

Wencke's revalidatie story.

Mijn naam is Wencke en ik ben **professioneel performer/danseres**. Je zult dus wel begrijpen dat ik de hele dag veel van mijn lijf vraag en daar ook mijn geld mee verdien. Des te groter de domper, toen ik in juli 2009 een **flinke scheur in mijn linker kuitspier** opliep.

Die domper sloeg om in regelrechte paniek toen mijn arts me vertelde rekening te moeten houden met zes weken volledige rust, gevolgt door vier weken fysiotherapie. Met andere woorden: **tien weken uit de running** zijn! Dat betekende niet alleen tien weken niet dansen, maar dus ook tien weken niets verdienen (ik ben immers zelfstandig ondernemer). Dat nog los van de inkomsten die ik in een later stadium zou missen, doordat ik die tien weken ook niet zou kunnen instappen/repeteren bij eventuele nieuwe projecten.

Gelukkig wees een kennis me op het bedrijf JeTrainer.nl en al had ik er op dat moment nog niet zoveel vertrouwen in, ik waagde er toch maar een belletje aan. Zij begrepen mijn situatie (ook mijn financiële) en kwamen met een no-cure, no pay voorstel. Dat klonk me al beter in de oren en het feit dat er de volgende dag al iemand zou langskomen ook.

Ik dacht nog dat we zouden beginnen met een rustig gesprekje, gevolgt door een trainingsafspraken de week erna, maar nee dus. Er kwam een sportief ogende personal trainer binnen die na een intake gesprekje van tien minuten **mijn krukken afpakte**. Voor ik het wist waren we (voorzichtig) aan het wandelen en een half uurtje later was ik al oefeningen aan het doen.

Die week deden we al twee trainingssessies van zo'n anderhalf uur en de week erna nog twee van een uur. Daarnaast kreeg ik een aantal oefeningen en opdrachten als huiswerk. Mijn krukken kreeg ik pas terug na de tweede training in de tweede week en toen had ik ze al niet meer nodig. Dat weekend stond ik weer op de planken. Nog niet zo stevig als voor mijn blessure, maar ik stond er weer! **Nog geen drie weken na het ontstaan van mijn blessure!**

Natuurlijk was mijn conditie en fysieke toestand al uitstekend voor mijn blessure en dat heeft (ook volgens mijn trainer) veel geholpen bij mijn revalidatie, maar twee weken is toch nog steeds echt heel wat anders dan tien. Ik ben waanzinnig overtuigd en JeTrainer.nl heeft mij heel veel geld en ellende bespaard. Nogmaals super bedankt!

Groetjes van mij en voor de lezers: succes met het behalen van jullie doelstellingen met je trainer van JeTrainer.nl,

Wencke