en natuurlijk ontzettend veel succes en plezier in je weg naar Tokyo!

Volg Estée op [Facebook](#) of neem een kijkje op haar [website](#) !

Liefs Solvej

