

# SPORT/50

## Lois Abbingh over sport ontdekken!

De sportvrijwilliger  
van Golf & Country Club Glimmen

SPORTTALENT IN BEELD:  
IRIS WESTERHOF

Nationale Sportweek 2019



## IN DIT NUMMER



- 03 VOORWOORD** Handbalster Lois Abbingh
- 04 MARKANTE SPORTPLEK** Biljartcentrum 1977 op bedrijventerrein Hoendiep
- 05 TERUGBLIK** Bauke Mollema Tocht
- 06 UIT DE OUDE DOOS** Vereniging Watersport de Twee Provinciën
- 07 DUBBELINTERVIEW** Lokaal Sportakkoord
- 09 DE WEDSTRIJD** Playoff Lycurgus tegen Orion
- 10 VRAAG EN ANTWOORD** Sportvrijwilliger Golf & Countryclub Glimmen
- 11 GOED INITIATIEF** eHockey GHHC Groningen
- 13 KANTINEVERHALEN** Roeivereniging de Hunze
- 14 PORTRAIT TOPTALENT** Judoka Iris Westerhof
- 16 ACCOMMODATIE** Sportcentrum Noord
- 18 PANORAMA** Openbare sport- en beweegplek aan het Hoornsemeer
- 20 EVENEMENT IN BEELD** Sportrecreatie Ten Boer
- 21 DUBBELINTERVIEW** Stichting BEA Haren
- 23 TERUGBLIK** Groningen Swim Challenge
- 24 GOED INITIATIEF** ApenkooiGym
- 25 COLUMN** Nico van Yperen
- 26 INTERVIEW** Basketball topclub Donar
- 28 ACHTER HET SUCCES** Special Olympics Regionale Spelen
- 29 EVENEMENT IN BEELD** Nationale Sportweek Groningen
- 30 BESTUURDER AAN HET SPORTEN** Directeur Alfa College Karin Kienhuis
- 31 TERUG NAAR DE PLEK** Zwemmer Ada Kok gaat terug naar De Papiermolen
- 32 REPORTAGE** Sport Innovator Centrum Groningen
- 34 INTERVIEW** Buurtsportwerkers WIJ Groningen
- 35 EVENEMENT IN BEELD** KardingeRun voor Bikkels
- 36 AGENDA**

### COLOFON

#### Redactie

Arjen Boekema en Margreeth Visser

#### Aan dit nummer werkten mee

Patrick van der Weerd, Jolienke Ruiters, Bert Nijmeijer, Nico van Yperen, Onno Molenaar, Theo Sikkema, Ellis Ellenbroek, Freek van der Ploeg, Lois Abbingh en Arjan Taaij

#### Cover beeld

Henk Seppen

#### Creatief concept & realisatie

Bloemvis Design en communicatie, Groningen

#### Oplage

2000

#### 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

# Jouw sport ontdekken

Afgelopen september was ik één van de sportambassadeurs voor de NOC\*NSF Nationale Sportweek in de gemeente Groningen. De plek waar ik geboren en getogen ben.

Helaas kon ik fysiek niet aanwezig zijn, want ik moest zelf spelen voor het Nederlands Handbalteam in Nederland en Griekenland. Ondanks dat was het erg leuk om een bijdrage te leveren aan de verschillende sportevenementen in die week in Groningen. De Nationale Sportweek zorgt ervoor dat jong en oud in aanraking komt met heel veel verschillende sporten en dat alles in hun eigen woonomgeving. Ik heb vroeger ook veel verschillende sporten mogen proberen zoals tennis, judo en voetbal. Maar uiteindelijk vond ik mijn grote passie in handbal, waar ik veel talent in bleek te hebben.

Als kind uit een grote handbalfamilie ben ik altijd aangemoedigd om te gaan sporten en vooral mijn ouders hebben mij van jongs af aan gesteund. Ze reden heel het land door om mij te helpen mijn droom te verwezenlijken. Uiteindelijk ben ik van handbalmeisje bij V&S Groningen uitgegroeid tot één van de beste handbalsters ter wereld. Het is mooi om te zien dat er in Groningen genoeg mogelijkheden zijn om te ontdekken welke sport nou echt jouw passie is. Dat kan bij Bslim, WIJ Groningen of bij de vele sportclubs. Of via de Sporthopper.

Ik heb van mijn hobby mijn beroep gemaakt en reis de hele wereld rond. Het halen van zilveren en bronzen medailles op EK's en WK's, en deelname aan de Olympische Spelen is geweldig. Plezier is uiteindelijk het allerbelangrijkste in de sport, ook voor mij. Daarnaast is het goed en gezond voor je lichaam en geest. Ik ben een trotse ambassadeur voor sport en bewegen in het mooie Groningen. Veel plezier en inspiratie bij het lezen van het Sport050 Magazine!

Sportieve groet,

Lois Abbingh

MARKANTE SPORTPLEK

# Al 42 jaar biljarten in voormalig bedrijfspand

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

Bovenin het grote oranje grijs en gele pand aan de Protonstraat vind je een prachtig biljartcentrum. Opgericht als de Biljartsociëteit 1977, waar Bert Hofman toen nog les gaf aan nieuwe leden. In een tijd dat de Nederlandse toppers nog graag geziene gasten waren in het voormalig bedrijfspand. Hein de Vries: "In 2015 is de naam gewijzigd naar Biljartcentrum 1977. Er zijn momenteel vier verenigingen actief. De grote wedstrijdtafels zijn vervangen waardoor we nu beschikken over 10 biljarttafels zodat er meer mensen kunnen spelen. We

geven nu zelf les aan nieuwe leden. De gemiddelde leeftijd ligt wat aan de hoge kant en we zouden graag meer jongeren willen binden. We hebben voordelige introductiebonnen en geven graag les aan jong en oud. Een voordeel aan dit pand is ook dat er altijd ruime parkeerruimte is voor liefhebbers van deze mooie sport."

► Meer weten over sportlocaties? Kijk op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)







TERUGBLIK

# Bauke Mollema Tocht

**TEKST** ARJEN BOEKEMA **FOTO** DUNCAN WIJTING

De Vismarkt in Groningen was zondag 25 augustus vertrekpunt van de zevende editie van de Bauke Mollema Tocht. Uiteraard stond de naamgever van deze toertocht zelf ook op de deelnemerslijst. De Bauke Mollema Tocht voert over de wegen die de in Groningen geboren en in Zuidhorn opgegroeide profwielrenner Bauke Mollema fietst in voorbereiding op de grote wielerrondes.

Deelnemers konden kiezen voor een rit van van 65, 85, 125 of 200 kilometer. De 32-jarige Mollema fietste zelf de 125-kilometerroute. Het parcours ging met name door het noorden en oosten van Groningen en kwam langs de mooiste karakteristieke dorpjes van Nederland zoals Slochteren, Onderdendam en Warffum. Het schitterende landschap was daarnaast ook volop te bewonderen met pas-

sages langs het Schildmeer en een stukje Waddenzee voor de langste afstand. Onderweg kon er flink aanzet worden voor twee tussensprints.

► Vind alle sportevenementen in Groningen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)

UIT DE OUDE DOOS

# Vereniging Watersport de Twee Provinciën

Zeilvereniging De Twee Provinciën (DTP) werd in 1911 opgericht door Hendrik Herman Niemeijer, een telg uit de tabaksfamilie en Jan Evert Scholten. Later volgde een fusie met Vereniging Watersport Paterswolde. Dit werd VWDTP. Scholten vond thuisbasis De Paalkoepel aan het Paterswoldsemeer al snel te klein en liet in 1917 een buitensociëteit bouwen, wat nu nog steeds het clubhuis is. Van origine was DTP een elitaire vereniging met blazers en witte petten als handelsmerk. Prijzen mochten niet in zeilkledij opgehaald worden in het clubhuis. Men diende netjes te verschijnen. Het elitaire is er al lang af. Bij de viering van het 100-jarig bestaan in 2011 had VWDTP 1.100 leden. Momenteel zijn het er zo'n 800. Koningin Beatrix nam destijds een vlootshow af. Dat gebeurde vanuit een gerenoveerd clubhuis. In de jaren tachtig van de vorige eeuw stond het op instorten, maar met subsidies en sponsoring is het gebouw van de ondergang gered. Zo bleef de Wall of Fame ook bestaan. Alle Nederlandse en internationale kampioenen hebben daar een plaatsje. Sportief gezien springt het VWDTP lid Annemiek Bes eruit. Ze veroverde tijdens de Olympische Spelen in 2008 zilver en finishte in 2018 tijdens de Volvo Ocean Race met haar team als zesde.

*Het clubhuis aan het Paterswoldsemeer*

TEKST THEO SIKKEMA FOTO P. KRAMER, GRONINGER ARCHIEVEN



PATERSWOLDE.





Patrick Kampherbeek (l) en Bake Dijk

DUBBELINTERVIEW

# Een Lokaal Sportakkoord in Groningen

TEKST JOLIENKE RUITER FOTO'S RENE KEIJZER EN ERIK BRAND

**Sinds juni 2019 zijn Bake Dijk, docent en onderzoeker aan de Hanzehogeschool en lid van de Adviescommissie voor de Sport, en Patrick Kampherbeek, oprichter van 'De Verenigbare Club' actief als sportformateur. Bake en Patrick hebben als taak een Lokaal Sportakkoord voor de gemeente Groningen te sluiten. Doel van dit Gronings Sportakkoord? Zoveel mogelijk inwoners met plezier te laten sporten en bewegen.**

Het Lokaal Sportakkoord is onderdeel van het Nationaal Sportakkoord. Minister Bruno Bruins van Sport en Medische Zorg, sloot dit Nationaal Sportakkoord in de zomer van 2018 samen met de sport, gemeenten en maatschappelijk betrokken partners.

## **Ambities**

De komende jaren stelt het Rijk extra geld beschikbaar voor de landelijke ambities die in het Sportakkoord staan. Deze ambities zijn: Inclusief Sporten en Bewegen, Duurzame

Sportinfrastructuur, Vitale Sport- en beweegaanbieders, Positieve Sportcultuur, Vaardig in Bewegen en Topsport die inspireert. In het Nationaal Sportakkoord 'Sport verenigt Nederland' worden gemeenten opgeroepen om lokaal een Sportakkoord te sluiten.

## **Sportformateurs**

Om aan de slag te gaan met deze ambities, stelde het Rijk ook een budget beschikbaar voor lokale sportformateurs. Bake en Patrick zijn sinds



juni 2019 met veel enthousiasme aan de slag om een Lokaal Sportakkoord te sluiten voor onze gemeente. Hun taak is met lokale maatschappelijke partners om tafel te gaan en samen te bepalen welke ambities uit het Nationaal Sportakkoord in de gemeente Groningen worden opgepakt.

### Verbinden

“Sport brengt mensen in beweging en verenigt mensen”, zegt Patrick. “Het Sportakkoord is een mooie kans om ons als lokale partijen te verbinden en verenigen. Met als doel meer sport- en beweegactiviteiten voor de inwoners van de gemeente Groningen te creëren.” In het Lokale Sportakkoord maken de betrokken partijen afspraken over hoe zij met elkaar de ambities op het gebied van sport en bewegen binnen de gemeente willen bereiken.

### Voor iedereen

“Het is voor het eerst in de geschiedenis dat er een Nationaal Sportakkoord is gesloten. Het Rijk wil graag dat iedere Nederlander een

leven lang plezier beleeft aan sporten en bewegen. En met iedereen wordt dan ook echt iedereen bedoeld. Belemmeringen vanwege iemands leeftijd, fysieke of mentale gezondheid, etnische achtergrond, seksuele geaardheid of sociale positie moeten worden weggenomen.”

### We zijn er nog niet

Bake: “Maar zover zijn we nog niet. Momenteel voldoet ongeveer 47% van alle Nederlanders aan de beweegrichtlijnen en 57% sport wekelijks. Daarnaast is de motorische vaardigheid van kinderen afgenomen. De klassieke sportvereniging komt onder druk te staan door minder leden en vrijwilligers. Er komen steeds meer ongebonden sporters.”

### Gezond Nederland

Het Rijk wil er dus voor zorgen dat mensen blijven sporten. Door aanbieders te versterken en kinderen meer en beter te laten bewegen. Door de sportaccommodaties aantrekkelijker en toegankelijker te maken. Op die manier kan sport bijdragen aan

een gezond Nederland en aan een samenleving die zich één voelt.

### Samen

“Samen met sport-, beweeg- en maatschappelijke organisaties bepalen we welke thema's we in Groningen belangrijk vinden en welke we willen oppakken”, benadrukt Bake. “We streven uiteindelijk natuurlijk naar een breed gedragen Gronings Sportakkoord.”

### Najaar

Op het moment van het interview was het Sportakkoord nog in ontwikkeling. Op 1 november vond de ondertekening plaats. Bake: “Zo kunnen we in 2020 en 2021 een Uitvoeringsbudget van het Rijk ontvangen.” “Daarmee krijgen tal van sport- en beweegactiviteiten in Groningen straks een extra impuls”, aldus Patrick. “En dat draagt weer bij aan het plezier in sport en bewegen in onze gemeente.”

► Meer informatie over het Gronings Sportakkoord vind je op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)







DE WEDSTRIJD

# Finale Lycurgus tegen Orion

TEKST ARJEN BOEKEMA FOTO JAN KANNING

**Abiant Lycurgus kreeg zondagmiddag 12 mei maar liefst vijf kampioenschapspunten tegen Achterhoek Orion, maar verspeelde ze allemaal in de derde set.**

**In de beslissende finale verloor Lycurgus in MartiniPlaza voor 3800 toeschouwers uiteindelijk met 3-2. De setstanden waren 25-21, 25-22, 32-34, 23-25 en 14-16.**

Geen passend afscheid voor Wytze Kooistra, Auke van de Kamp en Chris Voth. Het had wel gekund en misschien ook wel gemoeten. Cruciaal was een uitgegeven serve van Frits van Gestel in de derde set bij een 25-24 van Lycurgus. Het tweede kampioenschapspunt was een feit en Van Gestel leek het met een ace te verzilveren. De spelers en staf begonnen al te juichen, maar scheidsrechter

Koos Nederhoed gaf de bal op advies van de lijnrechter uit. Beelden lieten achteraf zien dat de serve duidelijk in was. Daarna bleek het moeilijk om de mentale focus weer honderd procent scherp te krijgen.

► Vind alle sportevenementen in Groningen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)

# “Het is wel goed dat ik me met de gang van zaken bemoei”

**Sportvrijwilliger Maurits Noorda**

TEKST ELLIS ELLENBROEK FOTO ERIK BRAND

**Je kunt goed golfen en bent relatief jong. Dan zit je voor je het weet in wel vier commissies van je golfvereniging. Zo verging het althans Maurits Noorda (25). Vanwege al zijn verdiensten is hij bij de Noord-Nederlandse Golf & Country Club Glimmen al twee keer uitgeroepen tot Golfer van het Jaar.**

## **Hoe begon je vrijwilligerscarrière?**

“In 2017 kwam ik in de Trompbekercommissie, eerst als lid, tegenwoordig ben ik voorzitter. Trompbeker is een jeugdtoernooi waar het Neder-

lands Kampioenschap tot 21 jaar aan is verbonden. Ik heb er zelf acht keer aan meegedaan.”

## **Inmiddels zit je in vier commissies? Waarom moeten ze jou steeds hebben?**

“Ik heb het beste voor met deze club, ik ben bereid me er voor in te zetten. Ik denk dat ze dat wel zien. Het is ook wel goed dat ik me met de gang van zaken bemoei en mijn geluid laat horen. Ik ben hier een van de betere golfers, heb altijd hoog meegedraaid op nationaal niveau en ben captain van Heren I. Ik heb er zelf ook belang bij dat beleid, bijvoorbeeld het selectiebeleid voor Heren I, niet gemaakt wordt door mensen die er minder verstand van hebben dan ik. We hebben honderd jeugdleden. Voor hen zet ik me ook graag in, zodat zij het leuk vinden hier te blijven en misschien straks in Heren I of Dames I spelen.”

## **Heb je een voorbeeld van iets dat jij bereikt hebt?**

“Selectiespelers moesten een contract ondertekenen en hadden dan allerlei verplichtingen. Er waren zelfs boetes als je niet aan een competitiewedstrijd deelnam. Dat hebben we nu niet meer. Prima om afspraken te maken, maar ik vind het vervelend als daar contracten aan te pas moeten komen.”

“We zijn met iets heel moois bezig. Er komt een selectiegroep voor topjeugd van alle golfclubs uit het Noorden. Die laten we samen trainen, op elkaars banen. Zo kunnen de talenten zich aan elkaar optrekken en

wordt het draagvlak voor golf onder jeugd hopelijk steviger. Jongeren die goed kunnen golfen gaan vaak in het Westen studeren, want daar zijn meer golfclubs en meer professionals. Begrijpelijk, maar ook jammer. Ik denk dat we hier ook zo'n klimaat kunnen creëren, waardoor de jeugd in Groningen blijft studeren.”

## **Zeg je wel eens nee?**

“Volgend jaar bestaan we 70 jaar. Ik zit in de lustrumcommissie. De gemiddelde leeftijd van de leden ligt zo rond de zestig, de voorzitter wilde er graag jonge mensen bij. Ik zei: Ik doe al drie commissies, ik heb het al heel druk. Maar goed, zo'n lustrum is eens in de vijf jaar, ik wil er toch graag bij zijn. Nu doe ik het samen met een andere jongen.”

## **Doe je het voor je cv?**

“Ik heb het op mijn LinkedIn staan. Het is zeker goed voor mijn cv. Maar dat is niet het voornaamste. Ik zit nu acht jaar in Heren I. In die acht jaar heb ik heel veel van de club gekregen. Trainingen, trainingsstages, kleding, soms golfballen, korting op mijn lidmaatschap. Iets terugdoen vind ik heel belangrijk.”

## **Kom je zelf nog wel genoeg toe aan het slaan van een balletje?**

“Normaalgesproken speel ik tien tot vijftien uur per week. Maar ik ben momenteel geblesseerd aan mijn schouder. Ik ben bang dat het door golf komt. Eind april is het begonnen. We speelden een degradatiewedstrijd, die we verloren helaas. Van de hoofdklasse zijn we gedegradeerd naar de eerste klasse. Maar we promoveren snel weer terug, daar ga ik vanuit. Er is een groot niveauverschil tussen ons en de eerste klasse.”

► Meer informatie over sportaanbieders en verenigingsondersteuning vind je op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)





GOED INITIATIEF

# GHHC Groningen sluit e-hockeyteam in de armen

TEKST ONNO MOLENAAR FOTO'S ERIK BRAND

Sinds begin september speelt het e-hockeyteam van BEA bij hockeyvereniging GHHC Groningen. Wat is e-hockey en waarom zit het team nu bij GHHC Groningen? In gesprek met trainer en initiatiefnemer Wesley Ferwerda en voorzitter van GHHC Groningen Maurice de Wilde.



Bij binnenkomst in de sportzaal van het BEA-complex valt het kenmerkende gepiep van zaalsporten direct op. Dit keer is het geluid niet afkomstig van schoenzolen maar van banden van elektrische rolstoelen. De spelers zijn druk aan het trainen voor de komende wedstrijddag.

### Training

“Het tempo mag omhoog hoor!”, galmt het door de sportzaal van BEA. Iedere vrijdag traint hier het enige e-hockeyteam van Groningen. Trainer en initiatiefnemer Wesley Ferwerda geeft kort en bondig aan wat de bedoeling van de volgende oefening is. De spelers rijden naar hun aangewezen posities. Drie aanvallers nemen het op tegen één verdediger en een keeper. Ferwerda zit, door een progressieve spierziekte, zelf in een rolstoel en heeft al jaren ervaring met het spelen van e-hockey.

### Wat is E-hockey?

“E-hockey is het beste te vergelijken met het unihockey dat vaak op de middelbare school wordt gespeeld”, vertelt hij. “Uiteraard zijn er verschillen. Het veld is bijvoorbeeld kleiner. Wij spelen op een veld van 16 bij 26 meter en de doeltjes zijn 2,5 meter lang en 20 centimeter hoog. Daarnaast zitten wij natuurlijk in een elektrische rolstoel. Vooral het elektrische aspect aan deze vorm van

hockey is opvallend. “In Nederland is het namelijk de enige teamsport waar mensen aan mee kunnen doen die in een elektrische rolstoel zitten. Daarnaast is het wereldwijd zelfs één van de weinige sporten waaraan mensen mee doen die zwaar gehandicapt zijn.”

### Belang van Sport

“Voor ons is sport enorm belangrijk” zegt Ferwerda. “In het dagelijks leven word je regelmatig geconfronteerd met het feit dat je een handicap hebt. Zodra je dan met elkaar in het veld vijf tegen vijf speelt, kom je los van dit gevoel omdat we dan allemaal op een gelijkwaardige manier aan het sporten zijn.”

Dat sport ook voor deze groep belangrijk is, onderstreept voorzitter van GHHC Maurice de Wilde volledig: “Wij zijn een hockeyvereniging, bij ons draait het om mensen te laten sporten. Of je nou op het op één na hoogste niveau van Nederland speelt bij de Dames, of dat je een geestelijke of lichamelijke handicap hebt; iedereen moet kunnen sporten op z'n eigen niveau.”

### GHHC Groningen

De Wilde stond dan ook zeer welwillend tegenover het verzoek van Ferwerda om het team onderdeel te maken van GHHC Groningen. “Vaak

denken mensen dat er een drempel is om lid te worden van een hockeyvereniging, wij willen juist laten zien dat dat niet zo is. Iedereen is namelijk welkom bij GHHC Groningen. De jongens waren op zoek naar mogelijkheden om in avonden en in de weekenden te hockeyen. Dat kan bij onze hockeyvereniging”, vertelt De Wilde, die daarnaast aangeeft dat de Hockeybond ook enthousiast op het voorstel reageerde.

### Ambitie

In hun ambities zijn de heren eensgezind. “Mijn droom is altijd geweest om bij een grote vereniging met veel e-hockeyteams te spelen”, zegt Ferwerda. “Samen moeten we dat nu kunnen realiseren.”

De Wilde beaamt dit. “De bedoeling is dat we een structuur neerzetten waarin de e-hockey tak van GHHC makkelijk kan groeien. De wens is dan ook dat het niet bij één team blijft. “Hier gaan beide heren zich vol overgave voor inzetten. “Want”, besluit Ferwerda, “ga mij nou niet vertellen dat er in de regio Groningen maar tien gehandicapten wonen. Er moet een hele grote doelgroep zijn die we nog niet bereikt hebben.”

► Vind alle sportaanbieders in Groningen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)







KANTINEVERHALEN

# “Roeivereniging de Hunze investeert in de toekomst”

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

**Maarten van Messel is als voorzitter trots op de vernieuwing van de accommodatie van de Koninklijke Groninger Roeivereniging De Hunze. Een hellingbaan, nieuwe kleedkamers, een nieuwe trainingszaal met ramen voor een meer open karakter naar de stadse kant toe.**

“We zijn actief op verschillende niveaus van recreatief tot hogere wedstrijd niveaus. Met deze verbou-

wing kunnen we beter voldoen aan de voorwaarden van deze tijd. Zo komen er naast onze roeimachines extra faciliteiten voor krachttraining.”

#### **Familiair**

“We drijven op vrijwilligers, we helpen elkaar met organiseren en de meer ervaren roeiers geven les. We hebben onze eigen werkplaats voor onderhoud en reparatie van de boten. Dit doen we allemaal zelf. We organise-

ren op vrijdagen open roeivonden waar je vrij kan roeien en nieuwe leden een korte wedstrijd kunnen varen om bekend te raken met de sport. Ook organiseren we regelmatig gezellige sociale activiteiten. Als een grote familie beleven we veel plezier aan de roeisport.”

► Meer weten over sportlocaties? Kijk op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)

## PORTRET TOPTALENT

# “Arm pakken, rug indraaien, liggen”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO RENE KEIJZER

Net zo mooi judoën als Kim Polling, wilde Iris Westerhof (17) toen ze zes was. Nu is ze zelf Nederlands Kampioen bij de junioren en lonken de Olympische Spelen aan de horizon.

### Waarom ben je gaan judoën?

“Ik was een jaar of vijf, zes toen ik Kim Polling op tv zag judoën. Ik vond het heel gaaf om te zien. Haar techniek, die worpen. Ik wilde ook op judo.”

### Hoe ging dat?

“Ik vond het heel spannend. Op mijn club was ik een van de weinige meisjes. Ik trainde altijd met de jongens.”

### Kon je ze aan?

“Eh, ja.” (Ze wijst op een vitrinekast boordevol bekens en medailles, in de woonkamer van haar ouderlijk huis in Groningen.) “99 prijzen. We wachten op de honderdste.”

### Wat is de meest bijzondere?

“Dit is de derde plek op het Europees Kampioenschap, dit jaar. Of deze, de eerste internationale gouden plak. 2011 in Venray. Ik was toen 10. In 2016 werd ik Nederlands Kampioen.”

### Heb je een bepaalde worp of techniek die je vaak doet of goed kunt?

“De ippon seoi nage. Een schouderworp. Arm van je tegenstander pakken, rug indraaien, en ze ligt. En bepaalde offerworpen. Ik won er dit jaar een partij mee voor de Europa Cup in Teplice in Tsjechië.”

### Hoe beleef je zo'n wedstrijd?

“Ik ga apart zitten met mijn trainer, Deflyn Bakker. Ik heb mijn ogen dicht, terwijl Deflyn mijn schouders losklopt. Ik maak mijn hoofd leeg, zodat ik me kan focussen op het gevecht. In de wedstrijd ben ik rustig. Ik hoor alleen de trainer roepen.”

### Ben je zenuwachtig?

“Wel als we erheen rijden. Zo'n onderbuikgevoel: het gaat beginnen. Als het kan, gaan mijn ouders mee. En mijn oma, mijn grootste fan. Zij was erbij toen ik bij een Europacupwedstrijd in Fuengirola na een

wurging bewusteloos bleef liggen.

Mijn ouders zaten thuis voor de televisie. Het duurde maar een paar seconden, maar dat vonden ze even wat minder.”

### Hoe ziet jouw toekomst eruit?

“Ik sta op het punt om te verhuizen naar Heerenveen. Daar train ik elke dag, en dinsdag op Papendal, bij Arnhem. Mijn doel is het EK onder 21. Mijn droom zijn de Olympische Zomer-spelen van Parijs, in 2024.”

### Hoe realistisch is dat?

“Je moet in alles top zijn. Maar het kan. Het Nederlands team op de jeugd-EK's bestaat uit negen jongens en negen meiden. Het is best bijzonder dat ik daarbij zit.”

► Ook een wedstrijd van één van de toptalenten in Groningen bijwonen? Bekijk de kalender op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)







Cynthia Klaver (l) en Agnes Groen

## ACCOMMODATIE

# Sportcentrum Noord verbindt sporttalent met de buurt

TEKST THEO SIKKEMA FOTO'S RONALD LOWIJS

Vijf jaar geleden was het een leegstaand bedrijfspand en anti-kraak. Inmiddels is Sportcentrum Noord gevestigd aan de Van der Hoopstraat 6 in Groningen. "Het

begon om jong schermtalent een plek te geven. Tegenwoordig kun je er kickboksen, aan taekwondo doen, zijn er yogasessies, en kun je er personal training en voedings-

ondersteuning krijgen", aldus voorzitter Agnes Groen. Sportcentrum Noord zorgt voor binding in de wijk De Hoogte en daaromheen.



## Schermcentrum

Agnes Groen is al bijna vanaf het begin bij dit succesvolle project betrokken. "Het is vijf jaar geleden als schermcentrum opgezet. Een paar ouders met schermende kinderen hebben het initiatief genomen. Om goed te kunnen sparren moesten ze al snel naar Amsterdam, Duitsland of zelfs elders in Europa uitwijken. We zijn toen met veel vrijwilligers aan de slag gegaan en hebben er denk ik met elkaar een unieke plek van weten te maken. Er zijn weinig schermcentra die zo volledig ingericht zijn als de onze. Alleen Leon Paul in Londen komt in de buurt."

## Overdag leeg

Twee grote zalen werden ingericht waar zestien schermbanen liggen. En omdat er veelal in de avond wordt getraind zette dat het bestuur aan het denken. "Het pand stond overdag leeg en wij dachten dat we meer konden doen en betekenen. Kijk maar naar het Nationaal Sportakkoord. Iedereen moet met plezier kunnen bewegen. We wilden een laagdrempelige open vereniging worden."

## Breedplaats voor talent

Er werd een stichting opgericht om enerzijds de talentvolle jonge sporters te ondersteunen en aan de andere kant een sociaal doel om sporten voor iedereen mogelijk te maken. "We proberen talentontwikkeling te ondersteunen binnen de sporten die onder ons dak worden beoefend. Dit vergt een andere benadering dan de reguliere breedtesport. Door met elkaar samen te werken ontstaat er nu een breedplaats voor sporttalenten. En deze talenten kunnen ook van betekenis zijn voor de breedtesport."

## Aanwas

Er werden contacten met het WIJ-team gelegd. Ook kwamen ze in contact met kickbokser Sirano 't Zand en taekwondoka Farid Noori.

"Zij hadden mooie ideeën over hoe zij mensen bij hun sport wilden betrekken. Niet commercieel, maar vanuit hun hart en liefde voor de sport. Sinds een half jaar zijn ze erbij."

## Laagdrempelig

Zo zijn de mogelijkheden om te sporten de afgelopen tijd behoorlijk toegenomen. Steeds meer mensen uit de directe omgeving weten het sportcentrum te vinden. "Door de groei geven we sporters steeds meer de gelegenheid om veel verschillende dingen te doen. Laagdrempelig zijn is belangrijk. Je moet je prettig voelen bij ons ongeacht leeftijd, huidskleur of niveau.

In het bestuur zitten een aantal mensen met een sociale achtergrond. Mogelijk dat de maatschappelijke impact van Sportcentrum Noord daardoor steeds groter wordt. En ook Sirano en Farid hebben beiden een zorgachtergrond. Daardoor voelen wij elkaar allemaal goed aan en dat geeft een prettige en veilige sfeer voor de sporters die bij ons komen."

## Oplossing voor iedere beperking

"Een mooi voorbeeld is dat via het WIJ-team vrouwen op maandag-

ochtend komen sporten. Vaak met kleine kinderen. Om dit geen belemmering te laten zijn is kinderopvang geregeld. Er moet geen beperking zijn om te sporten. Ons motto is voor iedere beperking is er altijd wel een oplossing.

Voorafgaand aan iedere vakantie wordt een sportmiddag georganiseerd voor kinderen uit De Hoogte en eromheen. In het begin was het rustig, maar het wordt steeds drukker. Er is zelfs al een schermtalentje uit naar voren gekomen. Hij moest eerst goede cijfers op school halen. Dat gebeurde en een paar maanden later meldde hij zich. Hij is één van onze fanatiekste schermers en leert snel."

## Samen versterken

De filosofie van Sportcentrum Noord is duidelijk. "We werken graag samen met anderen. Wij geloven erin dat door samen te werken je elkaar kunt versterken. Wij willen een plek zijn waar iedereen zich thuis voelt, maar vooral waar iedereen zich welkom voelt. Daar zetten we op in."

► Meer weten over sportaanbieders? Kijk op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)





PANORAMA

## Buiten sporten, bewegen en meer

TEKST PATRICK VAN DER WEERD FOTO PEPIJN VAN DEN BROEKE

Initiatiefneemster Petra de Groot is erg blij met het beweegparcours bij het Hoornsemeer, ter hoogte van de Aldo Morostraat. "Het is een prachtige plek geworden, waar we met de buurtbewoners samen kunnen komen om in de buitenlucht te sporten en bewegen."





Een buurvrouw: "De plek is voor jong en oud. Ik ben zelf boven de 60, en mag graag gebruik maken van de zittoestellen." Mevrouw Diggers, ook buurtbewoner: "Het parcours ligt op mijn hardlooperoute. De stellages en beweegapparaten geven de mogelijkheid om mijn trainingen uit te breiden

met verschillende oefeningen." Een buurman: "Ik hoop dat we met elkaar kunnen zorgen dat het een schone plek blijft en dat men ook rekening blijft houden met de omwonenden. Mevrouw Talsma, betrokken buurtbewoner: "Het is een verrijking voor dit gebied. Naast het wandelen en

de strand- en watersporten kun je nu ook zittend cardio doen en trainen met je lichaamsgewicht. Met zo'n mooi uitzicht wat wil je nog meer!

► Vind de openbare sportplekken op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



EVENEMENT IN BEELD

# Sportrecreade Ten Boer



TEKST ARJEN BOEKEMA FOTOS CARLA EGGENS, RIKUS NIJBOER, BERT HARTMAN EN JANNES NIJBOER

Van 13 augustus tot en met 13 september vond de 49ste editie van de Sportrecreade in Ten Boer plaats. De Sportrecreade wordt sinds 1970 ieder jaar in augustus en september georganiseerd. Er werden verschillende activiteiten georganiseerd zoals een triathlon, een mini-marathon en een fiets- en wandeltocht. Verder waren er clinics voor

basisschoolleerlingen om zoveel mogelijk kinderen in beweging te krijgen en om ze kennis te laten maken met tal van sporten, waar ze anders niet mee in contact komen. De clinics werden verzorgd door ervaren trainers.

► Vind alle sportevenementen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



DUBBELINTERVIEW

# “Sporten zonder drempels”

TEKST ELLIS ELLENBROEK FOTO'S ERIK BRAND

**Patiënten van revalidatiecentrum Beatrixoord werken er aan hun conditie. Maar het sportcomplex van de Stichting BEA in Haren is meer dan dat. Iedereen, ook mensen met**

**fysieke barrières voor een gewone sportclub, is welkom. Sport050 ging in gesprek met Ronald Stevens en Mariëlle van Sebille over sporten zonder drempels.**



*Ronald Stevens en Mariëlle van Sebille*



## Met bed en al

Toen hij er zes jaar geleden kwam solliciteren kon Ronald Stevens, manager van de Stichting BEA, de ingang niet vinden. "Ik dacht: Daar moet ik wat aan doen." Nu is de stichting duidelijk zichtbaar, dat wil zeggen, sportcomplex BEA. Het runnen van het sportcentrum is de voornaamste activiteit van de gelijknamige stichting. Bij de ingang wapperen beachflags, de naam prijkt op de gevel en voor de deur ligt een sport- en beweegplein voor jong en oud. Binnen heeft Stevens een keur aan sportrolstoelen en handbikes uitgesteld, sportieve kunstobjecten die duidelijk maken dat dit het domein is van sporters met een chronische ziekte of lichamelijke beperking. Dat de accommodatie op hen is aangepast behoeft geen betoog. Neem het zwembad met beweegbare bodem en takelinstallatie. Je kunt er, zegt Stevens, "met bed en al" in.

## Grootste klant

Grootste klant is de buurman, Centrum voor Revalidatie Beatrixoord (CvR), onderdeel van het UMCG. Beatrixoord-patiënten werken van maandag tot en met vrijdag overdag in het sportcomplex aan hun revalidatie. Maar manager Stevens en Mariëlla van Sebille, voorzitter van het stichtingsbestuur, nemen de gelegenheid graag te baat te onderstrepen dat buiten die tijden ook anderen welkom zijn.

## Kinderfeestjes

Aan de reusachtige houten vergader- tafel, waar we het tweetal spreken, wordt in het weekend patat gegeten, als afsluiter van kinderfeestjes bij BEA. En in de grote sporthal zijn regelmatig toernooien van reguliere sportverenigingen. Het zijn rand- activiteiten om de kas te spekken, de beperkte sporter staat namelijk ook buiten kantooruren voorop. Stevens: "Van de opbrengst van zo'n kinder- feestje kunnen we op zaterdag weer kinderen met een beperking laten zwemmen."

## Deskundige trainers

Mariëlla van Sebille weet wel zeker: "Er zijn veel mensen die een drempel ervaren voor een gewone vereniging of sportschool, voor wie het hart- stikke leuk en gezond zou zijn bij ons te komen." Dat kan zonder medi- sche indicatie, er is wel een intake. De keus aan sporturen is ruim: van cardiofitness tot bootcamp, van e-hockey (in een elektrische rolstoel) tot zwemmen. En nog het nodige daar tussenin, uiteraard onder leiding van deskundige trainers. Dat zijn geen medici, waarschuwt Stevens. "We helpen je met sporten, we be- handelen niet."

## 10-0 achter

Stichting BEA is ook expertisecen- trum van Noord-Nederland op het terrein van handicap en ziekte in combinatie met bewegen. Studenten

van het Instituut voor Sportstudies van de Hanzehogeschool lopen stage bij BEA en sommigen komen er na hun studie werken. BEA en de Hanze hebben contact over de opleidingen. In de studies wordt aandacht besteed aan de kwetsbare BEA-doelgroep.

Het Centrum voor Revalidatie heeft in het BEA-complex een loket inge- richt, Bureau Sport. Wie uitbehandeld is bij Beatrixoord kan er terecht voor een persoonlijk beweeg- en sportad- vies. Een mooie faciliteit om patiën- ten aan te moedigen ook thuis in beweging te blijven. Ronald Stevens: "Stel je zat op voetbal en je hebt een hartoperatie gehad. Je oude voet- balteam is nog te fanatiek voor jou. Dan gaan wij kijken of er een team is in de regio waar je een keer uit het veld kunt stappen, als het je allemaal wat te veel wordt. En dat ze dan niet meteen met 10-0 achter staan."

## Een koninklijke naam?

Wie denkt dat BEA staat voor Beatrix, heeft het mis. Het Centrum voor Revalidatie Beatrixoord mag dan naar onze voormalige koningin heten, BEA van Stichting BEA staat voor Bewegen en Ademhalen. Niet sexy, vond manager Ronald Stevens en kortte het af tot BEA.

► Vind alle sportaanbieders in Groningen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)







TERUGBLIK

# Groningen Swim Challenge

TEKST ARJEN BOEKEMA FOTO DIEDE DE HAAS

Stichting Groningen Swim Challenge organiseerde op zaterdag 31 augustus 2019 voor de zesde keer de fantastische zwemestafette van Zoutkamp naar hartje stad Groningen. Dwars door het Reitdiep, dus met recht een challenge. Deelnemers gingen echter niet alleen de sportieve

uitdaging aan, maar haalden als team ook een flink bedrag op voor het goede doel. De opbrengst van de Swim Challenge 2019 ging naar het UMCG Kanker Researchfonds. Voor en tijdens het evenement is een bedrag van 210.000 euro opgehaald, zo werd bekendgemaakt op het

podium. Ook ambassadeur en voormalig topvoetballer Arjen Robben zwom mee.

► Vind alle sportevenementen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



GOED INITIATIEF

# Apenkooien zonder verplichtingen

TEKST EN FOTO PATRICK VAN DER WEERD

**Klassieke gymspellen, als Trefbal, Mattenvoetbal en Apenkooi worden allemaal gespeeld tijdens de sportavonden van ApenkooiGym. Je komt als je zin hebt en bent tot niets verplicht. Eén keer per week kun je je aanmelden via de website om mee te doen. Wij vroegen een aantal deelnemers van de lessen in de gymzaal aan de Kruitgracht naar hun ervaringen.**

Laurens: "Je voelt je helemaal kind. Het is sportief en gezellig, soms wordt er naderhand nog een borrel gedaan, ook geheel ongedwongen. Het mag maar hoeft niet." Shelly: "Het maakt niet uit hoe oud, lenig of handig je bent. Zelf ben ik met 49 jaar één van de ouderen, maar daar merk je verder niets van. Ik ben heel fanatiek en wil ieder spel graag winnen!"

Gert Jan: "Hier ga je al gauw helemaal op in het spel en krijg vanzelf genoeg beweging. Het is hartstikke leuk!"

► Vind alle sportaanbieders in Groningen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



## Nico W. Van Yperen

Hoogleraar Sport & Performance Psychology  
Rijksuniversiteit Groningen  
www.sportscience.blog



# Sport doet iets met je!

Het thema van de Nationale Sportweek (September 2019) was *"Sport doet iets met je!"*. Daarmee wordt bedoeld: Sport maakt fitter, gelukkiger, en verhoogt het zelfvertrouwen, zoals ook bleek uit een recent onderzoek in opdracht van het NOC\*NSF.

Maar bij de slogan *"Sport doet iets met je!"* denk ik vooral aan Jan Wouters, voormalig voetballer van onder meer Ajax, PSV, Bayern München en het Nederlands elftal.

Nog altijd spreken trainers verlekkerd over *"een type Wouters"*: een schaver, breker, schopper en etter in het veld, een balafpakker, een speler die onverzettelikheden uitstraalt en een team op sleeptouw neemt. Jan Wouters deinsde er niet voor terug om een tegenstander uit te schelden, of een tegenstander via een elleboogstoot een gebroken jukbeen te bezorgen. Winnen was voor hem het enige dat telt. Maar buiten de lijnen was Jan Wouters een bijzonder aimabel mens; de transformatie vond plaats op het moment dat hij het veld betrad. Sport deed iets met hem!

Wat sport met je kan doen is dus niet eenduidig positief. Met name topsport kent schaduwzijden. En dat betreft niet alleen normvervaging en grensoverschrijdend gedrag, zoals het uitdelen van een "doodschop", vals spelen, doping gebruiken, beledigen, schelden en kleineren. Veel topsporters worden in hun sportloopbaan geconfronteerd met fysieke en mentale overbelasting, te weinig hersteltijd, overtraining, en ernstige

blesures. Een reden is veelal een te grote nadruk op uitkomsten (winnen versus verliezen). Mentale training en begeleiding richt zich vaak op het leren omgaan met dit soort prestatiedruk, waar sporters ook de rest van hun leven profijt van kunnen hebben. Dat is ook wat sport met je doet: sporters verwerven belangrijke basisvaardigheden en competenties die ten goede komen aan hun algemene persoonlijke ontwikkeling en maatschappelijk functioneren.

Is normvervaging een onderdeel van een winnaarsmentaliteit, zoals de breed gedeelde adoratie voor *"een type Wouters"* misschien doet vermoeden? Neen! Wèl een cruciaal aspect van een winnaarsmentaliteit is om ook onder grote druk doelgericht te blijven nadenken en handelen. *"Doelgericht"* slaat dan op wat je moet doen om een goed eindresultaat te halen, *niet* op het eindresultaat zelf (winst of verlies).

En ook doelgericht handelen onder druk beheerste Jan Wouters. Op weg naar het Europees Kampioenschap in 1988 stond in de halve finale tegen gastland Duitsland 1-1 op het scorebord. Tot de 88ste minuut. Toen gaf Jan Wouters in het Volksparkstadion in Hamburg een fantastische steekpass die Van Basten in staat stelde om de winnende treffer binnen te glijden. Als ik dit legendarisch moment voor de zoveelste keer zie, dan bezorgt me dat nog altijd kippenvel en een geluksgevoel.

Ook *kijken* naar sport doet iets met je!



## INTERVIEW

# “Ik was teveel bezig met, het komt wel”

TEKST THEO SIKKEMA FOTO'S RENE KEIJZER

Het was even wennen. De basketballers van Donar werden afgelopen seizoen geen kampioen. Succescoach Erik Braal bracht met zijn spelers de titel drie keer op rij naar Groningen, maar het kwartet volma-

ken lukte niet. Een verhaal over de oorzaak en wat anders moet. En ook of de zo fel begeerde poulefase van de Champions League binnenkort wel bereikt wordt?



### Never change a winning team

“Het is een cliché maar het klopt niet”, zegt Braal. “Je bent altijd te laat als het op vervangen van spelers aankomt. Dat was vorig seizoen in ons geval ook zo. Iedereen wilde wel. Je trekt er met z'n allen hard aan, maar er miste iets. Je moet continu bezig zijn met wie willen wel, maar kunnen niet meer mee in het niveau dat we nodig hebben. De onderlaag van de ploeg was niet goed. In het verleden gingen we altijd beter spelen als het moest, maar nu gebeurde dat niet meer.”

### Belangrijke les

Braal verwijt het zichzelf dat de scherpste om dat te voorzien als coach er niet was. “Ik had zoiets ook nog nooit meegemaakt. We hadden veel succes en daardoor werd het allemaal te vanzelfsprekend. Daaraan zie je dat ik nog geen topcoach ben. Een topcoach is altijd in staat om onafhankelijk van het resultaat te kijken naar wat er in het team gebeurt in termen van houding, gedrag en performance. Ik was teveel bezig met het komt wel. Dat is voor mij een belangrijke les geweest.”

### Gretigheid terug

De scherpste is inmiddels volledig terug. Ten opzichte van de afgelopen periode staat er een zo goed als nieuwe selectie. Sterkhouders Jason Dourisseau en Thomas Koenis bleven en er werd ingezet op jonge energieke spelers. “De gretigheid moest teruggebracht worden. We hebben nu veel jonge spelers die zich moeten bewijzen. We moeten ze leren wat winnen is en hoe je dat als team doet. Dat werkt voor mij en mijn assistent Meindert van Veen verfrissend. We bouwen het team van de grond af op en dan helpt het dat Jason en Thomas er nog zijn.”



### Publiek op de banken

Braal constateerde al snel dat iedereen in het team graag wil en de energie er op de trainingen vanaf spat. “Er is veel enthousiasme en spelers vinden het geweldig om voor Donar te spelen. Ze zijn onder de indruk van een vol MartiniPlaza.” Dat is ook wat Braal drijft als coach. “Mooi basketbal spelen, het team beter maken, prijzen pakken en het publiek op de banken krijgen.”

### Champions League

Alle goede bedoelingen ten spijt lukte het ook dit seizoen niet om de poulefase van de Champions League te halen. In de ogen van Braal zal het een lastig avontuur blijven. “Als Nederlandse club moeten we altijd voorrondes spelen. Nederland is geen aandeelhouder van de FIBA en dat zet je in een achterstandspositie. Daardoor kan bijvoorbeeld de nummer vijf van Rusland geplaatst zijn, terwijl vele kampioenen elkaar in de voorronde treffen en uitschakelen.”

### Spelersbudget

En uiteraard speelt geld een rol. In september werd Donar uitgeschakeld door het Portugese Benfica. “Ze hebben twee keer zoveel spelersbudget.

Daardoor hebben ze betere individuele spelers en dat is in het begin van een seizoen een probleem. Over een half jaar is het anders. Dan kan een team het winnen van individuele klasse. Vroeg in het seizoen vaak niet. Om dat te doorbreken zijn of betere spelers nodig of een team moet de tijd krijgen om langer bij elkaar te blijven.”

### Uurtje schieten

Hierbij spelen optimale omstandigheden een rol. Niet alleen geld, maar bijvoorbeeld ook een eigen trainingshal. “Toen ik in 2015 begon trainden we overal. Inmiddels gelukkig bijna altijd in MartiniPlaza. Matt Williams, die uit de NBA komt, vroeg als eerste of er gelegenheid was om na de training nog een uurtje te schieten. Dat kunnen we nu bieden. Of als we terugkomen van een Europese trip wil je na de vaak vermoeiende reis de benen nog even strekken. Dat lukt vaak alleen in een eigen hal. Dit soort stappen gaan helpen om een volgend niveau aan te tikken.”

► Ook een wedstrijd van één van de topclubs in Groningen bijwonen? Bekijk de kalender op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)

# “Een mens die beweegt, is een mens die leeft”

TEKST FREEK VAN DER PLOEG FOTO HENK TAMMENS



Joop Sinnige (l) en Eddy Lagro in Sporthal De Brug

**Dit is het motto van Joop Sinnige en Eddy Lagro, de mannen, die mede achter het succes van de Special Olympics Regionale Spelen Groningen staan. Een evenement met 14 sporten, dat eens in de 2 jaar wordt georganiseerd voor mensen met een verstandelijke beperking.**

Het werken met en voor mensen met een beperking is Joop met de paplepel ingegeven. Door zijn persoonlijke situatie raakte Eddy ook betrokken.

“De Special Olympics Regionale Spelen ressorteren onder de landelijke koepel, Special Olympics Nederland, die op zijn beurt weer contacten heeft met de Europese organisatie. De Spelen hebben een officiële status. Natuurlijk staat het plezier voorop,

maar alle sporten hebben hun eigen spelregels. Bijvoorbeeld: bij het zwemmen moeten deelnemers met beide handen aftikken. En (tafel)tennis wordt gespeeld volgens de vaste regels. Het niet voldoen aan de spelregels leidt voor de deelnemer tot diskwalificatie”, aldus Eddy.

De Special Olympics Regionale Spelen worden georganiseerd vanuit De Brug provincie Groningen, een stichting waarvan Joop de initiatiefnemer is. “De stichting zet zich in voor sport en vrijetijdsbesteding voor mensen met een verstandelijke beperking. In de provincie Groningen en de kop van Drenthe zijn er 9 regionale afdelingen. Naast de Regionale Spelen worden er ook andere activiteiten georganiseerd. Zo kent De Brug het MATP, het Moto-

risch Activiteiten Trainings Programma voor mensen die niet zelfstandig kunnen sporten. En Sportfun, lekker bezig zijn waarbij het plezier voorop staat.” De Brug was landelijk de eerste die begon met het MATP tijdens de Special Olympics Regionale Spelen. “Zoals iedereen beperkingen heeft, hebben mensen ook mogelijkheden. Dit geldt ook voor mensen met een beperking. Wij zijn op zoek naar de mogelijkheden”, zeggen Joop en Eddy met één mond. Het geeft beide heren veel voldoening om mensen met een beperking kennis te laten maken met hun mogelijkheden. Het plezier spat er vanaf.

Naast Joop en Eddy zijn er natuurlijk talloze vrijwilligers betrokken bij de Regionale Spelen. “Ook een spelersraad. Deze bestaat uit een aantal deelnemers met een verstandelijke beperking, die meedenkt over het programma en de organisatie. Zo ontvangen zij met de voorzitter de genodigden en bespreken allerlei andere zaken. Hierdoor worden de Regionale Spelen niet alleen vóór, maar ook vàn de sporters.”

Na de 6e editie van de Special Olympics Regionale Spelen eerder dit jaar, heeft De Brug provincie Groningen inmiddels een ruime ervaring opgebouwd. “Het heeft een stevige plek verworven op de landelijke agenda.” Eddy en Joop verheugen zich alweer op de 7e editie van de Special Olympics Regionale Spelen, die in 2021 worden georganiseerd.



## EVENEMENT IN BEELD

# Nationale Sportweek Groningen

Van 20 tot en met 29 september stond Groningen ruim een week lang in het teken van sport en bewegen, tijdens de 16de editie van de NOC\*NSF Nationale Sportweek. De Nationale Sportweek is een landelijk sportevenement van de sportkoepel waarin sportaanbieders, bedrijven en scholen hun deuren open zetten en laten zien hoe leuk sport en bewegen is. Groningen had een nog voller programma dan vorig jaar toen de gemeente hostcity was. Met o.a.

beweegfestivals, openingen van openbare beweegplekken, een symposium, een sportinspiratiebijeenkomst voor kaderleden, de Sportieve opening van het Schooljaar op Corpus den Hoorn en als grote afsluiting met de recordpoging Pasapas dansen in Sportcentrum Europapark.

► Vind alle sportevenementen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



TEKST ARJEN BOEKEMA FOTO'S HENK TAMMENS, RENÉ KEIJZER, RONALD LOWIJS



## BESTUURDER AAN HET SPORTEN

# “Fitheid is meer dan sporten”

TEKST JOLIENKE RUITER FOTO HENK TAMMENS

**“Als je voor goud gaat, kun je het halen. Als je niet voor goud gaat, kun je het ook niet halen.” Zo klinkt het uit de mond van Karin Kienhuis. Deze oud-judoka boekte vele successen. Zo was ze zes maal Nederlands kampioen, won ze vier medailles bij Europese kampioenschappen en nam ze deel aan de Olympische Spelen van 1996 en 2000. Ze judoot al jaren niet meer, maar gaat nog steeds voor goud.**

“In 2006 werd ik directeur bij het Alfa-college en verantwoordelijk voor de opleidingen Sport & Bewegen en Uniformberoepen. Rond die tijd kwam er landelijk meer aandacht voor sport in het mbo. Wij zijn hier absoluut voor. Daarom werken we nu al zo'n tien jaar met het 'Fit for life' programma. Alle eerste- en tweedejaars studenten volgen activiteiten om op een leuke manier in beweging te komen. Crossfitten bijvoorbeeld, of yoga. Maar

de klassieke teamsporten zijn ook nog altijd populair. Voor elk wat wils.”

### **Gezonde leefstijl**

“Ook proberen we studenten bewust te maken van een gezonde leefstijl. Door lessen over voeding, roken en door gezonde alternatieven aan te bieden in onze kantines. We vinden het belangrijk dat onze studenten fit en gezond zijn. Nu, maar ook als ze ouder zijn: 'Fit for life' dus.”

### **Vitaliteit**

“We voeren voor onze medewerkers een beleid om ze vitaal en met plezier aan het werk te houden. “Fitheid is meer dan sporten. Ik spreek liever van vitaliteit.”

### **Samenwerking**

“De samenleving verandert en als onderwijs veranderen we mee. Een mooi voorbeeld hiervan is de samenwerking tussen de opleidingen zorg, sport

en human technology. Hiermee zetten we een nieuw innovatieprogramma op. Deze opleidingen gaan hierin samenwerken aan projecten die de vitaliteit van de bevolking in Noord-Nederland moet vergroten.”

### **Buiten**

“Daarnaast werken we steeds meer samen met bedrijven in Noord-Nederland. Want waarom zou je 't allemaal in je eentje doen?”, zegt Karin. “In die zin is mijn baan ook wel veranderd. Ik ben tegenwoordig veel meer 'buiten'. In gesprek met andere bedrijven en instellingen. Heel inspirerend.”

### **Plezier**

Of ze het judo niet mist? “Het was een onvergetelijke tijd. Maar ik vind dit minstens net zo leuk. Ik houd me nu fit in de sportschool en ik zwem graag. Zoek iets waar je plezier in hebt, dat is het allerbelangrijkste.”



TERUG NAAR DE PLEK

# “Een bad moet lekker zitten”

TEKST BERT NIJMEIJER FOTO FOTOBEDRIJF PIET BOONSTRA, GRONINGER ARCHIEVEN

**Op 2 augustus 1967 zwom Ada Kok in openluchtbad De Papiermolen een wereldrecord op de 200 meter vlinderslag. Ze heeft warme herinneringen aan die dag, én aan het bad.**

## **Wat weet je nog van De Papiermolen?**

“Een enig bad, heel leuk. Als je een zwembad binnenkomt dan heeft een bad iets, dat pik je meteen op. Je hebt ook baden waarvan je denkt: ik doe mijn nummertje en ik ben meteen weer weg. Maar Groningen was heerlijk, net als bijvoorbeeld Rome. De ligging, de sfeer, de mensen. Het was mooi weer, de tribunes waren vol. Dan zie je iedereen juichen en applaudiseren. Dan doet zo'n bad wat met je.”

## **Hoe verliep de dag van je wereldrecord?**

“Ik woonde toen al in Limburg, in Valkenburg, waar ik de avond van tevoren

een feestje had gehad. Dat was heel gezellig geworden. De volgende dag begon het NK in De Papiermolen. Ik ging met de trein. Doordat ik in slaap viel, miste ik in Amersfoort mijn aansluiting. Ik kwam te laat aan bij het bad. Mijn coach vond het niet leuk. Ik moest dezelfde avond nog zwemmen.”

## **Geen ideale voorbereiding.**

“Nee. Maar door alle gedoe stond ik op de een of andere manier helemaal ontspannen aan de start. Ik kon heerlijk vrij zwemmen. Ik klokte 2 minuut 22 komma vijf seconden, bijna drie seconden onder mijn oude wereldrecord van twee jaar eerder, ook al gezwommen in de Papiermolen.”

## **Waarom was dat bad zo snel? Water is toch water?**

“Nee dus. Je hebt gewone zwem-

baden en snelle zwembaden. De bak moet overal gelijk zijn, geen drempels of een dieper of ondieper gedeelte. Dat voel je als je er overheen zwemt. Een bad moet lekker zitten. Ik heb trouwens nóg een wereldrecord gezwommen in De Papiermolen, op de 4 keer 100 meter wisselslag, in juni 1964, in het estafetteteam met Ria van Velzen, Klenie Bimolt en Erica Terpstra.”

## **En toen, die avond na je recordrace in '67. Een nieuw feestje?**

“Reken maar. Ik logeerde bij mijn vriendin Klenie, die in Groningen woonde. We hebben een ijsje gegeten in de stad en wat gedronken bij het Nieuwsblad van het Noorden, waar Klenie werkte. Het was een perfecte dag.”





*Vlnr. Dorianne Schuitema, Sanne te Wierike en René van Bremen*

REPORTAGE

# Producten en diensten voor een vitalere samenleving

TEKST THEO SIKKEMA FOTO RONALD LOWIJS

Sinds drie jaar bestaat het Sport Innovator Centrum Groningen (SICG). Een netwerkorganisatie om innovaties aan te jagen met als doel om de maatschappij vitaler te maken en topsporters succesvoller

te laten zijn. René van Bremen en Dorianne Schuitema zijn innovatiemanagers bij SICG met als taak om op zoek te gaan naar innovatieprojecten en daarvoor de juiste partijen bij elkaar te brengen.



### **Samenwerkingsorganisatie**

Van Bremen is van origine industrieel ontwerper en al lang bevoegen van innovatieprocessen. Sinds juni vorig jaar is hij betrokken bij SICG. "We zijn een hele jonge organisatie. Dorianne en ik hebben de activiteiten pas vorig jaar van de kwartiermakers overgenomen. We zijn een samenwerkingsorganisatie en hebben Hanzehogeschool, Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG), Alfa-college, Lode Holding, Sport Science Institute Groningen, Gemeente Groningen, FC Groningen, Thialf Heerenveen en de KNVB als kernpartners."

### **Krachten bundelen**

Per 1 januari aanstaande vindt er overigens al een verandering plaats. SICG gaat z'n krachten bundelen met het Sport Science Institute Groningen (SSIG) waar Sanne te Wierike coördinator is. De gezamenlijke organisatie gaat dan Sport Science and Innovation Groningen heten. 'SSIG is gericht op het verspreiden van kennis, waar Sportinnovator Groningen die kennis probeert om te zetten in concrete producten en diensten.

### **Kennis onbenut**

Er is een landelijk netwerk van ongeveer 15 innovatie centra. "Groningen is er nieuw bij gekomen, omdat veel in Groningen ontwikkelde kennis op het gebied van bewegingsoptimalisatie onbenut bleef. Het is de bedoeling om die beschikbare kennis beter in te zetten." Vooral op de Rijksuniversiteit Groningen (RUG), de Hanzehogeschool en het Universitair Medisch

Centrum Groningen (UMCG) is een schat aan onderzoeksdata en -kracht beschikbaar. "De opdracht is om innovatieprojecten te vinden waarbij die kennis ingezet kan worden op nieuwe producten en diensten voor een vitalere samenleving en succesvollere topsporters."

### **Poten in de klei**

"Met de poten in de klei staan. Contact zoeken met het bedrijfsleven, ondernemingen in de gezondheidssector en sport en met (co-)financiers om kansen te identificeren en daar projecten van te maken. Het is in wezen steeds de pijnlijke vullen door partijen bij elkaar te brengen. Ondernemers die sport en bewegen interessant vinden en technologie hebben om dat voor vernieuwing in te kunnen zetten. Daar zijn we naar op zoek."

### **TopsportzorgCentrum**

Het uiteindelijke doel is om producten en diensten te realiseren die niet alleen de doelstellingen van de vitalere maatschappij en succesvollere topsporters dienen, maar ook geld opleveren. Van Bremen en Schuitema zijn veel op pad en hebben een werkplek in het TopsportzorgCentrum. Voor onderzoeksruimtes wordt gebruik gemaakt van de faciliteiten van bijvoorbeeld de RUG, de Hanzehogeschool, het UMCG, Alfa-college of andere projectpartners.

### **Inzetten op breedtesport**

"Het gaat erom om projecten door de zogeheten *Valley of Death* te loodsen.

De fase waarin het spannend wordt of het wel of niet tot (acceptatie van) een product of dienst komt. We zetten voorlopig vooral in op de maatschappij en breedtesport. Topsport is een mooie *launching customer* en levert vooral promotiekansen op, waarbij de maatschappij en breedtesport kansen bieden om massa te realiseren."

*Fit for Play* is daar een voorbeeld van. Een project erop gericht om kinderen via gaming naar buiten en aan het bewegen te krijgen. "Daar ontbreekt een digitaal platform voor. Een plek waar al die games te vinden zijn voor ouders, buurtsportcoaches en bijvoorbeeld docenten." Een ander project is *Fit & Vaardig*, dat erop gericht is om basisschool leerlingen cognitief beter te laten presteren door het leren te combineren met bewegen.

### **Altijd op zoek**

Zo zijn Van Bremen en Schuitema initiator en makelaar tegelijk. Ideeën identificeren en partijen koppelen om tot een succesvolle uitvoering te komen. "We zijn altijd op zoek naar ondernemers en partijen die oog hebben voor vernieuwing op het vlak van sport en bewegen en die daarbij hulp kunnen gebruiken op het gebied van kennis(ontwikkeling) en het faciliteren/aanjagen van projecten."

► Meer informatie voor verenigingen en sportaanbieders vind je op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)

# WIJ maakt sport toegankelijk voor iedereen!”

TEKST ONNO MOLENAAR FOTO ERIK BRAND

**Begin oktober kwam een aantal medewerkers van WIJ Groningen bij elkaar tijdens een inspiratiesessie over sport, bewegen en gezondheid. Wat doet WIJ-Groningen op het gebied van sport? Een grote rode dobbelsteen rolt over tafel. Zodra de dobbelsteen bij één van de deelnemers komt, mogen ze een vraag beantwoorden. Wat wens jij voor jouw wijk? Het komt erop neer dat sport voor iedereen toegankelijk moet zijn. “Hierin is nog veel land te winnen”, zegt Jouke Janze, projectleider Sport en Bewegen bij WIJ-Groningen.**

## **Wat doet WIJ?**

Bij WIJ-Groningen kunnen inwoners terecht met allerlei ondersteuningsvragen. Zo ook op het gebied van sport en bewegen. “Wij zien namelijk een groep volwassenen die niet vanuit zichzelf beweegt,” zegt Janze. “Dit kan verschillende oorzaken hebben zoals het ontbreken van financiële middelen of dat inwoners niet weten waar ze precies moeten zijn. Door-gaans merken wij dat ze daar hulp bij nodig hebben. Wij kijken altijd eerst naar wat de persoon zelf kan, wat kan zijn netwerk en dan pas naar wat kunnen wij betekenen.”

## **Buurtsportmedewerker**

“Wat wij vervolgens doen, hangt van de bewoners én de wijk af”, benadrukt Janze. “WIJ-Groningen heeft medewerkers in dienst die zich, naast andere werkzaamheden, ook



met sport en vitaliteit bezighouden. Wat er allemaal georganiseerd wordt, is per wijk verschillend. In de ene wijk wonen bijvoorbeeld meer ouderen, in de andere wijk is het percentage alleenstaande moeders hoger. WIJ past het aanbod daarop aan. Zo kan men wandelen in Beijum of aan Crossfit doen in Vinkhuizen.”

## **Partners**

Samen met verschillende partners willen de WIJ-teams de inwoners zo goed mogelijk helpen. “WIJ-Beijum werkt bijvoorbeeld veel samen met Kardingie maar ook met scholen, fysiotherapeuten en Bslim”, vertelt Janze. Binnen WIJ-Vinkhuizen wordt er met trots gekeken naar de wijdverbreide samenwerking met verschillende instanties. “Het unieke van ons project”, zegt Alice Kok van project Slim Leven, “is dat we samenwerken met alle wijk- en buurtcentra,

de speeltuin, huisartsen en praktijkondersteuners. Die verwijzen cliënten vaak actief door naar ons.”

## **Slim Leven**

“Slim Leven is een project binnen WIJ-Vinkhuizen dat zich richt op een gezondere leefstijl door middel van beweegactiviteiten, voedingsactiviteiten en persoonlijke begeleiding.” Alice vertelt enthousiast verder: “We zijn hier zo’n zes jaar geleden mee begonnen en we bereiken inmiddels ruim honderd mensen per week met beweegactiviteiten. Iedereen mag van haar mee doen, tegen een kleine vergoeding uiteraard. Voor de minima is dit €2. “Sport moet namelijk wel toegankelijk blijven.”

► Vind alle sportaanbieders in Groningen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



EVENEMENT IN BEELD

## KardingeRun voor Bikkels



TEKST ARJEN BOEKEMA FOTO'S RONALD LOWIJS, ARNOLD MEIJER, STEFAN VAN DER SPEK, ERIK DE VOS

De zesde editie van de Kardingerun voor Bikkels in Groningen trok in het weekend van 6 en 7 juli maar liefst 4.000 deelnemers. De Bikkels konden kiezen uit drie verschillende afstanden, namelijk 5, 8 en 12 kilometer. De routes die afgelegd moesten worden liepen door het natuur- en recreatiegebied Kardinging. De organisatie had diverse spectaculaire hindernissen aangelegd met water, modder en andere obstakels. Ook de Kardingerberg vormde een

onderdeel van de route. Deelnemers die kozen voor de twaalf kilometer kregen behalve spectaculaire hindernissen ook uitdagingen voor de kiezen die gericht waren op statische kracht en behendigheid. De KardingeRun werd zondag afgesloten met de Familie Run.

► Vind alle sportevenementen op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



“WAT NIET KAN  
IS NOG NOOIT  
GEBEURD!”

ARJAN TAAIJ, VOLLEYBALCOACH

FOTO ERIK BRAND

## AGENDA

NOV  
22

**GRONINGER WINTERFESTIJN**  
VRIJDAG 22/11/19 t/m ZONDAG 05/01/20  
Grote Markt

DEC  
02

**GRONINGER SPORTGALA 2019**  
MAANDAG 02/12/19  
Martiniplaza

DEC  
21

**CHESS FESTIVAL GRONINGEN**  
ZATERDAG 21/12/19  
Sportcentrum ACLO

DEC  
31

**SYLVESTERLOOP**  
DINSDAG 31/12/19  
Glimmen

JAN  
02

**FLEXVIRTUAL INT. FOOTVOLLEY TOURNAMENT**  
DONDERDAG 02/01/20 t/m ZONDAG 05/01/20  
Indoorstrand Binn'npret

JAN  
11

**MARTINI BOKAAL (KUNSTRIJDEN)**  
ZATERDAG 11/01/20  
Sportcentrum Kardinge

JAN  
11

**KPN CUP-BOUWSELECT MARATHON**  
ZATERDAG 11/01/20  
Sportcentrum Kardinge

JAN  
19

**DE GROENE 4 MIJL**  
ZONDAG 19/01/20  
De Onlanden

FEB  
29

**NACHT VAN GRONINGEN**  
ZATERDAG 29/02/20  
Ossenmarkt

APRIL  
11

**HOLLAND NORDIC BASKETBALL TOURNAMENT**  
ZATERDAG 11/04/20 t/m MAANDAG 13/04/20  
Sporthal Vinkhuizen

► Voor de volledige evenementenkalender, kijk op [www.sport050.nl](http://www.sport050.nl)



**SPORT/050**

Hèt platform voor bewegend Groningen



Gemeente  
**Groningen**