

‘Ondernemen is veel moeilijker dan topsport’

Alles heeft ze meegemaakt in de sport: triomf en tragedie, anorexia en #metoo, leegheid en voldaanheid. Op haar veertigste is Ann Simons ondernemeester en coacht ze andere jonge ondernemers. De bronzen medaille van Sydney schreef er een boek over: *De zachte weg*.

Tekst HANS VANDEWEGHE / beeld ILLIAS TEIRLINCK





Het was een mooie ochtend in Club La Santa op Lanzarote. We waren met twee voor de *5K morning run* in een Belgian Olympic Team-shirt, een kleine atlete met korte blonde haren en ik. Zij kende mij niet en ik wist alleen dat ze Simons heette, het jonkie in de judobende van Jean-Marie Dedecker. Met haar looks van een puber, maar toen wel 19, leek ze niet de nieuwste olympische medaillekandidate.

Al vlug lagen we voor op de groep. Ze liep als een hinde, lichte tred, geen druppel zweet. Ze versnelde en begon te praten. Smalltalk, om te zien of ik zou kunnen volgen. Ik dacht: *no way* dat die kleine mij er hier afloopt. Nooit eerder en nooit meer sneller gelopen dan die novemberdag in 1999. Een snipperdag drong zich op, zij liep een dag later weer de hele bende zoek. Conclusie: een bijtertje, kan lopen, maar kan ze ook judoën? Geen jaar nadien pakte ze op bijna miraculeuze wijze een medaille in Sydney.

Ann Simons was toen al een buitenbeentje in de Belgische sport, en dat is ze gebleven. Nu heeft ze zelf een boek geschreven, inspirationeel en tegelijk to the point, en zo is ze zelf ook. Dat boek heeft ze digitaal voorgesteld. "We hadden eerst juni in gedachten en dan zouden we drie weken naar de Spelen in Tokio gaan. Niet dus."

Dan maar afgelopen woensdag, niet toevallig exact twintig jaar na die memorabele laatste aanval die haar in Sydney op het podium katapulteerde. Voorafgaand daaraan op een nazomerterras in het Gentse herinnert ze zich nog dat loopje. "Altijd en overal de eerste en de beste willen zijn, dat zat heel vroeg in mij. Dat perfectionisme is best lastig geweest. Faalangst, twijfelen aan mijzelf, ik heb het allemaal gehad. Ben ik wel goed genoeg, zo goed als ze zeggen? Dat gevoel. Heet dat *impostor syndrome*? Dat moet ik opzoeken."

BIO

Ik was uw spoor af en toe bijster; leg eens uit hoe het u na het judo is vergaan.

Ann Simons: “Na mijn studie toegepaste economische wetenschappen (TEW) ben ik even op de VUB gebleven. Vervolgens zat ik een tijd op de marketingafdeling van Sporza. Daarna ben ik voor Patrick Janssens gaan werken in Antwerpen. Tijdens zijn burgemeesterschap was ik adviseur sport. Heel leuk, maar veel stress, heel erg politiek ook. Na vier jaar begon Bart De Wever zich te profileren als burgemeesterskandidaat en twee jaar later hebben ‘we’ de verkiezingen verloren.

“Daar stond ik dan, niks om handen, weinig ervaring, ik kon wel ambtenaar worden aan de stad, maar dat zag ik niet zitten. Ik had al gehoord van Cronos en die heb ik een mailtje gestuurd: ‘Ik wil eens komen praten’”

Cronos Group, nog nooit van gehoord.

(lacht) “De groep draait 800 miljoen euro omzet en daaronder ressorteren bijna vijfhonderd bedrijven met zeventienduizend man die ervoor werken.

“Die discretie is min of meer de bedoeling. Jef De Wit, de initiatiefnemer, wil niet bekend zijn. Voor prijzen als Ondernemer van het Jaar en IT’er van het jaar wil hij niet eens op de shortlist staan.

“Wat we precies doen? Financiële en mentale ondersteuning voor beginnende ondernemers. Wie denkt dat hij of zij iets wil ondernemen, moet dat zelf uitzoeken en proberen, en dat kan bij Cronos. “De groep neemt een groot aandeel in het bedrijf, de beginnende ondernemer krijgt de rest van de aandelen. Niet de centen, maar de ontplooiing van de mens staat centraal. Je krijgt een salaris van de groep en je mag ondernemen: fouten maken, falen, herbeginnen, opbouwen.

“Mijn doel is heel jonge mensen kansen geven in ondernemerschap. Bedenk iets, kijk hoe je dat kan verkopen en leveren.”

Waarom dit boek?

“Ik zag parallellen tussen de wedstrijdmat en het echte leven. Wie ben je? Waarom doe je wat je doet? Hoe verwezenlijk je je dromen?

“De zachte weg is een leidraad hoe je je leven in eigen handen kan nemen. Ik beweer niet dat dit boek, of een boek, je leven kan veranderen. Het is geen wetenschappelijk onderbouwd werk, of een theoretische studie. Het is een soort reisverslag, een bundeling van ervaringen die ik ben tegengekomen tijdens en na de topsport. Want na mijn judocarrière moest ik mijzelf heruitvinden, op zoek gaan naar wat er nog in mij zat.”

Er staan heel veel abstracte begrippen in.

Neem nu inclusief leiderschap.

“Inclusieve leiders zijn leiders die creëren, die winst proberen maken, maar ook ondersteunen en op de lange termijn denken. Ondernemen is belangrijker dan winnen. Hou je vol als ondernemer en denk je op de lange termijn, dan volgt het winnen. Duurzaamheid hoort daar ook bij. Dat begrip kom je tegenwoordig vaak tegen. We hebben met de covid-lockdown toch een serieuze kans gemist om duurzaamheid te promoten en gigantisme wat tegen te gaan.”

Is ondernemen zwaar?

“Topsport is hard, maar de structuur wordt voor

- geboren in Tongeren op 5 augustus 1980
- ex-judoka, kampte in de klasse tot 48 kilogram
- nam één keer deel aan de Olympische Spelen en won meteen brons, in Sydney in 2000
- won verschillende medailles op diverse toernooien en won ook vijf World Cups
- had door blessures een korte carrière van amper vijf jaar
- is nu ondernemster en woont in Hasselt samen met haar vriend en haar zoon Ruben (10)



**‘JE KOMT MET TIEN JAAR
ACHTERSTAND OP DE
ARBEIDSMARKT TERECHT.
ER MOET EEN STRUCTUUR
KOMEN DIE TOPSPORTERS
HELPT EEN TWEEDE KEER
EEN DROOM
TE REALISEREN’**

jou uitgetekend en als je tien minuten van de trainer op je kop moet gaan staan, dan doe je dat. Ondernemen is veel zwaarder dan topsport. En ik ben dan nog een kleine ondernemster, in de veilige haven van de Cronos Group. Wat Heidi Rakels (judo-brons in Barcelona 1992, HV) heeft verwezenlijkt, dat noem ik ‘echt ondernemen’. Samen met haar man heeft ze een product op de markt gebracht dat uniek is en dat de hele banking-wereld wil.”

Wat u en Rakels hebben gedaan, kunnen niet

alle topsporters in hun nacarrière.

“Er is heel veel talent uit de sport nadien op een verkeerde plek terechtgekomen. Ik zeg niet dat Harry Van Barneveld (ex-judoka, brons in Atlanta 1996, HV) niet goed is in wat hij doet, politiewerk, maar hij had veel meer capaciteiten. Harry spreekt goed, is heel verstandig; hem hadden ze een traject moeten aanbieden. Ik wil zelf ook niets liever dan werken met jonge sporters met dromen. Die passie voor de topsport is altijd gebleven.

“Het wordt je ook niet bepaald makkelijk gemaakt. Je komt al met tien jaar achterstand op die arbeidsmarkt terecht en de vrouw heeft nog een extra nadeel, want soms wil die moeder worden, zoals ik. Dat kost je weer tijd. Toch denk ik dat er een structuur moet komen die topsporters helpt om een tweede keer een droom te realiseren. Als je uit de sporthal weg bent, beland je weer in een kleuterklas, maar topsporters hebben het in zich om zich daaruit op te werken.”

U begint uw boek met uw succes in Sydney en u bent meteen heel eerlijk: ik heb mijn medaille te danken aan de fout van de Noord-Koreaanse.

“Ja, dat was ook zo. Als zij weggloopt, kan ik die aanval niet meer inzetten, want ik stond op achterstand

met nog vijf seconden te gaan. Toen hoorde ik Jean-Marie Dedecker schreeuwen: 'Doe het nu, je kan het.' Ik heb dat gehoord en ik heb het gedaan. Hij heeft ervoor gezorgd dat ik in Sydney die laatste aanval heb ingezet en die medaille heb gepakt.

"Neen, Jean-Marie was geen inclusief leider. (lacht) Empathie moest je bij hem als judoka niet zoeken. Maar hij heeft ons wel gepusht tot daden en de omstandigheden gecreëerd om te presteren. Eddy De Smedt (ex-directeur topsport van het BOIC, HV) was dat meer. Hij heeft op mij ingepraat toen ik na mijn verloren halve finale niet meer om brons wilde vechten. 'Heb je hiervoor zo hard gewerkt?', zei hij en niet eens verwijtend of zo. Die twee samen hebben mij geholpen een medaille te winnen.

"Anderhalf jaar geleden - hij was net burgemeester van Middelkerke - zijn mijn vriend en ik Jean-Marie gaan opzoeken. Dat was een heel fijn moment. Maar weinigen weten dat hij heel erg oké is. Hoeveel mensen die niet heeft geholpen, ook financieel. Mensen hebben een verkeerd beeld van Dedecker en dat ligt natuurlijk aan hem. Ik heb het hem toen nog gezegd: waarom brul je toch altijd zo, waarom moet je altijd ruzie maken?"

Ik sta een beetje perplex van de weg die u hebt afgelegd. Ik herinner mij nog dat u TEW studeerde als een soort bezigheidstherapie.

"Ik wilde dokter worden, al van mijn achttiende. Maar ik wilde ook naar de Spelen. Jean-Marie had gezegd: als je hogeschool doet, selecteer ik je niet meer. Universiteit kon wel, maar dan in het topsporttraject aan de VUB. Heb ik dat dan maar gedaan. Op de persconferentie van mijn medaille in Sydney vroegen ze mij of ik klaar was voor een grote carrière in het judo. Ik zei: 'Neen, misschien ga ik voor dokter studeren.'

"Dat vonden ze raar, maar dat was mijn pragmatisme: ik zat in een categorie met de Japanse Ryoko Tamura (dubbel olympisch kampioene, HV) en die kon ik toch niet kloppen. Uiteindelijk ben ik doorgeslagen tot 2006 en op mijn 26ste gestopt met judo met kapotte knieën. Ik weet nog waar dat is gebeurd. In het Kodokan, het epicentrum van het judo in Tokio, stuurden ze een zwaardere Japanse op mij af, puur om mij te kraken. Dat is haar ook gelukt. Ze ging met haar volle gewicht op mijn knieën zitten en ik kon mijn kraakbeen horen versplinteren."

Uw boek heet *De zachte weg* en dat is ook de vertaling van het Japanse woord 'judo', maar die sport is helemaal niet zacht.

"Dat klopt. In het moderne wedstrijd judo komt het erop aan de tegenstander te slopen. Ik vind het wel een leuk spelletje, omdat je afhankelijk bent van de interactie, van wat de andere doet. Jigoro Kano, de uitvinder van judo, had het nochtans anders voor. Voor hem was het een vorm van zelfverdediging. Uiteindelijk hebben de Europeanen er een echte vechtsport van gemaakt."

Doet u nog aan sport?

"Ik heb vorig jaar de marathon van Antwerpen gelopen. Ik had veel getraind en dat ging best wel goed, beter dan verwacht. Mijn tijd? 3u16, ik was zevende vrouw. Ik dacht meteen: als ik nu een beetje doortrain, kan ik misschien naar de Olympische Spelen. Het heeft mij wel goed gedaan, die mara-



Ann Simons in actie op de Spelen van 2000 in Sydney, waar ze een bronzen medaille won.

'ANOREXIA IS EEN VRESELIJKE ZIEKTE: MIJN CROQUE-MONSIEUR WAS ALTIJD IN 87 STUKJES VERPIETERD OM TOCH MAAR DE INDRUK TE WEKKEN DAT IK HAD GEGETEN'

thon, maar ik weet niet of het slim was.

"Nadat ik was gestopt, ben ik geopereerd aan beide knieën. Ik was 26 en te jong voor protheses en dan hebben ze maar - als tweede in België - kraakbeen-transplantatie toegepast. Het kraakbeen dat er nog zat, hebben ze weggeschraapt en in een schaalpje opgekweekt tot meer kraakbeen en dan teruggezet. Twee knieën tegelijk, weken niet rechtop staan. Vier maanden heb ik in Pellenberg gelegen. Ik zat op de rand van een flinke depressie.

"Uiteindelijk was die operatie wel succesvol en dat lopen ging vorig jaar best goed. Neen, ik weet niet wat mijn chirurg Johan Bellemans van die marathon vond. Ik heb het hem wel laten weten, per mail."

U hebt de rozen maar ook alle doornen van de topsport meegemaakt. En passant zegt u 'ik heb anorexia overwonnen'. Er zijn er die daar een encyclopedie zouden aan ophangen.

"Ik wil daar niet mee te koop lopen, maar ik stop het toch ook niet weg? Ik heb anorexia gehad, getriggert door het judo, maar vooral door mijn perfectionisme. Ik kon het niet hebben dat ik iets meer dan 48 kilo zou hebben gewogen en dan mijn gewicht moest halen voor mijn gevechtsklasse. Ik wilde dus altijd onder die 48 zitten.

"Sommige ondernemers zijn ook anorectisch om dezelfde reden. Anorexia is een vreselijke ziekte: mijn croque-monsieur was altijd in zevenentachtig stukjes verpieterd om toch maar de indruk te wekken dat ik had gegeten. Soms at ik maar twee yog-

hurts op een dag, en dan een hele dag trainen, voor de Olympische Spelen nog wel."

Het judomilieu in uw tijd had te kampen met #metoo.

"Absoluut, maar ik heb geen spijt dat ik in dat judo heb gezeten. Ik heb ook ervaringen met een trainer die aan mij probeerde te zitten. Andere vrouwen heeft hij echt te pakken gehad. Ik heb dat toen aangeklaagd en die man is verwijderd uit het judo. Dat volstond voor mij. Men heeft mij dan even als boegbeeld van de seksueel grensoverschrijdende problematiek in sport proberen op te voeren, maar ook daar heb ik voor bedankt.

"Brutale trainers heb ik ook gehad. Vanuit die ervaring heb ik vóór de Spelen van Rio nog een tijdje enkele gymnastes begeleid op vraag van de Gymfed. Die hadden toen ook klachten over brutaliteiten van hun trainers. Ik heb altijd met mijn ervaring iets willen doen in de topsport en ik was toen ook net begonnen met het coachen van jonge ondernemers. Ik dacht dat ik die turnsters kon begeleiden in het zetten van de volgende stap, maar het kwam erop neer dat ik hen weerbaar moest maken om te kunnen opboksen tegen hun trainers."

Ergens las ik in uw boek: ooit wil ik de beste van de wereld zijn, nu wil ik al het beste voor de wereld. Dat is...

"... boeddhisme. En toch is het lastig om niet meer de beste van de wereld te kunnen zijn. Dat besef is vreemd. Neem nu die marathon. Ik loop die goed, waarom moet ik dan onmiddellijk beginnen denken aan de Olympische Spelen? Die strijd... Rust nu effe, zeg ik vaak tegen de mensen die ik begeleid. Misschien moet ik dat ook vaker tegen mijzelf zeggen."



Ann Simons, *De zachte weg*. Ondernemen is belangrijker dan winnen, Lannoo, 144 p., 27 euro. Meer info op dezachteweg.be.