

SPORT/50

GRATIS

Meeneem-
exemplaar



**Habib
Kazemi**
over sport
voor iedereen!

De sportvrijwilliger van
VV Glimmen

SPORTTALENT IN BEELD:
THIJMEN BLOKZIJL

DAVIS CUP TENNIS



IN DIT NUMMER



- 03 **VOORWOORD** Habib Kazemi
- 04 **MARKANTE SPORTPLEK** Excalibur Kardingse
- 05 **TERUGBLIK** Marathon Cup schaatsen
- 06 **UIT DE OUDE DOOS** Donar in de Korenbeurs
- 07 **DUBBELINTERVIEW** Inclusie in de Sport GHBS
- 09 **DE WEDSTRIJD** Davis Cup tennis in Martiniplaza
- 10 **VRAAG EN ANTWOORD** Sportvrijwilliger VV Glimmen
- 11 **ACCOMMODATIE** De nieuwe gymzaal in de Korrewegwijk
- 13 **KANTINEVERHALEN** Sportvereniging Woltersum
- 14 **PORTRET TOPTALENT** Voetballer Thijmen Blokzijl
- 16 **ACCOMMODATIE** Sportparkmanagement op Corpus
- 18 **PANORAMAFOTO** Annie Tak Belevingsveld
- 20 **SPORTCLUB IN BEELD** Breakdance school 84Studios
- 21 **INTERVIEW** Veilig en positief sportklimaat GZ TriVia
- 23 **TERUGBLIK** Sportgala Groningen 2022
- 24 **GOED INITIATIEF** Zwempilot WA Van Lieflandschool
- 25 **COLUMN** Nico van Yperen
- 26 **INTERVIEW TOPSPORTCLUB** SAMEN Lycurgus
- 28 **ACHTER HET SUCCES** Fitgaaf! en 't Kompas
- 29 **EVENEMENT IN BEELD** ONK Nunchaku-do in Hoogkerk
- 30 **BESTUURDER AAN HET SPORLEN** Karin Zwart van Huis voor de Sport Groningen
- 31 **TERUG NAAR DE PLEK** Rutger Smith gaat terug naar het Stadspark
- 32 **REPORTAGE** Volwassenenfonds Sport en Cultuur
- 34 **INTERVIEW** Buurtsportcoach Josha Ottens
- 35 **EVENEMENT IN BEELD** NOC*NSF Nationale Sportweek 2022
- 36 **AGENDA**

COLOFON

Redactie

Arjen Boekema en Margreeth Visser

Aan dit nummer werkten mee

Patrick van der Weerd, Noortje de Baar, Frida Bijl, Leonie Kort, Bert Nijmeijer, Nico van Yperen, Theo Sikkema, Ellis Ellenbroek, Habib Kazemi en Tessa Spijker

Cover beeld

Erik Brand

Creatief concept & realisatie

Bloemvis Design en communicatie, Groningen

Oplage

1500

Drukwerk

Gemeente Groningen

Disclaimer

Hoewel aan de totstandkoming van deze uitgave zorg is besteed, kan voor de aanwezigheid van eventuele (druk)fouten of onvolledigheden niet worden ingestaan en aanvaarden de opdrachtgever en andere betrokkenen daarom geen aansprakelijkheid voor de gevolgen van eventueel voorkomende fouten en onvolledigheden.



VOORWOORD

Sport voor iedereen!

Als coach, docent en sportambassadeur geloof ik dat sport voor iedereen is. Mijn overtuiging is dat iedereen aangemoedigd moet worden om actief te blijven en het beste uit zichzelf te halen. Sport is voor mij meer dan alleen lichamelijke activiteit, het is een unieke kans om te verbinden met anderen, om onderdeel te zijn van een gemeenschap en om je eigen vaardigheden en mogelijkheden te ontdekken.

Voor mij persoonlijk is sport daarnaast mijn redding geweest, toen ik rond het millennium als vluchteling vanuit Afghanistan naar Nederland kwam. Op de momenten dat ik het echt niet meer zag zitten, bracht sport mij de kracht om door te gaan en niet op te geven. Ik ben daarom ook erg dankbaar met de kansen die ik heb gekregen door sport.

De gemeente Groningen biedt een breed scala aan mogelijkheden voor sporters van alle niveaus. Van voetbal en atletiek tot yoga en taekwondo, er is voor iedereen wat wils. Wat ik bijzonder waardeer is de aandacht voor aangepaste sport in Groningen. Van slechtzienden tot mensen gebonden aan een rolstoel, iedereen wordt gestimuleerd om te gaan sporten. Kortom, er is voldoende aanbod voor iedereen.

Laten we samenwerken om de wereld een betere plek te maken door actief te blijven en het beste uit onszelf te halen. Sport is voor iedereen, laten we dat nooit vergeten. Laten we onszelf uitdagen, onze grenzen verleggen en samen een gezonde en gelukkige levensstijl creëren. Want als er één ding zeker is, is dat sport ons kan helpen om onszelf en onze wereld te verbeteren. Sport is voor mij, sport is voor jou en sport is voor iedereen.

Met sportieve groet,

Habib Kazemi

Voormalig taekwondo bondscoach, sportdocent én sportambassadeur



MARKANTE SPORTPLEK

De Excalibur is wereldberoemd maar onbekend

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Gert van der Veen: "Het begon met de indoor klimhal. Maar ik dacht, ik word er nóg gelukkiger van als er buiten ook mooi groen en avontuur toegevoegd zou worden. Dus hebben we buiten de tuin met de rotsen en de Excalibur klimtoren toegevoegd. Beide uniek in de wereld. Voor de klimmers is het wereldberoemd en

komen ze uit alle hoeken van de wereld om de toren te beklimmen. Maar het zijn er niet veel. Klimmen is immers een kleine sport. Wij zorgen dat de toren goed onderhouden blijft. Om de toren te mogen beklimmen, moet je kunnen aantonen dat je ervaring hebt. Je beklimt de toren namelijk op eigen risico.

Met 37 meter was het lange tijd de hoogste klimtoren van de wereld. Inmiddels zijn er hogere elders in de wereld. Maar het is gewoon geweldig om naar boven te klimmen, de hoogte te voelen en het uitzicht te krijgen over de stad en landerijen."

► Meer weten over sportlocaties?
Kijk op www.sport050.nl

TERUGBLIK

Marathon Cup in Kardinge: “Deze race was heel mooi”

TEKST NOORTJE DE BAAR FOTO NEEKE SMIT

Op zaterdag 18 februari is de 14de Marathon Cup gereden in Groningen. Het ijs van Kardinge werd gebruikt door schaatsers strijdend voor de snelste tijd. Irene Schouten is dat gelukt bij de topdivisie dames en Harm Visser ging er met de winst vandoor bij de heren.

Schouten kijkt tevreden terug op de gewonnen wedstrijd op de ijsbaan van Kardinge. “Eigenlijk liep alles volgens plan. Deze race was gewoon heel mooi,” vertelde zij na 125 ronden in Groningen.

Ook Visser kwam als eerste over de finish. “Deze overwinning geeft ontzettend veel vertrouwen,” zei de schaatser nadat hij Robert Post ver-

sloeg in een eindsprint. Visser nam met deze overwinning het oranje leiderspak over van Sjoerd den Hertog.

De mannen en vrouwen van de lange adem mochten het na deze wedstrijd in Groningen nog eenmaal tegen elkaar opnemen voor de Marathon Cup: de finale in Leeuwarden.

► Vind alle sportevenementen op www.sport050.nl



UIT DE OUDE DOOS

de Korenbeurs

Ooit was de Korenbeurs aan de Vismarkt het centrum van de graanhandel in de regio. Tegenwoordig haal je er je boodschappen. Zeventig jaar geleden deed de hal, gebouwd tussen 1862 en 1865, dienst als sportarena. Basketbalclub Donar speelde er vanaf de oprichting in 1951 tot begin 1960.

Donar is ontstaan als sub-vereniging van studentenvereniging Vindicat. Het was ALO docent Wim Struik die een demonstratiewedstrijd organiseerde tussen ALO studenten en Chinese studenten uit Amsterdam. Na een oproep in de krant bleek er veel belangstelling te zijn om te gaan basketballen. Terwijl de graanmonsters nog in zakjes aan de muur hingen, de zaal veel te smal was en gevaar op houtsplinters vanwege de houten vloer reëel was. Bovendien was het stoffig. De graanhandel ging namelijk door de week gewoon door.

Op 16 februari 1951 speelde Donar de eerste wedstrijd. In 1954 was het eerste kampioenschap van het district een feit. Vier jaar later ging Donar voor het eerst landelijk spelen. De Korenbeurs pulde steevast uit met enthousiast publiek en werd te klein. In 1960 volgde een verhuizing naar de voormalige groenteveilinghallen aan de Peizerweg.

TEKST THEO SIKKEMA FOTO: FOTOBEDRIJF PIET BOONSTRA - GRONINGER ARCHIEVEN



Inclusie in de sport

“Het gaat er natuurlijk gewoon om hoe we met elkaar omgaan.”

TEKST FRIDA BIJL FOTO'S BERT LANTING

GHBS is de grootste hockeyclub in het noorden van ons land. De vereniging bestaat al sinds 1928 en telt meer dan 1.800 leden. De club draagt de slogan *De club voor ons allemaal*. En dat de club ook écht voor iedereen is, daar wordt hard aan gewerkt. “Hockey is natuurlijk een teamsport en binnen elk team en ook binnen de club, moet iedere sporter zichzelf kunnen zijn. Ongeacht leeftijd, gender, seksualiteit, huidskleur of een eventuele handicap.”

Aan het woord is hockeyster Noor Tönis; zelf al jaren kind aan huis bij GHBS, als hockeyster en als bestuurslid. Noor: “Als sportvereniging vinden we het belangrijk dat iedere sporter zich bij ons welkom en veilig voelt. Toen de vraag kwam om aan te sluiten bij de Alliantie Gelijkspelen hoefden we hier als bestuur dan ook niet over na te denken. Eén van de activiteiten vanuit de pilot is het samenstellen van een inclusieteam binnen de vereniging. Op onze oproep binnen de vereniging om hierin te participeren, kwam veel positieve respons. Het is onwijs goed om te bemerken, dat onze leden inclusie een belangrijk onderwerp vinden en zich hiervoor willen inzetten.”



Rosalien Maats (l) en Noor Tönis (r)

Vanzelfsprekend

Een van de enthousiastelingen die zich wil inzetten voor een inclusieve club is Rosalien Maats. Ooit als fanatiek jeugdlid begonnen op de GHBS-velden, een paar jaar weggevoerd, en nu weer helemaal terug bij haar club. “Sport is belangrijk. Voor je gezondheid, voor je ontwikkeling en natuurlijk voor je plezier. En dat zou voor iedereen vanzelfsprekend moeten zijn.”

Geen issue

Rosalien: “Samen strijden voor de winst, dat is het mooie van een teamsport. En ook na een training of wedstrijd is het fijn om lol met elkaar te hebben. Daarvoor moet je je veilig voelen. En daarvoor zouden je huidskleur, afkomst, opleidingsniveau, seksuele geaardheid, gender, of wat dan ook, niet ter zake moeten doen. Ik heb een relatie met een heel leuke vrouw en dat is binnen mijn eigen team totaal geen issue, en ook binnen de club is het geen *ding*. Dat zou natuurlijk voor alles en iedereen moeten gelden.”



Elkaar aanspreken

“Het allermooist is dat een inclusieteam, een regenboogvlag of de letters LHBTIQ+ helemaal niet nodig zijn”, zijn Noor en Rosalien het eens. Noor: “We horen nu af en toe nog wel de woorden *homo* en *flikker* over het veld of door de kantine gaan. De meeste mensen hebben hier geen slechte intenties bij, bedoelen er niks mee. Door elkaar hierop aan te spreken en mensen ervan bewust te maken dat je hiermee anderen kan kwetsen creëren we bewustzijn. Uiteindelijk gaat het er natuurlijk om hoe we met elkaar omgaan.”

Veilig en sportief

Het inclusieteam wil graag gesprekken op gang brengen en eventuele misstanden samen oplossen. Rosalien: “Niet uit de kast durven komen, je als homo-jongen niet veilig voelen binnen je team of als transgender

je niet op je plaats voelen binnen een club is afschuwelijk. Door onder andere de regenboogvlag te hijsen, regenboogaanvoedersbanden te dragen en aandacht voor inclusiviteit op onze website, willen we uitstralen een inclusieve club te zijn. Daarnaast organiseren we ook binnen de club activiteiten, voor de jeugd maar ook voor trainers, teammanagers en aanvoeders. En iets -ogenschijnlijk- simpels als de keuze uit een broekje of rokje voor het wedstrijdtenue wordt binnenkort officieel opgenomen in de huishoudelijke reglementen. We willen toewerken naar een actieve signalerings- en aanspreekcultuur. Inclusiviteit moet onder de aandacht blijven; zowel op spelers- en teamniveau als op bestuurlijk niveau.”

► Meer informatie over inclusie in sport vind je op www.sport050.nl





DE WEDSTRIJD

Oranjefeest bij Martiniplaza voor Davis Cup-tennis

TEKST NOORTJE DE BAAR FOTO ANP/SANDER KONING

Martiniplaza kleurde in het eerste weekend van februari oranje. De evenementenlocatie in Groningen was het podium voor de Davis Cup wedstrijden op 4 en 5 februari. De toptennissers van TeamNL en Slowakije namen het tegen elkaar op. Onder luid gejuich van het publiek won het team van captain Paul Haarhuis in een bruisende sfeer.

De Nederlandse tennissers kijken blij terug op de overwinning in een kolkende Martiniplaza. Tallon Griekspoor noemde het "misschien wel de mooiste sfeer waarin ik heb mogen spelen".

Twee sensationele overwinningen op de eerste speeldag van Tallon Griekspoor en Tim van Rijthoven zorgden voor een aangename voorsprong. Waarna Wesley Koolhof en Matwé Middelkoop op dag twee voor het

enthousiaste Groningse publiek de overwinning op Slowakije definitief maakte.

Met deze overwinning heeft het Nederlandse Davis Cupteam zich voor de tweede keer geplaatst voor de groepsfase van de Davis Cup Finals, die in september dit jaar plaatsvinden.

► Vind alle sportevenementen in Groningen op www.sport050.nl

VRAAG EN ANTWOORD

“VV Glimmen zit in mijn hart”

Sportvrijwilliger Reint Nienhuis

TEKST NOORTJE DE BAAR FOTO ERIK BRAND

De 65-jarige Reint Nienhuis is de duizendpoot van VV Glimmen. Sinds zijn geboorte woont hij in Glimmen en vanaf het prille begin is hij present bij de lokale voetbalvereniging. Reint zet zich optimaal in voor zijn club, VV Glimmen zit in zijn hart.

Hoe ben je bij VV Glimmen terecht gekomen? “De club werd opgericht in de kroeg aan de Zuidlaarderweg. In het eerste jaar was er alleen een seniorenteam. Dat was in 1967, toen was ik een jaar of 10. Een jaar later kwam er een C-team, dat was net mijn leeftijd. Toen ben ik gelijk lid geworden.”

Wat doe jij bij VV Glimmen?

“Mensen noemen mij gauw een duizendpoot. Ik doe veel. Het materiaal vind ik het leukste. Maar ik ben begonnen bij VV Glimmen als keeper, in de C-junioren. Toen ben ik doorgegroeid naar het eerste. Daar heb ik zo'n 25 jaar gekeept. Ik had best wel talent als keeper, zo ben ik een paar keer gevraagd voor hogere clubs. Maar Glimmen zit toch in mijn hart. In 2000 ben ik gevraagd als bestuurslid. Op een gegeven moment was er een wedstrijdsecretaris nodig, niet te vinden. Dat ging ik er toen bij doen, en zo werd het steeds een beetje uitgebreider. Ik heb eigenlijk de gehele historie van de club mee-gemaakt. En ook wel meegebouwd, soms letterlijk. De kantine hebben we zelf gebouwd.”



Hoe voelt dat? “Geweldig. Ja, daar ben je trots op. Dat je zoiets voor je club kunt doen. Dat geeft een heel fijn gevoel. VV Glimmen voelt voor mij als thuiskomen. Het is een echte vriendenclub. Het gaat allemaal geweldig met elkaar om. Iedereen zit samen in de kantine. Iedereen helpt mee als er wat moet gebeuren. Daar ben ik heel trots op.”

Komen jullie vrijwilligers tekort?

“Er kan altijd wat bij, maar wij klagen niet. Wij zijn ontzettend blij met de vrijwilligers die we hebben. Dat laat ook wel weer zien hoe hecht deze club is. Iedereen is bereid om zich voor de club en elkaar in te zetten. Als vrijwilliger kan ik echt iets voor de club betekenen. Dat vind ik mooi. Maar ook voor het dorp, de gemeenschap. Als je Glimmen noemt dan noem je VV Glimmen, dat gaat heel vaak in een zin.”

Waarom zijn vrijwilligers zo belangrijk?

“Zonder vrijwilligers kan een vereniging niet draaien. Je hebt een bestuur, die doen heel veel. Maar zonder vrijwilligers lukt het gewoon niet. Je hebt trainers, mensen die de bar bemannen, schoonmaken, klusjes doen. Dat soort dingen, daar heb je echt vrijwilligers voor nodig.”

Waar haal je de energie vandaan om je zo in te zetten?

“Het bezig zijn. Dat is leuk. Anders zit je achter de geraniums en daar is ook niks aan. Er is altijd iets te doen bij de club. Ik heb de tijd, en wanneer mensen hun waardering uitspreken en zeggen wat is het mooi geworden of wauw dat heb je goed gedaan. Daar krijg je ook weer energie van.”

Hoe zie jij de toekomst voor je?

“Ik ben van plan om zo lang mogelijk bij VV Glimmen te blijven. Zo lang ik enigszins mobiel ben, dan ben ik te vinden bij de club. Ik ga rustig zo door en ik hoop dat VV Glimmen stabiel mag blijven.”

We doen ons best om de club leuk en gezellig te houden. Waar iedereen met plezier naartoe gaat. Of je nou tweede of vijfde klasse speelt, dat maakt ook allemaal niet uit. Bij VV Glimmen is iedereen welkom. En dat is misschien nog wel het leukste van onze fijne club.”

► Vind de sportclub die bij je past op www.sport050.nl

ACCOMMODATIE

Nieuwe gymzaal Korreweg schoolvoorbeeld voor de toekomst

TEKST THEO SIKKEMA FOTO RONALD LOWIJS

In november 2019 verwoest een brand de gymzaal naast basisschool Karrepad. Drie jaar later is de fonkelnieuwe gymzaal Korreweg

in gebruik genomen. Een zaal die voldoet aan de allernieuwste eisen en wensen en een blauwdruk is voor volgende nieuwbouwplannen.



Wessel Jongens is als klantregisseur van Sport050 nadrukkelijk betrokken geweest bij het maken van de plannen. "Er is geen overcapaciteit op zaalruimte in Groningen, dus er moest na het afbranden iets nieuws komen." In overleg met alle gebruikers ging Jongens aan de slag. "Het was de kans om iets te bouwen wat eigentijds is en aan ieders wensen voldoet."

Daar is vakdocent Ronald Derksema, die al een jaar of twintig op de locatie gymles geeft, heel blij mee. "Mee mogen denken was super. We konden aangeven hoe we de zaal graag wilden hebben en dat is honderd procent gelukt." "We hebben de vakdocenten ook betrokken bij de toestelwensen, die we specifiek mee hebben genomen in de aanbesteding", vult Jongens aan.

Daardoor zijn er geen bruggen en ook geen bok in de berging te vinden. Derksema legt uit. "Die gebruiken we toch bijna niet tijdens de lessen. We richten ons meer op het optimaal gebruiken van de toestellen die er wel zijn door die vaker te gebruiken."

Er is gekozen voor het zogeheten Design & Build concept. Hierbij is één partij, in dit geval Wind Design & Build in Drachten, verantwoordelijk

voor het ontwerp en de bouw. Jongens hierover. "Als Sport050 eisten wij dat de eerste twee meter obstakelvrij waren. We overlegden wel met de leverancier, waar de plekken voor het hulpstaal moest komen. En waar de grote toestellen als klimrek, touwinstallatie en plafondunits moesten komen." "Bovendien is de akoestiek binnen een stuk beter. Kinderen maken natuurlijk veel lawaai. Het geluid absorbeert waardoor we veel minder klachten van geluidsoverlast krijgen", noemt Derksema als extra pluspunt.

Het leidt ertoe dat een *state of the art* gymzaal ontstaat. Ten eerste is de zaal twee meter breder en langer dan de oude, waardoor de zwaaionderdelen nu in de breedte gedaan kunnen worden en is de berging bijna een keer zo groot. Met name het anders kunnen zwaaien is een groot voordeel weet ook Derksema. "We werken veel in drie vakken en dan merk je echt dat de zaal groter is. Bovendien kan het zwaaien nu in één deel hou je de rest van de zaal over voor andere activiteiten."

Derksema ziet nog een ander pluspunt. "Ook mooi dat er wifi is. Dat hebben we voor de lessen toch vaak nodig en er zijn nog veel zalen waar internet ontbreekt. Er is nog wat nawerk om de puntjes op de i te

zetten, maar het is een fijne zaal. En de kinderen vinden het fantastisch. Die hoeven niet meer voor gymles naar Hoogkerk, maar lopen zo het schoolplein over."

Aan de buitenzijde was het een voorwaarde dat het moest passen in de omgeving bij de speeltoestellen die buiten staan en dat het ook past bij het nabijgelegen Molukkenplantsoen. Derksema ziet veel voordelen. "Het mooie is natuurlijk dat de zaal energieneutraal is. Er liggen zonnepanelen op, er is een sedumdak met beplanting, waardoor het goed combineert met het plantsoen. Zoiets past ook goed in deze tijd."

"Er is in de gevels ruimte voor vogels die zich er kunnen nestelen", voegt Jongens nog toe. "Deze nieuwe zaal is echt voorbereid op de toekomst. Het heeft een echte buurtfunctie. Vroeger werd er gebouwd met zo weinig mogelijk inkijk. Nu zitten er bewust lage ramen in zodat je naar binnen kunt kijken, waardoor de verbinding ontstaat. Het moet uitnodigen om te sporten. Dat effect willen we bereiken. Daar zijn we denk ik aardig in geslaagd."

► Meer weten over sportlocaties? Kijk op www.sport050.nl





KANTINEVERHALEN

SV Woltersum houdt het gezellig en doet het vooral samen!

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Johan de Vries: "We zijn een omni-vereniging met een bootcampclub, volleybal, tafeltennis en gym.

Bij ons is er altijd wat te doen. We pakken veel samen op en zijn praktisch ingesteld. Zijn er een keer minder mensen bij volleybal, dan gaan we net zo makkelijk tafeltennissen of iets anders doen.

De meeste leden komen om te voetballen en daaromheen verzinnen we allerlei leuke dingen om het gezellig te maken en ook wel om de clubkas op peil te houden. Zo organiseren we bingo avonden met mooie prijzen of een bazaar met allerlei lekkers. Een aantal jaar geleden hadden we een kinderwagen-race van Garmerwolde naar Westerwolde. Hilarisch was dat!

Volwassen mannen in de kinderwagens en dan dat hele eind racen tegen elkaar. Ook uniek is onze "houten I-pad" voor de voetbaluitslagen poule. Met een gezonde bak humor maken we er samen altijd iets moois van."

► Vind de sportclub die bij je past op www.sport050.nl



“20.000 mensen op de tribune, dat vind ik wel lekker”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO ANDY ZUIDEMA

De helderblonde verdediger Thijmen Blokzijl was een lichtpunt in een donker seizoen van FC Groningen. Het pas 18-jarige supertalent speelt nu al met de rust en het overzicht van een routinier.

Je debuteerde in januari, in een uitwedstrijd tegen Excelsior. Hoe heb je dat ervaren? “Het was jammer dat we verloren, maar voor mezelf was het hartstikke mooi. Ik heb bijna de hele jeugdopleiding van FC Groningen doorlopen, heb lang naar mijn debuut toegeleefd. Het ging goed, iedereen was heel positief.”

Wat is er voor jou sinds die wedstrijd veranderd? “Op zich niet veel. Bij de Onder-21 trainde ik ook al bijna elke dag. Ik maak nu langere dagen op de club. Ik zit in mijn examenjaar op school. Daar heb ik wat minder tijd voor. Maar verder blijft het voetbal. Ik word nu wel vaker herkend. En er ligt veel meer druk op bij het eerste. Je speelt ineens in een stadion voor 20.000 mensen, maar ik vind dat wel lekker. Hoe meer hoe beter.”

Je kwam al heel jong bij FC Groningen. Wanneer zagen ze dat je talent had? “Op mijn achtste werd ik gescout. In het begin trainde ik één keer in de week bij Groningen. Ik heb nog vijf jaar bij Velocitas gespeeld, en één jaar bij Be Quick.”

Waarvoor viel je op, denk je? “In de jeugd speelde ik op het middenveld. Ik was goed in passing, steekpasses, acties maken. Ik ben rustig aan de bal, opbouwend goed, positioneel sterk. Tenminste, dat is wat ik hoor.”

In de eerste wedstrijden in het eerste werd je een paar keer weggezet in een duel. “Dat zijn leermomenten, ja. Daar moet je je overheen zetten, zorgen dat het niet weer gebeurt. Ik moet leren om fysieker te worden, mijn lichaam te gebruiken.”

Je deed examen VWO. Een druk programma, al met al. “Daar had ik me op ingesteld. Ik wist dat het dit jaar knallen werd.”

Je speelt al vroeg op het hoogste niveau in Nederland. Ga jij de top halen? “Daar ben ik niet mee bezig. Ik hoop dat ik lekker kan blijven voetballen.”

► Ook een wedstrijd van één van de toptalenten in Groningen bijwonen? Bekijk de kalender op www.sport050.nl

“Een open sportpark met overdag alle ruimte om te sporten en te bewegen”

TEKST THEO SIKKEMA FOTO'S RONALD LOWIJS EN BERT LANTING

Sinds ruim een jaar is een sportparkmanager actief op sportpark Corpus den Hoorn om sportverenigingen op het sportpark te ondersteunen en te versterken. Met als doel een sportpark te

krijgen waar het niet alleen druk is tijdens wedstrijden in het weekend, maar ook op doordeweekse dagen. Als spilfunctie van beweging en actie voor de directe omgeving.



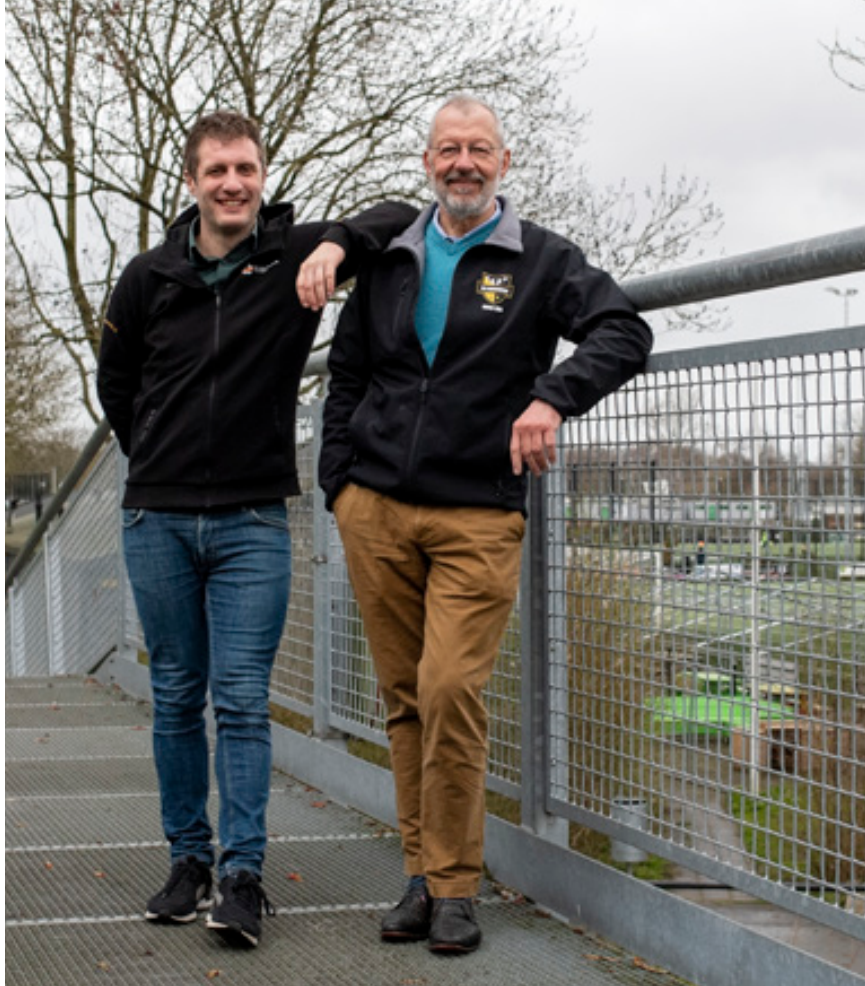
“Uitgangspunt is dat verenigingen er altijd beter van moeten worden”, zegt parkmanager Rutger Kussendrager van Huis voor de Sport Groningen. Kussendrager heeft die rol samen met collega Bas Veldman. “Het doel is om een open sportpark te krijgen waar ook overdag alle ruimte is om te sporten en te bewegen.”

GP de Vries zit namens Sportkoepel Groningen in een klankbordgroep samen met mensen van WIJ Groningen en de gemeente Groningen. “Wij willen dat de clubs meerwaarde krijgen en midden in de maatschappij staan. Door bijvoorbeeld het clubgebouw beschikbaar te stellen voor bedrijfslunches of op een andere manier verbinding te maken met bedrijven en omgeving.”

Er is voor Corpus den Hoorn gekozen, omdat het niet alleen een groot sportpark is maar ook omdat een grote diversiteit aan sporten beoefend kunnen worden. Van voetbal tot hockey en van honkbal tot wielrennen. Ook partner Alfa-college maakt veel gebruik van het sportpark.

De Vries is optimistisch over het welslagen. “Het begint handen en voeten te krijgen. Het project veilig sporten bijvoorbeeld en ook de hele ondersteuning aan de clubs in de discussie rondom de wensen van FC Groningen om meer velden op Corpus te krijgen is dankzij de sportparkmanagers collectief opgepakt.”

“We zijn bezig met een inclusieteam om te kijken hoe we er voor kunnen zorgen dat iedereen zich veilig voelt om op Corpus te gaan sporten ongeacht kleur, afkomst of geaardheid”, licht Kussendrager toe. In het team zitten vertegenwoordigers van tennisclub Cream Crackers, Groningen Atletiek, voetbalclub GRC Groningen en hockeyclub GHBS.



Rutger Kussendrager (l) en GP de Vries (r)

Als onderdeel om het sportpark een sociale functie te geven om te ontmoeten en te verbinden. Daarvoor zijn al diverse plannen in uitvoering bij Veldman en Kussendrager. “We organiseren al beweefestivals in de vakanties. In samenwerking met de verenigingen. In de hoop om nieuwe leden te krijgen. En senioren, via *old-stars* sport, laten bewegen. Als manier dat oudere mensen het sportpark beter weten te vinden.”

“We denken dat het goed is om het parkmanagement te integreren met buurtsportcoaches, sociale WIJ-teams, bedrijven en onderwijs in de buurt. Om alles wat met beweging te maken heeft samen te brengen om zo de mogelijkheden van Corpus optimaal te benutten”, betoogt De Vries. “Door bijvoorbeeld aandacht te hebben voor individuele sporters”, vult Kussendrager aan. “Steeds meer kinderen stoppen rond hun twaalfde

met sporten bij een vereniging. Het is zaak om deze jongeren vast te houden.”

Ondertussen is met West-End een tweede sportpark in beeld om sportparkmanagement verder uit te rollen. “Het gaat erom om ieder park zo goed mogelijk te benutten”, vat Kussendrager zijn opdracht samen. “Door de clubs in het Stadspark mee te nemen ontstaat een groot sportcluster waar we elkaar kunnen helpen”, stelt De Vries vast. Een grote meerwaarde. “Het gaat erom dat we nu met de clubs praten en niet over de clubs. Ik kom op veel plekken waar het te vaak over verenigingen gaat. Met een bestuur direct aan tafel bereik je echt wat.”

► Meer weten over het sportbeleid in de gemeente Groningen? Kijk op www.sport050.nl



PANORAMA

Voor ieder wat wils op het Annie Tak belevingsveld

TEKST PATRICK VAN DER WEERD FOTO PEPIJN VAN DEN BROEKE

Mevrouw Tak maakte zich sterk voor de renovatie van de Oosterparkwijk. Het park is bedoeld voor jong en oud om te spelen, sporten, banjeren waarbij je ook lekker vies mag worden. Leander en Asir zijn aan het tennissen; "We komen hier regelma-



tig in het weekend, het is een goed onderhouden tennisbaan. Het is gratis en komen hier graag in de ochtend om te tennissen.” Een buurman wandelt langs en vertelt ons dat er doordeweeks vaak op het kunstgras gedeelte, vechtsport trainingen zijn

of een bootcamp-clubje actief is. Orsi komt ieder weekend met haar dochter om even bij de klimrekken en de glijbaan te spelen.” Er is een leuke sfeer en je komt vaak dezelfde mensen tegen. Dat maakt het gezellig. In de zomer wordt er ook gepicknickt

bij de grote tafel.” Er wordt ook veel gevoetbald en er is een aparte jeu de boulesbaan met bankje om te zitten. ► Vind de openbare sportplekken op www.sport050.nl



SPORTCLUB IN BEELD

Breakdance bij 84 Studios

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Tim Jansen: "We zijn gespecialiseerd in breakdance. Deze dansvorm is ontstaan vanuit de Hiphop cultuur waar creativiteit en originaliteit belangrijk zijn. We hebben drie docenten met veel ervaring en eigen specialiteiten. Van daaruit hebben we veel mogelijkheden om de B-boys en B-girls (dansers) te helpen hun eigen stijl te laten ontwikkelen. Je kan bij

ons terecht vanaf vier jaar oud en je kan beginnen met een proefles als je het eerst uit wil proberen.

Breakdance is vanaf 2024 onderdeel van de Olympische spelen. Met ondersteuning van Topsport Noord, ben ik aan het trainen voor de spelen van 2028. Het niveau in Nederland ligt erg hoog en het is een intensief

traject. Zo moet ik punten verzamelen via WDSF wedstrijden. Ik sta er momenteel goed op, maar heb nog een paar jaar te gaan om helemaal top te zijn. Het is fantastische kans om te blijven ontwikkelen in breakdance en te mogen gaan voor zo'n groot evenement."

► Vind de sportclub die bij je past op www.sport050.nl



INTERVIEW

Bij TriVia staat zwemmen in een veilige en positieve sfeer hoog in het vaandel

TEKST ELLIS ELLENBROEK FOTO'S ERIK BRAND

Bij zwemvereniging TriVia staat zwemmen in een veilige en positieve sfeer hoog in het vaandel. Coördinator positief sportklimaat Wilma Luttje vindt de speciale zwemuren voor vrouwen die niet kunnen of willen zwemmen met mannen een prachtig voorbeeld.

Elke dinsdagmorgen van tien tot elf en op zondagmiddag van half één tot drie is zwembad De Parrel het domein van vrouwen. De meesten zijn moslima, maar ook andere dames die, om welke reden dan ook, niet willen of kunnen zwemmen met mannen zijn welkom. Hier hebben ze de gelegenheid in beslotenheid te leren zwemmen, diploma's te halen

en ook recreatief te zwemmen. We hebben het over Zwemmen Speciaal. Dit onderdeel van de Groninger zwemsportvereniging TriVia bestaat al meer dan vijftien jaar en is opgericht samen met Multicultureel Vrouwen centrum Jasmijn. Fadime Aras is een van de drijvende krachten achter Zwemmen Speciaal, dat volledig gerund wordt door vrijwilligers.

Tien jaar geleden kon Fadime zelf nog niet zwemmen. Ze was zelfs bang voor water. Op aanraden van artsen begon ze toch met zwemmen vanwege reumatische klachten. Van het een kwam het ander, ze haalde diverse diploma's en ook instructeursdiploma's. Nu geeft ze bij TriVia les aan kinderen en ook aan de leden van Zwemmen Speciaal. Vriendinnen



en familieleden van elders neemt ze wel eens mee naar De Parrel: "Dan zijn ze haast jaloers dat ze zoiets bij hen in de buurt niet hebben."

Positieve sfeer

Wilma Luttje vindt Zwemmen Speciaal een prachtig voorbeeld van een vriendelijk sportklimaat. Luttje heeft een lange zwemgeschiedenis bij TriVia, onder meer als waterpolo-ster. Nu is ze vertrouwenspersoon bij de vereniging en vanuit die hoedanigheid sinds dit jaar ook coördinator positief sportklimaat. Als vertrouwenspersoon heeft ze haar jaarverslag van 2022 net ingeleverd. Trivia heeft ruim 800 leden en vier vertrouwenspersonen. Zij zijn met elkaar slechts twee keer ingeschakeld vorig jaar. Zwemmen is van zichzelf al een vriendelijke sport, meent Wilma. Maar elke melding is er natuurlijk een te veel. Als coördinator positief sportklimaat is ze bezig de verschillende afdelingen van de vereniging

door te lichten. "Ik kijk bijvoorbeeld naar hoe de interactie tussen trainers en leden verloopt, tussen trainers en ouders en trainers onderling. En hoe is de sfeer in de kleedkamer? Welk gedrag willen we wel en niet zien?" Gevraagd naar voorbeelden zegt Luttje dat het maken van TikTok filmpjes en andere filmpjes in de kleedkamer niet is toegestaan. Ook streeft de vereniging ernaar dat onderlinge aanvaringen worden uitgesproken. "Vooral meiden kunnen nog wel eens kiffen. Als je dat niet uitpraat kan het een veenvuurtje worden."

Bootvluchteling

Inspirerend vindt Luttje de sfeer waarin de deelnemers aan Zwemmen Speciaal sporten. Kinderen tot zeven jaar mogen gratis meekomen. Als de moeders zwemles hebben is er kinderopvang aanwezig, tijdens het recreatief zwemmen spartelen de vrouwen en hun kids samen. Luttje: "Zo hebben de kinderen ook

een zinvolle besteding, zijn ze van straat, en ze doen iets met de moeders. De zwemuren zijn voor veel dames een echt uitstapje."

Fadime Aras is trots op de zwemsters van Zwemmen Speciaal. Vaak hebben zij heel wat te overwinnen. Er zijn er bij die bootvluchteling waren en bang zijn voor water. De overgang van het ondiepe bassin naar het diepe kan ook een horde zijn. "Maar ze halen allemaal hun diploma."

► Meer informatie over een veilig en positief sportklimaat vind je op www.sport050.nl



Wilma Luttje (3e van links) en Fadime Aras (4e van links)

Sportgala Groningen 2022



TEKST ARJEN BOEKEMA FOTO BERT LANTING

Na een afgelaste editie door corona in 2020 en een digitale editie in 2021, stond op maandag 12 december weer een heus gala op het programma. Het Sportgala Groningen 2022. Roeier Melvin Twellaar, de dameswielerploeg NWVG, shorttracktalent Jennings de Boo, handbikester Melanie Helweg en tafeltennisvereniging Midstars werden in hun categorie verkozen tot winnaar van Sportgala Groningen 2022. Het gala vond traditiegetrouw plaats in Martiniplaza en werd gepresenteerd door sportjournalist Dione de Graaff.

Voor de Sportprijs Groningen konden inwoners kandidaten aandragen. Uiteindelijk won TTV Midstars deze eervolle breedtesportonderscheiding. Bij de tafeltennisvereniging uit Middelstum is letterlijk iedereen welkom, wordt iedereen begeleid en getraind. Naast jeugd, senioren en veteranen, geldt dit sinds jaar en dag ook voor mensen met een beperking.

► Vind alle sportevenementen op www.sport050.nl



GOED INITIATIEF

Zwemmen, spetteren en plezier

TEKST NOORTJE DE BAAR FOTO ERIK BRAND

Genieten. Dat is het belangrijkste tijdens de zwempilot op de W.A. van Lieflandschool. De zwempilot die kinderen met een beperking de kans geeft om te leren zwemmen. Naast het ontwikkelen van de zwemvaardigheid is tijdens deze zwemlessen vooral het plezier en actief bezig zijn erg belangrijk.

Ellen Wollerich, beweegcoach inclusief sporten, is nauw betrokken bij de zwempilot, die mogelijk is gemaakt met een bijdrage van het Gronings Sportakkoord. "Zwemles is voor veel kinderen met een beperking helaas onhaalbaar door lange wachtrijen en hoge kosten. Met de zwempilot maken we een start om deze kinderen ook de kans te bieden om te leren zwemmen. En dat gaat verder dan de zwemles alleen. We merken dat de kinderen zich buiten de les nu ook opener en actiever opstellen."

"Ik ben blij als ik weer mag zwemmen!" - Bella

"De kinderen zijn allemaal super enthousiast als ze weer mogen zwemmen." Vertelt zwemlesinstructeur Emy Guikema. "Je ziet ze genieten, dat is het belangrijkste."

► Vind meer info over het Gronings Sportakkoord op www.sport050.nl

Nico W. Van Yperen

Hoogleraar Sportpsychologie
Rijksuniversiteit Groningen
www.sportscience.blog



Inclusie en sport

Sinds jaar en dag, en misschien de laatste jaren meer dan ooit, is een belangrijke vraag in onze diverse samenleving hoe we *Inclusie* kunnen bevorderen.

Maar wat is *Inclusie* eigenlijk?

Inclusie is een gevoel dat twee componenten bevat: (1) het gevoel 'erbij' te horen, en (2) het gevoel jezelf te kunnen zijn. Logisch dat Debby, Jouad, Ajdin of Truus *geen inclusie* ervaren als zij zich *niet* geaccepteerd voelen. Maar ook als zij zich *wel* geaccepteerd voelen, dan ervaren ze *geen* inclusie als het ten koste gaat van hun authentieke zelf, als ze hun 'eigen ik' als het ware moeten verstoppen om 'erbij' te horen.

Een logische gedachtegang is dat regelmatig contact tussen mensen met diverse achtergronden, interesses en voorkeuren wederzijds begrip vergroot en de onderlinge acceptatie versterkt. Sport, en met name teamsporten als voetbal, handbal en hockey, is bij uitstek een middel om mensen met vaste regelmaat bij elkaar te brengen en te laten samenwerken aan een gemeenschappelijk doel. Maar dat leidt niet automatisch tot *inclusie*

Om *inclusie* in de sport te bevorderen, is een belangrijke rol weggelegd voor de coach. Immers, coaches drukken een zware stempel op het sportklimaat binnen een team. Zo kunnen coaches de meeste aandacht geven aan uitblinkers binnen het team,

onderlinge concurrentie benadrukken en selectie-eisen laten domineren. Zo'n *ego-gericht* sportklimaat kan spanningen tussen spelers veroorzaken. Vooral sporters die in onze maatschappij kwetsbaarder zijn voor stigmatisering, vooroordelen en discriminatie zijn hiervoor gevoelig. Zo laat eigen onderzoek ¹ onder jeugdvoetballers (10-16 jaar) zien dat een *ego-gericht* sportklimaat ten koste gaat van het gevoel van *inclusie* bij voetballers die zelf, of één van hun ouders, *niet* in Nederland zijn geboren.²

Natuurlijk, een inherent onderdeel van de sport is leren omgaan met competitie en concurrentie, maar dat betekent niet dat de coach daar de nadruk op moet leggen. Een psychologisch veiliger, en meer inclusief sportklimaat wordt gecreëerd, bestendig en versterkt door coaches die de nadruk leggen op samenwerking en ondersteuning, waardering en respect, en ontwikkeling en groei. Zo'n *leergericht* sportklimaat versterkt de teamgeest en het gevoel van *inclusie*, vooral in (jeugd)teams met een hoge mate van diversiteit.

¹ pure.rug.nl/ws/portalfiles/portal/155151705

² Van Yperen, N.W., Dankers, S., Elbe, A.M., Sanchez, X., & Otten, S. (2021) Perceived inclusion in youth soccer teams: The role of societal status and perceived motivational goal climate. *Psychology of Sport & Exercise*, 53, 101882.



INTERVIEW

“Volleybal is tolerant en open minded”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO'S RENE KEIJZER

In het Nederlandse topvolleybal is Groningen *the place to be*. Topclub Samen Lycurgus doet elk jaar mee om de landstitel. Coach Arjan Taaij en libero Jeffrey Klok vertellen over de ambities en ambiance in het Noorden.

Het Groninger klimaat voor topvolleybal is het beste van Nederland, zegt Arjan Taaij, hoofd-coach van Samen

Lycurgus. “Groningen heeft het meest topsportvriendelijke achterland. Als je het aantal bezoekers bij ons, bij de basketballers van Donar of het ijshockey bij GIJS vergelijkt met het inwoneraantal van Stad en Ommeland, staan wij op nummer één. Er is geen andere regio waar zoveel topteams op het hoogste niveau spelen.”

De trouw van de achterban en de regionale media is groot, zegt de coach. “Er is een grote kans dat er geen club in Nederland zo structureel door de lokale pers wordt gecoverd als wij door het Dagblad van het Noorden, RTV Noord en OOG. Groningen is de enige stad in Nederland die zowel op het mbo als het hbo én de universiteit sportgerelateerde opleidingen heeft.”

Lycurgus traint en speelt zijn thuiswedstrijden in het gebouw van de opleiding Sport en Bewegen van het Alfa-college. Er is een prachtige grote sporthal, waar het bij thuiswedstrijden flink tekeer kan gaan. Jeffrey Klok, libero in het team, laat een filmpje zien van het laatste punt van de Europese wedstrijd tegen Calcit Kamnik uit Slovenië, november vorig jaar, toen Lycurgus een ronde verder kwam. Een heksenketel was het.

Klok kwam dit seizoen over van Dynamo uit Apeldoorn, concurrent om de landstitel. Onder de coach daar was hij "een beetje uitgeleerd". Bij Dynamo rouleerden de spelers veel. "Arjan vindt dat de beste zeven moeten spelen. Hij is heel prestatiegericht. Je moet nu goed zijn, morgen, dit seizoen. Die benadering vind ik prettig."

Coach en speler drinken thee in het Sportcentrum op Kardingse, dat ze met het Alfa-college delen. Je hebt er prima faciliteiten, zegt Taaij, maar de coach is altijd de verkeerde om aan te vragen of het prima genoeg is. "Het kan altijd beter. Voorzieningen delen is voor topsport een beperkende factor." De spelers doen krachttraining op het Topsportcentrum van FC Groningen op Corpus den Hoorn. De voetballers hebben voorrang.

Lycurgus is in alles een profclub. Er zijn veertien spelers in loondienst, er is een staf van acht mensen. De spelers trainen vier tot vijf uur per dag, leven voor het volleybal. "Of het ook professioneel wordt betaald is een tweede," lacht Taaij. "Eén voetballer verdient wat mijn hele selectie verdient. Het is niet te vergelijken."

Klok werkt nog vier uur in de week op het mbo-Noorderpoort, waar hij een podcast maakt. Hij speelde in België, studeerde politieke wetenschappen in Gent. Bij Lycurgus kan hij zich vol-



ledig op de sport richten. Niet alleen liggen alle prijzen in het Nederlandse volleybal in Groningen binnen handbereik, voor een speler op het hoogste niveau is er altijd het wenkend perspectief van het Nederlands team of de stap naar het buitenland.

Over de doelstellingen van Lycurgus kan coach Taaij kort zijn: "Alles winnen. Dat is onze positie in Nederland. De laatste drie jaar zijn we geen kampioen geworden, maar van de laatste 23 finales hebben we in twintig ervan in de finale gespeeld. De competitie eindigt met Lycurgus tegen een andere ploeg."

Het volleybal is ongelooflijk veel harder en sneller gewonnen sinds het Nederlands team van coach Joop Alberda in 1996 Olympisch goud won. "De topteam van toen zouden nu geen schijn van kans maken," zegt Taaij. "Ze serveerden toen nog met

staande floats. Dat is nu ondenkbaar. De top serveert nu 135 kilometer per uur. In 1996 kwamen ze niet boven de 100 uit." Lycurgus hardste serveerder, Luuk Hofhuis, haalt 105 kilometer per uur.

Klok is homoseksueel, wat – bijzonder genoeg – in de topsport nog altijd een bijzonderheid is. Hij zet zich in voor LHBTIQ+ acceptatie in de sport. "Het zou het mooist zijn als het helemaal geen issue zou zijn, als gay zijn net zo normaal was als welke andere voorkeur dan ook," zegt hij. "Maar het is nog steeds nodig dat er aandacht voor is." "Bij ons is het geen onderwerp," zegt Taaij. "Het volleybal is relatief tolerant en open minded. Bij voetbal is dat nog wat minder."

► Ook een wedstrijd van één van de topclubs in Groningen bijwonen? Bekijk de kalender op www.sport050.nl

Gezonde keuzes leuk maken en belonen met FitGaaf!

TEKST NOORTJE DE BAAR FOTO JEROEN SCHUURMAN



Gezonde kinderen. Die uit zichzelf kiezen voor gezond eten, drinken, bewegen en slapen. Gezond opgroeien, met meer plezier en minder strijd. Daar helpt FitGaaf! graag bij. Door kinderen te belonen voor gezonde keuzes worden zij gestimuleerd tot een gezonde levensstijl.

Jong geleerd

Initiator Tom Steffens kwam op het idee voor FitGaaf!-methode door de strijd die hij volwassenen zag voeren met aangeleerde ongezonde routines. "Ik bedacht om iets leuks te verzinnen voor kinderen zodat zij opgroeien met een betere basis wat betreft een gezonde levensstijl. Wanneer hier op jonge leeftijd aandacht aan wordt besteed, is de

kans groter dat zij dit vasthouden en als volwassene ook gezonder leven." De FitGaaf!-methode is opgenomen in de interventiedatabase van het RIVM en draagt bij aan een Gezonde School.

Strijd

Daarnaast wil Tom met FitGaaf! de strijd in het gezin verminderen. "Nu ik zelf kinderen heb ervaar ik persoonlijk hoeveel energie het kan kosten om je kinderen gezond te laten leven. Bijvoorbeeld de eeuwige strijd om ze hun groenten te laten eten. Door je kinderen met FitGaaf! stickers te laten plakken bied je ze een beloning en kan je de angel een beetje uit de strijd halen. Zo kiezen de kinderen zelf een gezonde optie."

OBS 't Kompas

Ook Tim Kingma, vakleerkracht bewegingsonderwijs op OBS 't Kompas, ontdekt hoe FitGaaf! kinderen motiveert om gezonde keuzes te maken. "De kinderen zijn super enthousiast. Ze vinden het erg leuk om de stickers te mogen plakken na een gezonde actie." Tim ziet als Gezonde School coördinator ook in hoe belangrijk de rol van ouders is in een gezonde opvoeding. "Een levensstijl is niet zo maar aan te passen. FitGaaf! kan een mooi begin zijn voor een structurele verandering. Dat moet wel gemotiveerd doorgezet worden, daar spelen ouders een belangrijke rol in."

Iedereen

FitGaaf! stimuleert een gezonde opvoeding met minder strijd en meer plezier. "Elk kind moet gezond kunnen opgroeien." Vertelt initiator Tom. "Zo hebben we, in samenwerking met Stichting Special Heroes, een mooie draai gegeven aan ons concept voor kinderen in het speciaal onderwijs. Ook onderzoeken we actief hoe we ervoor kunnen zorgen dat kinderen uit gezinnen met bijvoorbeeld financiële moeilijkheden net zo goed kunnen deelnemen aan een FitGaaf!-project. Recent bijvoorbeeld door gratis fruit- en groentetasen aan te bieden, mogelijk gemaakt vanuit het Lokaal Preventieakkoord van de gemeente Groningen."

► Ook aan de slag met de Gezonde School-aanpak?

Kijk op www.sport050.nl

EVENEMENT IN BEELD

Geslaagd Open Nederlands en Gronings kampioenschap Nunchaku-do

Vorig jaar mei organiseerden Bernard Roessen en Michel Nijenhuis van Jiritsu het Open Nederlands en open Gronings kampioenschap Nunchaku-do. Beide toernooien werden gecombineerd en gehouden in de sporthal in Hoogkerk. "Nunchaku-do is een Japanse krijgskunst en de nunchaku's zijn twee stokjes met een touwtje of ketting ertussen", aldus Bernard.

Toen de organisatie hoorde dat het WK in Frankrijk door de strenge coronamaatregelen niet door kon gaan, waren ze vastbesloten om het in Groningen te organiseren. Door

het open karakter deden er ook internationale toppers uit Frankrijk, België en Polen aan het toernooi mee en konden de Groningse talenten ook een mooi podium krijgen.

Michel: "Wij zijn met Jiritsu één van de jongste Nunchaku verenigingen in Nederland en de enige in de drie noordelijke provincies." De organisatie vond het gaaf dat ze dit in hun eigen stad neer konden zetten. Deelnemers van jong tot oud en van top tot beginners konden elkaar allemaal inspireren.

► Vind alle sportevenementen op www.sport050.nl



TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD



BESTUURDER AAN HET SPORTEN

Sporten is vooral ook erg leuk!

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Karin Zwart, is directeur bij Huis voor de Sport Groningen. Het Huis voor de Sport Groningen speelt een belangrijke rol in het verbinden en adviseren van gemeenten, verenigingen, onderwijs en bedrijven ten behoeve van sport en bewegen in de provincie Groningen.

Karin Zwart: "M'n ouders waren sportief en zo heb ik van jongs af aan eigenlijk als vanzelfsprekend meegereggen om buiten te spelen en te sporten. Ik deed aan volleybal, turnen en kaatsen. In het dorp was alles dichtbij en ik heb van mijn basisschool tot mijn middelbare schooltijd veel plezier gehad van de mogelijkheden in de omgeving.

Brede ontwikkeling

Ik zat in jeugdcommissies van sportverenigingen en heb op verschillende verenigingen sportles gegeven aan jong en oud. Zo leerde ik vanuit verschillende kanten de sport en de verenigingen te bekijken. Na het afronden van de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) bleef ik actief in het sociaal maatschappelijke domein. Zo ben ik nog JOGG coach geweest voor jongeren om hen op gezond gewicht te houden. Eigenlijk alles wat ik gedaan heb, komt samen bij het Huis voor de Sport Groningen. Mensen in beweging krijgen, verbinden en helpen de fysieke en mentale gezondheid te bevorderen. Ik ben dankbaar dat alles wat ik tot nu toe heb gedaan ertoe heeft geleid dat ik nu van mijn passie m'n werk heb kunnen maken.

Mountainbiken

Iedere zaterdag sta ik naast het voetbalveld mijn kinderen te supporten, draai ik vrijwilligersdiensten en kan ik het bestuur helpen door soms advies te geven. Daarna spring ik zelf graag op de mountainbike. Dat is een nieuwe passie geworden. Het is flexibel, soms ga ik alleen of met vrienden. We rijden single tracks, onverharde paden door de bossen, heerlijk in de buitenlucht en vies worden is geen probleem. Zo gaan we door het hele land. De verschillende locaties en wisselende weersomstandigheden maakt het iedere keer anders en uitdagend. We rijden meestal 30 tot 50 kilometer per keer. Afgelopen jaar heb ik meegedaan met de Veldslag om Norg. Die is 100 kilometer. Dat was best pittig, maar heel gaaf dat ik die uit heb kunnen rijden. Ik vind het belangrijk dat mensen plezier vinden in hetgeen wat ze doen. Zonder plezier had ik die 100 kilometer misschien niet uit kunnen rijden. Maar als je sport en bewegen kunt combineren met iets wat je leuk vindt. Dan is dat natuurlijk het ultieme winnen."

TERUG NAAR DE PLEK

“Atletiek is heel puur. De sterkste wint”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO RTV NOORD



Ex-kogelstoter en discuswerper Rutger Smith won medailles op Europese en wereldkampioenschappen en nam drie keer deel aan de Olympische Spelen. In zijn jeugd trainde hij bijna dagelijks in het Stadspark. Hij is zijn club Groningen Atletiek altijd trouw gebleven.

Wat is jouw eerste gedachte als je terugdenkt aan het Atletiekcentrum Stadspark? “Een fantastische locatie. Nu heet het Groningen Atletiek, toen ARGO '77. Ik begon als zesjarige met atletiek in Roden. Toen bleek

dat ik goed was in de werpnummers ging ik in Groningen trainen. Ik kreeg training van mensen als Joop Tervoort, die daar nog steeds werptrainer is, en de latere bondscoach Gert Damkat. Het zag er net zo uit als nu: een atletiek-baan met een tribune ernaast. Ik kwam er denk ik midden jaren negentig voor het eerst. Het gebouw van de Gasunie stond er net.”

Waarom ging je als kind op atletiek? “Toen ik drie was, zag ik de Olympische Spelen op tv. De Spelen

van 1984 in Los Angeles. Ik vond het fantastisch. Helaas mocht ik pas op een sportclub toen ik zes was.”

Wat vind je zo mooi aan atletiek? “Dat het zo simpel is. Je kunt de prestaties makkelijk met elkaar vergelijken. Gewoon: de sterkste wint, de snelste. Wie het hoogste springt, het verste werpt. Er zijn niet te veel regels. Het is heel puur.”

Toen je later medailles haalde op Europese en wereldkampioenschappen en deelnam aan de Olympische Spelen, trainde je niet meer in Groningen. “Nee. Ik ging met Gert Damkat mee naar Papendal. Maar ik ben de club altijd trouw gebleven. Ik ben nog steeds lid van Groningen Atletiek. Ik ben nooit van club veranderd. Na mijn zilveren medaille op het WK werd ik erelid. Het bestuur is heel erg betrokken.”

Je woont nu in België, waar je Topsportcoördinator bent van de Vlaamse Atletiekliga. Kom je nog wel eens in het Stadspark? “Ik moet eerlijk zeggen dat ik er in jaren niet meer ben geweest. Maar ik blijf een kind van de club. Ik kom niet veel meer in het Noorden omdat ik in België werk. Maar ik voel me Groninger. Ik volg de atletiek natuurlijk nog op de voet. In de uitslagen kijk ik altijd waar de atleten van Groningen Atletiek zitten. Dat blijft.”



REPORTAGE

Flink afvallen of leren zwemmen dankzij het Volwassenenenfonds Sport

Voor de een de normaalste zaak van de wereld, maar voor de ander een ver-van-zijn-bed-show: sporten en bewegen. Van 'geen zin', tot 'geen tijd' en 'geen geld': er zijn allerlei redenen te noemen om niet te sporten. Juist die laatste reden mag geen reden zijn, vindt Chantal Molanus van WIJ Groningen. "Ik vind dat iedereen moet kunnen sporten. Ook mensen met een laag inkomen of uitkering."

Als contactpersoon van WIJ Groningen helpt Chantal mensen met een laag inkomen aan een sport- of cultuurabonnement. "Groningers met een Stadgerspas kunnen gebruik maken van het Volwassenenfonds Sport en Cultuur. Jaarlijks kunnen zij voor 300 euro een sportabonnement afsluiten, dit wordt betaald vanuit het fonds. Van zwemmen, tot kickboksen of een abonnement bij een sport-school: alles kan."

Zwemlessen

Johanna en Elmas zijn twee dames uit de Korrewegwijk die sporten via het fonds. Voor beide heeft het sportabonnement een enorme positieve invloed gehad op hun leven. "Ik ben gestart met zwemlessen bij TriVia en heb mijn zwemdiploma A gehaald", vertelt Elmas trots. "Ik was bang voor water, maar toen ik kinderen kreeg vond ik het belangrijk om te leren zwemmen. Overal in Nederland is water."

Volwassenenfonds Sport

Elmas komt oorspronkelijk uit Koerdistan en heeft daar nooit leren zwemmen. "Na het leren van de taal en het volgen van een opleiding vond ik het tijd om ook zwemlessen te gaan volgen. Ik had alleen niet genoeg geld om dat zelf te betalen, maar door het Volwassenenfonds kon het ineens wel."

Weinig sociale contacten

Geld was ook voor Johanna een reden om niet tot nauwelijks te sporten en bewegen. "Ik woog 98 kilo, had weinig sociale contacten en zat veel thuis. Via via hoorde ik van het Sportfonds. Ik heb me daarvoor aangemeld en ben bij Sportcentrum Noord in De Hoogte gaan sporten. Dat begon onder begeleiding twee keer in de week, maar tegenwoordig ga ik dagelijks!", zegt Johanna met een lach van oor tot oor.

Motivatie en plezier

"Het heeft mijn leven echt veranderd. Hiervoor ging ik alleen naar buiten om mijn zoontje naar school te brengen en halen en verder zat ik de hele dag thuis. Nu begin ik iedere ochtend om 09.00 uur met sporten en soms kom ik hier om 14.00 uur pas weer weg! Dan ben ik niet alleen aan het sporten hoor, maar dan help ik ook andere mensen of maak ik een praatje", vertelt Johanna.

Afvallen en om elkaar denken

Het sporten heeft zowel het leven van Johanna als dat van Elmas enorm veranderd. Johanna: "Ik ben er dertig kilo door afgevallen, maar dat is nog niet alles. Hier in de sport-school denken we om elkaar. Als ik of iemand anders een tijdje niet in de sportschool is, dan vragen we aan elkaar hoe het gaat. Dat maakt mij gelukkig, dat er iemand om je denkt."

Diepe bad

Dat geldt ook voor Elmas. "Ik word echt blij van zwemmen. Het is dat ik vanmorgen een afspraak met jou had om hierover te vertellen, maar anders had ik al in het zwembad gelegen. Doordat ik mijn zwemdiploma A heb, mag ik nu in het diepe bad. Dat is echt geweldig, want ik houd van duiken."

Sport- of cultuurabonnement

Kijk op de website van het Volwassenenfonds voor een sportabonnement of neem contact op met het WIJ-Team bij jou in de buurt. Je kunt ook een vergoeding krijgen van 400 euro voor allerlei culturele activiteiten, zoals bijvoorbeeld dansles of een cursus pottenbakken. Het Volwassenenfonds Sport en Cultuur is voor alle inwoners met een Stadgerspas.

► Meer weten over financiële ondersteuning? Kijk op www.sport050.nl



“De kunst is om zoveel mogelijk jeugd te bereiken”

TEKST THEO SIKKEMA FOTO RONALD LOWIJS

Joshua Ottens is sinds november vorig jaar Bslim professional in de wijk Beijum. Een verbindende rol tussen sport- en zorgaanbieders en jongeren in de wijk.

Ottens heeft de hbo-opleiding SPH gevolgd en gaat aanvankelijk in de zorg aan het werk. Onder andere in de kinderopvang. “Ik was niet op zoek naar wat anders, maar het kwam op mijn pad. De zorg en mijn voorliefde voor sport komen in deze rol samen.”

Het doel is helder, maar niet eenvoudig. “Proberen kinderen meer in beweging te krijgen. We focussen op de leeftijd tussen twaalf en zestien jaar. Dat is een lastige groep. Veel haken dan af om te sporten en verdwijnen een beetje van de radar. Het is de kunst om ze terug te krijgen.”

Ottens is bij zijn start in het diepe geëngoid, maar heeft zijn plek inmiddels gevonden. Hij gaat bij zijn start in gesprek met mensen van WIJ Beijum, buurtcentrum Trefpunt, kijkt rond bij het Krajicek Court en kan terugvallen op de andere sportcoaches in de gemeente Groningen.

“Meestal doen we drie activiteiten per maand. Dat kan van alles zijn. Skiën bij Snowlimits, klimmen bij Bjoeks of zwemmen. In verband met vervoer zoeken we wel activiteiten zo dicht mogelijk bij de wijk. Kinderen kunnen dan gratis meedoen om te ervaren hoe fijn het is om te bewegen. Misschien gaan ze het vaker doen. Zo hopen we kinderen bij de juiste sport te krijgen. Het is puzzelen. Iedere jongere is anders.”



Verder is er iedere woensdag een sportinstuif in sporthal Beijum. “Dat is een beetje apekooien. Tijdens de instuif geven we wel verschillende vakken, waardoor de jongeren steeds met verschillende sport en spelonderdelen in aanraking komen. Ook dit is weer een manier om gratis te bewegen. Bovendien zijn ouders welkom.” En in samenwerking met vakleerkrachten organiseert Ottens op vrijdag zaalvoetbal voor middelbare scholieren.

De kunst is om zoveel mogelijk jeugd te bereiken. Dat gaat via social media platforms Instagram en TikTok, maar ook via de wijkkrant, zelf flyers uitdelen en de Bslim-website. “Daarnaast spreek ik kinderen aan

op schoolpleinen en gaan we met de Bslim bakfiets bij scholen langs om ze in de pauzes uit te dagen om sportief te bewegen. En van daaruit een vervolg te krijgen.” Ottens trekt ook door de wijk om jongeren te treffen op ontmoetingsplekken.

Ottens spreekt vol passie over zijn rol en kijkt vooruit. “Ik wil helpen om organisaties in Beijum meer te laten samenwerken. Er gebeuren al veel leuke dingen, maar nog teveel op eilandjes. Om dat meer bij elkaar te brengen daar ligt voor mij een belangrijke taak. Dus ja ik ben nog lang niet klaar.”

► Vind alle sportaanbieders in Groningen op www.sport050.nl

EVENEMENT IN BEELD

NOC*NSF Nationale Sportweek 2022 Groningen



TEKST NOORTJE DE BAAR FOTO'S BERT LANTING, RONALD LOUWIS, THOMAS BONESJOOR

Ruim een week lang volop sporten en bewegen, dat gebeurde tijdens de 19de editie van de NOC*NSF Nationale Sportweek 2022. Van vrijdag 16 tot en met zondag 25 september beleefde Groningen hoe leuk sport en bewegen is met verschillende activiteiten. Het landelijk sportevenement zet sporten in de etalage en laat zien hoe gezond en vooral ook hoe leuk sporten en

bewegen is. Tijdens de sportweek zetten honderden sportaanbieders, bedrijven en scholen in heel Nederland hun deuren open. In Groningen werd er onder meer genoten van gratis clinics en proeflessen om Groningers te laten ontdekken wat sport met hen doet.

► Vind alle sportevenementen op www.sport050.nl

“HET IS NORMAAL OM JEZELF TE ZIJN.”

TESSA SPIJKER, ZAALVOETBALSTER

FOTO ERIK BRAND

AGENDA

JUN
11

DWARS DOOR GRONINGEN
ZONDAG 11/06/23
Vismarkt

JUN
17

GLORIOUS FIGHT EVENTS
ZATERDAG 17/06/23
Martiniplaza

JUL
02

HAREN-HAREN
ZONDAG 02/07/23
Haren en Odoorn

JUL
15

KARDINGEBULTRA
ZATERDAG 15/07/2023 - ZONDAG 16/07/2023
Recreatiegebied Kardinge

AUG
05

BAUKE MOLLEMATOCHT
ZATERDAG 05/08/2023
Sportcentrum Kardinge

AUG
26

GRONINGEN SWIM CHALLENGE
ZATERDAG 26/08/2023
Zoutkamp en Groningen

SEP
15

NOC*NSF NATIONALE SPORTWEEK GRONINGEN
VRIJDAG 15/09/23 - ZONDAG 24/09/23
Diverse locaties

SEP
30

KARDINGE RUN
ZATERDAG 30/09/2023 - ZONDAG 1/10/2023
Recreatiegebied Kardinge

► Voor de volledige evenementenkalender, kijk op www.sport050.nl

SPORT/050

Hét platform voor bewegend Groningen

Gemeente
Groningen