

# MATTHIAS CASSE

Geboren op 19 februari 1997  
Lid van JS Fudji Yama

JUDO  
Vlaanderen

## WAT ME DOET LACHEN

Grappen uithalen bij elkaar op trainingskampen.



## ONTSPANNING

Om te ontspannen ga ik het liefst lekker eten in een goed restaurant.



## FAVORIETE SNACK

Donkere chocolade



## SERIE/BOEK

Serie: Down the road  
boek Mindset van Carol Dweck



## FAVORIETE FRUIT

Mango, ananas, kiwi?  
Zoveel lekkere dingen om uit te kiezen!



## HOBBY

Ik kook en eet graag.



## FAVORIETE ETEN

Sushi en pizza



## FAVORIETE PLEK

Thuis. Omdat ik al genoeg weg ben is het altijd leuk om thuis te komen.



## LEVEN ALS JUDOKA

### Wat is voor jou je mooiste resultaat tot nu toe?

Zilver op het WK in Tokio. Het wereldkampioenschap is de grootste wedstrijd van het jaar waar iedereen wil presteren. Ik denk er nog vaak aan terug en het motiveert me om elke dag beter te doen.

### Wie is je moeilijkste tegenstander op de mat?

/

### Heb je een ritueel voor een wedstrijd?

Vlak voor ik op de wedstrijdmat stap probeer ik me zo ontspannen mogelijk te houden. Ik overloop het tactisch plan dat afgesproken is met de coach nog eens in mijn hoofd en ik ben geconcentreerd op wat ik moet doen om de wedstrijd te winnen.



### Wie was je voorbeeld als jonge judoka?

Ken Kennes. Als clubgenoot die ook op de topsportschool zat stond hij dicht bij mij maar wel al veel verder in zijn judocarrière.

### Welke liedjes motiveren je?

De liedjes van "Rob Bailey & The Hustle standard".

### Mocht je geen judo doen, welke sport zou je dan beoefenen?

Rugby of worstelen spreken met ook aan.

### Wat zijn volgens jou je voornaamste talenten?

Doorzettingsvermogen en ik kan snel relativeren en dingen een plaats geven.