

Lilian de Geus en Gregory Sedoc

Lilian de Geus en Gregory Sedoc zijn ambassadeurs van het AKT. In 2016 stopte Gregory Sedoc met atletiek. Hij kreeg de sleutel van de stad, als ereburger van Almere, en ontving de oevreprijs voor zijn hele sportcarrière. Martijn Postuma vroeg hem om ambassadeur te worden voor het AKT. Na Rio benaderde hij ook Lilian De Geus voor het AKT-ambassadeurschap. De Geus: "Ik vond het een leuk initiatief, omdat ik zelf ook de kans heb gehad om alle sporten te proberen en er plezier in had." Sedoc: "Voor mij geldt hetzelfde. Als ambassadeur zijn we gaan sporten met kinderen op scholen. Ik heb ook de ASM-opleiding gedaan."

Ambassadeurs van het AKT

De Geus was een veelzijdig sporter. Ze voetbalde met haar broers, tweelingzusje en vriendinnen op straat en ging met een vriendin op een vereniging: "Vaak begon ik met een sport, zoals handbal of ballet, en dan stopte ik er weer mee omdat ik het niet leuk genoeg vond." Wel voetbalde ze tot haar zestiende vier dagen in de week bij de SV Almere in de hoofdklasse en eens per 2 weken bij de KNVB in het district. "Mijn team viel uiteen en toen moest ik kiezen tussen voetbal en windsurfen." Ze koos windsurfen. "Op vakantie ging ik windsurfen met mijn broers en zus. Op mijn zeventiende deed ik mee aan wedstrijdjes. Mijn coach selecteerde me in 2013 om Olympisch te gaan windsurfen. Vergeleken daarbij was het damesvoetbal best wel onprofessioneel. Het windsurfteam had een voedingsdeskundige. Voor windsurfen kwam ik door kracht-sporten 8 kilo aan, anders was ik veel te licht." Sedoc ging als baby al mee met zijn ouders: "Ik ben letterlijk op de atletiekbaan opgegroeid. Mijn ouders deden aan atletiek; mijn broers ook. Op mijn zesde mocht ik zelf meedoen. Op mijn dertiende waren de jeugd-Olympische dagen." Daarna ging het hard: op zijn achttiende kwalificeerde hij zich voor het EK senioren, op zijn negentiende voor het WK. In 2004 deed hij mee aan de Olympische Spelen.

A-STATUS

Inmiddels is De Geus aan het trainen voor de Spelen van Japan. "Het is wel een hele route ernaartoe, want voordat ik mijn A-status had, moest ik heel veel zelf regelen." De Geus en haar ouders zochten sponsors en ze kreeg een bedrag uit het Fanny Blankers Koen Fonds (gemeentelijk fonds ter ondersteuning van individuele sporters, momenteel het Flevolands Talentenfonds). "Omdat ze graag dames wilden hebben, kwam ik in een talentenprogramma terecht bij het windsurfen. De top 40% krijgt een vergoeding voor de wedstrijden." Een sporter krijgt een A-status



van het NOC*NSF als hij of zij een mondiale top-8 prestatie haalt tijdens een internationaal topsportevenement. "Mijn hoogtepunten tot nu toe zijn het WK in 2018 en het EK in 2019."

AMBASSADEURS

Beide sporters wonen niet meer in Almere, maar hebben nog steeds een band met de stad. De Geus groeide op in Almere en begon hier met haar sport. "De gemeente hielp me, onder meer door het beschikbaar stellen van materialen voor de vereniging. Voor de vervolgstappen in de sport ben ik naar Scheveningen verhuisd." Sedoc kwam op zijn zeventiende van Amsterdam naar Almere. "Ik heb hier tot 2014 gewoond. Ik trainde in Papendal, maar mijn coach was een Duitser, dus ging ik om de paar weken naar Duitsland. Ondanks dat ik hier weg ben, is de link er nog steeds."

Lilian de Geus won in 2014 en 2015 de Wereldbekerwedstrijd windsurfen. Ze kwalificeerde zich in de RS:X-klasse windsurfen voor de Olympische Spelen in Rio de Janeiro, waar ze vierde werd. Haar grootste succes behaalde De Geus toen ze goud won op het Wereldkampioenschap in Aarhus (Denemarken, 2018).

Gregory Sedoc won in 2007 de Europese indoorkampioenschappen hordenlopen in Birmingham op de 60 meter horden. Hij nam driemaal deel aan de Olympische Spelen. In 2009 behaalde hij het Nederlands record op de 60 meter horden indoor.



Beide topsporters hebben een groot deel van hun leven in Almere doorgebracht en hebben hart voor de sport in de stad. Als ambassadeurs worden ze ingezet voor allerlei Almeerse sportevenementen. Zo maakte het AKT een promotiefilmje voor de AKT Sportexperience waar De Geus windsurft. "Ze filmde me op het Weerwater. Best bijzonder om daar te windsurfen, want het meer is klein en de wind komt door de bebouwing van alle kanten. Op het Gooimeer en het IJsselmeer surft het een stuk beter."

BEWEGEN BEGINT OP STRAAT

"Veel steden praten over het stimuleren van sport in hun stad", zegt Sedoc. "En ik ben bij veel van die bijeenkomsten geweest. Maar bewegen begint op straat. Als je daar niet toegankelijk maakt, zijn mensen afhankelijk van verenigingen. En moeten ze contributie betalen. Als je ziet hoe we dat in Almere hebben ingericht, met pleintjes die uitnodigen om te bewegen en te sporten, dan denk ik dat Almere voorloper is op dit gebied. Het AKT is geen verdienmodel, maar het is verschrikkelijk goed omdat er echt een idee achter zit. Je moet het niet op een poepveldje neerzetten. Dan krijg je afvallers, want dan moeten ze 's avonds naar de gymzaal. Door de regen. In het donker. Het AKT zorgt voor een inrichting van de ruimte waar goed over is nagedacht, waar jong en oud kan rennen, springen, klimmen, fietsen, alles. Als dat goed is, dan pas kun je verder met verenigingen."

