

'Ik moest als klein meisje dapper zijn om verder te komen.'

Skadi

de stuntvrouw

Als je aan kinderen vraagt wat ze later, wanneer ze groot zijn, willen worden, zal een enkele jongen misschien 'stuntman' zeggen. Maar een meisje? Skadi van Paasschen had het ook nooit gedacht, toch werd zij het. Stuntvrouw! Hoe zij het van turnster en gymnastieklerares, therapeute en stuntvrouw-actrice, uiteindelijk tot yogadocente bracht.

"Ik ben heel klein", antwoordt Skadi aan de telefoon op mijn vraag hoe ik haar herken, wanneer we een afspraak maken. Als we elkaar vinden zit ze op een fiets en valt haar lengte van 152 cm niet meteen op. We beginnen over haar schooltijd in Zutphen.

Turnen

De verhalen op de onderbouw vond ze prachtig, maar voor Skadi (35) was toneel favoriet op de vrijeschool. Ondanks haar verzet op de bovenbouw, dat ze als een normaal verschijnsel beschouwt, zegt ze: "Als ik kinderen zou krijgen wil ik dat ze naar de vrijeschool gaan."

Bij het springen over het vuur met Sint Jan, wilde Skadi van het begin af aan alleen. De leerkrachten stonden verbaasd tegenover zoveel lef van het kleinste meisje uit de eerste klas. Daarmee illustreerde zij meteen al de rode draad in haar leven: "Als klein meisje moet je dapper zijn om verder te komen."

Vooraf van gymnastiek hield ze enorm, ze kon er niet genoeg van krijgen. Vanaf haar elfde jaar ging ze turnen. "Het was iets waar ik goed in was. Taal, lezen en schrijven was minder, vanwege mijn dyslexie." Op school was er te weinig beweging voor haar. Ze ging iedere dag als ze uit was meteen naar de gymzaal. Ook op zaterdag en zondag. "Eén grote speeltuin! Het vergde veel discipline, maar ik heb niet het gevoel dat ik iets heb gemist", zegt ze breed lachend.

De school was voor haar niet erg meegaand, toen zij later bij het Nederlands jeugdteam zat, waarmee ze op internationaal niveau turnde. Andere kinderen kregen nog wel eens vrij, of mochten eerder weg om naar het conservatorium te gaan. "Ik mocht dat niet. Ik vond dat op sport een beetje neergekeken werd door de school. Voor mijn moeder was het ook minder belangrijk, maar ik ging toch."

Polsbreuk

Haar vastberadenheid en doorzettingsvermogen spreken boekdelen als ze vertelt over de gevolgen van de val, waarbij ze haar pols brak. De breuk werd niet gezien in het ziekenhuis, men dacht aan een kneuzing, ook bij de tweede controle. "Ze gingen er van uit dat het een beetje aandacht-trekkerij was. Daardoor heb ik een jaar met een gebroken pols geturnd."

Een keer tijdens de afwas bij haar oma wilde ze niet helpen; haar pols deed zo'n pijn. Daarop besloten haar moeder en oma om naar een ander ziekenhuis te gaan.

Er volgden in drie jaar tijd drie operaties, maar met de pols is het niet meer helemaal goed gekomen. Er kwam een einde aan haar carrière als turnster. "Al die tijd had ik getraind op één hand, en gaf ik ook nog les aan kleintjes."

Mensendieck

Skadi bracht de laatste twee jaar van de vrijschool door in Amsterdam en hield er een Havo-diploma aan over. Ze was toen 18

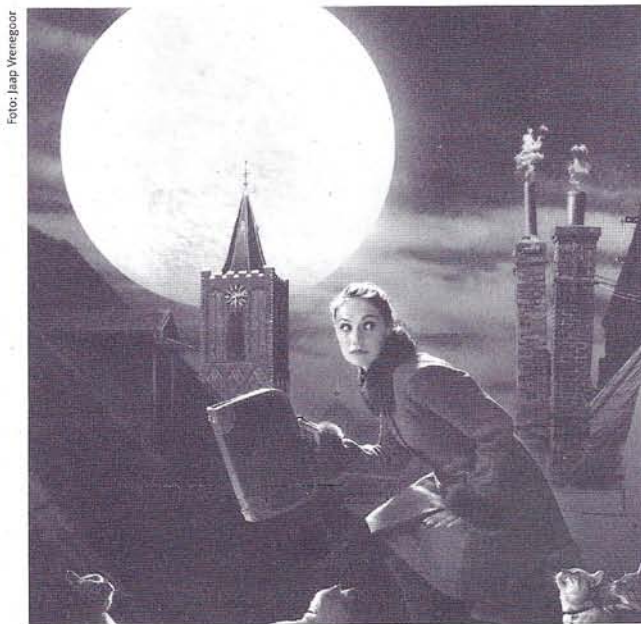
jaar en wilde aanvankelijk fysiotherapie gaan studeren maar moest, door haar blessure, wat anders kiezen. Ze koos voor Mensendieck-oefentherapie en deed de HBO-opleiding aan de Hogeschool van Amsterdam. Met vakken als anatomie, fysiologie, pathologie, psychologie en geriatrie, kun je stellen dat Skadi, ondanks dat ze dyslectisch is, absoluut goed kon leren. "Door mijn dyslexie was er óók iets te overwinnen. Ik ben de opleiding wandelend doorgekomen, ik haalde haast nooit een onvoldoende. En op grammatica werd niet zo gelet. Mijn interesse voor de stof is groot en als er begrip achter een woord zit is er geen probleem. Latijnse namen, voor de spieren bijvoorbeeld, waren wel moeilijk. Maar daar zit ook een logica in, waardoor ze toch te leren waren", verklaart ze.

Ze volgde nog een cursus voor verenigingsleidster gymnastiek bij de KNGB in Arnhem en een cursus psychogeriatric, belevingsgerichte zorg, in Nijmegen. Onderwijl

bekleedde Skadi een aantal functies als choreografe, medisch aerobics-instructrice en gymnastiekleidster, ook voor kinderen,



Foto: Kasper Heineke



Voor Carice van Houten deed Skadi de stunts in de film 'Minoes'.

bij verschillende gymnastiekverenigingen en aerobics-fitnessstudio's.

Stuntvrouw

Na tien jaar als oefentherapeut te hebben gewerkt vond ze het genoeg, het was tijd voor iets anders: "Ik vond het saai worden, ik wilde zelf weer meer bewegen." Dus volgden er via uitzendbureau's verschillende banen, en schreef ze zich in bij een casting bureau, samen met een vriendin. "Het was meer voor de lol, om te kijken wat het zou opleveren, ik hield tenslotte veel van toneel en acteren leek me leuk." Zodoende voltooide Skadi een acteeropleiding aan de acteurschool 'de Trap' in Amsterdam.

Via het casting bureau werd ze plotseling gevraagd, als stand-in voor een twaalfjarig meisje in een film van Dick Maas. "Door mijn lengte ben ik er ingerold. Ik zei mijn baan op en ging naar de filmset, heel spannend! Tijdens een pauze hoorde ik de regisseur zich hardop afvragen wie ze zouden kunnen vragen om de stunts voor de film te doen. Ik vertelde dat ik dat wel wilde en werd naar de stuntcoördinator gestuurd. 'Of je doet alles, of je doet niets', was zijn antwoord."

Ze moest meteen van een gebouw van tien meter hoog springen, in een brancard wild rond gezeuld worden en van de ene naar de andere liftschacht klimmen. "Alles gebeurde veilig; voor een sprong van grote hoogte wordt er een speciaal voor dat doel gemaakt kussen gebruikt, van acht meter dik. Al moet je er natuurlijk voor zorgen dat je goed terecht komt, anders loop je alsnog het risico je nek te breken. Voor andere stunts is er een veiligheidskoord."

Kinderfilms

Haar geringe lengte maakt dat Skadi zeer geschikt is om in te springen als stuntdubbel in kinderfilms. Zo deed ze mee

aan producties als 'Pipo en de Parelridder', 'Verder dan de Maan', 'Erik of het klein insectenboek' en de klassieker 'Minoes' van Annie M.G. Schmidt. Ook werkte ze mee aan Amerikaans-Engelse producties zoals 'Pinokkio 2', waarin ze acteerde en stuntte als clown, kat en Pinokkio, en in 'George and the Dragon' als stuntvrouw-actrice. Dat ze daarbij heel veel heeft gehad aan het turnen van vroeger staat buiten kijf: "Bij turnen leer je heel goed de concentratie 'te vangen' en de te maken beweging te visualiseren, van te voren vast te leggen. Bij 'Minoes', in de boom bijvoorbeeld, mocht ik mij niet laten afleiden door alles wat er om mij heen gebeurde, door de mensen van het licht en dergelijke. Alles draait dan om hoe ik drie takken uitkies, de beweging bepaal en naar beneden kom."

India

Tegenwoordig is Skadi yogadocente. Dit jaar is zij aan een Yoga-opleiding begonnen en bracht twee maanden door in India, bij de yogaleermeester Sri K. Pattabhi in Mysor.

"Ashtanga Vinyasa Yoga is zo'n drieduizend jaar oud. Ashtanga betekent: 'acht ledematen'; vinyasa: 'beweging gesynchroniseerd op de specifieke adembeleving'.

Je bewandelt 'het achtvoudige pad', zoals het totaal aan oefeningen genoemd wordt. Het verenigt gratie en kracht. Toen ik het de eerste keer zag leek het wel acrobatiek.

Om vijf uur 's morgens begon ik met de oefeningen. Je moet eerst alles zelf ondervinden, is de opvatting van de guru, de theorie komt later. Ik had ook de kans om twee andere yogascholen te bezoeken, onder andere voor een cursus Ayurvedische massage."

Ze geeft ook les in Power Yoga, waar ze vorig jaar een cursus voor volgde. "Power Yoga is populair in Amerika en Engeland. Het bevat elementen uit de Ashtanga yoga, is gericht op oefeningen waar je energie van krijgt en is bijvoorbeeld heel goed voor mensen die kantoorwerk doen. Ik doe het ter aanvulling, om lenig en fit te blijven voor het stuntwerk", verduidelijkt ze deze keuze.

Brazilië

Skadi heeft nog plannen om naar Brazilië te gaan om 'Capoeira' te leren, de Braziliaanse zelfverdedigingskunst waarin acrobatiek, dans, muziek en gevecht samenkomen. Het is oorspronkelijk door de slaven bedacht omdat die geen vechtsport mochten beoefenen. "Het is heel leuk om te doen, goed voor je figuur, kracht en souplesse en natuurlijk je conditie. Dat blijft voor stuntwerk onontbeerlijk." Na afloop van het gesprek duizelt het me van zoveel indrukken die op mij afgevuurd zijn. Haar bijna tere, zeer vrolijke verschijning, haar ongekende enthousiasme en haar wil om verder te komen zijn zo sterk, het maakt haar heel groot!

TEKST: KASPER HEINEKE