

Lewe deur te oefen



Brian Lombard wat eersdaags aan sy eerste Wêreld ...show more

"EK oefen [elke](#) dag en dit hou my fiks en gesond." sê Brian Lombard. Lombard het op 13 Februarie 2007 'n bilaterale longoorplanting gehad en sedertdien handhaaf hy 'n goeie balans deur te oefen en hard te werk.

13 March 2013 | Annette van Schalkwyk

★★★★★

"Ek is baie gelukkig met die oorplanting en het besef dat daar mense met oorplantings is wat nie so gelukkig is nie." sê hy.

Maar die groot gebeurtenis wat nou voor sy deur lê, is sy deelname aan die Wêreld Oorplanting Spele wat vanaf 28 Julie tot 4 Augustus in Durban plaasvind.

Dit sal sy eerste deelname aan so 'n Spele wees waar hy Suid-Afrika sal verteenwoordig.

In 2010 was hy omroeper by die nasionale kampioenskappe en hy het toe besef dat hy eintlik kan deelneem. Hy het besluit om vir die volgende nasionale kampioenskappe in te skryf.

Sy eerste kampioenskappe het hy met welslae afgehandel toe hy op 19 Augustus 2012 as atleet deelgeneem het. Hy het uitstekend gevaar en het met balgoot 'n goue medalje met 'n afstand van 35.11m ingeoes. In die spiesgooi kry hy 'n silwer medalje vir sy afstand van 21.65m en 'n brons medalje in die diskus van 21.12m. Hy neem in die ouderdomsgroep van 60-69 jaar deel.

"Ek beveel aan dat almal moet oefen wat oorplantings gehad het, dit verbeter jou lewenstandaard en gee jou 'n positiewe belangstelling."

"My longkapasiteit is op die oomblik baie goed en ek dink dit help as mens [ook](#) oefen."

Hy oefen elke dag, al om die ander dag met die implemente en die dag daarna draf.

Hy wil graag hê dat almal wat dieselfde oorplanting as hy gehad en of enige ander oorplantings hom moet kontak en hy sal met graagte hulle help.

Sy kontak besonderhede is: 082 780 2899 of e-mial: brianl@mweb.co.za

Altesaam 55 lande van reg oor die wêreld sal aan die byeenskoms deelneem. Die Proteaspan sal ook deel wees en hulle verwag 'n redelike groot opkoms by die byeenskoms.