

De Lindenberg



Wildwaterslalomvaren: Stijn en
Claudia Leenders

Apotheek: Laat uw stem horen
Kunst in Stiphout: Judith Vink

751 - 28 april 2010



de lindenbergh nr. 751
april 2010

Stijn en Claudia Leenders goed op weg naar Londen 2012

Er zijn van die sporten waar je als kind spelenderwijs in rolt. Met het kwik rond 30 graden is niets leuker voor een kind dan met water spelen en peddelen in een bootje. Heerlijk. Maar kanosport op wildwater én op hoog niveau, dat is toch even iets anders. Stiphoutenaren Stijn en Claudia Leenders zijn beiden lid van De Helmvaarders en hebben dat hoge niveau bereikt. Ze behoren dan ook tot de nationale selectie. Dat betekent nu al hard trainen onder internationale trainers om straks mee te kunnen gaan met de Olympische ploeg naar Londen 2012.

Scholier Claudia (15) is daar heel eerlijk over: 'Het zal heel moeilijk zijn om er straks bij te horen.' Haar broer Stijn (18), die in Tilburg civiele techniek studeert, is het daar mee eens: 'Er wordt per categorie maar één sporter geselecteerd. Je moet dus gewoon de beste van heel Nederland zijn.'

Omdat De Helmvaarders het moeten doen met een stukje Zuid-Willemsvaart, reizen Claudia en Stijn en andere nationale toppers wekelijks naar Zoetermeer of Hohenlimburg in Duitsland om daar te trainen. In Zoetermeer ligt de enige wildwaterbaan van Nederland, een kopie van de baan in Peking. Maar het is eigenlijk wel vreemd, dat deze wildwaterbaan in Zoetermeer is aangelegd, terwijl de meeste slalomkanoclubs zich juist in het zuiden bevinden.

Duitsland en Slowakije zijn de echte top Nederland doet het niet onverdienstelijk, maar om in de wereldtop echt een rol van betekenis te spelen komen we toch veel te kort. De sport is niet heel populair en krijgt weinig of geen aandacht van Hilversumse sportprogrammamakers. Dit in tegenstelling tot het schaatsen. Begrijpelijk, want Nederland is zeker bij het herenschaatsen al jaren toonaangevend. Wil je in Nederland het wildwaterslalomvaren echt goed beoefenen, dan zijn hier behalve in Zoetermeer geen geschikte banen. De dichtstbijzijnde stroompjes van betekenis vind je in de Ardennen en de Eiffel. Daar kennen de meeste mensen het wildwaterslalomvaren van. Dat wil zeggen: vooral het recreatief varen en alleen in de zomer. Is het dan misschien toch een echte zomersport?

Van april tot november

Hoewel de sporters speciale beschermende pakken dragen tegen het soms ijskoude water, zijn er hartje winter geen

wedstrijden. Het seizoen begint in april en stopt ergens in november. De winterperiode wordt benut om de fysieke conditie op peil te houden. Maar er wordt ook op de wildwaterbaan getraind. Het is dan wel vreselijk koud. Dat moet je er voor over hebben. Op zo'n trainingsdag train je twee keer één uur en soms ook langer op de wildwaterbaan. Op het laatst voel je de kou niet meer.

Het traject wordt in 2 runs afgelegd. Wie dat het snelst doet, met de minste strafseconden, is winnaar. Het traject van 350 meter wordt in ca. 100 seconden afgelegd.

Behendigheid en fysiek vermogen

Het is juist de combinatie van behendigheid en fysieke kracht die wildwaterslalom sport zo aantrekkelijk maakt. Om te doen én om naar te kijken.



Stijn



Claudia

Foto's: Michael van den Boogaard

Wedstrijdregels

Een wedstrijd vaar je alleen en op basis van tijd. In het traject van circa 350 meter wild stromend water bevinden zich poorten, waar in slalom doorheen gevaren moet worden. Als je een poortje mist, krijg je strafseconden.

Je moet er stevig voor gebouwd zijn en tegelijk de soepelheid hebben van een danser. Stijn en Claudia beamen dat: 'Maar er zijn nog wel meer eigenschappen te noemen die je goed van pas komen.'

(lees verder op pagina 11)



de lindenbergh nr. 751
april 2010

Je moet kunnen doorzetten, bereid zijn om veel en hard te trainen en je mag zeker geen koukleum zijn.' Het moeilijkste is, dat je voor de sport veel opzij moet zetten. Bovendien is het nog puur een amateursport, althans in Nederland, dus het kost alleen maar geld. Gelukkig heeft de club, HWC De Helmvaarders, veel steun van de gemeente Helmond 'Dankzij deze steun en de contributie van de leden kunnen we goede trainers aantrekken en aan internationale wedstrijden meedoen. Maar ook onze ouders steunen ons door dik en dun. Sterker nog, ook zij zetten er alles voor opzij, vooral ook financieel.' Stijn en Claudia zijn daar blij mee.

Topsport is altijd duur

Topsport is duur en dat geldt heel sterk voor wildwaterslalomvaren. De uitrusting is duur: kano, toebehoren en kleding. Trainen onder toptrainers en meedoen aan internationale wedstrijden is eveneens een kostbare zaak. Wedstrijden worden bijna altijd ver van huis gehouden. In Duitsland, Oostenrijk, Zwitserland, Italië en natuurlijk het voormalige Oostblok. Even een wedstrijdje varen betekent een lang weekend van huis en vaak overnachten in hotels. Claudia: 'Als we met de nationale ploeg varen, wordt alles door de bond betaald. Maar als we los daarvan naar wedstrijden of trainingen gaan, is dat voor eigen rekening. Laatst nog hebben we aan een trainingskamp van 5 dagen meegedaan in Leipzig. Dat is al met al behoorlijk kostbaar.' Vader Wilbert begeleidt zijn kinderen zo veel mogelijk, voor zover zijn werk het toelaat. Hij heeft een Transit bestelbus aangeschaft om de kostbare boten en uitrusting te vervoeren. Met trots vertelt Claudia over haar trainingstrip naar Zuid-Afrika met de nationale selectie, door de bond georganiseerd.



Foto: Femke Backer

Dat was een geweldige ervaring. Maar hoe doe je dat dan met school?, vraag ik. Claudia, met enige trots: 'Het Jan van Brabant College werkt daar fijn aan mee. Ik heb een regeling, dat ik alle lessen kan inhalen op tijden die passen in mijn schema van het nationale team.'

Plonsavond

Als redacteur van De Lindenbergh was ik op de zogeheten plonsavond bij HWC De Helmvaarders in april. Deze plonsavond was bedoeld om vooral de jeugd te motiveren om voor deze bijzondere watersport te kiezen. Maar je hoeft nog niet meteen voor het grote spektakel te gaan. Als je nog even niets voelt voor wildwaterslalomvaren, kun je starten met recreatief kanovaren of kanopolo. Dat is een zeer spectaculaire polosport, waarvoor naast kanovaartechniek veel kracht en niet te vergeten ongelooflijk veel balvaardigheid wordt vereist.

HWC De Helmvaarders telt mee in Nederland

De HWC beschikt over een geweldige accommodatie, aan de verbreding van de Zuid-Willemsvaart, ten zuiden van Helmond. Een accommodatie waar veel andere clubs jaloers op zijn.

'HWC De Helmvaarders telt op dit moment ongeveer 120 actieve leden, waaronder gelukkig heel veel jeugd' zegt Wilbert Leenders, kaderlid en trainer/instructeur van de club. En hij voegt er enthousiast aan toe: 'We kunnen nog best nieuwe leden gebruiken. Zelfs een verdubbeling hoeft geen probleem te zijn. Onze accommodatie is er klaar voor.'

Meer weten?

Surf eens naar www.helmvaarders.nl of naar de eigen sites van Stijn en Claudia: www.stijnleenders.nl en www.claudialeenders.nl.



HWC De Helmvaarders accommodatie

Foto: Renny van de Laar

Wie wilt ú verrassen met een optreden van de fanfare?

Op zaterdag 12 juni houdt Fanfare De Vooruitgang haar buitendag: volgens velen het leukste evenement van het jaar, voor Stiphout én de muzikanten. Op deze dag worden namelijk verdienstelijke Stiphoutenaren in het zonnetje gezet. Maar dat gebeurt wel bij verrassing! Iedereen die een Stiphoutenaar, verenigingslid of niet, wil voordragen voor een verrassingsoptreden van de fanfare, wordt daarom vriendelijk uitgenodigd zich te melden.

Dat kan per e-mail, via buitendag@fanfaredevooruitgang.nl.

