

Paralympisch zwemkampioen Michael Schoenmaker:

‘Sporten heeft mij heel veel gebracht’

De Bredase zwemkampioen Michael Schoenmaker (30) won goud op de Paralympics in London 2012. Hij nam twee keer deel aan de ParaGamesBreda! en is daar zeer over te spreken: ‘Het is goed dat de ParaGames er zijn. Het is belangrijk om gehandicaptensport op de voorgrond te zetten. Sowieso voor de topsport, maar zeker ook voor de breedtesport. Ik weet dat veel kinderen en jongeren met een beperking niet weten waar ze terecht kunnen om te sporten. Dankzij de ParaGamesBreda! kunnen zij kennis maken met veel verschillende sporten. Sporten is voor hen een goede manier om te laten zien wat ze kunnen.’

Schoenmaker zwemt zelf al sinds zijn zesde. ‘Door zuurstofgebrek bij de geboorte heb ik een hersenbeschadiging opgelopen. Daardoor ben ik spastisch aan al mijn ledematen, vooral aan mijn benen. Ik zat als kind op de mytylschool in Roosendaal en daar kregen we zwemles. Dat vond ik heel leuk en daarom ging ik ook vaak met mijn vader zwemmen.’ Het zwemmen ging Schoenmaker zo goed af, dat hij al snel in het wedstrijdcircuut terecht kwam. Vanaf zijn vijftiende zwemt hij bij de nationale ploeg. ‘Dat was toen nog veel minder professioneel dan nu. Pas sinds een paar jaar ben echt profzwemmer, het is nu mijn beroep. Ik ben er zo’n dertig uur in de week mee bezig.’

Het belang van bewegen is voor Schoenmaker overduidelijk: ‘Sporten is zo belangrijk! Dat geldt voor iedereen, maar zeker voor mensen met een beperking. Het sporten heeft mij zoveel gebracht. Ik weet zeker dat ik in het dagelijks leven minder goed zelfstandig zou functioneren als ik niet zou sporten. En ook mentaal is sporten erg goed. Als ik hard getraind heb en ik heb daardoor een goede prestatie geleverd, dan is dat zo goed voor mijn motivatie. Dan weet ik weer dat ik niet zomaar iemand ben.’