OPINIEBLAD FORUM

DEZE ONDERNEMER WEET: BERGBEKLIMMEN KAN JE DOOD WORDEN

14-11-2018 De Kilimanjaro: check. En de volgende is de Mount Everest. Ondernemer Jan Scheele is 'verslaafd' aan bergbeklimmen. Maar hoe ga je in vredesnaam door als je kuiten exploderen van de pijn?

'Alle seven summits beklimmen – oftewel de hoogste berg van elk continent. Dat leek me wel wat. Toen ik vorig jaar met collega's van TED de kans kreeg om de Kilimanjaro in Tanzania (5.895 meter hoog) te beklimmen, zei ik gelijk: 'ja'. Ik was altijd al sportief en daarvoor trainen leek me een mooie uitdaging. Zeven dagen lang gingen we die berg op, terwijl de begeleiding die mee was ons tentenkamp opzette. Het eten is lekker – er worden gewoon hamburgers en omeletten voor je gebakken – maar verder leef je primitief. Heerlijk. Telefoon uit, een week niet douchen. Al zijn er dan alsnog klanten die je gaan bellen en sms'en.'

De uit de hand gelopen hobby van

Wie: Jan Scheele

VNO-NCW gebruikt cookies

Fijn dat je onze website bezoekt. Op onze website maken we gebruik van cookies om de functionaliteit en de werking van onze website te verbeteren. Naast functionele en analytische cookies gebruikt VNO-NCW ook additionele cookies. Vind je het goed als we deze plaatsen?

Prima ›

Liever niet

op wat voor je ligt. Een handige les voor een ondernemer.'

Wat voor uitzicht h dus:

Bergbeklimmen is pijn lijden

'Laatst las ik een onderzoek van de Navy Seals naar uithoudingsvermogen. Als je denkt dat je op je max zit, zit je eigenlijk pas op 40 procent. Bij bergbeklimmen komt die kennis goed van pas. Als mijn kuiten exploderen van de pijn, weet ik dat ik dat gevoel moet uitschakelen. Training van je geest hoort dus ook bij de voorbereidingen. In mijn geval betekent dat elke ochtend rond 6 uur mediteren voordat ik om 7 uur naar de sportschool ga. Ik ben veel met mijn geest bezig, herinner mezelf eraan dat ik op een bergtocht af en toe ook even omkijk en geniet van die geweldige natuur. Dan pas heb je de ruimte in je hoofd om zaken te verwerken. Problemen met een zakenpartner, een verbroken relatie: tijdens het klimmen merk ik dat ik dat een plek kan geven.'

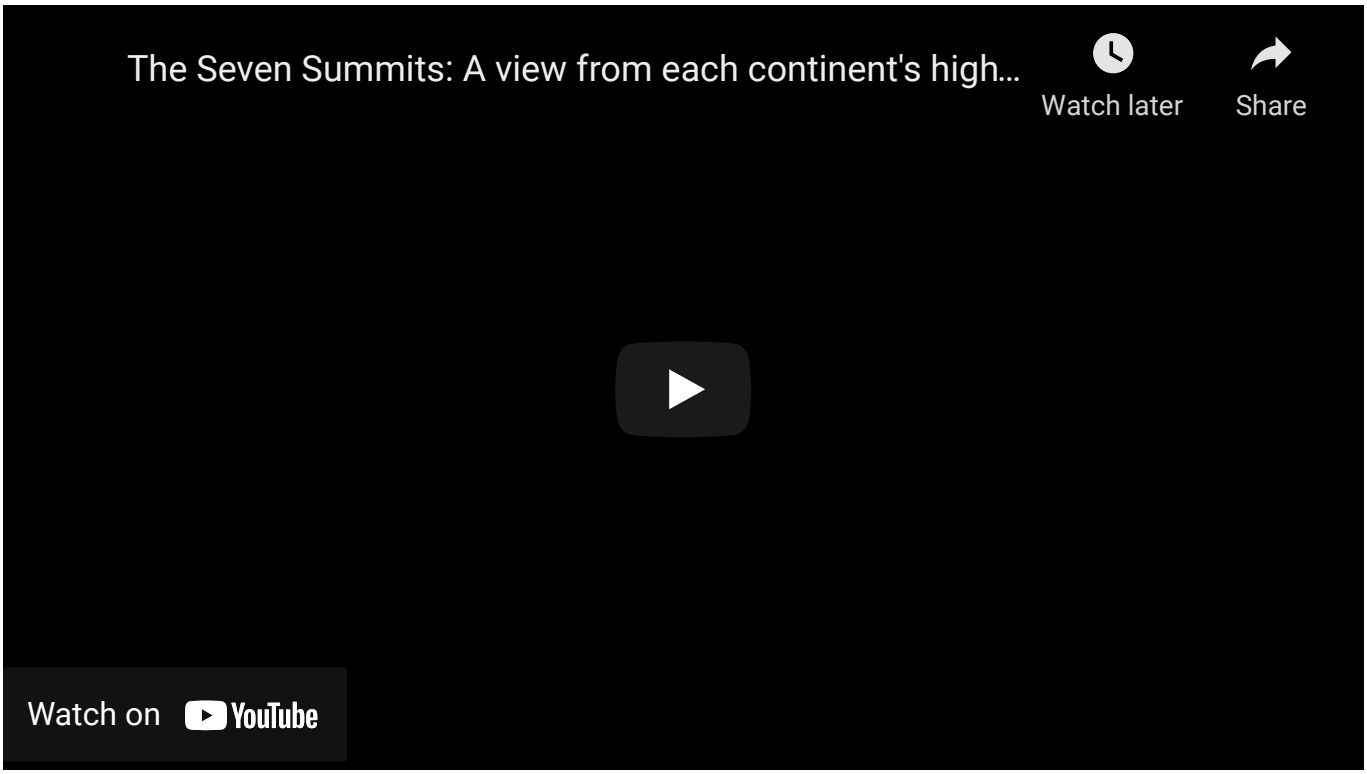
Bergbeklimmen is verwerken

'Bergbeklimmen gaat niet om snelheid, maar om uithoudingsvermogen. 30 kilometer wandelen met een rugzak, je *core*, rug en bovenbenen trainen. Maar voor elke klim, bereid je je op een andere manier voor. Voor de Mont Blanc ging ik de klimhal in, juist omdat het zo'n technische berg is. Vanaf 1 januari stop ik weer met drinken. Zodat ik op 4 april helemaal fit kan vliegen naar Nepal om de Mount Everest (hoogte: 8.848 meter) te beklimmen.'

'BERGBEKLIMMEN GAAT NIET OM SNELHEID, MAAR OM UITHOUDINGSVERMOGEN'

'Ik hou er van om dingen heel systematisch aan te pakken. Ik heb vier bedrijven, waarvan twee in de blockchain. Om alle ballen in de lucht te houden, is goed plannen een must. En als het wordt aangeraden, ga ik zeker met begeleiding een berg op. Je wilt geen goedkope hersenchirurg, je wilt een goede. Ik hoorde van vrienden die met een goedkope partij gingen dat ze op crackers hadden geleefd en ziek waren geworden. Zonde van je klim.'

Nou vooruit, ook even een filmpje van de 7 summits zelf:



Voor de beklimming van de Mont Blanc ging Jan Scheele de klimhal in. Maar elke berg vraagt zijn eigen voorbereiding
Foto: Rob Overmeer

Lees meer over

uit de hand gelopen | ondernemerschap | blockchain | interview

Judith Katz
redacteur Forum

katz@vnoncw-mkb.nl
+31 70 3490 162

MEEST GELEZEN

Schulden door corona: 'Dacht dat overheid ondernemers zou helpen'

Horeca worstelt met prijsstijging: ‘Straks komt de klant niet meer’

Prijsstijging raakt ook industriële bakkers: 'Wat als alles opraakt?'

Organon droeg bij aan de seksuele vrijheid van

Handig: de wekelijkse Forum-alert

Meld je aan voor de nieuwsbrief en ontvang de gratis updates

Uw e-mailadres

Ik ben geen robot

reCAPTCHA
Privacy - Voorwaarden

Aanmelden ›

Forum

02-10-2018

Overdag is hij aannemer en ’s avonds... fokker van de Barnevelder kip

Hij houdt van het gekloek en gescharrel. Maar of aannemer Hans Stil daarom nou begonnen is met het fokken van de Barnevelder kip?

Forum

03-09-2018

Deze ondernemer verbrak een record open water zwemmen

Ja, serieus. En het is zelfs de vraag of Maarten van der Weijden het record open water zwemmen van Rutger Mollee wel zou kunnen verbreken.

Forum

21-06-2018

Waxcoat aan, bos in: deze ondernemer speelt midwinterhoorn

Alleen blazen tussen advent en driekoningen. En oja, je moet een midwinterhoorn ook zelf maken. Waarom Geurt Hilmer smult van zulke tradities.

Forum

06-06-2018

Deze ceo doet aan waterpolo: ‘Je hebt zo een paar krassen op je rug’

Resoluut stoppen met topsport: nooit doen. Weet Erwin Zwerver (Econsultancy) nú. Hij begon opnieuw met waterpolo en reist de wereld ervoor af.

Forum

03-05-2018

Randstad-directeur: ‘Schapendrijven is aantrekkelijk raar’

Hij kocht 5 schapen en een bordercollie. Zo begon ‘t schapendrijven. René Schripsema is directeur bij Randstad en heeft 'n bijzondere hobby.

Forum

17-04-2018

Ondernemer Nick van Gils: ‘Radio dj worden ging bij mij om de muziek’

Ondernemer Nick van Gils wilde nooit fulltime radio dj worden, maar werd tóch succesvol in de radiowereld naast zijn eigen bedrijf.

Forum

27-03-2018

Deze ondernemer is piloot in zijn vrije tijd: ‘Een jongensdroom’

Piloot? Ja, ondernemer Gerben Schepers (Sel Chemie) rijdt niet, maar vliegt naar zijn klanten. 'Die vrijheid: het mooiste wat er is.'

Forum

27-02-2018

Dankzij g-voetbal staat Ron Rijser weer met beide benen op de grond

Werken werken en voor niets anders tijd. Tot Ron Rijser met g-voetbal in aanraking kwam. De ondernemer werd er weer een aangenaam mens van.

Forum

09-01-2018

‘Alfa Romeo racen heeft van mij een petrolhead gemaakt’

‘In een Alfa Romeo racen is vooral racen tegen mezelf’, zegt ondernemer Peter Rikken over zijn hobby. ‘Stank van benzine, herrie: geweldig.’

Forum

13-12-2017

‘Investeren in whisky? Van dat geld had ik een huis kunnen kopen’

Het begon als een hobby, maar liep al snel uit de hand. Ondernemer Bas Evers (Groot & Evers deurwaarders) is gek op investeren in whisky.

De Lobby

Standpunten
Columns
Publicaties
Projecten
Nederland Onderneemt Maatschappelijk!
Ondernemen.nl

Lees Forum

Opinieblad Forum
Over Forum

Over ons

Over VNO-NCW
Onze nieuwe koers
Bestuur
Leden
Werkorganisatie
Kantoor Brussel
Lidmaatschap
Bilderbergconferentie
Vergadercentrum
Vacatures
English: about VNO-NCW

Contact

Bezuidenhoutseweg 12
2594 AV Den Haag
T +31 70 349 03 49
Postbus 93002
2509 AA Den Haag
meer contactgegevens »

Aanmelden nieuwsbrief

Uw e-mailadres

Ik ben geen robot
reCAPTCHA
Privacy - Voorwaarden

anmelden ›

Volg ons

Rss feed

Copyright 2022 VNO-NCW