

“Fysieke begeleiding is een ploegsport”

— **HERO omringt elke sporter met de complete zorg van een multidisciplinair team**

Edegem — Achter elke topsporter staat een ploeg gezondheidsexperts die elkaar aanvullen vanuit hun eigen vakgebied. Daar weet Anthony Pauwels alles van als osteopaat van Remco Evenepoel. Maar waarom deze totaalaanpak niet uitbreiden naar alle sporters en elk van hen een held maken van zijn of haar sportieve doelen? Het idee voor HERO was geboren. Samen met Christophe Heinix brengt Pauwels vandaag een gedreven team van medische en paramedische profielen samen in één praktijk voor begeleiding, revalidatie en preventie. “Ervaring is maar een deel van het geheel,” verduidelijkt Pauwels. “De wisselwerking en continue communicatie tussen onze specialisten maken onze benadering compleet. En uniek.”

NOOD AAN EEN VERNIEUWENDE AANPAK

Hoog tijd voor een frisse kijk op sportbegeleiding, voelde Pauwels vanuit zijn praktijkervaring. Mét elkaar werken, in plaats van naast elkaar. “Ik wou de blik op sporten verbreden en verrijken met andere perspectieven. De klassieke behandeling bleef steken binnen de grenzen van het eigen domein, wat op termijn beperkend werkt. Kottekes-kiné voldoet niet meer voor een moderne levensstijl”, weet Pauwels. “Ook sportbegeleiding doe je in team, in overleg en vanuit verschillende facetten. Gezondheid, beweging, voeding... Zo kan je in elke fase vertrouwen op de juiste expert, maar blijft de hele ploeg je langs de zijlijn mee volgen.”



Anthony Pauwels

TEAMWORK VOOR DUURZAAM RESULTAAT

Voor Pauwels en HERO is het duidelijk: een sportprestatie is geen 'of...of'-keuze, maar een 'en...en'-verhaal. "Wij vertrekken niet vanuit een probleemstelling, wel vanuit een doelstelling", voegt Pauwels toe. "Wat wil je als sporter bereiken; wat is mogelijk en hoe pakken we dit in alle volledigheid aan." Van zodra dit bepaald is, kan het team aan de slag.

HERO biedt onderdak aan een brede waaier van specialisten en diensten: van kinesitherapeut, osteopaat en voedingsspecialist tot sport- en fysieke arts. En van sportmedische screenings voor het bekomen van vergunningen tot inhouse EMG-onderzoek, of een directe echografie voor het vaststellen van bepaalde spier- en peesletsels. "Ze dragen allemaal vanuit hun kennisveld bij aan de werking en gezondheid van je lichaam," schetst Pauwels. "Welzijn en herstel, sportmedische begeleiding, training, voedingsstrategie... Elk HERO-traject beoogt een duurzaam resultaat dankzij de som van alle delen."



VOOR ELK SPORTPROFIEL

Hoewel HERO de mosterd uit de profsport haalt, wil Pauwels elke sporter de juiste begeleiding bieden. "We mikken zowel op prestatie als lichamelijk welzijn. Vanuit de vraag en behoefte het juiste programma opstarten en begeleiden." Je moet dus geen marathonambities hebben of een nieuwe Kevin de Bruyne willen worden om bij HERO binnen te stappen? "Onze physical coach Raf Gysemans begeleidt enkele (young) Red Lions in hun fysieke trainingen. We volgen ook zwemmers en triatleten. Dus als je dat wil, helpen we je zeker. Maar het is absoluut geen vereiste", lacht Pauwels. "Beginner, professional of drukke werkmens die de lichamelijke gezondheid op peil wil houden... Ons doel is dat jij je optimale zelf kan worden en blijven."

KLAAR VOOR DE TOEKOMST

Het veelzijdige aanbod van HERO is er niet enkel voor uiteenlopende sport- en bewegingsprofielen, maar ook voor alle leeftijden. Zo zijn jonge sporters volgens Pauwels een belangrijke groep om van in het begin nauwkeurig op te volgen. Zowel fysiek als persoonlijk. “Jongeren zijn enorm vatbaar voor prestatiedrang en focussen vaak enkel op vermogen en persoonlijke records. Sociale media voeden helaas die negatieve prikkels”, verklaart Pauwels.

“Met onze geïntegreerde aanpak willen we hen verantwoord begeleiden en behoeden voor schadelijke verwachtingspatronen. Via medische screening, haalbare programma’s en dieptegesprekken. Want sport is zeer fijn, maar er is ook nog een leven naast de prestatie.”

FORMULE 1

De deur van HERO staat dus open voor alle sporters en leeftijden. Persoonlijk heeft Pauwels nog een heel onverwacht profiel op zijn verlanglijst om te begeleiden. “Formule 1 vind ik enorm fascinerend”, bekent hij. “Piloten moeten het niet zozeer hebben van beweging, maar hun lichaam komt onder invloed te staan van enorme externe krachten. Dat kan wel eens zeer interessante inzichten geven.”



*Wil je kennismaken met de unieke aanpak van HERO? Op **Belgium Bike Fest (9-11 mei)** kan je de HERO-workshop trainingsleer volgen en ontdekken hoe jij de sportieve held in jezelf bovenhaalt.*

[Meer info](#)



Contact

Pers BUZZ: **Seppe Slaets**

+32 (0)477 62 87 66 — seppe@buzz-agency.be