

## Andrea Vázquez straalt op Gouden Schoen «met dank aan personal coach»



Een afgetraind lichaam, met armen en schouders die perfect in haar rode bustierjurk pasten: Andrea Vázquez (33) schitterde woensdagavond, aan de zijde van haar nét-niet-Gouden Schoen Victor. Geen toeval, verklapt haar personal trainer: «In de fitnesszaal traint ze net zo intensief als haar man.»

• PHILIPPE GHYSENS EN WOUTER DEVYNCK •

# «Ze traint even hard als Victor»

«Met dank aan mijn uren in de fitness en vooral aan mijn personal trainer», lachte mevrouw Vázquez – meisjesnaam: Andrea Alvarez – woensdagavond. Ze liet heel wat hoofden draaien op de Gouden Schoen. «En dan heb je de rest nog niet kunnen zien», lacht haar 'personal trainer' een dag later. De man die Andrea laat afzien, is Tom De Backer, uitbater van trainingscentrum Healthpoint in Brugge. «Het is natuurlijk fantastisch dat ze dat zegt, maar ze heeft er wel zelf heel hard voor gewerkt. Mijn aandeel is miniem: ik zeg wanneer ze moet komen en wat ze moet doen, maar zij voert het uit zoals het hoort. En Andrea is héél gedreven: ze haakt nooit af.» De Spaanse schone traint intussen al een jaar bij Tom, aan een ritme van drie keer een uur per week. «Ze is binnengekomen met de doelstelling aan spiertraining te doen en vooral te werken aan haar figuur. Eigenlijk wilde ze in eerste instantie wat zwangerschapskilo's

kwijt. 'Ik wil er weer zo strak mogelijk uitzien', vertelde ze. Daarmee zijn we aan de slag gegaan en langzaam zijn er doelstellingen bijgekomen. Zo is ze aan conditietraining begonnen te doen en heeft ze in december voor de eerste keer vijf kilometer gelopen in de kerstloop in Brugge.»

### Verslaafd

Meestal komt Andrea alleen naar de fitnesszaal, maar soms brengt ze vriendin-voetbalvrouw Vanessa mee, de partner van Club-verdediger Oscar Duarte. «Afen toe wordt er wel eens over het voetbal gesproken, maar eigenlijk ligt haar focus heel fel op de training. Zoals haar man topsportman is, zo wil zij ook topprestaties leveren. Ze wil even hard presteren als hij. Het gaat bij haar verder dan trainen om er goed uit te zien. Ze wil ook een bepaalde intensiteit in de training leggen, zoals een topsporter dat doet. Ze zou ook wat minder kunnen gaan eten om er goed uit te zien, maar Andrea's ambities gaan verder. Als ik zeg dat ze de oefening 20 keer moet doen, dan doet zij het 30 keer, want ze wil er goed uitzien aan de zijde van haar man. Dat is te begrijpen, want ze moet er wel stáán. De tijd dat voetbalvrouwen in de achtergrond bleven, is voorbij. In de aanloop naar de Gouden Schoen heeft ze gezegd dat ze er die avond op en top bij wilde lopen. Daar heeft ze hard naartoe gewerkt. En nu traint ze gewoon verder.»

Zoals vele andere klanten kan Andrea intussen niet meer zonder haar training. «Ze starten allemaal met een persoonlijke doelstelling, maar al gauw wordt de training een vaste afspraak in de agenda en wordt het een sportieve verslaving. Het is ook een manier van ontstressen. Als ze een keer niet kunnen komen, laten ze me weten dat ze het gemist hebben. Ik moet ze motiveren, maar voorkomen dat ik ze over hun grens duw en dat ze in de pijnzone komen. En geloof me: voor hen is het elke keer een uur keihard werken.»

PERSONAL TRAINER TOM DE BACKER

Als ik zeg dat ze een oefening 20 keer moet doen, doet zij ze 30 keer. Ze wil er goed uitzien aan de zijde van haar man

Drie keer per week komt mevrouw Vázquez spier- en conditietraining doen.  
Foto's PN/Proot

