

> delimburger.nl zaterdag 6 november 2021

Sport

SPORT #2-4

Fenomeen in zijn wereld

Jo Schoonbroodt. FOTO PETER SCHOLS



‘Ik wil mezelf niet in slaap sussen’

Nooit eerder in Europa heeft een zeventigplusser harder gelopen op de marathon dan Jo Schoonbroodt. De 71-jarige Maastrichtenaar is in zijn wereld een fenomeen. Hardlopen schept orde in zijn leven en rust in zijn hoofd. En als hij dan toch eens neerploft op de bank gaat hij helemaal op in de originele versie van *You'll never walk alone*.

DOOR PATRICK DELAIT EN TIM GEURTS

Topsporter in de strikte zin van het woord is Jo Schoonbroodt nooit geweest. Aan een EK, WK of Olympische Spelen heeft hij nooit meegedaan. De Maastrichtenaar is een laatbloeiër. Zijn eerste stapjes als langeafstandsloper zet hij op een leeftijd waarop topatleten stilaan aan afhaken denken. Midden dertig is hij als zijn cholesterol bij een controle aan de hoge kant blijkt. Bewegen is de remedie.

Schoonbroodt maakt snel vorderingen en debuteert in 1988 op de halve marathon. Vijf jaar later is hij klaar voor zijn eerste marathon. In Rotterdam finisht hij in 2.49 uur. Inmiddels is hij 71 jaar en legt hij nog elke week een indrukwekkend aantal trainingskilometers af. Als in volle coronacrisis geen wedstrijden staan gepland, stelt hij zijn eigen doelen. Zo legt hij in honderd dagen 2500 kilometer af, ofwel van Maastricht naar Moskou. Zijn eerste marathons na een lange onderbreking zijn een schot in de roos. Zowel in Visé (2.56) als in Rotterdam (2.55) blijft hij ruim onder de drie uur en verbetert daarmee twee keer het Europees record in zijn leeftijdsklasse.

In hardloopkringen staat Schoonbroodt te boek als een fenomeen. De vakbladen staan bij hem in de rij voor interviews. Hij maakt deel uit van een groep atleten, de zogeheten Frontrunners, die het sportmerk Asics promoot. Sinds zijn pensioen bij DSM - hij werkte zijn hele leven voor de Limburgse chemiereus - besteedt Schoonbroodt veel tijd aan het geven van trainingen. Dagelijks jocht hij door Maastricht om groepjes gevorderden en beginners de kunst van het bewegen bij te brengen.



Jo Schoonbroodt woont aan de Groene Loper en doet er ook dagelijks zijn trainingen

Een streber ben ik nooit geweest, maar om het leven extra kleur te geven, heb ik wel een uitdaging nodig. Als je elke dag hetzelfde doet, komt er sleet op. Dat is ook zo met trainen. Als je jezelf niet af en toe een trap onder de kont geeft, blijf je niet wakker. Jo Schoonbroodt

Als Schoonbroodt ons ontvangt in zijn appartement aan de Groene Loper in Maastricht valt meteen zijn ranke gestalte op. Welvaartskilo's hebben bij hem geen schijn van kans. Een jeansbroek floddert langs zijn knokige, maar nog altijd gespierde benen. Aan zijn voeten uiteraard een paar sneakers van zijn favoriete merk. Het gegroefde gezicht oogt vermoeid. Het is pas vier dagen geleden dat hij in Rotterdam zijn nieuwe Europese record liep. De vraag hoe het kan dat hij op zijn leeftijd nog zo'n prestaties levert, krijgt hij vaker voorgeschoteld. Altijd komt hij terug op zijn stokpaardje. Hardlopen is voor hem *a way of life*.

Allemaal goed en wel, maar beseft u wel hoe uitzonderlijk uw prestaties zijn voor uw leeftijd?

„Soms. Als ik naar de uitslagenlijst kijk en zie dat de nummer twee in mijn categorie een half uur trager is. Dat is wel een heel groot verschil. Aan de andere kant: ik ben dagelijks bezig met hardlopen, doe soms drie trainingen per dag. Als ik de deur uitga en mijn vrouw Jenny vraagt hoe laat ik terug

ben, zeg ik dat dit kan variëren tussen anderhalf en drie uur. Het ligt er aan hoe ik me die dag voel. Ik train niet met vaste schema's."

U bent 71 jaar, hebt bijna 150 marathons of ultralopen op uw naam. 73 keer liep u een marathon onder de drie uur. Is het dan nooit genoeg?

„Een streber ben ik nooit geweest, maar om het leven extra kleur te geven, heb ik wel een uitdaging nodig. Als je elke dag hetzelfde doet, komt er sleet op. Dat is ook zo met trainen. Als je jezelf niet af en toe een trap onder de kont geeft, blijf je niet wakker. Ik wil mezelf niet in slaap sussen. Al rennende maak ik mijn hoofd leeg. Hardlopen geeft me voldoening en een goed gevoel. Dat zou ik niet hebben als ik zou berusten in een huisje-boompje-beestje-leven. Op een gegeven moment wordt het wel een spelletje in je hoofd. Wanneer stopt het? Ik wil op een verantwoorde manier blijven sporten en niet geblesseerd raken."

Als u mensen tegenkomt met veel overgewicht, kriebelt het dan nooit om hen bewuster te maken van een gezonde levensstijl?

„Ik geef vitaliteitstrainingen aan het Vista College, hier in de buurt. Ik werk daar met tieners die geen drie keer door hun knieën kunnen zakken. Hun conditie is zo slecht dat ik me afvraag hoe ze tot hun 67ste kunnen blijven werken. Dat baart me zorgen. Daar staat tegenover dat ik lesgeef aan groepen die ik meer moet afremmen dan motiveren. Wat dat betreft leven we in verschillende werelden."

U heeft zelf ook pas op latere leeftijd het licht gezien. In uw jeugd was er van sport geen sprake.

„Ik had dezelfde smoesjes als de jeugd van tegenwoordig. Tot mijn 36ste deed ik bijna niks. Ik heb even gefietst, maar toen kwam de Puch op de markt, zo'n witte brommer met een hoog stuur. Daar kon je de blits mee maken als je naar Maastricht ging. Dat vond ik toen veel interessanter dan sporten."

U bent opgegroeid in Borgharen in een gezin met zeven kinderen. Welke herinneringen bewaart u aan die periode?

„Borgharen was in de jaren zestig heel katholiek. Als kind mocht ik zondag niet naar buiten in een spijkerbroek. De kerk stond centraal. Ik werd misdienaar omdat het de enige afleiding was. Er was niks anders. Ja, je kon gaan voetballen of naar de fanfare, maar daar had ik niks mee."

Het was ook de tijd van de hippies en de provobeweging, die stond voor grote individuele vrijheid. We lazen dat ook Jo Schoonbroodt in die tijd lang haar had en rondhing op popfestivals.

„Roel van Duijn streek met zijn provobeweging neer in Borgharen. Daar was ik snel bij betrokken. Ik wilde de wereld verkennen, me afzetten tegen het gezag. Je spreekt over 1965-1966. We luisterden naar Radio Luxemburg. In de avonduren was er eerst Duitstalige en Nederlandstalige muziek, daarna was het de beurt aan Engelse dj's. Zo leerden we de Beatles, de Rolling Stones en Pink Floyd kennen. Ik was meer van de Beatles. Naderhand is dat veranderd. Ben toen naar hardrock en blues gaan luisteren. Rory Gallagher, Uriah Heep, Deep Purple, dat werk. In 1969 heb ik Pink Floyd in Utrecht gezien in de originele bezetting. Die reis werd destijds georganiseerd door *De Limburger*. De krant heeft me in deze richting geduwd (lacht).”

Wat vonden uw ouders ervan dat hun oudste zoon nieuwe horizonten verkende?

„Moeder kon veel hebben. Vader was weinig thuis. Hij werkte in Geleen in de mijn. Naast zijn werk was hij ook duivenmelker. We zijn opgevoed door mijn moeder en tante Lisa. Zij was vrijgezel en was vaak bij ons om te helpen in de opvoeding.”

Hoeveel van de oude hippie zit er nog in de man die nu voor ons zit?

„Ik luister nog altijd naar de muziek van toen. Mijn platen en pick-up staan bij mijn dochter, maar op de radio luister ik naar Arrow Classic Rock. Ook qua levensstijl ben ik niet veel veranderd. Ik ben nog altijd het liefst in de natuur. Daar voel ik me vrij.”

Is er nog iets waar u zich tegen wilt afzetten of gaat u de strijd niet meer aan?

„Ik ben geen Don Quichot die overal tegen in gaat. Ik vind het verstandig dat iedereen zich laat vaccineren, maar dat blijft een moeilijke discussie waarin ik niet op de voorgrond wil treden. Als ik in mijn buurt onrecht zie, probeer ik daar wel iets aan te doen. Hier op de Groene Loper wordt hard gereden op de ventwegen. Ik heb een brief geschreven naar de gemeente om te ijveren voor een 30 kilometerzone. Ik vrees dat het anders een keer faliekant fout gaat. Er staat hier voor de deur een monument voor een jongen die achttien jaar geleden dood is gereden door een drugskoerier. Toen lag de A2 hier nog. Die vader komt nog altijd kaarsen aansteken voor zijn zoon. Het verdriet is enorm. Zoiets wil ik hier niet nog een keer

meemaken.”



U heeft uw vrouw Jenny leren kennen op uw negentiende. Samen hebben jullie een dochter, Anouk. Bent u een familieman?

„Nee, niet echt. Ik doe graag dingen met mijn eigen gezin, maar met mijn vier broers en twee zussen heb ik weinig contact. We zien elkaar bij begrafenis en huwelijken, verder weinig. Dat is zo gegroeid. Omdat ik de oudste was, trok ik altijd op met generatiegenoten. Toen ik Jenny leerde kennen en Borgharen verliet, ben ik mijn broers en zussen helemaal uit het oog verloren. We hebben de deur nooit plat gelopen bij elkaar, maar ik weet zeker dat we er voor elkaar zijn als het nodig is.”

U hebt een sterk gestel. Geldt dat ook voor de rest van uw familie?

„Mijn broer Paul heeft ook ooit wedstrijden gelopen. Nu fietst hij. De anderen zijn niet zo sportief. Mijn vader is overleden aan stoflong. Mijn moeder was daarvoor al gestorven. Ze had diabetes en was daardoor blind geworden. Zij is in 1990 overleden, ik zat toen met mijn gezin in Frankrijk op de camping. Je had toen nog geen mobiele telefoons waarmee je snel contact kon leggen. Tegenover onze tent zat een man die altijd naar de Wereldomroep luisterde. Elke ochtend werden daar berichten omgeroepen voor mensen die huiswaarts moesten keren. Toen het kenteken van mijn auto werd genoemd en mijn voornaam, wist mijn buurman dat het over mij ging.”

Dat uw moeder was gestorven kreeg u dus te horen via de Wereldomroep?

„Ja. We moesten contact opnemen met het thuisfront. Toen moest je nog naar een telefooncel waar je muntjes moest inwerpen om gehoor te krijgen. Toen ik hoorde dat moeder was overleden, hebben we meteen alles ingepakt.”

Omdat u druk was met werk en sport heeft u weinig tijd kunnen besteden aan de opvoeding van uw dochter Anouk. Toen zij later beviel van een kleindochter, mocht uw vrouw wel bij de bevalling zijn en u niet. Was dat lastig?

„Als je dochter een kind krijgt, is dat een moment waarop je er als opa wilt zijn. Niet dat ik me buitengesloten voelde, maar toch. Ik had die dag de halve marathon van Posterholt gelopen en was thuis gekomen met een bos bloemen. Ik zat maar te wachten, maar de bevalling duurde lang. Ik heb toen een stuk papier gepakt en ben gaan opschrijven wat ik voelde. Om vier uur 's nachts kreeg ik bericht dat Anouk was bevallen. Met die bos bloemen en die brief in mijn hand ben ik toen naar het ziekenhuis gerend. Een emotioneel moment.”



Heeft u ergens spijt van?

„Achteraf had ik het liever gedaan zoals de ouders van tegenwoordig. Maar ik kan dat mezelf niet kwalijk nemen. Het was een andere tijd. Wat is gebeurd, is gebeurd. Ik sta niet lang stil bij dingen die ik toch niet meer kan veranderen. Kijk liever vooruit. Ook in mijn sport. Hoe goed ik had kunnen zijn als ik vroeger met atletiek was begonnen? Die vraag is me vaak gesteld. Volgens de rekenkundige tabellen verhoudt mijn marathontijd van 2.55 zich tot 2.04 voor een jonge atleet. Als je die lijn doortrekt had ik de Olympische Spelen kunnen halen. Maar het heeft geen zin om daar spijt over te hebben. Integendeel. Doordat ik laat met hardlopen ben begonnen, ben ik nog niet opgebrand en ben ik nog altijd gemotiveerd.”

U bent voor uw leeftijd nog heel vitaal. Toch komt het einde stilaan in zicht. Denkt u daar wel eens aan?

„Niet vaak, maar ik heb al vaker gezegd dat ik het liefst zou sterven in het harnas. Liever dat, dan jarenlang te moeten creperen in een ziekbed.”

Bent u bang om af te takelen?

„Niet bang voor mankementjes. Meer voor het moment dat de kwaliteit van leven zo ver achteruitgaat dat je geen zelfbeschikking meer hebt. Ik heb van dichtbij meegemaakt hoe mijn zwager is gestorven aan de spierziekte ALS. Na zes jaar worstelen, heeft hij gekozen voor euthanasie. Ik had toen net een trainingsweek gepland in Zwitserland en zou daarna de marathon van Sofia gaan lopen. Tijdens die marathon was ik in mijn hoofd vooral met zijn afscheid bezig. Die zwager was meer een broer voor mij. Ik had meer contact met hem dan met mijn eigen broers. Ik heb de drie uur toen niet gehaald. Na de finish kwamen de tranen. Het laatste appje dat ik van mijn zwager heb gekregen, staat nog altijd in mijn telefoon.”

Fantaseert u wel eens over het einde, hoe dat zou moeten gebeuren?

„Nee, nee, nee, daar denk ik niet over na. Ik droom eerder dat ik te laat bij de start van een wedstrijd kom.”

Hoe erg zou u het vinden om nooit meer te kunnen hardlopen?

„Vreselijk. Math Korpershoek is een loper uit de buurt met wie ik ben begonnen. Hij heeft twee nieuwe heupen gekregen, loopt nu met een stok. Ik moet daar niet aan denken.”

Uit zelfbescherming?

„Er komt tegenwoordig zoveel informatie op ons af. Als je dat niet goed kunt filteren, maak je jezelf gek. Ik probeer me daar wel tegen te

beschermen. Ik heb behoefte aan rust in mijn hoofd. Ik laat me niet snel meeslepen. Misschien vinden anderen me daardoor ongevoelig of zo. Terwijl ik zelf denk dat ik best wel empathie heb en meelevend ben.”

Wie vindt u ongevoelig?

„Dat zegt Jenny wel eens. Die kent me natuurlijk het allerbeste. Als zij vertelt wat er allemaal is gebeurd in de wereld, probeer ik het gesprek soms een andere wending te geven. Terwijl zij daar dan juist wat vaker over wil doorpraten.”

Is dat het egoïsme van de topsporter?

„Als ik dat van mezelf zou vinden, dan zou ik het ook moeten veranderen. Maar dat vind ik niet.”

U bent toch heel veel met uzelf bezig?

„Ik ben wel solistisch, maar niet egoïstisch. Dat is een verschil. Een solist kan goed zonder anderen uit de voeten. Bij een egoïst gaat het vaak ten koste van anderen.”

Geniet u van de erkenning en de waardering die u krijgt?

„Ik vind het wel mooi om mee te maken. Na de marathon van Rotterdam heb ik op Facebook, Instagram en Strava in totaal meer dan duizend berichten gekregen. Geen duimpjes, maar echt geschreven berichten. Vaak bedankjes van mensen die ik geïnspireerd heb. Dat vind ik belangrijker dan complimenten.”

PASPOORT

Leeftijd 71

Woont in Maastricht

Getrouwd met Jenny

Vader van een dochter, Anouk; opa van Sterre

Gepensioneerd, werkte 48 jaar bij DSM in Geleen als system engineer.

Europees recordhouder op de marathon in de categorie: 70-75 jaar. Liep in totaal meer dan honderd marathons en ultralopen. Geeft training aan diverse lopersgroepen in Maastricht. Maakt deel uit van het Asics Frontrunners-team.

OPEN & BLOOT

» Wat zou u aan uzelf willen veranderen?

„Ik zou minder behoudend willen zijn. Dat je niet twee stappen vooruit denkt, maar wat meer onbehouden in het leven staat. Gaan met die banaan en kijken waar het schip strandt, ja, die houding zou ik meer moeten hebben. Ik ben niet zo'n Pipi Langkous-figuur die zich in het onbekende stort. Dat heeft ook te maken met zelfbehoud. Ik heb die vaste ankers nodig om rust in mijn hoofd te creëren.”

» Wanneer heeft u voor het laatst gehuild?

„Dat was bij mijn zwager die aan ALS overleed. De crematie was heel emotioneel. Ik heb moeten leren om te huilen. Kom nog uit een tijd dat dit niet hoorde voor een man. Al is het ook niet zo dat ik vaak huil. Ik verwerk veel dingen in stilte, zonder tranen. Als je dat je hele leven hebt gedaan, dan weet je niet beter.”

» Aan welke eigenschap van een ander stoort u zich het meest?

„Ik erger me aan mensen die overal tegen zijn. Als hippie heb ik me ook overal tegen afgezet, maar dat was toch anders. Ik heb het idee dat mensen zich nu amper realiseren waarom ze zich tegen iets afzetten. Ik vind dat we doorslaan. Ik zie steeds minder ontwikkeling om me heen in plaats van meer.”

» Wat is uw guilty pleasure?

„Ik krijg kippenvel van 'You'll never walk alone' en dan vooral van de originele versie van Gary & the Pacemakers. Voor de start van de marathon van Rotterdam kruipt Lee Towers in een hoogwerker en zingt hij elk jaar dat nummer. Als je daar dan met 20.000 man staat, dan doet dat iets met je. Ik zing altijd mee, zwaai zelfs met mijn armen.

p.s. Hier de originele versie https://www.youtube.com/watch?v=OV5_LQArLa0

