

Minitriatlon geschikt voor school

Verbinding van school met sportomgeving

In de redactieraadvergadering vertelde redactieraadslid Dorien van Dijk dat zij bij ons op school was geweest in het kader van een bijeenkomst over de 'gezonde school'. Zij had een verhaal had gehoord van een teamleider over de minitriatlon. Vooral vanuit de historische achtergrond van Almere is dit een sprekend voorbeeld waarin school en omgeving (Almere - triatlon stad) sportief met elkaar verbonden zijn.

TEKST MAARTEN MASSINK

Geschiedenis

Het was in 1984 dat ik mijn eerste artikel voor de KLVLO schreef dat ging over juist dit onderwerp. De school, toen nog RSG de Meergronden (Rijkscholengemeenschap), bestond in 1983 vijf jaar. In die tijd werden de eerste triatlons gehouden in Nederland. Eerst in 1981 en 1982 nog in Den Haag, met Gregor Stam als pionier. Maar in 1983 kwam de triatlon naar Almere. Sinds die tijd is de triatlon jaarlijks in Almere gehouden. Als vakgroep LO hebben we in 1983 nagedacht wat een leuke sportieve bijdrage zou kunnen zijn aan het eerste lustrumfeest van de school. Zou de triatlon ook in een vorm gedaan kunnen worden die haalbaar is voor leerlingen van onze school? Nu zijn er allerlei vormen van minitriatlon. Toen nog niet. Het leek ons een mooie uitdaging voor leerlingen iets te

bedenken waardoor zij de drie disciplines zwemmen, fietsen, lopen achter elkaar ook konden beleven. Wat zijn dan haalbare afstanden voor scholieren. We dachten dat de originele afstanden (3,8 km zwemmen, 180 km fietsen en 42 km hardlopen) gedeeld door tien (380 m zwemmen, 18 km fietsen en 4,2 km hardlopen) haalbaar moest zijn voor onze leerlingen mits ze gezond zijn. Daarvoor hadden we een medische vragenlijst bedacht die leerlingen moesten invullen. Uiteindelijk deden er op 23 september 1983 149 leerlingen mee. Hoewel we in het Gooimeer wilde zwemmen werkte het weer niet mee. De temperatuur dook onder de 16 graden. We moesten uitwijken naar zwembad. Maar het loop- en fietsparcours werden gedaan op de Gooimeerdijk in Almere Haven waar jaren later ook het NK en EK triatlon werden gehouden.





Sinds die tijd houden we nog jaarlijks de minitriathlon maar dan als afsluiting van het schooljaar in de maand juli. Hierdoor is qua temperatuur het zwemmen in het Gooimeer mogelijk. Alle leerlingen uit de eerste klas doen mee als kennis-making. De jaren daarna mogen ze mee blijven doen. Sommige leerlingen hebben alle mimitriatlons uit hun schoolcarrière meegedaan

De gedachte erachter

De gedachte achter dit sportieve evenement is verbinding maken met de sportomgeving die typerend is voor Almere Haven. Een aantal leerlingen die mee heeft gedaan met de minitriathlon is later mee gaan doen met andere versies van triathlon tot zelfs de grote triathlon van Almere aan toe. De bekendheid met het evenement en de waardering voor de sportprestaties van de atleten die meedoen met de grote wedstrijd wordt hiermee opgeroepen. Ook melden zich leerlingen als vrijwilliger voor het helpen met de grote triathlon. Zo is Jort Vlam, ooit deelnemer aan de minitriathlon op de Meergronden, nu Commercial Director van de Challenge Almere Amsterdam. Inmiddels is de Almere triathlon uitgegroeid tot de Challenge Almere Amsterdam. Omdat de naam Amsterdam in de wereld meer tot de verbeelding spreekt is de triathlon uit Almere Haven overgegaan tot deze naamgeving en is de triathlon verplaatst van Almere Haven naar Almere Stad

Ontwikkelingen in de tijd

In 2004 werd onze school benaderd door de Stichting Holland Triathlon (STH) of we mee wilde werken aan het organiseren van een scholierentriathlon voor middelbare scholieren uit heel Nederland. Er was een sponsor (de Koninklijke

Landmacht) die daar aan mee wilde werken met mankracht en materieel. Het idee was leerlingen te laten deelnemen op het start- en finishgedeelte van de 'grote' Holland Triathlon die op zaterdag en zondag zouden worden gehouden. De scholieren mochten dan op vrijdag daaraan voorafgaande op dat parcours een wedstrijd houden. Een uitgelezen kans voor scholieren om kennis te maken met de triatlonsport op recreatieve en sportieve wijze. Het karakter van een scholierenwedstrijd bleef gehandhaafd; zowel recreanten op een 'oma-fiets' en atleten op racefietsen moesten in dezelfde wedstrijd kunnen meedoen. Met voor alle deelnemers na afloop een medaille en T-shirt en een maaltijd op de boot beschikbaar gesteld door de Landmacht. En voor de snelste atleten een prijsuitreiking met bekens. Deze toevoeging van de scholierentriathlon voor alle scholen uit Nederland betekent dat leerlingen van onze school twee keer aan de minitriathlon kunnen deelnemen; één keer in juli aan onze eigen Meergronden Minitriathlon en daarna voor de liefhebbers de scholierentriathlon in augustus of september waar alle scholen uit Nederland aan deel kunnen nemen.

Vanaf 2004 tot 2011 hebben we de scholierentriathlon voor alle scholen uit Nederland vanuit de Meergronden georganiseerd, later in samenwerking met het Echnaton uit Almere Stad. In 2012 is de grote triathlon uit Almere Haven verplaatst naar Almere Stad onder de naam Challenge Amsterdam Almere. Daarmee is ook de scholierentriathlon verplaatst naar Almere Stad en door Echnaton overgenomen. Inmiddels is de scholierentriathlon uitgegroeid tot een onderdeel van Challenge Amsterdam Almere onder de naam van Junior



Challenge en heeft inmiddels zo'n 500 deelnemers. Het is een onderdeel geworden van de KVLO schoolsport kalender en Olympic moves.

<https://almere.triathlon.org/side-events/junior-challenge/>

Vorbereiding in de les

Onze eigen Meergronden Minitriatlon houden we nog steeds jaarlijks vanuit onze school in juli. Inmiddels wordt het dit keer het 38e jaar dat we het gaan uitvoeren in juli 2020. We bereiden leerlingen voor in de LO-les. We gaan met ze naar het zwemparcours op het zwemstrandje in Almere Haven om ze voor te bereiden op het zwemmen. Voor de veiligheid is het zwemparcours zo gekozen dat leerlingen grotendeels kunnen staan. Tijdens de uitvoering is het zwemparcours ook beveiligd met motorboot, kano's en surfplanken. Verder wordt er tijdens de LO-les kennism gemaakt met het loop- en fietsparcours op de Gooimeerdijk. De ervaring heeft geleerd dat alle leerlingen uit de eerste klas mee kunnen doen als ze hun tempo leren aanpassen. Je mag rustig fietsen en je mag wandelen als hardlopen niet (meer) gaat. We weten inmiddels dat de snelsten onder het uur kunnen finishen en degene die meer tijd willen nemen kunnen binnen de twee uur finishen. Voor alle deelnemers is er na afloop een medaille. Afhankelijk van de tijdprestatie is dat een bronzen, een zilveren of een gouden medaille. De minitriatlon is er zowel voor prestatiegerichte leerlingen als voor recreanten. Ouders staan bij de finish te wachten met trots en soms een bloemetje.

Verbinding van generaties

De traditie loopt inmiddels zo lang dat sommige ouders de triatlon nog kennen uit de tijd dat ze zelf nog op de Meergronden zaten. Inmiddels heeft de vader van de grote triatlon in Almere, Gregor Stam, zelf kinderen op de Meergronden. Ook zij hebben meegedaan aan de minitriatlon. Gregor heeft in

een LO-les kunnen vertellen hoe je jezelf moet voorbereiden op de triatlon. Gregor is nog steeds actief in de duursport en de opvang van jeugd middels beweeg- en sportprogramma's. Hij maakt zich hard voor een buitenbadzwemlocatie in Almere.

Toekomst?

We hopen de minitriatlon in de toekomst nog lang te kunnen blijven organiseren. Het is een uniek evenement. Er zijn wel een paar ontwikkelingen die het steeds moeilijker maken dit nog voor elkaar te krijgen. Sinds er in Nederland op plaatsen ongelukken zijn gebeurd tijdens lokale sport- en buurt evenementen wordt er steeds meer administratieve last gelegd bij het aanvragen van vergunningen. Wij moeten denken aan een afvalplan indienen, een risicoanalyse plan opstellen met een risicoanalyse voor het zwemmen, fietsen en lopen met een calamiteiten plan en preventieve maatregelen, buurtbewoners inlichten en informeren, een draaiboek en een organigram overleggen, gediplomeerde verkeersbeveiligers, gecertificeerde openwater beveiligers aanstellen et cetera. De eisen worden steeds meer aangescherpt in de loop der jaren en er zijn inmiddels ook behoorlijke kosten verbonden aan het aanvragen van een vergunning voor dit schoolfeest. Een feest zonder commercieel belang en dus zonder inkomsten, zoals bij andere evenementen. We hebben inmiddels veel ervaring opgedaan en denken nog steeds aan de eisen te kunnen voldoen. Maar het wordt wel bewerklijker. Het risico bestaat dat de Meergronden de minitriatlon misschien niet meer kan organiseren op een gegeven moment. Niet vanwege een gebrek aan enthousiasme maar vanwege een toegenomen administratieve en financiële last waar de vakgroep en de school geen verantwoording meer voor kunnen dragen. Laten we hopen dat de instanties mee willen blijven werken en het ook in de toekomst mogelijk blijven maken dit sportieve feest te organiseren.

Foto's

Anita Riemersma

Contact

m.massink@upcmail.nl

Kernwoorden

verbinding, samenwerken
onderwijs, sport