

Lichamelijke oefening op Nova Zembla in 1596

Bewegen is belangrijk. Dat wordt ons tegenwoordig keer op keer voorgehouden. Dat het ook van levensbelang kan zijn vertelt het volgende verhaal. Door: Eduard Breitenstein



Afbeelding van onze poging om de sleep blaas te maken voor de tocht naar huis. We waren daar de lange tijd zo uitgeput en krachteloos, dat we de sleep niet naar het huis konden slepen. We gaven de moed bijna op, en overleden dat we daar zouden moeten blijven, omdat we te zwak waren om te werken.

De tochten van Willem Barentsz en Jacob van Heemskerck zoals opgetekend door Gerrit de Veer (SUN) Nijmegen, 1996.

De meeste Nederlanders hebben wel eens gelezen over 'De overwintering op Nova Zembla', het verhaal van een handjevol mannen, dat aan het eind van de zestiende eeuw onder erbarmelijke omstandigheden, belaagd door ijsberen en enorme kou, een lange donkere poolwinter in 'Het Behouden Huys' heeft doorgebracht.

lang geleden

Het is nu ruim vierhonderd jaar geleden, dat in de zomer van 1596 twee kleine schepen naar het hoge Noorden vertrokken, om te proberen via de wateren ten noorden van Rusland het Verre Oosten te bereiken.

Eén schip wist naar de thuishaven terug te keren, het andere raakte bij de noordpunt van Nova Zembla op 76° noorderbreedte in het ijs vast.

Voor Willem Barentsz, Van Heemskerck en de vijftienkoppige bemanning begon toen de overwintering in een zelfgemaakte hut. Eén van de overwinteraars, Gerrit de Veer, schreef een boek over hun belevenissen.

Op zijn verhaal is bijna al onze kennis over het barre avontuur gebaseerd.

En wat is nu voor ons, mensen uit de 21^{ste} eeuw die zich bezighouden met lichamelijke opvoeding en bewegen, vier eeuwen na deze tocht, zo interessant?

Na de hele zonloze winter opgesloten te zijn geweest in het Behouden Huys liet de schipper in april, toen het wat warmer was geworden, zijn mannen buiten regelmatig oefeningen doen om weer wat sterker en leniger te zijn voor de zware tocht terug. Ik citeer het Dagboek:

3 april 1597 - *Mooi helder weer met een n.o. wind. We maakten een kolf om mee te kolven en ons lichaam in beweging te houden.* Op 29 april - *Mooi helder weer met een zwakke z.w. wind. We oefenden met kolven en sloegen de bal naar het schip en weer terug naar het huis, voor de lichaamsbeweging.*

Tenslotte op 15 mei - *Mooi helder weer met een westenwind. De mannen werden naar buiten gestuurd om zich te oefenen met kolven, hardlopen, springen of wat ze maar wilden.*

Begin juni begonnen ze met de voorbereidingen voor de thuisreis. Ze vertrokken op 14 juni met twee open boten. Na 2000 kilometer (!) zeilen, roeien, vaak de boten over het ijs sleurend, kwamen ze op 2 september aan in Kola in Noord-Rusland, waar een Hollands schip lag dat de twaalf overlevenden aan boord nam. Op 1 november 1597 waren zij na anderhalf jaar weer terug in Amsterdam.

Ook Willem Barentsz onderkende reeds het belang van bewegen! Helaas heeft hij zelf de reis niet overleefd. In Noord-Noorwegen in het plaatsje Vardo gelegen aan de Barentszee zag ik indertijd in een museum nog allerlei voorwerpen, die de herinnering aan deze ongelooflijke reis levend hielden.

Correspondentie:

redactie@kvlo.nl