



JULIA

A bit Rich

Tja, die putten hè. Die wil je toch liever niet. En dus sleept Julia zich, samen met Anke, twee keer per week naar de sportschool voor een date met personal trainer Rich.

Het is de bedoeling dat Anke en ik elke dinsdagavond en vrijdagochtend samen trainen bij onze personal trainer Rich. Dit gaat alleen niet van een leien dakje. Ten eerste is het al een hele prestatie als we beiden (op tijd) op een van deze dagen arriveren. (Een keer per week trainen vinden we al heel wat, dus als we de dinsdag hebben gehaald, dan laten we de vrijdag maar al te graag varen.) Vervolgens aan Rich de taak om ons überhaupt aan het trainen te krijgen. Want ja, op dinsdag worden alle gebeurtenissen van het afgelopen weekend doorgenomen, en op vrijdag de plannen voor het komend weekend. "Meiden, gaan we nog trainen vandaag of gaan we alleen maar kletsen?" horen we 'm meer dan eens zeggen tijdens een les. "We

wisten niet dat je boos werd, Rich," plagen we hem dan vaak. We moesten er een jaar geleden aan geloven, omdat we niet al te happy waren met onze cellulite. Dus gingen we braaf richting Rich voor een halfuurtje boksen en een halfuurtje billen- en benen-oefeningen. Alsof dat al niet genoeg is, doen we ook nog aan bindweefselmassages. Ik kan je vertellen, vriendinnen: die zijn niet mals. De eerste paar behandelingen waren we bont en blauw en waren onze benen niet toonbaar. De massages maken vetophopingen los, die dan door je lichaam afgevoerd worden. Klinkt fantastisch, in de praktijk is het niet het leukste wat ik kan bedenken. Het roept de vraag op wat erger is: benen met wat cellulite of benen vol blauwe plekken. En dacht ik dat mijn cellulite echt stukken minder was na een bezoek aan de horrormasseur, zei Dave daarna thuis doodleuk: "Nee hoor Juul, zit er nog allemaal." En bedankt, Dave. Daarvoor heb ik dus een uur liggen creperen. Toedeledokie. Inmiddels ben ik gestopt met de bindweefsel-massages, en Anke is overgestapt op LPG-behandelingen. Ik probeer de putten op mijn benen te omarmen en heb geleerd mij te richten op wat ik wél heb. Niet de strakste kont, maar wel dik haar en mooi gevormde lippen. En ja, die zijn mij door Moeder Natuur geschonken. Ik krijg die vraag dagelijks op Instagram, maar mijn lippen, daar hoef ik gelukkig niets voor te doen (pfieuw, scheelt weer). Niet dat ik iets heb tegen fillers en/of botox, iedereen moet lekker zelf weten wat hij of zij mooi vindt en daarvoor over heeft. Ik laat me in elk geval niet meer fijn kneden voor een putje minder. In de sportschool ben ik nog wel te vinden, want dat vind ik hartstikke gezellig. Misschien niet per se wat je zoekt in de sportschool, gezelligheid, maar ik vind dat belangrijk. Want anders gooi ik direct de handdoek in de ring. En je gelooft het niet, maar ik denk dat er een spierbal aan zit te komen. Al weet ik niet of dat komt door het gewichtheffen met Rich, of door de glazen wijn waarop we ons na elk lesje trakteren. **G**

Julia Mekkes (26) is strafadvocaat in opleiding, geboren en getogen in Amsterdam en woont samen met vriend Dave Roelvink en hond Klaas in Landsmeer.

De massages roepen de vraag op wat erger is: benen met wat cellulite of benen vol blauwe plekken