





JESSICA GAL 'IK HEB ALLES OPZIJ GEZET VOOR JUDO'

Volgens een strikt regime leven? Dat nooit meer. Oud-judoka en sportarts Jessica Gal werd ondernemer na haar sportcarrière. 'Het voelde als een bevrijding.'

'Het gebeurde tijdens een training. Ik zette een worp in, werd achterover getrokken en voelde meteen dat het niet goed zat met mijn knie. In het ziekenhuis kreeg ik de bevestiging. Ik hoopte nog dat het goed zou komen.'

'Ik was heel jong begonnen met judo. Op mijn 14de zat ik voor het eerst in het Nederlands team, met 16 was ik Europees kampioen en toen ik 17 was stond ik al op de Spelen. Ik had een mooie carrière achter de rug, maar hij ging zo wel uit als een nachtkaars.'

'Jarenlang had ik alles opzij gezet voor het judoën. En had al twee jaar niets meer gedaan aan m'n studie geneeskunde. Als ik daar nog iets mee wilde, moest ik de draad snel weer oppakken.'

'Voor sportgeneeskunde heb ik bewust gekozen. Een specialisme buiten het ziekenhuis. Ik was bang dat ik anders weer met maar één ding bezig zou zijn: het vak. In m'n judotijd had ik al zo lang volgens zo'n strikt regime geleefd.'

'Toen ik na m'n opleiding aan de slag kon, zat ik vol energie. Alleen ik miste de mogelijkheid om zelf mijn richting te bepalen. Ik had heel vaak het idee dat dingen beter konden. Daar kon ik zo weinig mee. In de topsport werkte ik ook met een team. Maar uiteindelijk bepaalde ik mijn koers.'

'De opening van mijn eigen praktijk in Amsterdam voelde als een bevrijding. Ik merk dat ik groei in mijn rol als ondernemer. Van nature wil ik graag veel zelf doen. Die instelling remt me soms een beetje. Ik probeer daar wel op te letten. Het kost me al minder moeite dan in het begin. Maar het kan zeker nog beter.' ▣

Online hebben we leuke extra's toegevoegd. Kijk maar op www.opiniebladforum.nl

