Publication: BeeldMetroNoord (Main)
Publication Date: 17 Jan 2018
Page: 6

AVE: 18965.02
Circulation: 45000
Part: 1 of 1



# Charné so te sê verslaaf aan judo

Wilhelm de Swardt

Wanneer Charné Griesel (Tuks) sê judo het haar lewe onherroeplik verander, oordryf sy nie.

Toe sy jonger was, was sy só hiperaktief dat die onderwysers voorgestel het sy moet Ritalin as medisyne gebruik, maar haar ouers het geweier. Hulle het geglo sport was 'n beter manier vir haar om van haar oortollige energie ontslae te raak.

Griesel het begin hokkie speel en aan judo deelgeneem. Dit het nie lank geneem nie voordat sy in albei uitgeblink het.

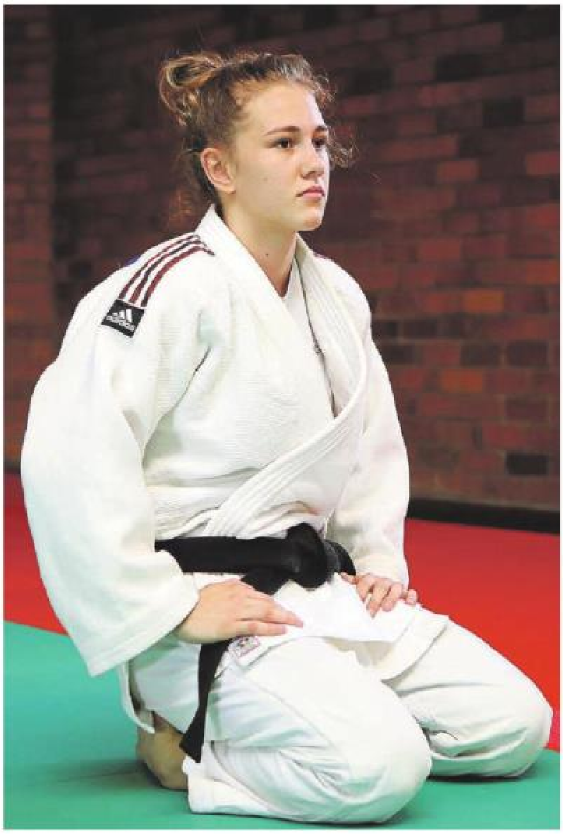
Sy het provinsiale kleure in hokkie verwerf en daar was diegene wat geglo het dat sy goed genoeg was om Suid-Afrika te verteenwoordig.

Ongelukkig moes sy 'n keuse maak. Sy het judo gekies.

> “Die dag as ek nie judo oefen nie, het ek probleme.

“Jy kan amper sê ek is verslaaf aan judo. Dit is absoluut deel van my lewe. Die dag as ek nie judo oefen nie, het ek probleme. Ek sukkel om te konsentreer en te slaap.

“Wat my betref, is judo die sport van alle sporte. Om te wen beteken nie net dat jy fiks en fisies sterk moet wees nie. Dit is 'n taktiese sport waarin jy die hele tyd moet dink. Die kere wat ek kans kry om internasionaal deel te neem, doen ek deeglik navorsing oor my teenstanders. Dit is vir my belangrik om te weet of hulle links- of regshandig is. Ek probeer ook uitvind wat hul taktiese sterk en swak punte is, en of daar 'n spesifieke tegniek is wat hulle baie toepas.



Charné Griesel Foto: REG CALDECOTT

“Judo is 'n sport waar jy nooit kan bekostig om op jou louere te rus nie. Daarom het ek net een doelwit elke keer wanneer ek op 'n judomat stap: Dit is om beter te wees as die vorige keer dat ek deelgeneem het.”

Met só 'n gesindheid is dit nie 'n verrassing dat Griesel verlede jaar twee Suid-Afrikaanse judotitels verower het nie. Sy is die junior (o.20) en kadetkampioen (o.18). Haar doelwit vanjaar is om haar juniortitel te verdedig en die senior titel te wen.

'n Groot hoogtepunt verlede jaar was toe sy die kans gekry het om aan 'n oefenkamp in Hongarye deel te neem.

“Een van die grootste probleme in plaaslike judo is dat daar nie genoeg vaardige teenstanders is nie. Daarom was Hongarye so 'n ongelooflike ervaring.

“Daar was soveel teenstanders teen wie ek kon oefen. Dit het my laat besef hoeveel verskillende style daar is. Om internasionaal te presteer moet jy in staat wees om jou teen elkeen te handhaaf.”

Nikola Filipov, die voormalige Olimpiese judoka van Bulgarye wat Tuks se judokas afrig, meen Griesel is talentvol genoeg om Suid-Afrika op die 2020 Olimpiese Spele in Tokio te verteenwoordig.

“Vrouejudokas bereik drie keer in hul loopbane 'n *peak*. Die eerste keer is tussen 17 en 18 jaar, dan 21 tot 22 en daarna weer op 24 tot 25 jaar.”

Filipov bieg hy kon nie aanvanklik Griesel se naam onthou nie. “Toe roep ek haar maar met: 'Hey you, come here.' ”

Griesel lag. “Coach kon my maar 'chocolate' genoem het, ek sou steeds gekom en na hom geluister het.”

This article is copyright protected and licensed under agreement with DALRO. Redistribution, modification, re-sale of this is not allowed without prior written consent of the original author of the works.