

TRIBUNE. ^{#2}

REGIONAAL **SPORTMAGAZINE**

JAARGANG 1, SEPTEMBER 2017, PRIJS €5,95

BOB VAN OOSTERHOUT:
HET BELANG VAN
SPORTMARKETING

LOUIS COOLEN EN
TONNIE BEEKMANS:
TALENTONTWIKKELING
IN DE VOETBALREGIO

VAN BODYBUSINESS
BACK TO BASIC

AMY SIEMONS

Op weg naar goud





BODY BUSINESS IS NU BASIC-FIT

vanaf **19⁹⁹**
p/m

**Schrijf je nu in én profiteer
van onze lopende aanbieding!**



Braakse Bosdijk 3 - Helmond

Of bezoek onze andere club Helmond Rakhof

BASIC-FIT

#2 INHOUD



8

Gesterkt door ambitie blijft goud op
Paralympics het doel van Amy Siemons



12

Geschiedenis Body Business zorgt
voor grootste Basic Fit fitnesslocatie



24

Louis Coolen en Tonnie Beekmans
vissen in de regionale voetbalvijver

VERSTERKING GEVRAAGD

Acquisitie

Tribune vraagt met spoed één of
meerdere advertentiewerfers voor het
blad. Er wordt een prima vergoeding
afgesproken.

Tekstschrijvers

Tribune wil constant haar kwaliteit verbete-
ren. Zo ook wat betreft de artikelen in dit
mooie sportblad. De redactie is naarstig
op zoek naar goede tekstschrijvers die
zich in willen zetten voor dit regionale
blad. Eén of twee interviews afnemen, het
artikel uitwerken, redigeren en vervolgens
trots in Tribune 'jouw' artikel afgedrukt zien.
Mensen met gevoel voor sport, drama en
inbeeldingskracht.

Heb jij interesse? Laat het ons weten via
info@tribunemagazine.nl

EN VERDER

Rondom Sport: Bob van Oosterhout over het belang van sportmarketing	4
Column: Bob de Voogd	11
Wetenschap: Erik Matser over neuropsychologie en sporttalent	16
Maarten van Berlo: Core stability	19
Column: Gerard Feijen	19
13 Redenen waarom je klimmen zou moeten leren	20
Sportbuzz: Lars Schupp over de klimsport	22
Sportagenda	23
Turnvereniging HT'35	28
Opmerkelijk	30
Jibb en Leef over sporten, bewegen en fit zijn voor jong en oud	32

VAN DE TRIBUNE

De tweede uitgave van Tribune is
een feit. Boordevol mooie verhalen
en prachtige foto's maken deze
uitgave weer tot een waar leesgenot.
Maar er is meer! Vóór elke uitgave
van de Tribune organiseren we een
Sportcafé, waarin we de nieuwe
Tribune presenteren gelardeerd met
actueel sportnieuws. Iedereen is
van harte welkom en de entree is
gratis uiteraard.

Op www.tribunemagazine.nl is
te vinden waar en wanneer het
volgende Sportcafé plaatsvindt.
Tribune organiseert dit in samen-
werking met het horecaduo Geert
Blenckers en Jeroen van Schijndel
en Lokale Omroep Helmond.
Iedereen kan het Sportcafé volgen via
de TV uitzendingen van de Omroep.

Tot ziens bij een van de Sportcafés
en veel leesgenot.

Cor, Guido en Anita

COLOFON

Uitgave van Stichting Sportglossy Tribune
Oplage: 3000 stuks
Verkrijgbaar via sportverenigingen in
de regio en sportgerelateerde locaties
Informatie: info@tribunemagazine.nl
Advertenties: redactie@tribunemagazine.nl
T. 06 42 54 86 48

Hoofdredactie	Cor van Gils, Guido van Erp
Acquisitie	Cor van Gils
Art Director	Anita Smits
Vormgeving	Branding Topics
Sportfotografie	Jan Vroomans
Portretfotografie	FotoID, Ad Vereijken
Drukwerk	PreVision

Copyright © Niets uit deze uitgave mag geheel
of gedeeltelijk zonder toestemming van de
uitgever worden vervoelvoudigd

Sportmarketing

Niet omdat het kan, maar omdat het moet

RANDOM
SPORT

Met een gesprekspartner als Bob van Oosterhout is een ontmoeting nooit saai. De man is geëngageerd, vol passie en enthousiasme. Bob's geesteskind Triple Double bestaat al 20 jaar en is in Nederland succesvol uitgegroeid tot hét sportmarketingbureau. In zijn prachtige kantoor, dat hij al ruim 3 jaar bezet in het SX-gebouw op Strijp-S in Eindhoven, dompelen we de regionale sport eens onder in een niet al te diep sportmarketingbad. De regio kan wel wat extra van dat badwater gebruiken!

De man

Bob van Oosterhout ging op zijn 8e levensjaar basketballen. Hij deed dat fanatiek genoeg om dat op zijn 18e ook in de Verenigde Staten te gaan doen. Daar kwam hij in aanraking met de marketing van de sport.

Terug in Nederland werd hij commercieel manager van dé basketbalclub in Den Bosch (EBBC) terwijl hij zelf het spel speelde bij BC Moons in Helmond. "In die tijd groeide de basketbalsport explosief. Tegelijkertijd startte ik mijn bedrijf Triple Double (een basketbaluitdrukking red.) en dat groeide uit tot wat nu het grootste sportmarketingbureau van Nederland is. We begeleiden inmiddels meer dan 100 bedrijven die sport inzetten om communicatieve, commerciële en maatschappelijke doelstellingen te behalen", vertelt Bob met gepaste trots. "Er gaat geen sportjournaal voorbij of ik zie sport waarbij wij op enigerlei wijze betrokken zijn."

Triple Double heeft aan de wieg gestaan van enkele spraakmakende 'sponsorships'. Liga met het schaatsen, DELA met vrouwenvolleybal, Randstad met NOC/NSF en vorig jaar nog Energie Direct met PSV. Ook heeft Bob zijn jeugdliefde, basketbalclub Den Bosch, in eigenaarschap vorig jaar overgenomen. "Het is best bijzonder dat je als sportmarketingbureau je eigen topsportclub hebt", verduidelijkt Bob.

Ondanks het succes zijn en blijven er grootse ambities. "We werken al best internationaal. In België, Duitsland, Zwitserland en Spanje.

Voor Philips doen we zaken in Venezuela, Colombia, Mexico en binnenkort wellicht ook in de US. Maar ik wil graag nog meer internationaal uitbreiden." Ook op persoonlijk vlak zit Van Oosterhout nog vol ambities. "Ik wil graag, als ik wat ouder ben, op bestuurlijk vlak wat gaan betekenen in Nederland. Ik heb een gezonde kijk op topsport vind ik en daarbij een toegevoegde waarde als het gaat om de marketing hiervan natuurlijk." Bob denkt dan niet aan een bijrol. Een voorzitterschap van een sportbond of zelfs een bepalende rol in een internationaal overkoepelend sportorgaan of in de directie van een sportclub die acteert op het allerhoogste niveau klinkt hem niet heel vreemd in de oren.

Sportmarketing

Wat is dan sportmarketing richting topsport?

"Dat is een hele mooie vraag eigenlijk", zegt Van Oosterhout die zich duidelijk steeds beter voelt in zijn sparringrol als expert. "Sportmarketing ontleent zijn bestaan uit het feit dat sport zo ontzettend veel emotie in zich herbergt. Die emotie probeer je te plakken op merken. Dan krijg je een kruisbestuiving waarmee je de consument kunt prikkelen.

Op een bijeenkomst in de US riep laatst iemand die commentaar gaf op adverteren: "Don't advertise, solve problems". En dat is waar.

Een moderne sponsor moet niet overal zijn eigen logo op willen plakken, maar hij moet vooral nadenken over hoe zijn bedrijf toegevoegde waarde kan creëren via sport. >>



“ER GAAT GEEN
SPORTJOURNAAL
VOORBIJ OF IK ZIE
SPORT WAARBIJ WIJ
OP ENIGERLEI WIJZE
BETROKKEN ZIJN”



Bob van Oosterhout in zijn kantoor in het SX-gebouw op Strijp-S in Eindhoven

Neem DELA. Er lijkt niets verder weg van sport te staan dan waar DELA voor lijkt te staan. De dood, grijs, zwart, herfst noem die beelden maar op. Toch wil DELA met sportsponsoring duidelijk maken dat het eigenlijk juist midden in het leven staat.”

Topsport-Breedtesport

Voorheen ging sportmarketing en sponsoring eigenlijk alleen maar gepaard met en over topsport. Tegenwoordig wordt meer nagedacht over sport in het algemeen.

“CLUBS MOETEN
HET **LEF** HEBBEN OM
ANDERS TE ZIJN”

Sport staat ook voor vitaliteit, gezondheid, bewegen, goede voeding. Gezond bezig zijn.
“De massa zit aan de onderzijde van de piramide”, vertelt Bob. “Die willen bedrijven via adverteren en marketing ook

bereiken. Naar mijn mening zal er altijd een symbiose zijn tussen top- en breedtesport om effectief sportsponsoring te bedrijven.” Triple Double probeert hierin dan ook de perfecte balans te vinden.

De regio

Bijna overal proberen de sportverenigingen in de regio sponsors te vinden om hun financiële huishouding draaglijker te maken. Zeker nu kosten van accommodaties in eigen beheer of in huur van de gemeenten de spuigaten dreigen uit te lopen.

Hoe kijk jij nu als sportmarketeer naar het oude model van sponsors zoeken voor een advertentie in het clubblad, een bord rondom het sportveld of een naam op een shirt?

“Bedrijven willen tegenwoordig meer ‘waar’ voor hun geld”, begint Bob zijn passievol betoog. “Sportclubs maken vaak de fout om te blijven hangen in dat oude model, terwijl ook veel bedrijven maar amper weten wat sportsponsoring kan inhouden. Vooral ‘zichtbaarheid’ staat voorop. Ik vind dat er creatiever gedacht moet worden. Sponsoring heeft een beetje een negatief imago gekregen (zeuren om geld). Clubs moeten gaan nadenken over wat ze echt kunnen

bieden, niet wat ze te koop hebben. Clubs hebben hun waarden niet voldoende op hun netvlies. Ik haal graag mijn vriend Jos Burgers (succesvol marketeer en schrijver red.) aan. Deze marketing goeroe stelt het heel simpel. Het verschil tussen boren en gaten. Wil iemand die een boormachine koopt nou perse die machine of wil die eigenlijk gewoon een gat. Dat laatste is het geval. Daar moeten clubs en hun vertegenwoordigers over na gaan denken: wat wil een sponsor nu eigenlijk? En wat kunnen wij als club, met onze sport, die sponsor bieden?”

Keuzes

Bob van Oosterhout verradt zijn roots als het gaat om passie voor verandering en profilering. “Mensen hebben moeite om een keuze te maken. Maar om je te onderscheiden van de grote brij van sportclubs die allemaal zo’n beetje hetzelfde doen, moet je keuzes durven maken. Clubs moeten het lef hebben om anders te zijn”, bepleit Van Oosterhout vurig. “Dan bepaal je een waarde waaraan sponsors zich durven spiegelen en ook de club durven adopteren.” Triple Double helpt vervolgens beide partijen om juist dat te doen. Voor merken geldt hetzelfde volgens Bob. Die moeten tenslotte ook iets durven doen om zich te profileren. “Wij brengen deze partijen bij elkaar.”

Beleving

Er zal dus iets gecreëerd moeten worden dat extra publiek naar het stadion, sporthal of sportveld trekt. De die-hard fans blijven toch wel komen. Beleving is al jaren het toverwoord maar kan ook de valkuil zijn. Het moet allemaal natuurlijk wel bij de sport, de club en de mensen passen. Dat maakt het zeker niet gemakkelijk. Om een verschil aan te geven geeft Bob een vergelijking met de Amerikaanse beleving van sport. “Die Amerikanen zien sport als een middel, wij vaak als hoofddoel. Amerikanen snappen dat ze onderdeel zijn van een entertainment industrie. Het is natuurlijk ook een cultuurverschil. De beleving voor sponsors mag trouwens ook een injectie krijgen. “Je moet wel snappen dat de bedrijven die via sponsorgelden jouw club financieel bijstaan ook een hoge mate van aandacht verdienen.” Bob’s favoriete sport in de US is hiervan een prachtig voorbeeld. “Kobe Bryant staat 2 uur vóór de wedstrijd echt gewoon met de sponsors in de VIP room te chatten hoor. Die snapt dat juist die mensen zijn salaris betalen.”

Topsport is winnen

Dicht bij het vuur vindt Bob dat de topsportcultuur in Nederland zich in een goede richting heeft ontwikkeld. De infrastructuur daarvoor is flink verbeterd. We zijn in Nederland georganiseerd genoeg, intelligent genoeg en samenwerkend genoeg om topsport te bedrijven. Onze

welvarendheid daarentegen is niet altijd de perfecte voedingsbodem om topsport, zeker mentaal, te adopteren, relativeert Van Oosterhout. Sporters die niet in deze beschermende omgeving opgroeien hebben in die zin soms wel een voordeel. Die moeten enorm knokken om de top te bereiken. Meer grenzen over en vaker barrières overwinnen. “Om de echte top te bereiken moet je, in onze Calvinistische opvatting, wel een ‘afwijking’ hebben.

“DIE AMERIKANEN ZIEN
SPORT ALS EEN **MIDDEL**,
WIJ VAAK ALS HOOFDDOEL”

Een super drive. Wat hebben toppers als Leontien van Moorsel, Ankie van Grunsven, Sven Kramer en Pieter van den Hoogenband moeten investeren om dit ultieme niveau te bereiken? In onze samenleving vinden wij dan dat ze soms misschien wel te ver gaan. Maar dat is dus topsport in de puurste zin.” “Overheid en bedrijfsleven mag best meer investeren in topsport”, vindt Bob. “Omdat het ons als land en potentiële profilering voor bedrijven ontzettend veel brengt. Successen zijn belangrijk en misschien wel allesbepalend als het gaat om sportmarketing.”

JUPILER LEAGUE

Bob van Oosterhout is ook nog commissaris van de Jupiler League in Nederland. Hij draagt die competitie een warm hart toe maar maakt zich tevens grote zorgen. “Als ik die schamele toeschouwersaantallen in de Jupiler League zie dan maak ik me inderdaad zorgen. Voetbalpubliek wordt uiterst verwend. Elke week zie je op tv volle stadions bij wedstrijden in bijna elke sterke Europese competitie. Als je dan naar een wedstrijd van Eindhoven, Helmond Sport of Den Bosch gaat valt dat natuurlijk wel een beetje tegen. Om meer toeschouwers naar stadions te lokken zul je toch iets anders moeten gaan doen dan je gewend bent en misschien zelfs wel iets anders dan alleen maar voetbal.”

OP WEG NAAR GOUD

Je mag haar zonder meer een van de succesvolste Helmondse sporters ooit noemen. Amy Siemons (31) is fulltime atlete met een imponerende prestatielijst en dito prijzenkast. In 2014, haar absolute topjaar, klokte de Helmondse nationale records op zowel de 100 als op de 200 meter outdoor. Twee jaar eerder al won ze goud en zilver op deze afstanden tijdens het EK in eigen land én liet ze zich ook nog eens twee keer zilver omhangen op de Paralympics in Londen. Prestaties bleven elk jaar goed voor meerdere medailles op EK's en WK's. Een kennismaking met een ambitieuze topsporter.

Wheelen

“Ik begon met fitness, paardrijden en tennis, maar kon er eigenlijk nooit mijn hart helemaal in kwijt.” Wheelen bleek daarentegen wél helemaal haar sport te zijn. Wat hardlopen is voor mensen zonder rolstoel is wheelen voor rolstoelgebruikers. “Het begon eigenlijk voor de tv van mijn oma”, vertelt Amy in de zomermaanden van 2017 als ze herstelt van een vervelende blessure. “Ik keek naar de Paralympische Spelen van Athene (2004) en vond het er gaaf uitzien.” Amy verdiepte zich in de atletieksport en kwam in contact met een andere Helmondse kanjer, Pieter Gruijters. “Pieter is een ware eminentie in de internationale gehandicapten-sport. Hij werd wereldkampioen, wereldrecordhouder, Paralympisch kampioen en Gehandicapte Sporter van Nederland in 2006. Niet de eerste de beste dus.” Het bleek een gouden greep te zijn.

Paralympisch

Amy koos bewust voor het wheelen en niet voor het handbiken, een ander onderdeel binnen de gehandicapten-atletiek. “Nou, eigenlijk is het geen zuivere atletiek”, legt Amy uit. “Handbiken is de paralympische vorm van wielrennen. Wheelen is zonder ketting en hoort daarom tot de atletiek.”

Amy maakte haar eerste trainingsmeters in een oude rolstoel van Pieter Gruijters. “De kosten voor een eigen nieuwe wheeler waren simpelweg te hoog,” bekent Amy. Haar eerste coach was Elly Schouten, die toen ook Pieter Gruijters begeleidde. De eerste belangrijke stappen naar een toen nog vrij onduidelijke sportcarrière waren daarmee gezet. Vanaf 2009 ging Amy fulltime met coach Harrie van Hout aan de slag. Van Hout begeleidde haar, samen met bondscoach Arno Mul, naar de succesvolle Paralympische Spelen in Londen 2012.

Succes

Het klinkt allemaal net wat eenvoudiger dan het was. Plaatsing voor de Paralympics is namelijk geen sinecure. Om überhaupt in aanmerking te komen voor uitzending moest Amy zich eerst kwalificeren voor het Nederlands team. Dat gebeurde tijdens een kwalificatiewedstrijd in Amsterdam. Om zich optimaal voor te kunnen bereiden op het vervolg van het kwalificatietraject, schafte Amy haar eerste eigen wheeler aan. En het succes kwam. In mei 2012, een paar maanden voor de Spelen, voldeed Amy aan de eis tijdens een internationale wedstrijd in Zwitserland. Het werd de opmaat tot een geweldige ervaring, waarbij Amy haar eerste Paralympische medailles behaalde. >>



FOTO: INGE HONDEBRINK

AMY

Amy Siemons werd op 18 mei 1985 geboren in het Catharina ziekenhuis in Eindhoven. Tot haar dertiende levensjaar woonde ze in Veldhoven. Daarna verhuisde ze naar Helmond. Amy liep bij haar geboorte zuurstoftekort op, waardoor ze spastische triplexie (beide benen en rechterarm) kreeg.

Terug uit Londen veranderde haar leven totaal. Terwijl Amy zelf nog beduusd was van haar prestaties leek alles en iedereen op haar af te komen. “Onbewust en onwetend had ik deze massale reactie over mezelf afgeroepen,” verklaart Amy. “Met de Paralympics in Londen in het vizier was ik bewust tijdelijk overgegaan op een ander telefoonnummer dat ik maar aan enkele personen bekend had gemaakt.

“DAT WAS NOG NIET HET
ERGSTE MAAR HIJ HAD
ERBIJ GEZEGD DAT ALLE
BERICHTEN **PERSOONLIJK**
ZOULDEN WORDEN
BEANTWOORD”

Na mijn races vroeg ik aan mijn broer om een bedankje op Facebook te zetten.” Dat heeft ze geweten! Dit bracht een storm van reacties teweeg. “Dat was nog niet het ergste, maar hij had erbij gezegd dat alle berichten persoonlijk zouden worden beantwoord,” lacht Amy nu breeduit.

Topper

In 2013, toen de storm enigszins geluwd was, pakte Amy haar studie weer op. In januari 2014 rondde ze haar opleiding HBO Financial Services Management af. Onder tusschen bleef ze actief op de atletiekbaan. Op de EK’s

behaalde ze één keer zilver en één keer brons. Op de WK’s was de oogst één keer zilver en twee keer brons. In Rio, tijdens de meest recente Paralympische Spelen was de vorm uitstekend. Met 18.82 klokte ze zelfs haar beste seizoentijd. Een tijd die jammer genoeg nét niet genoeg was voor brons. Haar directe concurrente, een 16-jarige Amerikaanse, was één honderdste sneller.

Ambassadeur

Amy heeft ook haar eigen stichting, de Amy Siemons Foundation. Opgericht met het doel de gehandicapte (top) sport in het algemeen en de topsportcarrière van haarzelf in het bijzonder te ondersteunen. Met deze stichting is zij op dit moment bezig met een project binnen de Peelgemeenten, in samenwerking met onder andere JIBB Helmond. “Voor ieder mens met een beperking of gedragsproblematiek is het belangrijk dat er een veilige sportplek is waar je kan sporten. Een sportplek waar voldoende kennis is over beperkingen, gedragingen en vooral de aanpak die het beste past bij individuele personen. Het is niet altijd makkelijk om hier op in te spelen. Naast het stimuleren en ondersteunen van de kennisontwikkeling en het creëren van bewustwording bij trainers, begeleiders en bestuursleden, willen we sportaanbieders ook stimuleren om nieuwe activiteiten op te starten op dit gebied en ze daarbij ondersteunen”, vertelt Amy. “Binnenkort gaan we actief verenigingen benaderen om te zien welke knelpunten er eventueel zijn en hoe we hen eventueel kunnen helpen. Ik ben degenen die mij de kans hebben gegeven om mijn droom te leven en de beste atleet te worden die ik kan zijn heel erg dankbaar. Graag help ik nu anderen in hun ontwikkeling die wellicht in de toekomst bijdraagt tot het verwezenlijken van hun dromen!”

COLUMN

Sport verbreedert!

Op het moment van schrijven van deze column zit ik met het Nederlands elftal in London waar we ons proberen te kwalificeren voor het WK van komend jaar. Voor mij blijft London een speciale plek om te hockeyen. Vooral een stad waar ik heel veel positieve herinneringen aan heb. De stad waar ik mijn eerste Olympische spelen mocht meemaken en waar ik een aantal jaren later voor het eerst Europees kampioen werd. Met dat goede gevoel stapte ik ook nu weer in het vliegtuig. Eenmaal aangekomen merkten we meteen dat er momenteel in Engeland veel aan de hand is. De kranten staan vol over de verkiezingen, de aanstaande Brexit maar boven alles merk je dat het land, en London misschien wel in het bijzonder, te maken heeft gehad met een aantal gruwelijke aanslagen. Iets wat voor ons misschien wat verder weg staat is hier aan de orde van de dag. Ook wij ondervinden hier de gevolgen van. Zo moeten we iedere busrit naar het stadion een aantal vragen beantwoorden in de trant van ‘Heb je verboden middelen of wapens bij je?’ of ‘Heb je voor vertrek zelf je tas ingepakt?’ Eenmaal aangekomen moeten ook alle spelers met accreditatie door de metaaldetector en worden alle tassen

nogmaals gecheckt. Iets wat voor ons toch echt wel nieuw is. Het heeft mij in ieder geval wel de ogen doen openen hoe men hier momenteel probeert het ‘normale’ leven zo goed mogelijk in stand te houden.

Na een aantal dagen in London besef ik des te meer dat sport, in dit geval hockey, ook echt kan zorgen voor verbinding en verbroedering. Ja er is veel security aanwezig. En ja wij moeten een aantal ogenschijnlijk nutteloze vragen beantwoorden voordat we de bus in stappen. Maar het enthousiasme en commitment waarmee de organisatie, voor het grootste deel bestaande uit vrijwilligers, dit oppakt is in mijn ogen heel bijzonder. Alles wordt uit de kast gehaald om er een super toernooi van te maken voor de fans en de deelnemende landen. Toen ik vandaag de bus instapte na onze gewonnen wedstrijd tegen Pakistan en op de achtergrond de blijde fans ons zag uitzwaaien merkte ik een aantal gelukkige gezichten op bij de nog aanwezige vrijwilligers. Wederom een geslaagde dag voor hen. Op dat moment besepte ik, er is niet veel op de wereld wat mensen zo dicht bij elkaar kan brengen als sport. Heel even voelde ik me gezegend dat ik hier onderdeel van mag zijn, maar vooral ben ik deze vrijwilligers dankbaar dat zij al die positieve energie overbrengen en er boven alles voor zorgen dat iedereen weer een dag heeft kunnen genieten. Dit bewijst in mijn ogen nogmaals dat sport verbreedert en verbindt. Kon het altijd maar zo zijn, dat zou toch fantastisch zijn, dacht ik tijdens de rit naar het hotel.



Bob de Voogd

Naam	Bob de Voogd (29)
Sport	Hockey
Carrière	- Olympische spelen London 2012 (zilver) en Rio 2016 - EK Mönchengladbach 2011 (zilver) en London 2015 (goud) - Hockey World League New Delhi 2014 (goud) - Nederlands kampioen 2014, 2015, 2016 - Euro Hockey league (EHL) 2014 (zilver), 2015 (goud), 2017 (zilver)
Nu	- Nederlands elftal - HC Oranje Rood



Van Body Business

Het was een begrip in Helmond en ver daar buiten: Body Business. Een fitnesscentrum waar je u tegen zegt. Met de geruchtmakende overname creëert de keten Basic-Fit meteen hun grootste Europese fitnesscentrum. Het hoe, waarom en de toekomst wordt in een gemoedelijke en gezellige sfeer uit de doeken gedaan door de hoofdrolspelers in kwestie. Willy en Carlie Leenders geven samen met John Verhouden opening van zaken. >>

back to basic





V.l.n.r. Carlie Leenders, Willy Leenders en John Verhouden

Er was eens

“Alles is terug te voeren op onze atletiek tijd” bijt Willy Leenders het spits af. “Zo’n 40 jaar geleden waren er geen fitnesscentra, zeker niet zoals in de huidige vorm.” Willy maakte bij de Helmondse Atletiek Club (HAC) deel uit van de krachtsporten speerwerpen, discuswerpen, kogel-slingeren en -stoten. De krachttraining moest worden gedaan in het schamele materialenhok van HAC. “Een hok van vijf bij vier meter. Na het warmlopen moesten alle materi-alen uit dat hok worden gesjouwd. Alle benodigde toestellen moesten daarna worden opgebouwd, zoals haltersteunen. Tenminste daar moest het voor doorgaan want het waren simpele garagesteunen. We gebruikten zware tandwielen als gewichten.” Willy’s gezicht verraad een duidelijke nostal-gische glimlach bij het aanhalen van deze feiten. Jarenlang werd er op deze wijze de krachttraining beoefend in dit legendarische hok. Broer Carlie Leenders vult ironisch en lachend aan: “Die bank die jullie gebruikten voor die garagesteunen waren vier kratjes bier (zonder flesjes) met een plank erop.”

Sportscholen

Na de atletiekperiode bleef de krachttraining trekken. Bij Van Berlo in Helmond was er intussen achter het huis, door met name pa Van Berlo, een schuurtje omgebouwd tot fitness-schooltje waar we konden trainen. “Van daar naar de eerste echte ervaring met een sportschool. Sparta-cus in Mierlo-Hout had verwarming, chroom en een douche, zeg maar een Walhalla... toen.”

Op een vakantie, zo’n 18 jaar geleden, kwam Carlie bij zijn broer op bezoek en vertelde Willy enthousiast dat Body Business in Helmond te koop stond. Op dat moment was die sportschool op sterven na dood. “Alles was kapot en bleef kapot, het zag er niet uit. Ruim 500 m² voor maar een paar beoefenaars. Maar we zagen wel potentie.”

“GEEN SPIEGELS OF GLIMMENDE DUMMBELLS, NEE VEEL **SPARTAANSER** DAN IN DAT HOK KON GEWOONWEG NIET.”

Willy Leenders

Body Business

Willy moest zijn beste beentje nog voorzetten om ook zijn broer Carlie zover te krijgen om samen de sportschool, toen nog aan de Evertsestraat, over te nemen. Dat lukte. Plan gemaakt, alles werd opgeknapt en de zaak groeide. De inkomsten werden hoofdzakelijk weer in de groei van het bedrijf gestoken.” We groeiden in 3 à 4 jaar tijd van 200 naar ruim 2.000 leden.”

Uiteindelijk groeide Body Business uit haar voegen. Terwijl de gemeente Helmond al een extra oogje in het zeil hield kwam er een tip over een leegstaand pand op De Braak (huidige locatie red.). Het betrof het pand waar twee overdekte tennisvelden onder één dak lagen. Na een bezichtiging van een soortgelijke situatie in Leiderdorp waar een tennishal een metamorfose had ondergaan tot fitness-centrum werd besloten te gaan verhuizen. De groei van het fitnesscentrum kende daarna bijna geen maat en werd zo een waar begrip in de fitnesssport in de grote regio.

Low Budget

Ondanks het feit dat er steeds meer low-budgetfitness werd aangeboden noopte ook de beide broers om met die trend mee te gaan. Alles werd aangesproken om met de prijs mee te gaan, maar de hoge kwaliteit te behouden. Maar het was een behoorlijke aanslag op de flexibiliteit van alles wat in al die jaren was opgebouwd. “We wisten dat die nieuwe low-budgetcentra gingen komen. Fit for Free, Basic-Fit en nog anderen. Tijden en behoeften veranderen bij leden. Dat houden wij niet tegen.”

Basic-Fit

De formule van Basic-Fit is zo’n low-budgetbenadering. Eerst werden de Fitness First clubs in Nederland, België en Spanje overgenomen en omgetoverd naar HealthCity. De meest uitgekleden formule van HealthCity Basic Fitness, werd de Basic-Fit formule. Fitness zonder begeleiding, alle info is online. Fit for Free was er toen al een tijdje. John Verhouden, de sales- en marketingmanager, schetst de historie van Basic-Fit. Het bedrijf Fit for Free had de strategie geadopteerd om binnen 1 kilometer van een HealthCity-vestiging in Nederland hun eigen low-budgetclub te openen. “Op een gegeven moment zagen we het aantal leden wel dalen. Daar moesten we iets aan doen. Met Basic-Fit gingen we vervolgens ruimtes huren op locaties zoals een indus-trieterrein, eerste half jaar gratis etc. Dat loste meteen een eventueel cashflowprobleem op. Nou dat ging als een speer. Hoewel het wennen was voor mij, zag ik wel duidelijk de potentie van deze formule”, zegt Verhouden.

Marketing

Na een jaar waren er al meer dan 40 Basic-Fitcentra. Maar er moest reclame gemaakt worden om nog verder te groeien en de naamsbekendheid te vergroten. In 2012 werden reclamefilmmpjes opgenomen met Tatjana Simic. De naamsbekendheid van Basic-Fit kende een explosie. “Bij het openen van een nieuwe vestiging waren er binnen enkele dagen zo’n 700 leden die zich hadden aangemeld. Jezus, wat is dit dan toch,” vertelt John nog steeds met volle verbazing. De groei hield aan. Alle HealthCity clubs werden omgebouwd. In België werd Fitness First overgenomen. In Frankrijk werd gebouwd. Na de beursgang in 2016 heeft de groeicurve weer een sterke stijging laten zien.

“We hebben een bewezen formule, perfecte apparatuur van Matrix en daarmee denderen we door.”

Overname

Een Basic-Fit op elke 30.000 inwoners. Helmond heeft er zo’n 90.000 dus dat zijn in potentie 3 fitness clubs. Ze die-nen ook nog op een prominente locatie in de stad te zijn. “We hadden Body Business al langer in het vizier. Ondanks dat de formule van Willy en Carlie niet past in het model van John Verhouden’s Basic-Fit is er toch besloten om een overname te doen. Het is absoluut Basic-Fit’s grootste fitnesscentrum in Europa. “Vanaf september wordt er volop gas gegeven.”

“WE GAAN ER NAARTOE DAT OOK ONZE FITNESSCLUBS **24 UUR** OPEN ZULLEN ZIJN”

John Verhouden

Toekomst van fitness

John Verhouden heeft daar een duidelijk beeld van. “We leven in een 24-uurseconomie. We gaan er naartoe dat ook onze fitnessclubs 24 uur open zullen zijn. Een aantal uren daar-van bemand, de rest zonder personeel. Met slimme poortjes, camera’s en sensoren worden ultra moderne ruimten gebouwd. Zelfs lid worden, apart betalen e.d. wordt geautomatiseerd. Alle clubs in Nederland gaan een virtual coach krijgen. Ook virtuele groepslessen op grote schermen. Fitness en voeding zullen hand in hand gaan. Maar persoon-lijk contact houden we ook hoog in het vaandel. Zeker bij de start. Wij blijven sterk gefocust op innovatie.”

OVERNAME

De voornaamste reden dat Willy en Carlie op het voorstel tot een gesprek met Basic-Fit in december 2016 zijn ingegaan: “Het voelde al meteen goed met de vertegenwoordigers van Basic-Fit . Dat was erg belangrijk voor ons. Je hebt het ook over onze klanten die dan overgaan. Na zo’n 3 maanden hebben we een overeenkomst getekend.”

Klinisch neuropsycholoog Erik Matser:

“SCHOLEN MOETEN **ANDERS** GAAN DENKEN”

Erik Matser werkte in verschillende landen met absolute topsporters. Hij was in dienst van grote voetbalclubs als Chelsea en Swansea, was actief bij het Nederlands Olympisch zwemteam en werkte bij diverse Nederlandse voetbalclubs. Onlangs rondde hij een traject bij Anderlecht af en op dit moment werkt hij weer voor een ‘grote Nederlandse ploeg’, maar welke, dat blijft geheim. In Helmond heeft de klinisch neuropsycholoog een bescheiden praktijkruimte. Tribune ging op bezoek.

Google naar ‘gevaar koppen voetbal’ en je komt al snel de naam Erik Matser tegen. In het begin van de negentiger jaren van de vorige eeuw kreeg de in Arnhem geboren neuroloog de kans om met een beurs zijn studie af te ronden in de Verenigde Staten. Daar deed hij baanbrekend onderzoek naar de negatieve gevolgen van het (vaak) koppen van een bal. De uitslag van het onderzoek haalde ook in Nederland de voorpagina’s.

“IK DENK DAT
DIEGO MARADONA OOK
EEN GROOT PIANOSPELER
HAD KUNNEN WORDEN”

Zijn afstudeeronderzoek naar hersenletsel in de sport, een lezing daarover in het Zwitserse Zürich en de aanwezigheid daarbij van mensen van Chelsea zorgden ervoor dat Matser in de voetballerij terecht kwam. “Roman Abramovich, de eigenaar van Chelsea, was bezig met het bouwen van een nieuw elftal en hij wilde niets aan het toeval overlaten”,

vertelt Matser. “Hij wilde dat ik, naast de gegevens van het scoutingapparaat, ook een objectieve psychologische scan maakte van de voetballers. Ik moest eigenlijk onderzoeken of het wel echt de toptalenten waren waar Abramovich naar op zoek was. Een fantastische uitdaging.”

Pianospeler

Vier jaar werkte Matser bij Chelsea waarna hij de overstap maakte naar Swansea. Steeds meer werd hem duidelijk dat toptalenten allemaal beschikken over goed te duiden eigenschappen. Erik Matser: “Toptalenten zijn slim. Dat moet ook. Toptalenten kunnen snel denken, snel handelen. Ze uiten zich vaak net wat anders dan iemand anders; benaderen zaken op een andere manier. Dat talent kan zich vervolgens op vele vlakken uiten. Ik denk dat Diego Maradona bijvoorbeeld ook een groot pianospeler had kunnen worden. Zijn talent is al heel vroeg ontwikkeld in de voetballerij, maar dat had ook een andere kant in kunnen gaan.”

Onderwijs

Op het gebied van talentontwikkeling moet volgens Erik nog veel gebeuren. En dat moet beginnen op school. Als het aan hem ligt gaat sport de komende jaren een veel belangrijkere plaats in het onderwijs innemen. Hij pleit voor een meer evenwichtige ontwikkeling van het brein. >>

“SOMBERHEID EN
INTERNE ONRUST
KOMEN BIJ
TOPSPORTERS
HEEL VEEL VOOR”



ERIK MATSER

Erik Matser kleurde in zijn loopbaan met enige regelmaat buiten de lijntjes. Naast zijn eerder gememo-reerde uitstapjes in de sportwereld ontwikkelde hij ook een speciaal programma in Dubai dat gekenmerkt wordt door de invloed die de omgeving kan hebben op het herstel van klachten. Ook verzorgt hij speciale programma's voor bedrijven. Hij schreef diverse boeken en werkte mee aan talloze publicaties.
Meer weten? Kijk op erikmatser.nl

“In het huidige onderwijs draait alles om kennis, cognitie. Dat vinden we prettig, want dat kunnen we makkelijk toetsen. Gevolg is wel dat de hersenen zich maar eenzijdig ontwikkelen en dat dus veel talent niet herkend en niet ontwikkeld wordt. Wat er moet gebeuren? Kinderen moeten bijvoorbeeld een uur per dag aan sport doen. En ook veel meer aan muziek en andere creatieve aspecten. Als je dat doet moet je vervolgens de individuele talenten van de kinderen herkennen en erkennen.

“KINDEREN MOETEN
BIJVOORBEELD **EEN UUR**
PER DAG AAN SPORT,
MUZIEK OF ANDER
CREATIEF ASPECT DOEN”

Voor de sport zou dat betekenen dat je, ergens in je stad, een instituut hebt waar die talenten verder ontplooid kunnen worden. Of dat kinderen al veel sneller naar bijvoorbeeld een LOOT-school (Topsport Talentschool red.)

kunnen, zodat ze meer tijd kunnen besteden aan hun sportontwikkeling. Het zou echt goed zijn, ook voor de totale ontwikkeling van het brein.”

André Hazes

Als neuropsycholoog is Erik niet alleen betrokken bij het herkennen van talent, maar zeker ook bij de begeleiding van talent. Begeleiding die noodzakelijk is. “Sporters staan soms onder grote druk. Maar niet alleen sporters. Kijk naar André Hazes. Ook die man was enorm getalenteerd. De interne onrust waar hij mee zat, leidde helaas tot een alcoholverslaving. Zo jammer. Dat had écht heel anders kunnen gaan.” Matser trekt de parallel naar de sportwereld. “Ook sporters ervaren vaak die interne onrust. Daar kun je mee aan de slag. Eerst duidelijk maken hoe je hersenen werken, laten zien wat er gebeurt, en daarna technieken aanleren om er mee om te gaan.” Nu de mental coaching langzaam maar zeker geaccepteerd is in de sportwereld, vindt Matser het tijd om een ander taboe uit de wereld te ruimen. “De psychiatrie”, klinkt het verrassend. “Van alles onder de nek weten we heel veel, van het brein nog maar heel weinig. Somberheid en interne onrust komen bij topsporters heel veel voor. Veel vaker dan we weten. Het zou goed zijn als dat taboe eens werd doorbroken, maar ja, psychiatrie hè, dat vinden we toch nog wel een beetje eng.”

BACKSTAGE

CORE STABILITY

Belangrijk om je sportprestaties te verhogen, houding te verbeteren en blessures te voorkomen.



De core stability wordt ook wel romp- of kernstabiliteit genoemd. De romp zal stabiliteit moeten hebben voor het bewegen van de ledematen. Grofweg wordt met core stability de functie van de diepe spieren van de romp (buik- en rugspieren, het middenrif en de bekkenbodem) bedoeld. Maar de kern is eigenlijk de hele torso, inclusief de interne organen. De bekendste core stability-oefening is de plank, maar je hebt hierin diverse variaties, met en zonder hulpmiddelen zoals de swiss ball. Op YouTube staan, onder Maarten van Berlo core stability, oefeningen voor beginners en gevorderden. Of kijk even op onze website www.maartenvanberlo.nl en klik op YouTube.

Een korte test hoe sterk je core is:

1. Start in een normale plank op de ellebogen en houd deze 30 seconden vast.
2. Maak een voet los van de grond en houd deze 15 seconden vast. Wissel dan van voet.
3. Maak een arm los van de grond, strek hem naar voren en houd 15 seconden vast. Wissel van arm.
4. Til tot slot een arm op en het tegenovergestelde been. Ook dit houd je 15 seconden vast voordat je wisselt van kant.

Succes Maarten van Berlo MSc

COLUMN



Naam	Gerard Feijen	
Beroep	Personal Trainer - Sportcoach	
Carrière	91	gestart met CIOS
	96	geslaagd CIOS
	97	gestart met
		aerobic-stepstudio
	Tot 11	Fitnessinstructeur bij Body Business
	Tot nu	Personal Trainer bij Enjoy 2 Be Fit
	Vanaf 13	Actief bij JIBB Helmond

GENIET VAN FIT

Bijna 9 jaar werk ik nu als Personal Trainer. Enjoy 2 Be Fit heet mijn bedrijf en zo simpel is het eigenlijk ook. Ik geniet er van om fit te zijn maar ik geniet er nog veel meer van om mensen te helpen om fit te worden én te blijven.

Vier jaar geleden ben ik daarnaast Buurtsportcoach geworden bij JIBB. Als Buurtsportcoach willen wij mensen op een laagdrempelige manier plezier laten beleven aan bewegen. Dat is fysiek goed voor ze, maar ook sociaal gezien. Toen ik bij JIBB begon gaf ik 6 uurtjes per week les in de Beweegtuin Leonardus. Inmiddels zitten we op bijna 10 lessen per week en 130 mensen. Het is mooi om te zien dat dit zo succesvol is en dat er ook een Beweegtuin in Helmond West is gekomen. En het kopje koffie wat we naderhand drinken is minimaal net zo belangrijk.

Daarnaast wandel ik wekelijks met mensen in de omgeving en nodigen we mensen meerdere keren per jaar uit voor een gezondheidscheck. Na deze Meet-Weet-en-Beweegbijeenkomsten krijgen ze van ons een (beweeg)advies op maat.

En dat wij in Helmond, als enige in Nederland, elk jaar Koningsspelen organiseren voor volwassenen vind ik helemaal geweldig.

Ik mag elke dag op een actieve manier met mensen werken in de buitenlucht, dat is toch het mooiste wat er is!

Gerard Feijen

A person is silhouetted against a bright sunset sky while climbing a dark rock overhanging the ocean. The background shows a vast sea and distant land under a colorful sky.

13 redenen waarom je **klimmen** zou moeten leren

- 1 Toekomstige Olympische sport
- 2 Spectaculair en grensverleggend
- 3 Een natuurlijke manier van sportief bewegen
- 4 Respect voor de natuur
- 5 Enorme adrenaline-injectie
- 6 Blindelings je klimpartners leren vertrouwen
- 7 De mooiste locaties in de natuur
- 8 Je boekt snel vooruitgang
- 9 Je kunt je doelen steeds verbreden
- 10 Full body-training
- 11 Sociaal bewogen sport
- 12 Vergroten van je zelfvertrouwen
- 13 Je ergste angsten overwinnen

Alleen voor toppers!

KLIMMEN

Klimmen is een sport die bij velen onbekend is.

Niet voor Helmonder Lars Schupp, een fanatieke

beoefenaar, die wel houdt van een uitdaging.

Wanneer ben je voor het eerst met de klimsport in aanraking gekomen?

Ik ben ongeveer 5 á 6 jaar geleden in contact gekomen met de klimsport door mijn vader die deze sport toen al beoefende. Toen ik eenmaal een paar keer mee was geweest besloot ik dat ik zelf ook wilde gaan klimmen.

Hoe heb jij jezelf ontwikkeld en met welke gevaren?

Ik ben op mijn 14e begonnen in het klimcentrum Neoliet Eindhoven. Na een jaar werd ik benaderd door het RTC-zuid (regionaal talenten centrum), waarvan er 4 in Nederland zijn. Op mijn 18e ben ik zelf de trainer van die groep geworden. Klimmen blijft een risicosport natuurlijk en het is heel belangrijk dat je altijd gefocust blijft. Het is bij mij één

keer goed mis gegaan. Tijdens het zekeren (touw vasthouden en handelingen uitvoeren, zodat je niet naar beneden kan vallen) gleed ik uit en werd ik met een rotvaart tegen de muur gesmeten. Toen heb ik een ernstige blessure opgelopen.

Moet je specifieke kwaliteiten hebben om deze sport te beoefenen?

Klimmen is vrij toegankelijk voor iedereen. Je hebt als beginnende klimmer geen specifieke kwaliteiten nodig. Je moet wel flink wat motivatie hebben en je moet je grenzen kunnen verleggen. Wanneer je dat eenmaal hebt, komt de kracht en de techniek vanzelf.

Wat maakt de sport zo extreem spannend, maar ook avontuurlijk om te beoefenen?

Mij gaat het vooral om de hoogte en het verleggen van mijn grenzen. Klimmen is een sport die je in Nederland indoor beoefend. Simpelweg omdat er geen gebergte is in Nederland. Het beklimmen van natuurrotsen en het doen van dingen (binnen en buiten) waarvan je dacht dat je zo iets nooit zou kunnen, dat maakt klimmen zo spannend. Ook al weet je dat je buiten erg lelijk kan vallen, de ervaring dat je op 30 meter hoogte hangt maakt heel veel goed.

De sport staat op de nominatie om olympisch te worden, wat zal dat voor de sport betekenen?

De sport is vorig jaar officieel toegelaten tot de Olympische Spelen van Tokio in 2020. De waarschijnlijke vorm is wel een nadeel. Er zijn namelijk drie disciplines: Lead, Speed en Boulder. Lead is op grotere hoogtes, de vorm die ik beoefen, Speed is zo snel mogelijk klimmen in een vaste route en Boulder is het klimmen op lage hoogtes zonder touw. Deze drie disciplines moeten waarschijnlijk allemaal worden beoefend op de Olympische Spelen. Ze zijn allemaal heel anders en vragen vooral alle 3 om heel verschillende trainingen. Je laat een getrainde sprinter toch ook niet opeens hordelopen en de marathon doen?

Welke raad wil jij toekomstige klimmers geven?

Wees niet bang. Angst is een factor die je vaak tegenhoudt bij verschillende situaties in het leven en al helemaal bij klimmen. Verleg je grenzen, zet door, stel doelen en droom. Houdt vast aan je doelen. Klam je vast aan je dromen en zet door. Want als je loslaat, dan val je.

SPORT AGENDA EVENEMENTEN

SEPTEMBER		
Datum	Sport	Evenement en plaats
5 - 10	Volleybal	World Grand Champions Cup Dames
8	Voetbal	Almere City - Helmond Sport / Eindhoven - Jong PSV
8	Paardensport	Dressuurwedstrijden, Nistelrode
12 - 17	Volleybal	World Grand Champions Cup Heren
15	Voetbal	Helmond Sport - Jong Ajax / RKC - Eindhoven
17	Formule 1	GP Singapore
17 - 24	Wielrennen	WK, Bergen (Noorwegen)
20/9 - 1/10	Volleybal	EK vrouwen (Azerbeidzjan en Georgië)
22	Voetbal	Helmond Sport - FC Dordrecht / Eindhoven - Den Bosch
24/9 - 1/10	Paardensport	Dressuurwedstrijden Pony, Lieshout
29	Voetbal	Jong Utrecht - Helmond Sport / Jong AZ - Eindhoven

OKTOBER		
Datum	Sport	Evenement en plaats
1	Formule 1	GP Maleisië (Sepang)
1	Veldrijden	Superprestige, Gieten
5 - 8	Paardensport	Military Boekelo
6	Voetbal	Helmond Sport - De Graafschap / FC Dordrecht - Eindhoven
7	Paardensport	Showjumping, Deurne
7	Voetbal	Wit-Rusland - Nederland (WK-kwalificatie)
8	Formule 1	GP Japan (Suzuka)
10	Voetbal	Nederland - Zweden (WK-kwalificatie)
13	Voetbal	Eindhoven - Volendam
15	Atletiek	Marathon Amsterdam
15	Veldrijden	Superprestige, Zonhoven België
15	Veldrijden	Helmcross, Helmond
16	Voetbal	Jong AZ - Helmond Sport
20	Voetbal	Helmond Sport - Telstar / Fortuna - Eindhoven

22	Formule 1	GP Verenigde Staten (Austin)
24/10 - 1/11	Honkbal	World Series (Verenigde Staten)
27	Voetbal	Den Bosch - Helmond Sport / Eindhoven - Jong Ajax
29	Formule 1	GP Mexico (Mexico-Stad)

NOVEMBER		
Datum	Sport	Evenement en plaats
3	Voetbal	Helmond Sport - Emmen / Jong Utrecht - Eindhoven
5	Atletiek	Marathon New York
10 - 12	Schaatsen	Wereldbeker schaatsen, Dames / Heren, Heerenveen
10 - 12	Formule 1	GP Brazilië (São Paulo)
12	Veldrijden	Superprestige veldrit, Gavere België
17	Voetbal	FC Oss - Helmond Sport / Eindhoven - MVV
24	Voetbal	MVV - Helmond Sport / De Graafschap - Eindhoven
27	Voetbal	Helmond Sport - Fortuna / Eindhoven - Cambuur

DECEMBER		
Datum	Sport	Evenement en plaats
1	Voetbal	RKC - Helmond Sport / Eindhoven - FC Oss
1-3	Judo	Grand Slam, Tokio (Japan)
1 - 17	Handbal	WK vrouwen, Duitsland
1	Voetbal	Helmond Sport - Eindhoven
10	Atletiek	EK veldlopen, Samorín (Slowakije)
13 - 17	Zwemmen	EK kortebaam, Kopenhagen (Denemarken)
15	Voetbal	NEC - Helmond Sport / Eindhoven - GA Eagles
22	Voetbal	Helmond Sport - FC Cambuur / FC Almere - Eindhoven
26 - 30	Schaatsen	Olympisch kwalificatietoernooi, Heerenveen

Ook jullie evenement in onze agenda? Mail naar redactie@tribunemagazine.nl





TALENTENVIJVER

Hengelen op kleine schaal



Tonnie Beekmans (links) en Louis Coolen

Ze stonden menig keren samen op het trainingsveld en speelden ook gezamenlijk een groot aantal wedstrijden voor Helmond Sport. Louis Coolen en Tonnie Beekmans zijn voetbaldieren, zoals dat zo mooi heet. Ze ademen voetbal. Ze beleven voetbal als onderdeel van hun bestaan, van hun omgeving en van hun wereld. En ze hebben er nog steeds veel lol in. Een belangrijke basis voor het creëren van Helmonds eerste voetbalacademie.

LOUIS EN TONNIE

Louis is de manager, de regelaar, de trainer die zaken oppakt, ze door elkaar schudt en op hun plek zet. Hij was assistentcoach bij Roda JC, hoofdcoach bij FC Eindhoven en Helmond Sport en zette in de laatste acht jaar, in samenwerking met o.a. Guus Hiddink, een tweetal internationale voetbalacademies op waaronder die van FC Zenith, St Petersburg. Tonnie speelde bijna 400 wedstrijden voor Helmond Sport, was gastheer, coach van jeugdtrainers en talentenscout voor de Helmondse club. Hij kreeg terecht de Geuzennaam 'Mister Helmond Sport'.

Coolen haalt nog wel even wat passende anekdotes uit zijn rijke Helmond Sport verleden aan. Er moet gebouwd worden in Helmond, iets blijvends en iets dat ambitie en professionaliteit uitstraalt. "Dat was ook de bedoeling toen ik in 1996 hier als trainer begon. Ik had geen kantoor. Dat moest er natuurlijk wel komen dus keken we waar ruimte was. Nou, naast de keuken in het bezemhok, twee bij drie meter, echt waar. Dat was mijn kantoor als hoofdtrainer van Helmond Sport destijds." Tonnie Beekmans schudde buikt gretig mee en beaamt stellig de toestanden van toen. "We kregen met de bekerwedstrijden Vitesse op bezoek. Die keken hun ogen uit. Waar zijn we nu beland? Vroegen die Arnhemmers zich af. Het zag er echt niet uit. Maar we haalden toen wel mooi die halve bekerfinale. We gingen er tegen SC Heerenveen uit."

De Muws

Als de jeugdopleiding van Helmond Sport ter sprake komt zijn de gebaren en enthousiasme groot. Beekmans: "Vroeger was het zo dat er spelers soms jarenlang werden opgeleid. Een vaste kern van spelers bleef bij de club en werden dan aangevuld met jeugdspelers die via een tweede team konden worden ingebracht. Dat is er simpelweg niet meer. De mentaliteit daarentegen, zeg maar het Helmondse, is hier op De Braak gelukkig wel gebleven. Die is echt uniek. Maar dat moet ook binnen de lijnen zo zijn. Je moet hier ook qua karakter passen. Het 'nie lullen maar poetsen' is erg dichtbij. Noem het maar 'het de Muws-karakter' (Hans Meeuwsen red.)."

Investeren

Een goede jeugdopleiding moet worden verankert. Daarvoor is een goede verstandhouding met de regionale amateurclubs een absolute must. Er wordt hardop gedacht aan een meer regionale invulling van het spelerscontingent. >>



Daarmee moeten toeschouwers zich meer kunnen identificeren. Dat zal ook aantrekkingskracht hebben en dus toeschouwersaantallen moeten kunnen stimuleren. “Zoals dat destijds ging met de broers Van Dijk uit Gemert”, valt Louis Coolen bij. “Die jongens willen op niveau voetballen en heel Gemert loopt uit om ze te zien schitteren.”

Het zal zo gemakkelijk niet meer gaan, beseft ook Coolen zich wel degelijk. “We moeten veel terugverdienen met Helmond Sport wat we aan goodwill hebben verloren. Het vorig jaar plotsklaps stopzetten en opdoeken van de jeugdopleiding is ons niet in dank afgenomen.”

“WE MOETEN **AMBITIE EN DURF TONEN DIE GEVOED MOET WORDEN DOOR EEN REGIONALE OPLEIDING.”**

Louis Coolen

Het opnieuw opzetten van een opleiding kost geld en nog veel meer organisatie. “Er moet weer veel worden geïnvesteerd in een gezond en opbouwend contact met de regio-clubs”, stelt Beekmans duidelijk. Coolen voegt toe: “Vanuit de sportcampus moeten dadelijk spelers gaan doorstromen naar het eerste team van Helmond Sport, maar ook in de breedtesport zullen voetbalclubs hiervan moeten gaan profiteren. Daardoor stijgt het regionale niveau.” Er is nog heel veel werk te verzetten om de voetbalopleiding van Helmond Sport weer op niveau te krijgen. Met Louis Coolen als adviseur en steigerbouwer zal dit zeker gaan lukken. Clubs moeten betrokken blijven bij de voet-

balopvoeding van ‘hun’ pupil en vertrouwen gaan kweken richting Helmond Sport als opleider.

Jeugdopleiding

De jeugdopleiding zoals die was in samenwerking met VV Venlo wordt door beide mannen neergesabeld. Er was te weinig beleving en zeker geen binding. “Er zat niks hier!”, gebaart Coolen en slaat met gebalde vuist op zijn hartstreek. “We moeten niet hoger willen springen dan de polsstok lang is. We moeten niet willen concurreren met de opleiding van PSV bijvoorbeeld. We moeten ambitie en durf tonen die gevoed moet worden door een regionale opleiding.”

“En die talenten zitten er wel degelijk in de regio”, is Beekmans stellig van mening. “Clubs moeten straks weer met trots kunnen zeggen dat er jeugdspelers vanuit hun club zijn doorgestroomd naar BVO Helmond Sport. Dat moet je een talent natuurlijk ook gunnen. Het gaat om het individu, niet om de club als het om opleiden gaat.”

Helmond Sport Voetbal Academie

In 2018 gaat Helmond Sport starten met een groep onder 13. Helemaal geïntegreerd met de sportcampus. Docenten van het OMO, die daarnaast gediplomeerd jeugdtrainer zijn, zullen de trainingen gaan verzorgen. En dit alles gedurende schooltijd. Komend jaar zal een werkgroep de voorbereidingen gaan treffen om vanaf seizoen 2018-2019 te starten. Ook met voormalig hoofd opleiding Helmond Sport Rick de Rooij (nu PSV) wordt samengewerkt. PSV start hier met een groep jeugd onder 12 als pilot, het Fundament genaamd. Deze groep vormt de basis voor onze start in 2018. Binnen een paar jaar zouden er dan weer leeftijdsgroepen onder 14, 15, 17 en 19 moeten staan. De opleiding staat onder de deskundige leiding van Eric Clynck. “We gaan dit jaar in de regio kijken of er bij de regioclubs talenten onder 12 zitten die in het Fundament-initiatief zouden kunnen aanhaken” vult Coolen aan. “We gaan niet leuren bij spelers om asjeblieft bij Helmond Sport te komen voetballen als de wil om hun talent te ontwikkelen er niet is. En natuurlijk spelen de ouders daar een cruciale rol in. Die moeten ook overtuigd raken dat we het juiste pad aanbieden.”

De ambitie om de jeugdopleiding nieuw leven in te blazen is mede ingegeven doordat er op Sportpark De Braak de Sportcampus wordt gerealiseerd. Een samenwerkingsverband tussen scholengemeenschap OMO, Helmond Sport, Gemeente Helmond en andere partijen. Hierbij worden topsport, breedtesport, onderwijs en gezondheid bij elkaar gebracht. In een multifunctionele sportaccommodatie verrijzen dan een nieuw voetbalstadion, enkele sporthallen, 8 of 9 voetbalvelden en ruimten voor horeca en kantoren e.d.

Helmond Sport zal misschien haar sportieve successen in de toekomst vooral gevoed zien uit de Helmond Sport Voetbal Academie.

- exclusieve medailles
- munten
- penningen
- sleutelhangers (metaal, PVC en stof)
- sleutelkoorden
- pin's
- siliconen polsbandjes

**GEHEEL
NAAR EIGEN
ONTWERP!**



www.nihonsport.nl

Waterdijk 4 • 5705 CW • Helmond



MAARTEN VAN BERLO

**FYSIOTHERAPIE
& PERSONAL TRAINING**

**EIND 2017
IS ONS NIEUWE ADRES:
SUYTKADE
TIMPAANSTRAAT 2
HELMOND**

Official Partner Olympisch Netwerk Brabant



ZANDSTRAAT 96 HELMOND | 0492-554040

WWW.MAARTENVANBERLO.NL



TURNVERENIGING HT'35

EINDELOZE **AMBITIES**

of ambities op waarde schatten

Trainen, trainen, studeren en dan nog wat trainen. Eindigt gezonde ambitie op het podium of eindigt het in desillusie en teleurstelling? Hoe ver moet je gaan?



Presteren is natuurlijk een absolute 'must' als het gaat om een ambitie waarmaken. Bij de Helmondse turnvereniging zijn met name Tessa van de Kerkhof (18), Kim van Lierop (21) en Lara Teerlink (15) de turnsters die op het hoge Nederlandse eerste divisie niveau van de KNGU acteren. We vragen Tessa en Kim om wat meer duidelijkheid te geven over hun gekozen weg naar de top.

Beide jonge gedreven meiden studeren in Nijmegen maar komen vier keer per week terug naar Helmond om te trainen. Elke training vergt minimaal 2,5 uur. "De schooltijden sluiten niet helemaal goed aan bij ons trainings-schema, dus dat is af en toe wel eens lastig. We komen wel eens te laat", zo biechten ze op. Tessa en Kim turnen meerdere disciplines, waardoor er ook op meerdere toestellen moet worden getraind. "Gemiddeld zo'n half uur per toestel", vertelt Kim.

"HET IS EEN ENORM
GROTE STAP OM OP HET
ALLERHOOGSTE NIVEAU
TE PRESTEREN"

Maar de meiden laten de turnsport ook wel eens links liggen. "Euh, ja, we hebben vier weken per jaar vakantie en dan doen we eigenlijk zowat niets." Ambitie; het beste uit jezelf halen, eerezuchtig zijn. Toch gaat hun ambitie niet té ver. Plezier in het sporten staat voorop, hoewel er maar weinig tijd is voor andere zaken buiten het turnen. Soms wat shoppen of naar een festival met vriendinnen.

Toch wordt er niet op het allerhoogste niveau geturnd. De eredivisie is de absolute top. HT'35 is niet de club om dergelijke ambities en talent te



Kim van Lierop (links) en Tessa van de Kerkhof tijdens een training

IN DE GROEI

HT'35 is een grote turnvereniging met meer dan 480 leden. Leeftijden variëren tussen de 3 en de 80 jaar; wedstrijd- en recreatieturners. Wedstrijdturners presteren vanaf hun zesde tot twintigste levensjaar.

kunnen faciliteren. De club heeft daar simpelweg de middelen niet voor. "Het is ook een enorm grote stap om op dit allerhoogste niveau te presteren. Je wordt bij gastgezinnen ondergebracht en kunt eigenlijk alleen maar turnen van 's morgens tot 's avonds met tussendoor jouw studie." Dat gaat deze leden van HT'35 net iets te ver. Een gezonde ambitie dus zou je zeggen. Maar ook de KNGU speelt een belangrijke rol met het 'insnoeren' van prestaties en het daarbij behorende niveau. Na elke Olympische Spelen (vier jaar dus) worden de richtlijnen gewijzigd met betrekking tot de scores van oefeningen. Als je hoge scores haalt moet je het seizoen daarna op een hoger niveau acteren. Wil je daarom op het allerhoogste niveau presteren, moet er vanaf een erg jonge leeftijd het hele leven in het teken worden gezet van de turnsport. Die ultieme ambitie moet de weg effenen naar een wedstrijdniveau op een Europees, wereld- of Olympisch kampioenschap. Talenten die een dergelijke ambitie nastreven kunnen helaas niet bij HT'35 terecht. Die zullen naar een andere turnvereniging moeten vertrekken. Het is zoals het is.

Ingrid Geven is een van de drijvende krachten binnen de vereniging. Ze is geëngageerd, ervaren en verantwoordelijk voor de trainers van de club. "HT'35 is een turnvereniging die als eerste het KNGU keurmerk IKGym (Integrale Kwaliteitszorg Gymnastiek) bemachtigde en de club bulkt van ambitie. De club wil blijven groeien. Brandevoort is een goede groeikern waarvan wordt geoogst. Er worden inmiddels op een vijftal locaties in de gemeente Helmond trainingslocaties gefaciliteerd, waaronder de gymzaal van Janssen & Fritsen. De club heeft oog voor talent maar ook voor de recreanten en breedtesporters. Met maar liefst 20 gediplomeerde trainers en 25 assistenten doet de club het ontzettend goed om hun leden het niveau te bieden dat bij het individu en de club past." In de regio wordt wel al gesproken over het bouwen van een nieuwe turnhal die aan alle topsport-eisen voldoet. Zoals een dergelijke hal in Best heeft bewezen zal dit een aanzuigende werking hebben op talentontwikkeling in de regio.

DEATHRIDE WEL BLIJVEN HANGEN

Zou je met een duizelingwekkende snelheid langs een lange kabel naar beneden willen suizen? Dan moet je zeker eens een deathride meemaken. Kabels worden onder een hoek van 30 tot 45° gespannen tussen het hoogste en laagste punt van bergtoppen bijvoorbeeld. Daarmee onderscheidt de deathride zich van de traditionele tokkelbaan die meestal horizontaal is, gebruik maakt van een katrol, en slechts één kabel bevat. Een échte kick is gegarandeerd.



Free Diving, Adembenemend



Duikers gaan tot zo'n 80 meter diepte zonder zuurstofflessen. Dat is ook meteen de sport: zo diep mogelijk komen en natuurlijk weer gezond aan de oppervlakte verschijnen. Dat is meestal na ruim twee minuten. Dat betekent dus niet alleen ruim twee minuten de adem inhouden, maar tegelijkertijd flinke arbeid verrichten onder een waterdruk die steeds hoger wordt. Natuurlijk kent de Free Dive-sport vele regels om het zo veilig mogelijk te maken, maar het blijft een van de gevaarlijkste hobby's die je kunt beoefenen. Dat blijkt uit de cijfers van een Free Diving World Cup evenement. Daar moesten 15 mensen gereanimeerd worden wegens black-outs omdat de hersenen niet genoeg zuurstof kregen. Het is ongelooflijk waartoe een mens onder water in staat is.

Voor meer info: divessi.com/nl/sports/freediving

SPEEDSKIËN FOUTJES ZIJN FATAAL

Speedskiën is niet alleen een van 's werelds snelste sporten, maar ook een van de gevaarlijkste. Met speciale speedski's en aerodynamische pakken vlieg je van een berg met snelheden tot 250 km per uur. De kunst is in de eerste plaats om niet te vallen. Je moet een extreem goede controle hebben over je lichaam en evenwicht, want iedere minimale afwijking in het sneeuwdek kan fataal zijn. De speciaal geprepareerde pistes zijn zo glad als een biljartlaken. In de beginfase zeer smal en steil om voor de nodige snelheid te zorgen. Op het einde is er een lange en brede uitloopstrook. Over de hele wereld zijn er een twintigtal van deze snelheidspistes waarvan de Olympische piste 'Aiguille Rouge' van Les Arcs in Frankrijk op dit moment één van de snelste en de veiligste is. De snelheid wordt opgemeten door de tijd te meten die deze skiërs nodig hebben om een strook van 100 meter af te leggen (de 'timetrap'). Deze wedstrijden vinden bijna altijd plaats in het voorjaar (maart t/m mei), omdat dan de pistes het beste te prepareren zijn en de sneeuw- en weercondities deze extreme snelheden dan toelaten.

Voor meer info: speedski-info.com



Canyoning

Spring, klim, lach,
speel en bewonder



Bij canyoning ga je op avontuur. Op ontdekkingsreis. En waar kun je meer avontuur vinden dan in de wilde natuur? Canyoning is dan ook een erg wilde sport: je baant je een weg door bergkloven. Hoe je dat doet? Door te springen, klauteren, glijden, zwemmen, klimmen langs watervallen en meer... De sport is voor jong en oud, die fit zijn en het is vooral super spannend!

Édouard-Alfred Martel was de eerste die met touwen, ladders en boten de duistere grotten onderzocht. Hij leefde van 1859 tot 1938. Hij was zo enthousiast dat hij routes uitzette om anderen ook zijn plezier te gunnen. Dit is steeds uitgebreid en verfijnd. Canyoning is dus een relatief nieuwe sport. Gevaarlijk of niet... de sport heeft veel fans. Er bestaat sinds kort zelfs de Nederlandse Canyoning Bond (NCB). Deze bond bestaat sinds 2009 en doet zijn best om de sport nog veiliger en nog leuker te maken.

Voor meer info: nederlandsecanyoningbond.nl



Jibb ontdek jouw sport!

Leef
Samen, fit & creatief

LEEF MET JIBB

Laten de regio bewegen

RONDOM
SPORT

Bewegen en je fit voelen. Dat wil zowat iedereen. Gemeenten beseffen dat het een erg belangrijk maatschappelijke verantwoordelijkheid is om hierin een voortrekkersrol rol te hebben. Een gezond mens draagt serieus bij tot een beter leefklimaat. Fit zijn ontspant en heeft een positief effect op de slaap, zelfverzekerdheid, geluksgevoel en humeur. En dat werkt voor jong en oud. Hiervoor doen in Helmond Jibb en in Deurne Leef veel fantastisch werk om beweging en fitheid bij de bevolking te stimuleren.

Hart en nieren

Managers Nicole van der Weerden (Jibb) en coördinator Ron Klemann (Leef Deurne) hebben hun zaakjes goed voor elkaar. Met gepast enthousiasme wordt over de wederzijdse activiteiten en organisatie gesproken. Zowel Leef als Jibb hebben voor de betrokken gemeenten Deurne en Helmond een uiterst belangrijke rol. Ook een rol waar beide gemeenten veel geld insteken en zichzelf voor een gedeelte ook profileren. Niks topsport, hoewel het voor menigeen soms zo zal aanvoelen, maar breedtesport, recreatief bewegen, sociaal gedragen en daar plezier aan beleven.

“MENSEN MOETEN
STRUCTUREEL KUNNEN
BLIJVEN SPORTEN.”

Nicole van der Weerden

Om enthousiasme over te brengen op de organisatie en de directe werkomgeving zijn mensen nodig die weten wat sporten inhoudt, waar de grenzen zijn, waar de winst ligt. Ron en Nicole zijn sporters in hart en nieren. Nicole van der Weerden heeft haar sporen in de turnwereld verdiend en Ron Klemann is oud handbal-international.

Verschillen

Jibb zag het levenslicht in 2010 als zelfstandige stichting, verantwoordelijk voor alle sportstimulering in Helmond. Inmiddels worden voor elke leeftijdsgroep activiteiten georganiseerd i.s.m. diverse organisaties zoals bijvoorbeeld scholen, sportaanbieders, GGD, LEVgroep, Zorgboog. Leef daarentegen is een samenwerkingsverband dat actief is sinds 2013. Beide financieel gevoed door overheidssubsidies, gemeentelijke subsidies en partnerbijdragen en fondsen.

In de financiering van Jibb en Leef zitten wel degelijk overlappingsen maar ook verschillen. Jibb heeft als stichting diverse personen in dienst. Leef brengt mensen, die elders op de loonlijst staan, samen om hun activiteiten uit te voeren en gestelde doelen te behalen.

Beide komen elkaar nog maar beperkt tegen maar bij ‘grensoverschrijdende’ activiteiten wordt er wel degelijk samengewerkt. >>



NICOLE VAN
DER WEERDEN

“Ik ben opgegroeid in een sportief gezin. Ik kreeg sport dus met de paplepel ingegeven. Sport kan zoveel goeds doen en die opvoeding zou ik graag meer terug willen zien komen. Ik wil graag een impuls geven aan kinderen en volwassenen, waardoor sporten en bewegen weer vanzelfsprekend wordt.”

Spelen en sporten

De activiteiten van Jibb en Leef hebben ook veel gemeen. “Wij organiseren pleinspelen op basisscholen bijvoorbeeld,” vertelt Klemann. “We ondersteunen de vakleerkracht met gym of nemen die lessen over. Naschoolse activiteiten zijn erg populair met de sport- en cultuurimpuls. Deze worden mede verzorgd door Deurnese verenigingen die jaarlijks worden vermeld in het boekje ‘Leef Sportief en Creatief’. In samenwerking met de Zorgboog, organiseren en begeleiden we ook de fittesten voor ouderen om te kijken of we aanbod en behoefte voor die doelgroep kunnen matchen.” Maar Leef zit ook op het cultuurvlak en organiseert en stimuleert meerdere activiteiten daarvoor. ‘Samen fit en creatief’ is dan ook het motto van Leef. Belangrijk voor Helmond is dat Jibb veel initiatieven neemt. “Wij verzorgen clinics van bepaalde sporten op scholen, doen naschoolse activiteiten en activiteiten in de vakanties. Dit alles ook in het kader om mensen te stimuleren om structureel bij sportaanbieders te gaan sporten. We geven bewegingsonderwijs om motorische achterstanden in te lopen en we zijn zelfs begonnen met 0 tot 4 jarigen,” vult Van der Weerden van Jibb aan.

“SOCIALE COHESIE STAAT BIJ ONS **DIK** GEDRUKT”

Ron Klemann

“We hebben twee beweegtuinen in Helmond. Fitness-apparaten in de buitenlucht. De buurtsportcoach begeleidt en geeft daar dagelijks lessen. Ook verzorgen zij fittesten en valpreventie voor senioren.” Het cultuurstuk dat Leef dus wel meeneemt wordt overgeslagen bij Jibb.

Sportverenigingen

Verenigingsondersteuning is van vitaal belang. “Verenigingen leggen ons hun problematiek voor en wij gaan kijken of we hierbij kunnen assisteren. Ook hebben we al een aantal sportcafés georganiseerd met verschillende thema’s. Sportverenigingen participeren hierin ook en wij leggen daarmee weer verbanden met andere belangengroepen,” verduidelijkt Klemann. “Jibb heeft met bijna alle sportverenigingen in Helmond een convenant gesloten. Zij kunnen ons vragen stellen en wij helpen ze op weg. Dat betreft dan alleen verenigingsproblematiek aangaande ledenwerving, ledenbehoud en ledenontvangst,” zegt Van der Weerden. “Uiteindelijk gaat het erom dat mensen structureel kunnen blijven sporten.” Klemann vult aan met een motto; “Mensen moeten een leven lang kunnen blijven sporten en bewegen.”

RON KLEMANN

“Mijn motivatie voor dit werk is helder. Ik weet wat sport en bewegen met je doet. Het heeft mij persoonlijk ontzettend veel gebracht en dat gun ik anderen ook. Ik was als jonge jongen best wat teruggetrokken en bescheiden. Sport, en handbal in het bijzonder, heeft mij op sociaal, emotioneel en maatschappelijk vlak enorm veel gegeven.”



Verbindingen

Er zijn nog te weinig evenementen in de regio die mensen verbinden. Klemann haalt een voorbeeld aan uit Horst aan de Maas (Limburg). “Deze gemeente houdt jaarlijks een zeskamp. Alle wijken strijden tegen elkaar en de winnaar mag het jaar daarna die zeskamp organiseren. Dat is inmiddels zo’n groot evenement geworden dat het bij iedereen in die regio op de agenda staat. Sociale cohesie staat bij ons dik gedrukt, dus zo’n evenement in deze regio zou ik wel toejuichen.” Op het wensenlijstje staat dan ook een dergelijk evenement. Men kan zelfs over regionale verbinding spreken als de Peeldorpen met elkaar een sportieve zeskamp zouden aandurven. Evenementen organiseren door en voor verschillende leeftijdsgroepen is nog een uitdaging. Leef en Jibb willen dan ondersteunen in tegenstelling tot initiëren. Dat zou uit de gemeenschappen zelf moeten komen. Het zit nog niet uliem in de mindset van mensen dat ze de organisaties Jibb en Leef kennen, laat staan dat ze weten wat ze doen en hoe deze voor zichzelf in te zetten. Profileren is voor beide ‘beweeg’organisaties dus een belangrijk onderwerp. “Zo basaal is het eigenlijk,” merkt Klemann op. “De huisarts zou moeten kunnen doorverwijzen naar Leef of Jibb als het gaat om gezond bewegen of specifiek, individueel passend advies daarover moeten geven.” “We kunnen die mensen helpen uit te vinden wat ze leuk vinden en welke mogelijkheden ervoor zijn. We kunnen ze introduceren bij een sport of vereniging bijvoorbeeld,” sluit Van der Weerden af.



VERWACHTING VOLGEND NUMMER

EK vrouwenvoetbal

Crossfit

Langlaufen

AlterG: anti-zwaartekracht loopbanden

en nog veel meer...



Duurzame groei van Levenskracht

Vitaliteit onder druk?

*Vermoeid
Niet lekker in je vel
Gevoel van stress
Chronische klachten*

Met een actieve, maar liever nog preventieve aanpak zorgen we ervoor dat jij meer energie krijgt voor een positieve levensinstelling en meer werkplezier!

Mariëtte van Hooff, vitaliteitsspecialist

*Kosteloos
intake-
gesprek!*