

SPORT/50

GRATIS

Meeneem-
exemplaar

**Urban
Sports**
leefstijl
in beweging!

De sportvrijwilliger
van GRC Groningen

SPORTTALENT IN BEELD:
DANIEL MORAGUES

SOCIALE VEILIGHEID
in de sport



IN DIT NUMMER



16 ACCOMMODATIE
HOCKEY CLUB MARTINUS



32 REPORTAGE
UNIEK SPORTEN



14 PORTRET TOPTALENT
DANIEL MORAGUES

- 03 **VOORWOORD** Wethouder Sport Inge Jongman
- 04 **MARKANTE SPORTPLEK** Skatepark Stadspark
- 05 **TERUGBLIK** Paralympisch Centrum Noord
- 06 **UIT DE OUDE DOOS** De oude ALO
- 07 **DUBBELINTERVIEW** Urban Sports Agenda
- 09 **DE WEDSTRIJD** Jennings de Boo Europees kampioen
- 10 **VRAAG EN ANTWOORD** Sportvrijwilliger GRC Groningen
- 11 **ACCOMMODATIE** Stichting Zwembad Hoogkerk
- 13 **KANTINEVERHALEN** Tennisclub Ten Boer
- 14 **PORTRET TOPTALENT** Skateboarder Daniel Moragues
- 16 **ACCOMMODATIE** Hockey Club Martinus op Selwerd
- 18 **PANORAMAFOTO** Freerunning in The Spot
- 20 **SPORTCLUB IN BEELD** Bootcamp Reitdiep
- 21 **DUBBEL INTERVIEW** Sociale Veiligheid in de sport
- 23 **TERUGBLIK** Nadine Hettinga wereldkampioen streetliften

- 24 **GOED INITIATIEF** Talenthub Noord
- 25 **COLUMN** Nico van Yperen
- 26 **INTERVIEW TOPSPORTCLUB** Roeiclub Gyas
- 28 **ACHTER HET SUCCES** Christmas Urban Walk
- 29 **EVENEMENT IN BEELD** NOC*NSF
Nationale Sportweek 2023
- 30 **BESTUURDER AAN HET SPORTEN** Kris Tuinier
van Sportstudies
- 31 **TERUG NAAR DE PLEK** Claus Boekweg gaat terug
naar Sportpark West End
- 32 **REPORTAGE** Uniek Sporten, beweegcoaches
Ellen Wollerich en Frederique Kraster
- 34 **INTERVIEW** Vitaliteitscampus Alfa-college
- 35 **EVENEMENT IN BEELD** Plantsoenloop 2023
- 36 **AGENDA**

COLOFON

Redactie

Arjen Boekema en Margreeth Visser

Aan dit nummer werkten mee

Patrick van der Weerd, Frida Bijl, Marvin Huisman, Bert Nijmeijer, Nico van Yperen, Theo Sikkema, Laura Wieringa, Ellis Ellenbroek en Kjeld Zuidema

Cover beeld

Bert Lanting

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

Wat een spektakel, wat een energie en wat een sfeer!

Er gaat (bijna) niets boven Groningen! Dat wisten we natuurlijk al en werd onlangs nogmaals bevestigd in een onderzoek van de Europese Commissie. Groningen eindigde op een gedeelde tweede plaats in de lijst gelukkigste steden van Europa. En daar dragen onze sport- en cultuur-evenementen zeker aan bij. Neem de Davis Cup, voor het tweede jaar op rij waren de beste tennisers van Nederland te bewonderen in Martiniplaza in Groningen. En dat hebben we geweten, wat een spektakel, wat een energie en wat een sfeer.

Groningen is van oudsher een echte Davis Cupstad. Dat begon al in 1991 toen Groningse studenten Oranje naar een 5-0 overwinning schreeuwden, in en tegen Mexico. Daar onder de Mexicaanse zon nam het Davis Cup-tennis in Nederland een vlucht. Een traditie met een Gronings randje en nog altijd heeft TeamNL een grote schare Groningse fans, vraag dat maar aan de Zwitsers die in een kolkend Martiniplaza van de baan werden geveegd.

De liefde en bevoegenheid voor de sport daar draait het uiteindelijk allemaal om. Want we juichen in Groningen niet alleen voor tennis, maar ook voor onze volleyballers van Lycurgus, de basketballers van Donar, de ijshockeyers van GIJS, of de Trots van het Noorden. En we staan op de banken voor de amateursport, want in Groningen gaan topsport en breedtesport hand in hand.

We willen dat sport toegankelijk en inclusief is. Dat iedereen, ongeacht opleiding, inkomen of achtergrond kan sporten en bewegen. Dat lijkt vanzelfsprekend, maar dat is het niet. We stimuleren buitensport en bewegen in de openbare ruimte zodat iedereen kan meedoen en we zetten onze buurt-sportcoaches in voor de doelgroepen die dat het beste kunnen gebruiken. Want investeren in sport betekent investeren in een gezonde toekomst. En zien sporten, doet sporten, daarom ben ik ook zo trots dat we in Groningen topsportevenementen zoals de Davis Cup kunnen organiseren. Welkom in de Groninger wereld van sporten en bewegen en ontdek op Sport050 wat jij kunt doen.

Inge Jongman

Wethouder sport



MARKANTE SPORTPLEK

Skatepark Stadspark geeft skatestad Groningen weer allure

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Kickflips, Olie's, Grinds, sinds afgelopen zomer is het allemaal mogelijk op het Skatepark Stadspark. Bram Roenshors (Rollend Groningen): "Er is geen verenigingsstructuur, maar er is zeker een grote community die elkaar op de hoogte houdt rondom het skaten. Er heerst hier een ongedwongen sfeer en het is open voor iedereen. Men helpt elkaar met

skaten, maar soms ook met hele andere zaken in het leven. Dat is mooi om te zien.

We onderhouden de baan met een groepje betrokken skaters. Als je 's middags komt is de baan vaak al door één van ons geveegd. Zo houden we het veilig. Vaak wordt skaten gezien als een ding dat jongeren

doen. Maar als je ziet wie hier komen dan zie je alle leeftijden. Het skatepark staat er nu voor de helft. Als de tweede helft af is, hebben we nog meer een openbaar skatepark op het niveau dat past bij een stad als Groningen."

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



Paralympisch Centrum Noord: Primeur voor Nederland



TEKST ARJEN BOEKEMA FOTO BERT LANTING

In november vorig jaar vond in Haren de opening plaats van Paralympisch Centrum Noord. In dit regionale trainingscentrum (RTC) kunnen sporters met een lichamelijke beperking of chronische ziekte hun talent ontwikkelen en toewerken naar topprestaties en succes. Nederland kende op dat moment geen RTC voor paralympische sporters, terwijl deze sporters er wel zijn. Met name voor regio Noord is de fysieke afstand naar nationale trainingscentra vaak groot. Door krachten regionaal te bundelen krijgen deze sporters een fysieke plek waar hun ambities samenkomen.

Paralympisch Centrum Noord is het resultaat van een samenwerking tussen Stichting BEA, het UMCG Centrum voor Revalidatie en Topsport NOORD. Hun gezamenlijke wens was een talentprogramma voor paralympische sporten te ontwikkelen en daarvoor een eigen RTC op te zetten. Topsport NOORD zet zich in voor goede begeleiding en ontwikkeling van talenten en topsporters in het TeamNL Centrum Noord of één van de RTC's in Noord Nederland.

► Vind meer informatie over talentontwikkeling op www.sport050.nl

UIT DE OUDE DOOS

De oude ALO aan de Van Swietenlaan

Aan de Van Swietenlaan in de wijk Corpus den Hoorn zijn jarenlang studenten van de Academie Lichamelijke Opvoeding (ALO) opgeleid. De panden zijn al lang gesloopt en niets doet er nog aan herinneren dat het een plek was waar menig gymdocent de basis legde.

Begin oktober 1979 was de feestelijke start van de nieuwbouw. Pas twee jaar later is de officiële opening. De kleedkamers zaten op kelder niveau en daarboven waren drie gymzalen, een grote sporthal, een turnzaal en een zwembad. Alle faciliteiten voor een brede sportopleiding waren aanwezig.

Na de opening groeit het uit tot een locatie waar naast de onderwijsactiviteiten ook alle ruimte is voor sportevenementen. Zoals bijvoorbeeld in 1990 als speellocatie van het Europees kampioenschap zaal-hockey in Groningen en in datzelfde jaar vond ook het Nederlands kampioenschap taekwondo voor teams plaats. Er werd veel geturnd en de basketballers van Donar speelden er wel oefenwedstrijden.

Foto: Ellen ten Damme bij turnkampioenschappen Noord in 1983

TEKST THEO SIKKEMA FOTO GERARD TIL, GRONINGER ARCHIEVEN





DUBBELINTERVIEW

Alex Tjoelker

Urban Sports: een verbindende leefstijl in beweging

TEKST FRIDA BIJL FOTO'S BERT LANTING

Wat verbindt sporten als skateboards, bmx'en, 3x3 basketballen, breakdancen en steppen? Het antwoord ligt letterlijk op straat, daar waar deze activiteiten samenkomen. Bij deze zogenoemde

Urban Sports draait het niet alleen om de fysieke activiteit. Het gaat om een complete levensstijl, waarmee kunst, muziek, kleding en vriendschap onlosmakelijk verbonden zijn.



"Urban Sports zijn enorm in ontwikkeling de afgelopen jaren; ze zijn uitgegroeid tot een belangrijk onderdeel van het Gronings sportlandschap", vertelt Ezra Schrijver. En als iemand het kan weten, is het Ezra; hij werkt als beleidsadviseur Urban Sports bij de gemeente Groningen. "De Urban Sports zijn allemaal verschillend van elkaar; straatvoetbal is bijvoorbeeld niet te vergelijken met rolschaatsen, mountainboarding of calisthenics (trainen met je eigen lichaamsgewicht, red). Hoe verschillend ook, ze hebben ook zeker een gemene deler: het gaat bij al deze sporten om een *way of life*."

Way of life

"Deze *way of life* spreekt mensen aan die zich over het algemeen minder aangetrokken voelen tot de meer traditionele verenigingssporten. Sporters vinden elkaar vaak op straat en spreken bijvoorbeeld met elkaar af via WhatsApp-groepen", weet Alex Tjoelker. Als mede-eigenaar van breakdance-school 84studio's en zelf fervent basketballer staat hij middenin de Urban Sports-community. "Ik treed op als een soort vertaler van de Urban Sports-wereld richting de gemeente. Zodat we deze vorm van sport en manier van leven samen naar nieuwe hoogten kunnen brengen."

Droombeeld

Waar het Urban Sports Netwerk over tien jaar wil zijn: "Groningen behoort tot de top van de Nederlandse Urban Sports-steden. Door de aanwezige in- en outdoor voorzieningen is Groningen een trekpleister voor Urban Sporters uit heel Nederland. Er is een sterk Urban Sports Netwerk, waarbinnen kruisbestuiving tussen de verschillende disciplines plaatsvindt."

Op de agenda

Ezra: "Groningen kent een grote groep Urban Sporters; het is van grote waarde om deze groep sporters actief en enthousiast te houden. Daarom zetten we ook als gemeente steeds meer in op Urban Sports. Hierbij zijn de voorzieningen natuurlijk belangrijk; denk aan skateparken, freerunning spots en fraaie locaties voor graffitikunst. Maar om de sporters ook de mogelijkheid te geven om zich verder te kunnen ontwikkelen, is er meer nodig. Daarom hebben we als gemeente samen met het Urban Sports Netwerk -het netwerk waarin in alle disciplines verenigd zijn- de Urban Sports Agenda opgesteld. Deze agenda is de leidraad voor wat we de komende jaren nog meer willen realiseren. De aanleg van een pumptrack, een breakdance-vloer in de openbare ruimte en een centrale indoor Urban Sports Hub staan hoog op de verlanglijst. Maar ook een jaarlijks Urban Sports Event en meer aandacht voor talentontwikkeling binnen de Urban Sports zijn terug te vinden op deze agenda."

Snode plannen

Alex is enthousiast over de Urban Sports Agenda. "Met deze agenda laat de gemeente zien, dat zij de Urban Sports als belangrijk onderdeel van de Groningse sport zien. Met de actielijnen in de agenda kunnen we in gezamenlijkheid de Urban Sports verder ontwikkelen en professionaliseren. En ook de verschillende community's samen laten komen, zodat we elkaar nog beter leren kennen, van elkaar kunnen leren en elkaar kunnen stimuleren."

Urban Sports

Urban Sports zijn sporten die van oorsprong vooral worden beoefend door jongeren, veelal plaatsvinden in de stedelijke openbare ruimte, zijn ingebed in de *street culture* en hierdoor creatieve en/of artistieke elementen bevatten, die worden getoond op straat en via sociale media, mogelijk in de vorm van battles.

► Meer informatie over Urban Sports vind je op www.sport050.nl





DE WEDSTRIJD

Jenning de Boo verovert goud op 500 meter schaatsen!

TEKST LAURA WIERINGA FOTO PRO SHOTS

Jenning de Boo schaatste begin januari tijdens de EK Afstanden de 500 meter. In een stijf uitverkocht Thialf in Heerenveen stond hij naast Marten Liiv uit Estland aan de startlijn.

In een goed weekend voor Jenning de Boo, met zilver op de 1000 meter en brons op de teamsprint, was het op zondag tijd voor de 500 meter. Als zevende paar stonden de Boo en Liiv aan de start.

Ondanks dat de Boo laat weg was herpakte hij zich gemakkelijk op de eerste 100 meter.

Terwijl de Boo tijdens de bochten weet te versnellen, blijft Liiv achter. En met een gemiddelde snelheid van ongeveer 58 km/uur, zette Jenning de Boo een tijd neer van 34.48 waarmee hij de gouden medaille binnenhaalde.

Op het WK Sprint begin maart in het Duitse Inzell, trok de Boo zijn goede vorm door met een 2de plaats in het eindklassement. Door deze internationale topprestaties, ontving de Boo onlangs een Sportpenning van de gemeente Groningen.

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

“Ik probeer bij te dragen aan een cultuurverandering”

Sportvrijwilliger Marijke Beute



TEKST ELLIS ELLENBROEK FOTO ERIK BRAND

Marijke Beute (39) is als bestuurslid van voetbalvereniging GRC Groningen speciaal belast met inclusie. Dat is nodig, vindt ze, want volkssport nummer 1 kan een stuk toegankelijker.

Hoe ben je aan deze vrijwilligers-taak gekomen? ‘Mijn zoon voetbalt bij GRC. In 2022 zochten ze mensen die zich wilden bezighouden met inclusie binnen de sport. Met name op het gebied van lhbtqi+. Ik dacht: “Waarom is dat nodig dan? Iedereen mag toch gewoon meedoen hier?” Heel naïef. Het blijkt dus dat mensen die ergens onder deze letters vallen, vaak afhaken. Juist voetbal is bepaald geen geëmancipeerde sport. Velen gaan er uit voorzorg al niet naartoe. Ik schrok toen ik daarachter kwam. Het ging me aan het hart dat niet iedereen zich veilig voelt. Ik wilde in actie komen.’

Hoe heb je je voorbereid op je klus? ‘Ik heb meegedaan aan een pilot van de Alliantie Gelijkspelen over inclusiviteit in de sport. Die werd vanuit de gemeente Groningen aangeboden. Ook hockeyclub GHBS, tennisvereniging Cream Crackers en Groningen Atletiek deden eraan mee. Met zijn vieren vormen wij het inclusieteam van Sportpark Corpus Den Hoorn. We kregen ook een workshop van de John Blankenstein Foundation, die opkomt voor

lhbtqi+ ers in de sport. Binnen de clubs worden nu ook weer allerlei workshops over gelijkheid en inclusie gegeven aan trainers, jeugdleiders en coaches.’

Je bent ondertussen bestuurslid inclusie geworden bij GRC. ‘Het bestuur wilde graag een portefeuillehouder inclusie, om continuïteit te waarborgen. En toen vroegen ze mij daar natuurlijk voor. Ik wilde het wel doen. Ook al omdat ik wel eens bij het bestuur was geweest en had gezien dat er acht mannen zaten en niet één vrouw. Ik vroeg: “Hebben jullie ook vrouwen hier?” Dat hadden ze niet. Ai ai ai.’

Hoe ga jij van GRC een inclusieve vereniging maken? ‘Ik probeer bij te dragen aan een cultuurverandering. Zoiets gaat langzaam. Hopelijk wordt het een steen in het water die steeds grotere kringen maakt binnen de vereniging.

Niet iedereen heeft iets met het thema. Er wordt hier wel twintig keer op een training “Hé homo” geroepen. Ik vraag wel eens aan een trainer zich voor te stellen dat hij zelf een jongen is die op jongens valt, en hoe hij zich dan zouden voelen. Ineens realiseert hij zich hoe verschrikkelijk al dat geroep kan overkomen. Ik zeg vervolgens: “Dat kun jij als trainer helpen aanpakken.”

Die workshops die we aanbieden bin-

nen de club van organisaties die al jaren bezig zijn met inclusiviteit zijn een belangrijk middel. Iets anders wat in mijn ogen hard nodig was, was het statement dat we hebben geschreven toen de KNVB vorig jaar besloot profclubs vrij te laten in het dragen van One Love-aanvoerdersbanden, omdat sommige spelers de band niet om wilden doen. Dat besluit vonden wij zo zonde, een slecht signaal. Wij hebben geschreven: “Wij doen het wel”. We vragen het van al onze spelers vanaf dertien jaar, bijvoorbeeld in het weekend na Coming Out Day op 11 oktober. Voor dat weekend had ik vorig jaar ook kartonnen bekertjes besteld met de regenboogvlag erop. Sommige spelers hebben de regenboogband in de tas en dragen hem altijd.’

Gaat jouw missie verder dan het pad effenen voor lhbtqi+ ers? ‘In een club met een goede sfeer is ook geen ruimte voor bijvoorbeeld racisme en pesten. Mooi voorbeeld is een jongen met een moslimafkomst die vroeg of hij uitleg mocht geven over sporten en vasten tijdens de ramadan. Dat hebben we als bestuur van harte ondersteund. Zo’n dertig mensen van de club kwamen luisteren. Na afloop hebben we met elkaar wat gegeten, dat mocht toen weer volgens de ramadanwetten.’

► Meer info over inclusie in de sport op www.sport050.nl

Zwembad Hoogkerk kan weer vooruit kijken

TEKST MARVIN HUISMAN FOTO BERT LANTING

Bij zijn aantreden als bestuursvoorzitter van Zwembad Hoogkerk stond Michiel Kasteleijn voor een flinke opgave. Een scheur in het bassin, veel achterstallig onderhoud en géén vrijwilligers. Samen met zijn medebestuurleden heeft hij de handen uit de mouwen gestoken. Om het zwembad in ere te herstellen en weer van waarde te laten zijn voor het dorp. En met resultaat.

Samen voor dat ene doel

“Ons eerste doel was simpelweg opengaan,” vertelt Michiel, “en daarin zijn we gelukkig geslaagd”. Gevraagd naar hoe hen dat gelukt is, legt hij uit veel hulp te hebben gekregen. “Allereerst van de inwoners van Hoogkerk zelf. We hebben behoorlijk wat mensen op de been kunnen krijgen. Bijvoorbeeld tijdens de vrijwilligersdagen die we hebben georganiseerd om de boel op te knappen.



Daarbij hebben ook een aantal groendienstena ons bij geholpen. Verder heeft de gemeente ons geholpen om één en ander financieel recht te trekken.”

Ondertussen kon ook het bassin worden hersteld. En minstens zo belangrijk: er werden voldoende vrijwilligers geworven die zich duurzaam inzetten voor het zwembad. “Toen ik begon waren er géén vrijwilligers. Die heb je wel nodig. Om de kiosk te bemensen of om toezicht te houden bijvoorbeeld. Uiteindelijk hebben we een groep van zo’n dertig vrijwilligers en tien toezichthouders kunnen formeren. En zo konden we op 8 juli 2023 het zwembad weer voor het publiek openstellen.”

Loon naar werken

De (her)opening werd feestelijk gevierd. In het openingsweekend was het zwembad voor iedereen gratis toegankelijk. Geholpen door het goede weer werd het een groot succes. “Op zaterdag mochten we zo’n 500 bezoekers verwelkomen. Op zondag waren er zelfs nóg meer mensen. Zoveel zelfs dat er hekken aan te pas moesten komen en er lange rijen voor het zwembad stonden. Een beetje cru voor de wachtenden. Maar tegelijkertijd ook gaaf. Je zag namelijk meteen waarvoor je het allemaal hebt gedaan. Voor de mensen.”

Na het openingsweekend was het echter gedaan met het goede weer. Toch werden er nog ruim 120 abonnementen verkocht. Het zwembad werd dagelijks bezocht, veelal door dezelfde mensen. “Je merkt dat het zwembad voor die mensen meer is dan een zwembad alleen. Het is een ontmoetingsplek. Minstens zo belangrijk als het zwemmen is het



Michiel Kasteleijn

praatje dat ze onderling maken en het kopje koffie dat ze naderhand met elkaar drinken.” Daarmee wijst Michiel op de belangrijke basis die Zwembad Hoogkerk vormt voor de sociale cohesie.

Overigens werd het zwemseizoen goed afgesloten. “We besloten om in september nog open te blijven. Dat bleek een goede beslissing.” Dankzij het mooie nazomerweer wisten ook de niet-abonnementszwemmers de weg naar het zwembad weer te vinden. “We hebben een topmaand kunnen draaien. In één week hadden we dezelfde bezoekersaantallen als in het openingsweekend. Maar ditmaal betalend. Dus dan krijg je het ook financieel beter rond.”

Uitbouwen

Vooruitkijkend naar de komende periode onderscheidt Michiel een aantal ambities. “Het is vooral zaak meer bezoekers te trekken. Daarvoor

kijken we naar hoe we efficiënter met het gebruik van het zwembad kunnen omgaan en denken we na over verschillende activiteiten. De zwemvierdaagse bijvoorbeeld. Het aanbieden van zwemlessen is daarbij echt iets wat we nastreven. Alle kinderen zouden moeten kunnen (leren) zwemmen. Daarvoor gaan we contact leggen met scholen en leiden we extra toezichthouders op. Een andere prioriteit is energie(verbruik). We hebben inmiddels voor een betere inkoop gezorgd. De vervolgstap is de aanschaf van twee warmtepompen. Om uiteindelijk energieneutraal te worden zijn nog wat meer stappen te nemen. Maar dat komt later. Het belangrijkste voor nu is om in 2024 een goed seizoen te draaien. Daarna kunnen we pas goed kijken hoe we de komende jaren kunnen doorgroeien.”

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



KANTINEVERHALEN

Christa Hartman (I)

“Vrijwilligers zijn het goud van de club”

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Het gaat er gemoedelijk aan toe tijdens het jaarlijkse Snerttoernooi aan de Gaykingastraat in Ten Boer. Christa Hartman: “Wij zijn een actieve tennisclub, voor jong en oud, voor spelers op niveau en recreatief. Met vier all weather tennisbanen zijn we het hele jaar open en zelfs met wat lichte regen kunnen we hier gewoon doorspelen.”

“We zijn een club met betrokken leden. De één organiseert een toernooi, de ander maakt heerlijke soep, en een ander groepje zet zich in voor de verbouwing van de kantine. Vanuit Ten Boer, de stad en omliggende dorpen komen de leden hier allemaal voor de ongedwongen sfeer. Het lidmaatschap is relatief goedkoop. We werken daarnaast soms samen met de tennisclub in

Bedum. Zo verzorgen we samen de BeTeBo wintercompetitie. En soms schuiven jeugdleden van de clubs bij elkaar aan in een competitieteam. Ik ben trots op de open sfeer, en dat we samen de uitdagingen oppakken om onze club toekomstbestendig te houden.”

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

“Vallen hoort erbij”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO JANNY DEKKER

Daniel Moragues (17) groeide op in Paddepoel. Op zijn vijftiende werd hij al Nederlands Kampioen skateboarden. Door een enkelbreuk miste hij twee kwalificatierondes voor de Olympische Spelen. Maar nu is hij weer helemaal fit en wil hij tóch naar Parijs.

‘Leren skaten was voor mij even natuurlijk als leren lopen. Mijn vader was vroeger ook skateboarder. Toen ik twee was, nam hij me al mee naar een skatepark op Gran Canaria, waar we toen woonden. We verhuisden naar Groningen toen mijn ouders allebei aan het conservatorium gingen studeren.’

Wat vind je zo leuk aan skateboarden? ‘De adrenaline, dat het snel gaat. Ik merkte dat ik er steeds beter in werd. Daar komt nooit een eind aan. Je kunt altijd weer beter worden.’

Wanneer kwam je erachter dat je een talent was? ‘Toen ik acht, won ik mijn eerste wedstrijd. Op mijn negende kwalificeerde ik me voor het NK Junioren in Breda. Ik ging voor het eerst echt op reis naar een wedstrijd. Toen realiseerde ik me dat het wat serieuzer werd.’

Waar draait het om bij skateboarden? ‘Om doorzettingsvermogen. Vaak vallen en vaak opstaan. Je moet lef hebben, het niet eng vinden om van een trapje te springen. Ik ben ook wel eens bang. Maar dan probeer je het en zie je vanzelf dat het niet zo eng is. Je doet je elke dag wel een keer flink pijn. Maar je merkt dat dat niet zo erg is. Vallen hoort erbij.’

Maar in juni vorig jaar ging het mis. ‘Bij de warming-up van een kwalificatiewedstrijd in Rome heb ik mijn enkel gebroken. Ik had mijn koppie er niet bij. Ik verloor mijn board, vloog de lucht in en viel op een trap. Ik voelde meteen dat het mis was.’

Ai. Je wilde deze zomer graag naar de Olympische Spelen in Parijs. ‘Dat wil ik nog steeds. Door de gemiste kwalificaties sta ik nu 84ste op de wereldranglijst. Om naar de Spelen te kunnen moet je bij de

top 44 staan. Bij het kwalificatietoernooi in Dubai dit voorjaar moet ik bij de top 16 skaten. Dat zou een enorme stunt zijn. Maar mijn doel is altijd een medaille op de Spelen in 2028 in Los Angeles geweest.’

Waar moet je nog beter in worden? ‘De *nolly* en de *switch*. Daarbij sta je met je verkeerde voet voor. Dan krijg je meer punten.’

Wat zijn je toptrucs? ‘De *curb*, de *bank* en de *tail big spin*. Die deed ik in de finale van een ander toernooi in Rome. Ik heb ‘m veel geoefend, ik kan ‘m. Dat is echt een *sicke move*.’

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



EK
EK
EK
www.Seser

Nieuwe hockeyclub Martinus streeft naar honderden leden

TEKST THEO SIKKEMA FOTO'S RONALD LOWIJS



Fred Halsema

Al in de tachtiger jaren van de vorige eeuw was Jos van Kimmenaede betrokken bij meerdere pogingen om een hockeyclub in het Noorden van de stad op te richten, maar de initiatieven waren niet succesvol. Ruim dertig jaar later is het nu wel gelukt om met steun van de Hockey Foundation en de gemeente Groningen hockeyclub Martinus op te richten.

De Hockey Foundation is onderdeel van de hockeybond KNHB en heeft als doel om in tien jaar tijd tienduizend kinderen een betere toekomst te kunnen bieden via het hockeyverenigingsleven. Door te focussen op kinderen in minder kansrijke stadswijken. 'Ik zag dat het in Rotterdam een succes was en mijn gedachten gingen terug naar destijds. Dit was het moment', aldus Van Kimmenaede. Hij zocht contact met de Hockey Foundation en de seinen gingen op groen. 'We doen altijd goed onderzoek en in Groningen leek de situatie ons heel kansrijk', zegt Paul Veldhuizen namens de Hockey Foundation.



De hockeybond is tot de conclusie gekomen dat de hockeysport geen goede afspiegeling van de bevolking heeft. Diversiteit en inclusie moet toegevoegd worden. De Foundation probeert daar een bijdrage aan te leveren. Van Kimmenaede is aangesteld als pedagogisch manager en zoekt contact op scholen. 'Ik had al snel 25 kinderen bij elkaar. We zijn eerst op de velden van voetbalvereniging Mamio gaan trainen, maar aan de overkant was een veldje vrij bij Loopgroep Astrea en daar trainen we nu.'

'We kregen vanuit de Hockey Foundation de vraag of er mogelijkheden waren', aldus klantregisseur Fred Halsema van Sport050. 'We hebben het veldje geschikt gemaakt om op te kunnen spelen door het vlak te maken en de boomwortels te verwijderen.' En een volgende stap is al gezet. 'Er is krediet aangevraagd om het veld te vervangen. En er komen betere hekwerken, ballenvangers en een nieuwe hockeymat.' De vervan-

ging vindt plaats in de zomervakantie, omdat de hoeveelheid fietsers op het fietspad richting Zernike dan beduidend minder is.

Halsema is lovend. 'Het is een prachtig initiatief om dit in aandachtwijken mogelijk te maken. Met dank aan het initiatief van Jos en Paul. Als de groei doorzet, dan kijken we of er mogelijkheden zijn om eventueel ook het veld aan de andere kant van het fietspad te gebruiken of op een andere plek.' Van Kimmenaede ziet het al helemaal voor zich. 'We willen op deze manier graag het verschil maken voor kinderen in de wijk. Dat we niet alleen een plek zijn om te sporten, maar ook ontmoeten, samen spelen en samen delen. Kinderen het gevoel geven dat ze ergens bij horen.'

'De Zernike Campus zit overvol. Het zou mooi zijn als HC Martinus daar van kan profiteren', concludeert Veldhuijzen, die denkt dat de koppeling met de Hockey Foundation positief werkt. 'Dat vergroot denk ik de kans

van slagen. We zijn in steden als Amsterdam, Utrecht en Arnhem ook aan het ontwikkelen. Zo krijgen we steeds meer body.'

Van Kimmenaede benadrukt het opvoedkundige aspect. 'Verenigingsnormen en waarden zijn ook belangrijk. Respectvol omgaan met materiaal en elkaar. Zo ontstaat een plek waar het goed is om te zijn en dan zie ik ons als club in het Noorden van de stad wel groeien naar meer dan vijfhonderd leden.' Waarbij hij vaststelt dat in het Noorden van de Stad jeugd in verenigingsverband lastig is. 'Mamio en Italian Boys hebben geen jeugd en bij voetbalclubs aan de andere kant van de ringweg is bijna geen jeugd. Het verenigingsleven loopt niet lekker. Misschien ook eens kijken naar hoe de resultaten van Bslim zijn. Bslim is ook actief in deze wijk voor de jeugd.'

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



PANORAMA

Het is dé freerun spot van Groningen

TEKST PATRICK VAN DER WEERD FOTO PEPIJN VAN DEN BROEKE

Gokhan en Trini zijn de eigenaren van de Freerun hal 'The Spot Groningen'. Trini: "Met deze hal kunnen we veel variaties in obstakels maken. Zo kan er op alle niveaus getraind worden." Twan: "Ik kom hier wekelijks om te trainen en les te geven. Ik geef training aan de jeugd."



We beginnen bij de basis en van daaruit bouwen we op naar klimmen, sprongen en salto's. Het gaat om stijl, vaardigheid en snelheid en daar je eigen creativiteit in vinden."

Kars: "Sinds de hal het afgelopen jaar is geopend, zijn mijn skills in korte tijd veel beter geworden. Ik kan nu ook trainen in de winter en ben

omgeven met gelijkgestemden die je uitdagen een stap verder te gaan. De foampit maakt het veilig om dat ook te doen.

Op zowel sportief als persoonlijk vlak ben ik erg gegroeid. De sport in deze omgeving heeft daaraan bijgedragen."

► Vind de sportlocaties op www.sport050.nl

Bootcamp/HIT training in de wijk Reitdiep

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Buiten sporten

Carien van der Meulen: "Wat we naast de één op één personal training doen, is vooral lekker buiten sporten met onze Bootcamp/HIT sessies zonder hardlopen. We verblijven op één plek en met allerlei materialen doen we een High Intensity Training voor mannen en vrouwen. Verdeeld over de week geven we meerdere lessen en je kan zelf kiezen

bij welke training je aansluit. We zorgen altijd voor leuke variatie aan oefeningen in een goede sfeer."

Sporten tijdens of na de zwangerschap

"Bij ons is er de mogelijkheid om postnatale trainingen te volgen. Zes weken nadat je bevallen bent mag je voorzichtig weer gaan trainen. Hans is onze trainer en gespecialiseerd op

dit gebied. Met doelgerichte oefeningen wordt er bijvoorbeeld rekening gehouden met de spanning op buik en bekkenbodem. Zo kan je tijdens of na je zwangerschap weer verantwoord het sporten oppakken."

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



PersonalTrainer Groningen op de parkeerplaats bij het Reitdiep in Groningen.

Sporten vanuit Gronings perspectief

TEKST FRIDA BIJL FOTO'S BERT LANTING, HENK TAMMENS

Het Groningse normaal. Ken jij het al? Met het Gronings normaal bedoelen we dat alle sportaanbieders in de gemeente Groningen preventieve maatregelen genomen hebben om ongewenst of grensoverschrijdend gedrag te voorkomen. Ook weten ze wat ze moeten doen als een sporter zich onveilig voelt. Na de zomer, bij de start van het sportseizoen 2024-2025, is dit vanzelfsprekend voor alle sportaanbieders in onze gemeente.

“Dit geldt voor sportaanbieders die een samenwerkingsrelatie hebben met de gemeente én aanbod hebben voor jeugd tot achttien jaar en/of kwetsbare groepen.” Aan het woord is Edith Frijlink. Als Sportregisseur Sociale Veiligheid van de gemeente geeft zij uitvoering aan het actieplan *Sociale veiligheid binnen de Groningse sport*. “Mensen aan het sporten en bewegen krijgen is één, levenslang enthousiasme is een grotere uitdaging. De sleutel ligt in het creëren van positieve sportervaringen die blijven inspireren. Hiervoor is een veilig, positief en inclusief sportklimaat essentieel.”

Meer dan bewegen

“Tijdens het sporten ontwikkelen mensen zich, werken ze samen, doen ze sociale contacten op, leren ze omgaan met uitdagingen en zetten ze zich in als vrijwilliger. Sport is veel meer dan gewoon bewegen. Door te



Edith Frijlink (l) en Renske Buring (r)

sporten maak je onderdeel uit van de samenleving, het geeft je een sociale basis en het draagt positief bij aan gezond opgroeien en gezond blijven.”

Echte veiligheid

Edith: “Het waarborgen van sociale veiligheid binnen een sportclub of -vereniging is daarom geen kwestie van op papier alle randvoorwaarden



op orde hebben, of simpelweg een lijstje afvinken. We willen een sociaal veilige cultuur binnen elke sport, binnen elke vereniging. Door hier als bestuursleden en sporters mee bezig te zijn ga je met een andere bril kijken, je wordt je bewust van hoe je met elkaar omgaat en gaat hier het gesprek met elkaar over aan. Je club is een plek waar je je als sporter en vrijwilliger veilig voelt en waar je jezelf kunt zijn. Waar ongewenst en grensoverschrijdend gedrag bespreekbaar is. Waar gehandeld wordt bij ongewenste situaties.”

“Sociale veiligheid is een bepalende factor voor sportplezier”

Thuisgevoel

Als jong jeugdlid begon Renske Buring met de volleybalsport bij Oranje Nassau. Later, na het afron-

Het Groningse normaal

Vanaf 2024-2025 is sociale veiligheid binnen de sport in de gemeente Groningen een plicht. Net zoals in andere sectoren waar met jeugd of kwetsbare mensen gewerkt wordt. Aan alle sportaanbieders die met de gemeente samenwerken én aanbod hebben voor jeugd tot achttien jaar en/of kwetsbare groepen worden daarom de volgende voorwaarden gesteld:

- Alle trainers en begeleiders die met jeugd of andere kwetsbare groepen werken, hebben een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG).
- Alle trainers en begeleiders ondertekenen de Groninger gedragscode sport.
- Iedere vereniging of club heeft een vertrouwenscontactpersoon (VCP).
- Vrijwillige trainers en coaches volgen scholing gericht op herkennen en voorkomen van grensoverschrijdend gedrag.

den van haar studie, kwam ze terug bij haar club. “Ik voel me hier thuis en ben inmiddels zelfs voorzitter.” Toen Renske in de zomer van 2022 de voorzittershamer van haar voorganger overnam, lag er al een eerste plan voor een veilig sportklimaat binnen de vereniging. “Niet omdat hier een directe aanleiding voor was, maar omdat we het belangrijk vinden dat iedereen -ongeacht geslacht, ras, seksuele geaardheid, financiële status of geloofsovertuiging- zich hier thuis voelt. We willen dit goed

geborgd hebben, zodat we weten wat we moeten doen als er sprake is van onveilige situaties. Hierin hebben bestuurs- en commissieleden natuurlijk een belangrijke rol. Maar ook onze vrijwilligers leveren een ontzettend grote en belangrijke bijdrage aan de veiligheid en gezelligheid binnen onze club. En daar ben ik met recht ontzettend trots op!”

► Meer informatie over sociale veiligheid in de sport vind je op www.sport050.nl





TERUGBLIK

Nadine Hettinga wereldkampioen streetlifting

TEKST LAURA WIERINGA FOTO VIA NADINE HETTINGA

De Groningse Nadine Hettinga behoort tot de wereldtop in de sport calisthenics. Dit is een sport waar je in principe alleen gebruik maakt van je eigen lichaam en de kracht van je eigen lichaam.

Na een aantal mooie prestaties, een tweede plaats op het NK en goud op het EK, mocht Hettinga meedoen met het wereldkampioenschap calisthenics in het Duitse Keulen. In de aanloop naar het WK bestond haar leven vooral uit trainen, trainen en trainen.

En dat bracht haar succes, want in september 2023 werd Nadine Hettinga wereldkampioen op het onderdeel streetlifting.

► Vind alle sportevenementen op www.sport050.nl



Edwin van Calker (l) en Jop van der Laan (r)

GOED INITIATIEF

Topsport als inspiratiebron

TEKST MARVIN HUISMAN FOTO RONALD LOWIJS

Talenthub Noord is een netwerk (organisatie) waarbinnen de belangrijkste stakeholders op het gebied van topsport en talentontwikkeling in Noord-Nederland hun krachten bundelen. Vanuit dit samenwerkingsverband worden verschillende projecten opgezet. Die worden gecoördineerd door Edwin van Calker. "We organiseren onder meer kennis-

sessies en workshops," vertelt Edwin. "Daar delen experts hun kennis en inspirerende verhalen. Bedoeld om het kennisniveau bij sportcoaches en -begeleiders in Noord-Nederland naar een hoger niveau te brengen."

"Daarnaast hebben we een maatschappelijke tak waarin we de inspirerende waarde van topsport laten

terugkomen. De 'Aanpakkers' is daar een mooi voorbeeld van. Een (social) media-project waarin zes Groningse topsporttalenten waaronder rolstoelrugbyer Jop van der Laan, een jaar lang worden gevolgd. Dat levert inspirerende verhalen op. En waardevolle bovendien. Iedereen heeft tenslotte te maken met dezelfde thema's. Doelen stellen bijvoorbeeld, of een goede planning maken. Het vormt ook input voor een ander project, de 'Toolkit', waarbinnen we een lesprogramma vormgeven. Daarmee krijgt de 'Aanpakkers' extra betekenis, zeker voor jongeren."

► Vind meer info over topsport op www.sport050.nl

Nico W. Van Yperen

Hoogleraar Sportpsychologie
Rijksuniversiteit Groningen
www.sportscience.blog



Sportgala Groningen

Ons symposium 'Motivatie' op maandag 11 december in Martiniplaza was het voorprogramma van het Sportgala Groningen 2023. Daarin had ik onder meer een 'on stage' gesprek met Jeroen Otter, de 'coach van de coaches' bij NOC*NSF en voormalig succesvol shorttrackcoach. Op het Sportgala zelf overhandigde hij de prijs aan de sportploeg van het jaar. Jeroen bleek aangenaam verrast door de professionele uitstraling van ons Sportgala en 'de volle bak' in Martiniplaza: *"Dat jullie dat hebben in Groningen; het lijkt wel een nationaal Sportgala!"*

Ja, inderdaad, dat hebben we in Groningen! En daar mogen we heel trots op zijn. Niet alleen op de strakke organisatie, de grote publieke belangstelling en de professionele en ontspannen presentatie van Dione de Graaff, in het dagelijks leven werkzaam bij NOS Sport. We mogen ook trots zijn op het hoge niveau van de genomineerden in iedere categorie: sporter, sportploeg, aangepaste sport en sporttalent. We vergeten wel eens dat in Groningen in vele sporten op het (bijna) hoogste niveau wordt geacteerd. Denk bijvoorbeeld aan voetbal, volleybal, basketbal, hockey, roeien, schaatsen, golf, judo, schaken, dammen en atletiek.

En ja, er is bewegingsarmoede in onze provincie (en elders). En er is een tekort aan vrijwilligers (in de sport). Dat verdient, en heeft, onze volle aandacht.

Maar tegelijkertijd zijn er veel breedtesporters en mensen die recreatief bewegen, en veel vrijwilligers die recreatieve en breedtesport mogelijk maken. Op het Sportgala waren er dit jaar maar liefst 10 nominaties uit alle Groninger gemeenten. Net als de sporters werden de vrijwilligers in het zonnetje gezet door video's te tonen van hun initiatieven en activiteiten, waaronder G-tennis en G-voetbal, waarbij de G dit keer nu eens niet staat voor 'Groningen'!

Dat dit allemaal mogelijk is, heeft te maken met een groot potentieel aan sport- en organisatietalent in onze provincie, en de bereidheid bij veel Groningers om zich als vrijwilliger maatschappelijk in te zetten. Maar ook met de diverse organisaties die zich bezig houden met sport en bewegen. Zelf ben ik betrokken bij Sport Science & Innovation Groningen (SSIG), een platform voor wetenschappelijk onderzoek en onderwijs op het gebied van sport en bewegen. Samen met Noorderpoort, Provincie en Gemeente Groningen, en vooral ook Martiniplaza en Huis voor de Sport Groningen, organiseren we het Sportgala, om ieder jaar weer te vieren dat we het qua sport en bewegen aardig voor elkaar hebben in Groningen: *'t kon minder*.

'Er gaat niets boven Groningen' is echt geen holle kreet.

“Lekker buiten, een randje mist, spiegelglad water...”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO'S JANNY DEKKER

Roeivereniging Gyas is de grootste studentensportvereniging van Groningen, en de grootste studenten-roeivereniging van Nederland. Sommige van de bijna 1450 leden roeien zich naar de wereldtop, anderen roeien vooral om lekker uit te vieren in het altijd gezellige clubhuis, vertellen praeses Bram Schols en topcoach Geert Hemminga.

Studeren en roeien, waarom is dat zo'n gouden combinatie? Bram:

'Toen ik in Groningen ging studeren, zei mijn vader: je moet zeker bij de roeivereniging gaan kijken. En dan kom je hier en stap je in zo'n boot, en blijkt dat heel leuk te zijn. Je merkt dat je er snel best goed in kunt worden.'

Geert: 'Roeien is een sport die je op wat latere leeftijd nog goed kunt leren, en waar je je nog behoorlijk verder in kunt ontwikkelen.'

Bram: 'Iedereen is welkom bij Gyas.'

Je hoeft niet een bepaald type te zijn of zo. Het enige dat we van je vragen is dat je zin hebt om te roeien en je in te zetten voor de vereniging.'

Geert: 'Je hebt het wedstrijdroeien, dat is roeien op hoog niveau. Dan train je bijna dagelijks, ook als je net begint. Daarnaast heb je het competitieroeien waar alle eerstejaars roeiers aan meedoen.'

Bram: 'De wedstrijdroeiers zijn heel fanatiek, leven voor de sport. Fanatieke competitieroeiers trainen ook



veel, maar een biertje op z'n tijd hoort er ook bij. De rest van de competitieroeiers roeit vooral voor de gezelligheid.'

Wie zijn de toproeiers bij jullie?

Geert: 'Twee dames zitten in de Olympische ploeg, die gaan naar de Spelen in Parijs. Dat zijn Marloes Oldenburg en Ymkje Clevering. Ze zijn al een tijd afgestudeerd, maar nog steeds lid. Marloes komt hier nog bijna wekelijks trainen.'

Als je wilt gaan roeien, kun je terecht bij roeivereniging De Hunze, bij jullie of bij Aegir. Wat is het verschil?

Bram: 'De Hunze is een burgervereniging, dus ook voor niet-studenten. Aegir verschilt niet veel met Gyas. Een paar tradities zijn anders. Zo hebben ze bij Aegir een borrel zonder muziek. Wij met muziek.'

Wat is het plezier van roeien?

Geert: 'Roeien is een sport waar je goed kunt instappen. Je wordt er snel beter in, hebt snel nieuwe

succeservaringen. En het is gewoon heerlijk om te doen. Lekker buiten, 's ochtends vroeg, een zonnetje, een randje mist, op dat spiegelgladde water...'

Wat onderscheidt een toproeier van een goede roeier?

Geert: 'Heb je een goed setje longen in huis, dan kun je bepaalde inspanningen langer volhouden. En het is een voordeel als je lang bent, dan kun je makkelijker lange halen maken. Maar Marloes Oldenburg is helemaal niet groot, en die kan toch heel hard roeien.'

Hoe ziet het leven van een toproeier bij Gyas eruit?

Bram: 'Eerstejaars wedstrijdroeiers komen in een acht, met tien anderen. Vanaf dat moment ga je serieus trainen, vijf, zes keer per week. Vaak 's ochtends om zes uur.'

Je moet van vroeg opstaan houden...

Bram: 'Als je om zes uur in de boot zit en om tien uur thuis bent, kun je ook nog prima drie uur slapen.' Geert: 'Je kunt tot drie uur in de stad

staan, maar ook vroeg op bed en de volgende ochtend om zes uur roeien.'

Leven als een topsporter...

Geert: 'We drinken een periode niet, geven voedingsadvies, er is een sportpsycholoog beschikbaar. Onze 25 beste roeiers gaan in de winter een week op trainingskamp in Sevilla.'

Wat is het grootste misverstand over roeien?

Bram: 'Iedereen zegt: het ziet er zo makkelijk uit, maar dan gaan ze voor het eerst in de boot zitten, en denken ze: o, wacht. Je moet alles tegelijk bewegen.'

Geert: 'Of: ik dacht dat het heel zwaar was voor je armen, maar ik voel vooral m'n benen.'

Bram: 'Dan doe je het goed, trouwens.'

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



Wandelend door Kerst: de Christmas Urban Walk

TEKST LAURA WIERINGA FOTO'S DE STADSKERK

Tijdens de eerste editie van de Christmas Urban Walk in het weekend van 16 december konden ongeveer 15.000 mensen genieten van een wandeling door de binnen-stad van Groningen. Tijdens de wandeling werden meerdere iconische gebouwen aangedaan, waarin het kerstverhaal werd verteld doormiddel van kunst, toneel en muziek. Mark Stoorvogel, pastor van De Stadskerk, vertelt over het succes van het wandelevenement.

Laagdrempelig

De Christmas Urban Walk werd oorspronkelijk georganiseerd met als doel het kerstverhaal breder te ver-

spreiden. In het begin was het idee om een normale buitenwandeling te organiseren. De organisatie zocht contact met de gemeente. "De gemeente kwam toen met het idee van een Urban Walk. We konden hierdoor ook overheidsgebouwen gebruiken als onderdeel van de wandeling. En zo is de Christmas Urban Walk ontstaan", aldus Stoorvogel.

Unieke plekken

Vanwege de samenwerking met de gemeente kon er tijdens de wandeling gebruik gemaakt worden van meerdere gebouwen en unieke plekken, zoals de Prinsentuin en het Stadhuis. Mark geeft aan dat dit ook

één van de succesfactoren was van het evenement. "Ik denk enerzijds dat mensen het heel mooi vonden om een uniek kijkje in de stad te krijgen. En anderzijds dat mensen met Kerst ook openstaan voor het kerstverhaal en het heel mooi vonden om dat te volgen."

Vrijwilligers

De vrijwilligers waren het succes van de Christmas Urban Walk. Mark benadrukt dat zonder hun inzet het evenement niet mogelijk zou zijn geweest. "Met ongeveer 300 vrijwilligers langs de route hebben zij een belangrijke rol gespeeld in het begeleiden van de deelnemers en het creëren van een gastvrije sfeer. Een kerk heeft veel mensen die hun tijd en energie willen investeren en daar zijn we heel dankbaar voor."

Inclusieve kerstbeleving

De wandeling was niet alleen ingericht op mensen met een christelijke achtergrond. "We probeerden ook de aansluiting te zoeken met ongelovige mensen. In het begin hebben we alleen maar Nederlandstalige nummers opgevoerd en geen christelijke nummers". De organisatie streefde naar inclusiviteit door onderdelen aan de wandeling toe te voegen die aantrekkelijk waren voor mensen met verschillende achtergronden.



EVENEMENT IN BEELD

NOC*NSF Nationale Sportweek 2023 Groningen



TEKST ARJEN BOEKEMA FOTO'S THOMAS BONESJLOOR

Van vrijdag 15 tot en met zondag 24 september stond Groningen weer volop in het teken van sport en bewegen. Het was de 20de keer dat de NOC*NSF Nationale Sportweek werd georganiseerd. Het landelijke sportevenement zet sporten in de etalage en laat zien hoe gezond en vooral ook hoe leuk sporten en bewegen is. Van het Urban Sport Event tot aan de Thaisner Dörpsrun en van de opening van het MTB Skillspark in Meerstad

tot de sportnetwerkbijeenkomst in de Oosterpoort. Er viel voor inwoners en sportbestuurders weer veel te ontdekken.

Nieuw dit jaar was de 'sportmatch' tussen een sportaanbieder en een basisschool. Bijna 5000 basisschoolleerlingen konden, middels een lessenreeks, kennismaken met (nieuwe) sporten op school.

► Vind alle sportevenementen op www.sport050.nl

“Zaterdag is de mooiste dag van de week”

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Kris Tuinier is Dean van het instituut voor Sportstudies aan de Hanze Hogeschool in Groningen. Het instituut leidt sportprofessionals op zoals sportdocenten, bestuurders, sportmarketeers en organisatoren. Ook is hij actief als bestuursraadslid en toezichthouder bij onder andere, FC Groningen in de maatschappij, Stichting BEA en Donar.

Kris: “Op jonge leeftijd deed ik fietscross (BMX) bij de Flying Birds in Lewenborg. Mijn vader was er lid en nam mij al gauw mee op sleeptouw. We deden mee aan wedstrijden en ik was er best fanatiek in. De wedstrijden waren vaak ver weg en duurden soms het hele weekend. Hoewel ik het een mooie sport vond, koos ik er toch voor om met mijn vriendjes te gaan voetballen. Eerst bij GVAV Rapiditas en daarna bij FC Lewenborg. Bij die laatste club speel ik nu nog steeds 35+ voetbal. Verder doe ik nog aan tennis, fietsen en hardlopen.

Sport speelt een heel belangrijk rol in mijn leven en dat van mijn gezin. Zaterdag is voor mij dan ook echt de mooiste dag van de week. We staan vroeg op en bij het ontbijt zetten we het nummer ‘Groen als Gras’ van Acda en de Munnik op. Zo beginnen we de dag meteen in goeie sfeer. We pakken de tassen en gaan op weg naar het voetbal- of hockeyveld



voor de kinderen. Ik vind het prachtig om te zien hoe zij zich ontwikkelen. Ze leren omgaan met winnen en verliezen, samen werken, als individu uitdagingen aan gaan en zichzelf nieuwe dingen aan leren. En dat als je iets wilt bereiken je ervoor moet trainen. Ik geef doordeweeks training aan het voetbalteam van mijn zoon dus ik mag het ook allemaal meemaken. Ook het sociale aspect bij de sportvereniging helpt bij de ontwikkeling. Jong en oud, arm en rijk. Met elkaar maak je er iets moois van.

Het is soms passen meten met een druk bestaan als vader én bestuurder. Bij ons in het gezin sport iedereen. We stimuleren de ander om te gaan sporten. Zo heb ik bijvoorbeeld met mijn buurman de marathon van Rome gelopen. Daar heb ik gedisciplineerd lange trainingssessies voor moeten houden. Dan is het fijn als men thuis ook enthousiast voor je is en je de ruimte krijgt om die sessies te doen. Het uitlopen van de marathon was geweldig en dat kunnen we dan ook samen vieren.”

TERUG NAAR DE PLEK

“Ik hoopte altijd op nóg een wedstrijd”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO VIA CLAUS BOEKWEG

Legendarisch FC Groningen-verdediger Claus Boekweg (57) voetbalde in zijn profcarrière tegen grootheden als Romario, Jürgen Klinsmann en Marco van Basten. Hij begon als jochie uit Vinkhuizen bij de pupillen van S.V. Lycurgus, op sportpark West End.

‘Wij woonden daar in de buurt. Eerst in Paddepoel, een tijd in Kostverloren, later in Vinkhuizen. Twee oudere broers speelden bij Lycurgus. Ik begon in F3.’

Tweede vader

‘Wij hadden het thuis niet breed. Mijn vader was ziek, hij lag de hele dag op bed. We gingen nooit op vakantie. Bij Lycurgus had ik een coach, Bouke Zijlstra, die was als een soort tweede vader voor me. We hadden het altijd

over voetbal. Mijn jongere broertje en ik zijn zelfs een paar keer met hem en zijn vrouw Gré op vakantie geweest.’

Wat herinner je je van de zaterdagen op de club?

‘s Ochtends had je een wedstrijd met je eigen team. Daarna bleef ik de hele dag op de club hangen. Naast de kantine had je veld 14, een soort trainingsveld. Daar ging je dan lekker op de goal knallen. Ik hoopte altijd dat een ouder elftal spelers tekort kwam en zou vragen of ik mee wilde doen. Dat gebeurde ook vaak.’

Buurmeisje

‘Op mijn zestiende speelde ik al in het eerste. Ik was niet groot of sterk, maar ik had wel de mentaliteit. Buiten het veld ben ik rustig en

sociaal, maar in het veld ging er een knop om. Ik kon vrij hard spelen. Niet gemeen, maar hard op de bal. Tegenstanders speelden tegen mij nooit een makkelijke wedstrijd. Mijn buurmeisje kwam altijd kijken. Ze heeft alles meegemaakt, Lycurgus, FC Groningen, de Europese wedstrijden. We zijn nu al 35 jaar getrouwd.’

Voorzet van rechts

‘Ik werd gescout in een wedstrijd waar ze eigenlijk een andere speler kwamen bekijken. In het seizoen ’86-’87 maakte ik mijn debuut bij FC Groningen, tegen AZ. Ik viel in en kwam naast John de Wolf in het centrum te spelen. Mijn eerste Europese wedstrijd weet ik ook nog goed, tegen Galway United. Ik gaf een voorzet vanaf de rechterkant, en de grote Peter Houtman scoorde daaruit. Ik was natuurlijk hartstikke trots. We wonen nu in Meppel. Ik denk met warme gevoelens terug aan mijn tijd bij Lycurgus. Mijn broer is er nog steeds wedstrijdsecretaris. Ik moet er nodig weer eens heen.’



Op de teamfoto staat Claus 2de van rechts (staand)

“Beren op de weg is echt niet nodig”

TEKST THEO SIKKEMA FOTO'S RONALD LOWIJS



Frederique Kraster (l) en Ellen Wollerich (r)

Sport is voor iedereen. Alleen is sporten niet voor iedereen even gemakkelijk toegankelijk. Sinds een aantal jaren is in Groningen een bewegecoach inclusief sporten en sinds kort ook voor chronisch zieken. Ellen Wollerich en Frederique Kraster werken vanuit Huis voor de Sport Groningen en voeren taken uit namens de gemeente Groningen. Om te verbinden tussen sporter en instelling of vereniging.

Wollerich is sinds 2021 als bewegecoach actief in Groningen. Kraster is sinds november vorig jaar bezig. 'Ik ben al anderhalf jaar bewegecoach in Westerwolde en kijk nu hoe ik die ervaring hier over kan dragen. Ik kan handreikingen doen aan chronisch zieken wat ze qua beweging kunnen doen. Er zijn veel sporten om blij van te worden en energie van te krijgen.'



'Ons doel is om zoveel mogelijk mensen in beweging te krijgen en de kwaliteit van leven te verhogen. Iemand die opbloeit daar doe je het voor,' stelt Wollerich. 'Kijken hoe dankbaar iemand is, dat drijft mij. Dat vind ik mooi en daar kan ik van genieten.' Kraster vult aan: 'Om dit te bereiken hebben we vaak eerst telefonisch contact om de hulpvraag helder te krijgen. Om de drempel te verlagen en kijken wat iemand wil.'

De kunst is om de vragen die er leven zo volledig mogelijk in beeld te krijgen en dat inwoners van Groningen weten dat er een bewegecoach is, concludeert Wollerich. 'Zichtbaarheid is vaak al een hele uitdaging. Na drie jaar gaat het steeds beter. We staan op de Sport050 website en bijvoor-



beeld op Unieksporten.nl en zijn bekend bij samenwerkingspartners in het sociale domein.’

De coaches gaan bij uitzondering zelf ook mee sporten, bijvoorbeeld als het voor een sporter lastig is om zelf te gaan. De nadruk ligt echter op het verbinden. Bijvoorbeeld het regelen van één op één zwemles of verenigingen helpen die leden zoeken voor aangepast sporten. ‘laatst heb ik met de Sven Kramer Academy en Kardingje om de tafel gezeten. ‘Mijn rol is dan verbinden, en uiteindelijk is het resultaat mooi. Er zijn frames voor het schaatsen in de verhuur en binnen de schaatslessen kunnen kinderen met een lichamelijke beperking nu ook inclusief meedoen’, schetst Wollerich.

Een ander voorbeeld waar Wollerich enthousiast van wordt is het project Matchpoint Sportmaatje. ‘Hier is het doel om sporters vanaf zestien jaar, met een lichamelijke beperking, aan een maatje te helpen om samen te kunnen sporten. Om zo iemand te helpen en voor de gezelligheid.’ Een andere positieve ervaring was in 2023 de unieke sportdag met Welzorg, Stichting BEA en Beatrixoord. Mensen konden proeven aan bijvoorbeeld paragolf, rolstoelbasketbal, rolstoeltennis, framerunning, handbiken en zumba.

Wollerich stelt vast dat sprake is van een positieve ontwikkeling. ‘Steeds meer sportaanbieders denken na voor mensen met een beperking. Ik hoop daarin nog meer mee te mogen denken, want er kan qua beperkt

sporten vaak veel meer dan we ons op voorhand realiseren. En dat recent bij Beatrixoord in Haren een paralympisch steunpunt gestart is, kan ook inspirerend werken.’

Voorlopig is er nog genoeg te doen. Kraster haar ambitie is duidelijk. ‘Wanneer ik bekend ben bij professionals en inwoners. En zo een hoop mensen heb geholpen bij een passend sportaanbod. Dat ze zo weer plezier krijgen in sporten en bewegen.’ En Wollerich vult aan. ‘Het mooiste is dat een club vaak met kleine aanpassingen mensen met een beperking blij kan maken. Beren op de weg is echt niet nodig.’

► Meer weten over inclusief sporten en bewegen? Kijk op www.sport050.nl

Vitaliteitscampus: vliegwiel voor een vitale regio

TEKST MARGREETH VISSER FOTO ERIK BRAND

Een regio waar mensen hun eigen leefstijl positief weten te beïnvloeden. En waar mbo-professionals worden opgeleid die daaraan een waardevolle bijdrage leveren. Dat is in het kort de bedoeling van de Vitaliteitscampus.

Bij een campus denk je misschien aan een fysieke plek. Dat is de Vitaliteitscampus vooralsnog niet. Wél een programma vol initiatieven voor een vitale regio. Doel is, zegt Kim Noteltiers van de campus, om de innovatiekracht van beroepsonderwijs en maatschappelijke partners optimaal te gebruiken voor een gezondere en leefbare regio. In 2021 zijn ze begonnen. Ondertussen zijn zo'n dertig maatschappelijke instellingen, onderwijsinstellingen, bedrijven en andere partners aangesloten bij de campus. Het Alfa-college is kartrekker.

Laatste inzichten

Drie thema's staan centraal. Noteltiers: 'Je kunt ze zien als een matroesjkapoppetje.' Het eerste thema is de toekomstige mbo-professional. Door aandacht te hebben voor algemene en beroepsspecifieke vitaliteitvaardigheden hopen we dat de mbo-professional vitaal en veerkrachtig aan het werk gaat en aan het werk blijft.'

Het tweede thema is: Bijdragen aan vitaliteit vanuit je beroep. 'Hierbij worden huidige en toekomstige professionals uitgedaagd om volgens de laatste inzichten van betekenis te zijn voor de gezondheid van hun deelnemer, patiënt of cliënt.'

Het derde thema is 'wijkgericht werken aan vitaliteit'. 'Daarbij ontdekken (toekomstige) professionals wat werkt en wat niet en hoe ze elkaar kunnen versterken.'

Zitballen

Noteltiers: 'We ontwikkelen onderwijs en professionaliseren docenten en werkveld op het gebied van positieve gezondheid en beroepsvitaliteit. Wij nemen niet het onderwijs over, maar stimuleren innovatie, verbinding met de omgeving en een onderzoekende houding.'

Daarnaast vindt praktijkgericht onderzoek plaats. 'Zo onderzochten we of we een lokaal anders kunnen inrichten, met hoog-laagtafels, deskbikes en zitballen, zodat jongeren minder stilzitten op een schooldag. Deze kennis hopen we voor de hele regio beschikbaar te maken.'

Gevraagd naar concrete voorbeelden vertelt Noteltiers dat de Gemeente Groningen de Vitaliteitscampus opdracht gaf voor veertig scholen

skillsboxen vol beweegmateriaal te realiseren. Hiervoor werd samen met FC Groningen, volleybalclub Lycurgus, de Hanzehogeschool en Huis voor de Sport Groningen een pleinmethode ontwikkeld. Groepsleerkrachten en onderwijsassistenten werden getraind om met de spullen te werken. Noteltiers: 'Deze nieuwste kennis wordt natuurlijk ook direct toegevoegd aan de relevante opleidingen, bijvoorbeeld die voor onderwijsassistent, medewerker kinderopvang en buurtsportcoach.'

Betaalbaarder zorg

Ander voorbeeld uit de koker van de campus is de tienweekse leefstijl-interventie 'Fit in de wijk', ook weer door ontwikkeld door verschillende partners. 'Studenten draaiden mee met de leefstijlcoaches die het uitvoerden en zo deden we onderzoek naar de vaardigheden die een mbo-leefstijlcoach zou moeten hebben.' Fit in de wijk ligt op de plank te wachten op nieuwe partijen die ermee aan de slag willen. Noteltiers vindt het geweldig dat verzekeraars belangstelling hebben getoond.

► Meer info over projecten in de sport op www.sport050.nl



EVENEMENT IN BEELD

Plantsoenloop 2023



TEKST LAURA WIERINGA FOTO'S EWALD GEERDINK, SJOERD TULLENAAR

In november 2023 vond de Plantsoenloop plaats, de oudste en gezelligste loop van Groningen. Het is een hardloopwedstrijd voor jong en oud. Met verschillende afstanden wordt er met iedereen rekening gehouden.

Afgelopen editie was er een recordaantal van ruim 4000 deelnemers aan het hardlopen in het mooie Noorderplantsoen van Groningen. Het prachtige najaarsweer zorgde voor een onvergetelijke sportieve dag.

Op zaterdag 2 november 2024 hoopt de organisatie nog meer mensen te zien aan de startlijn van de Plantsoenloop.

► Vind alle sportevenementen op www.sport050.nl

“HARD WORK
BEATS TALENT,
WHEN TALENT
FAILS TO
WORK HARD.”

KJELD ZUIDEMA,
BASKETBALLER

FOTO ERIK BRAND

AGENDA

APR
26

KONINGSSPELEN
VRIJDAG 26/04/24
Diverse locaties

MEI
26

URBAN WALK GRONINGEN
ZONDAG 26/05/24
Ossenmarkt

JUN
09

DWARS DOOR GRONINGEN
ZONDAG 09/06/24
Vismarkt

JUN
29

COAST TO COAST CHALLENGE
ZONDAG 29/06/24
Zoutkamp

JUL
07

HAREN-HAREN
ZONDAG 07/07/24
Haren

JUL
20

3X3NL BASKETBALL GRONINGEN
ZATERDAG 20/07/24
Grote Markt

AUG
31

GRONINGEN SWIM CHALLENGE
ZATERDAG 31/08/24
Zoutkamp en Groningen

SEP
14

KARDINGERUN
ZATERDAG 14/09/24 - ZONDAG 15/09/24
Recreatiegebied Karding

SEP
20

NOC*NSF NATIONALE SPORTWEEK GRONINGEN
VRIJDAG 20/09/24 - ZONDAG 29/09/24
Diverse locaties

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

SPORT/050

Hét platform voor bewegend Groningen

Gemeente
Groningen