

POWER UNLIMITED

HET GROOTSTE GAMESMAGAZINE VAN DE BENELUX

MEER WETEN OVER
POWER UNLIMITED.
HET GROOTSTE
GAMESMAGAZINE
VAN DE BENELUX?

NEEM DAN NÚ EEN
ABONNEMENT.
3 NUMMERS VOOR
f 12,50

BEL 0800-0224222
VOOR MEER INFO
(DAGELIJKS VAN
9.00 TOT 20.30)

Zet uit, die spelcomputer! Weg met die games, doe eens iets actiefs.
Ga lekker naar buiten. Have fun! En lees de Power Unlimited Outdoor Fun Special '97.

Iedere lezer van Power Unlimited brengt natuurlijk elke beschikbare minuut door achter zijn of haar favoriete spelcomputer. De keuze is snel gemaakt als er weer eens een te grote stapel huiswerk op je wacht, er helemaal niets op de TV is en het buiten met bakken uit de hemel komt. Nee, dan maar lekker een paar uurtjes wegdromen bij Red Alert, MK of Tomb Raider. Maar dat

gaat deze zomer ongetwijfeld veranderen! De scholen zijn gesloten, op de TV zijn alleen maar herhalingen te zien en het KNMI verzekerde ons dat we in 1997 prachtig zomerweer kunnen verwachten. Kortom, dit is de ideale tijd om (voor heel even) af te kicken van je spelverslaving.

HET LAND IN
Je zult het niet geloven, maar

er is ook buiten voldoende lol te beleven. Om dat te bewijzen hebben wij de twaalf coolste en populairste outdoor funsporten voor je op een rijtje gezet. Sterker nog, het PU-team heeft zelf ook de stekker uit de spelcomputer getrokken, is het land in getrokken en heeft alle bevindingen aan het papier toevertrouwd. Doe er je voordeel mee!



Outdoor fun SPECIAL '97

3 BUNGEE JUMPEN

Sluit een goede levensverzekering af en ervaar daarna de ultieme kick van de vrije val. Niet voor watjes of mensen met hoogtevrees. Ook niet doen: springen nadat je eerst een patatje oorlog, een frikadel speciaal en een broodje hamburger hebt gegeten.

skateboarding

Stunten op een plankie. Al jarenlang een van de populairste outdoor funsporten en uitgegroeid tot een ware 'way of life'.

5 Inline skating

Pas op voor tramrails, scheve stoeptegels en overstekende oomatjes. Goed voor het milieu en de beenspieren overigens.

Surfen

Te jong voor de koopvaardij, te vredelievend voor de marine en te stoer voor de roeivereniging? Dan maar met een plank het water op!

7 INDOOR KLIMMEN

Talkpoeder doet wonderen bij deze uitdagende sport voor waaghalzen zonder hoogtevrees. Altijd handig voor een zomervakantie in de Zwitserse Alpen.

Mountain biking

Bart Brentjes won er goud mee; lekker crossen door de vrije natuur. Maar, eh, pas op voor de boswachter!

4

6

8

Jaloers op Jos Verstappen? Stap dan in een kart en ga heel vaak en heel lang oefenen. Wie weet rij jij dan over een paar jaar met de echte jongens mee.

KARTEN 9

VISSEN

Lekker uren turen naar een dobbertje in het water en hopen op die ene kanjer van een snoek. Vissen is al jaren een van de populairste hobby's van onze Power-lezers. Echt waar!



12 Beachvolleybal

Inmiddels een Olympische sport. Voor het ware zomer-gevoel, en als je indruk wilt maken op de strandbabes natuurlijk.

STRAATVOETBAL

Goochelaars op de vierkante meter. De beste pingelaars gaan natuurlijk voor een basisplaats in Ajax 1.

14 Vliegeren

Sinds Andre Hazes 'De Vlieger' opnam, heeft deze sport een enorme vlucht genomen. Op naar Engeland met windkracht 10!

Basketbal 15

White men can't jump... of toch wel?

13



Roken.
Dood-
& dood-
zonde.



ALS JE MEER INFORMATIE WILT, BEL DAN DE STICHTING
VOLKSGEZONDHEID EN ROKEN: 0900-5002025 (20 CT P/M)



BUNGEE JUMPING

Bungee jumping is niet van vandaag of gisteren, het wordt namelijk al generaties lang beoefend als 'Land Diving' of 'Gkol' door de Bunlap-stam op de Pentecost Eilanden van Vanuata.

RITUEEL

Om hun mannelijkheid te bewijzen bonden jonge mannen van de Bunlap-stam lianen rond hun benen en sprongen van 35 meter hoge zelfgemaakte torens van bamboe om vervolgens millimeters boven de grond te eindigen. Met alle stamleden

dansend, zingend en juichend er omheen. Aangezien de lianen niet erg elastisch waren, waardoor met name de rug een enorme klap

kreeg te verwerken, is dit ritueel jaren geleden afgeschaft. Het is ook wel wat anders dan met je vader je eerste biertje drinken in de plaatselijke bar!

SPORT

Eind jaren tachtig in Nieuw Zeeland waren A.J. Hackett en een groepje waaghalzen de eersten die begonnen met het aanpassen van dit

ritueel om er een sport van te maken die we vandaag de dag kennen onder de naam bungee jumping.

De eerste aanpassing was het gebruiken van dik elastisch koord in plaats van lianen. En omdat het springen van een zelfgemaakte toren best wel riskant was, werden de eerste sprongen gedaan vanaf plaatselijke bruggen. De sport bungee jumping verspreidde zich vervolgens snel over de hele wereld.



den 's nachts gedaan en het was zo georganiseerd dat er boven en beneden mensen op de uitkijk stonden met walky talky's om te waarschuwen voor de komst van de politie. Het duurde echter niet lang voordat bungee jumping bij het grote publiek bekend werd en overal ter wereld werden bungee jumping faciliteiten gecreëerd. Tegenwoordig kun je van allerlei dingen afspringen: torens, hoogwerkers, luchtballonnen en voor de big spenders is het zelfs mogelijk om uit een helicopter te springen. MARK B.

Locaties/info

Bungee jumping is niet iets dat je op eigen houtje kunt doen. Bind dus niet een paar elastiekjes om je enkels om daarna van het dak te gaan springen. Alle benodigdheden zijn aanwezig bij de faciliteit waar je heen gaat. Een van de nieuwste bungee jump locaties (met uitzicht over de stad) vind je achter het Centraal Station in Amsterdam, tel. 020-4196005.

Alle info over bungee jumpen kun je krijgen bij:
Bungee jump Holland
Chasséstraat 14
2518 RX Den Haag
Tel. 070-3453662

Internationale Bungee Line
070-3106242

Wel doen/niet doen

Doen: kus je moeder gedag.
Doen: film je sprong of neem foto's.
Niet doen: lieg niet over je lengte.
Niet doen: niet thuis proberen.

STRAFBAAR

Omdat het springen van een brug strafbaar is, maakt niet uit wat je om je enkels gebonden hebt, was deze sport in het begin heel erg underground. De meeste sprongen wer-

Kleding/uitrusting

Er is geen speciale outfit nodig voor bungee jumping, ik heb zelfs gehoord dat springen in je Adam of Eva kostuum twee keer zo spannend is. Breng wel je fototoestel mee voor het geval het je eerste en misschien laatste keer is dat je het 'Gkol' ritueel uitvoert. Wat je verder nodig hebt is lef.



Foto: Niels van Iperen



Foto: Niels van Iperen

Skateboarden is ontstaan toen iemand op het idee kwam om rolschaatsen onder een plank vast te spijkeren. Het begon populair te worden in de vroege jaren zestig, in de buurten rond Amerikaanse stranden.

SIDEWALK SURFEN

Aangezien skateboarden veel op surfen lijkt, was het al heel snel in bij de surfers



en kreeg het de naam 'sidewalk surfing'. In de jaren zeventig werd het nog populairder met de introductie van bedrijven als Dogtown, Sims en Alva. Deze bedrijven begonnen met

het sponsoren van skaters en introduceren van boarden, ontworpen door en/of voor de skaters zelf. De populariteit van deze skaters groeide met hun deelname aan kleine wedstrijden die overal in de States

werden gehouden. Eind jaren zeventig begon skateboarding een professionele sport te worden en werden overal skateboard parken geopend. In de tachtiger jaren nam de skateboard industrie een grote vlucht over de gehele wereld. Met

als gevolg grote internationale wedstrijden.

'POOL SKATING'

Ik denk dat er vandaag de dag in de hele wereld geen stad meer te vinden is die geen skaters scene heeft en zijn eigen skate locaties. Deze locaties kunnen van alles zijn als het maar glad genoeg is om



Kleding/uitrusting

Om aan skateboarding deel te nemen heb je eigenlijk alleen een skateboard nodig. Maar bescherming is zeker geen slecht idee, vooral voor beginners. Pols-, elleboog- en kniebeschermers zijn verkrijgbaar in elke winkel die skateboards verkoopt. Is ramp skating het helemaal voor jou dan wil je misschien ook die meloen tussen je schouders beschermen met een helm.

Wat betreft skateboard mode: skaters hebben de neiging om oversized kleding te dragen zodat ze genoeg bewegingsvrijheid hebben tijdens het skaten. De mode-industrie sprong hier snel op in en maakte deze stijl tot een trend. Tegenwoordig kan je dus niet echt meer praten over skate mode want heel veel mensen kleden zich zo en skaten niet.

op te skaten. Vanaf het begin zijn er skaters die leeggelopen zwembaden gebruiken als hun werkterrein. Omdat dit erg

veel steden voorzien van openbare ramps voor hun skaters.

STREET SKATERS

Naast de ramp skaters heb je ook nog de street skaters die op alles wat hun pad kruist skaten. Niets is veilig voor deze skaters, ze skaten op bus bankjes, railingen, stoepen, muren of gewoon heel snel bergafwaarts als de omgeving dit toelaat. Skateboarden kan overal en wanneer dan ook gedaan worden zolang je maar een board hebt.

MARK B.

Foto: Niels van Iperen

slecht is voor het zwembad werd dit illegaal gedaan of in baden bij verlaten huizen.

En natuurlijk waren er ook skaters met een zwembad in hun achtertuin die gewoon werd gebruikt voor skaten in plaats van zwemmen. Maar aangezien dit alleen was weggelegd voor de 'happy few', bouwden de skaters hun eigen ramps om het gevoel van 'pool skating' te simuleren. Hier in Europa, hebben ze



Locaties/info

Skate spots, zoals ze in de skatewereld genoemd worden, kunnen makkelijk gevonden worden door de dichtstbijzijnde skateshop op te bellen en het te vragen. Ben je op zoek naar openbare ramps, gebouwd door de gemeente, bel dan de VVV voor meer informatie.

Nog een tip: hoor je het overbekende geratel van een skateboarder die langs komt skaten, ren dan snel naar buiten en vraag waar hij/zij altijd gaat skaten. Omdat skateboarden overal gedaan kan worden, is het zoeken naar je eigen skate spot al de helft van de lol. Ze kunnen overal 'verstopt' zijn, spring gewoon op je board, ga op zoek en doe je best.

Wel doen/niet doen

Doen: bescherming kopen.
Doen: goeie plek zoeken.
Niet doen: strakke kleding dragen.
Niet doen: over losse steentjes rijden.



Foto: Niels van Iperen

skate BOARDING

Inline Skating

Inline skating heeft nauwelijks introductie nodig. Ik bedoel, iedereen heeft wel eens iemand op inline skates gezien. Dat wat begon als training voor competitie (ijs) schaatsers, is vandaag de dag één van de meest trendy sporten van de wereld.

EXIT ROL-SCHAATS

In elk park in elke stad kom je ze wel tegen, deze gemoderniseerde rolschaatsers. Het is bijna niet te geloven dat, nog niet eens zo lang geleden, iemand op skates een bezienswaardigheid was en werd nagewezen. Tegenwoordig worden ze verkocht in zo'n beetje elke sportwinkel en is de rollerskate/rolschaats iets van het verleden geworden.

SCENE

Net als bij rollerskating en skateboarding zijn er verschillende terrei-

nen om de sport te beoefenen, allemaal met hun eigen scene. Aangezien het vrij makkelijk is om scherpe draaien te ma-

ken met inline skates hebben veel skaters de skateboard ramps overgenomen, zij worden ramp skaters ge-

noemd. Hier doen de skaters de bewegingen van de skateboarders na als 'airs', 'grinds' en andere trucs. Maar omdat het van origine een skateboard ramp is, liggen de skateboarders en de inline skaters jammer genoeg vaak met elkaar overhoop.

STREET SKATERS

Street skaters zijn degenen die we het meest zien. Zij zijn de skaters die op alles en nog wat skaten. Trappen zijn favoriet; voorwaarts, achterwaarts, op één been, gewoon omhoog lopen en dan naar beneden rollen. De echte hardcore



skaters gebruiken soms zelfs de trapleuning om tricks op te doen. Ze beginnen bo-

venaan, springen op de leuning en glijden naar beneden. Af en toe gaat dit verkeerd en ik hoef je niet te vertellen dat dat pijnlijke gevolgen kan hebben. Pas geleden kwam ik een nieuwe hardcore soort tegen, deze skaters houden zich vast aan trams of bussen voor een extra snel ritje. Dit is iets voor de echte waaghals en omdat het erg gevaarlijk en illegaal is, kan



het resulteren in een boete, verwondingen of nog erger...! Als dit alles je een beetje te veel van het goede lijkt: inline skating is ook iets wat je hand in hand in het park kan doen.

MARK B.

Wel doen/niet doen

Doen: kies een zonnige dag.
Doen: bescherming kopen.
Niet doen: overhoop liggen met skateboarders.
Niet doen: je inline skates op het ijs uitproberen.



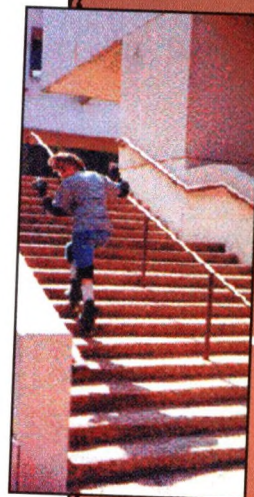
Kleding/uitrusting

Wat je echt nodig hebt is natuurlijk een paar inline skates (ook te huur overigens), maar als je nog niet zo ervaren bent, wil je misschien ook iets van bescherming. Pols- en elleboogbeschermers zijn noodzakelijk voor beginners en hardcore skaters want deze plaatsen zijn het gevoeligst voor blessures. Als je ramps gaat skaten of je valt gewoon erg vaak dan moet je misschien ook maar wat investeren in een paar kniebeschermers en een helm.

Locaties/info

Inline skating is het soort sport dat je waar dan ook kan beoefenen. Alles wat je nodig hebt is droog weer, een paar skates en een beetje goed wegdek. Als je op trappen of privé terrein gaat skaten wees dan op je hoede voor de altijd aanwezige bewaking. Vaak zijn er regels over waar en waarop je wel of niet mag skaten. Maar in bijna elk openbaar park is inline skating toegestaan. Wil je weten waar de ramps te vinden zijn, bel dan de dichtstbijzijnde skateshop of vraag het in de winkel waar je ze kan kopen, daar weten ze het altijd.

Foto: Niels van Iperen



Veel PU-lezers surfen regelmatig... op het internet, maar hier gaat het natuurlijk om surfen als sport. Water en wind, weet je wel.

SPECTACULAIRE SPRONGEN

Jaren geleden heb ik me eens op een windsurfplank gewaagd. Na eerst een uurtje plonzen en weer op de plank klauteren, kwam ik eindelijk een stukje vooruit. Ik kreeg een aardig briesje te pakken en voer met een steeds groter wordende vaart, recht op een andere surfer af. Ontwijken was er niet meer bij (waar zit eigenlijk het stuur?) en voor ik het wist zaten er twee planken en zeilen in de knoop. Pas aan het eind van de dag had ik het een beetje onder de knie. Gewoon surfen heb ik nog nooit gedaan, maar ik sta wel altijd vol bewondering naar die gasten te kijken, die door de krul van een waanzinnig hoge

golf surfen alsof het niets is. Op het Nederlandse strand zie je dat misschien niet zo vaak, maar het gebeurt wel. Wat je hier wel regelmatig ziet,

is het windsurfen op zee. Ook dat is een bijzonder spectaculaire sport. Als er genoeg wind staat gebruiken de surfers de golven als springplank, en maken zo duizelingwekkende sprongen door de lucht.

TOFFE SITES

Ik ging voor wat informatie eerst maar eens surfen op het net. Er

zijn heel veel Engelstalige sites met van alles over surfen. Ik vond www.surfart.com een erg coole. Hier vond ik onder andere een artikel over het ontstaan van surfen. Tot mijn verbazing blijkt dat er in Hawaï al in het jaar achttienhonderd nog iets werd gesurfd. De adel van dat eiland deed de hele

dag zelfs niet veel anders. In de jaren veertig is men echt professionele planken gaan maken en werd het een echte sport. Omdat er niet overal goeie golven zijn, is enkele tientallen jaren geleden het windsurfen ontstaan. Er is namelijk wel overal wind.

BAS



Wel doen/niet doen

Doen: de beginner doet er goed aan om niet gelijk een plank aan te schaffen en de zee op te duiken. Een cursus is een goed idee.

Doen: voor de gevorderde, en verder iedereen die geïnteresseerd is, zijn er deze zomer allerlei wedstrijden die je kunt gaan zien, of zelf aan mee kunt doen.

Doen: surfen zonder zwemdiploma

Doen: te ver weg gaan als je het nog niet goed kunt.

Locaties/info

Het mooie van surfen is dat er een heel strand of meer voor je klaar ligt om aan de slag te gaan, gratis. Op zich is al het open water, zonder professionele scheepvaart, geschikt.

In het Nederlands zijn er niet veel sites, maar ze zijn er wel. Er is een hele grote en mooie site van O'Neill (www.oneill.jsi.nl). Hier vind je niet alleen info over O'Neill zelf, maar ook over windsurfen en alles wat er mee te maken heeft.

Beknopt overzicht van wedstrijden in Nederland:

22-25 aug. Open Nederlandse Kampioenschap Mistral (Olympische klasse)

6-7 sept. O'Neill NK windsurfen (Funboard klasse) 6e ronde

27-28 sept. O'Neill NK windsurfen (Funboard klasse) FINALE

20-21 sept. Texel Race voor alle klassen: Windsurfers surfen zo snel mogelijk een rondje om het eiland.

Voor verdere informatie kun je contact opnemen met de:

KNWV, afdeling Windsurfen

Postbus 87

3980 CB Bunnik

Tel: 030-6566550

Kleding/uitrusting

Natuurlijk heb je een plank nodig, maar die zijn op veel plaatsen ook te huren. Als je ergens op een meertje aan het klooien bent, kun je in de zomer, rustig in je zwembroek surfen. Wil je met kouder weer surfen of ben je al zo ver gevorderd dat je de zee op durft, dan zul je echter een wetsuit en schoentjes aan moeten schaffen.



Met dank aan de KNWV voor het ter beschikking stellen van hun fotomateriaal.

Surfen

INDOOR KLIMMEN



Vroeger was het enige doel van de klisport om de hoogste bergen te be-
dwingen. Ondertussen zijn zo'n beetje alle
bergen via alle mogelijke routes beklommen.
Een groep klimmers zocht daarom een nieuwe
uitdaging en begon met het zogenaamde
vrijklimmen.

EIGEN KRACHT

Bij het 'vrijklimmen' is het niet alleen cruciaal om de top te bereiken, maar de route, moeilijkheidsgraad en techniek is minstens zo belangrijk. Normaal, als er tijdens een klimroute problemen zijn, maakt men gebruik van allerlei hulpmiddelen, zoals touwadders en kunstmatige verankeringen in de rots. Vrijklimmers willen het echter helemaal op eigen kracht doen, dus zonder allerlei hulpmiddelen. Het enige dat ze gebruiken is een touw om zich te zekeren (vast te maken) voor als ze naar beneden vallen.

nodig om ver te reizen en dure uitrusting aan te schaffen.

Langzamerhand kwamen er steeds meer hallen waar klimmuren werden gemaakt die iedereen kon gebruiken. Al snel groeide indoor klimmen uit tot een aparte discipline binnen de klisport.

WAT IS EEN KLIMWAND

Zo'n klimwand is meestal van steen of beton en daarop worden kunstmatige handgrepen geschroefd. Door het maken van overhellende gedeel-

loopt namelijk door een lus bovenaan de muur, degene die beneden staat, houdt de lijn strak en vangt je zo op als je mocht vallen.

BAS

Wel doen/niet doen

Doen: zorg voor goede sportkleding.

Doen: neem een cursus.

Doen: ga in de zomer buiten klimmen.

Niet doen: ga niet lopen kloten, het is een heel eind naar beneden.

Niet doen: met je Game Boy spelen, je hebt je beide handen nodig.

KLIMMEN VOOR IEDEREEN

Helaas is het klimmen op bergen niet altijd mogelijk. Het weer is slecht of er is simpelweg geen berg in de buurt. Ook hebben veel landen berggebieden afgesloten voor klimmers, omdat het slecht voor het milieu is. Omdat het doel van vrijklimmen niet zozeer het behalen van de top is, maar veel meer de techniek en de route, besloot men om dan maar zelf klimwanden te maken of gebruik te maken van bestaande muurtjes met een goede structuur. Hierdoor werd het vrijklimmen voor veel meer mensen bereikbaar. Het was immers niet meer

ten en uitstekende punten, wordt zoveel mogelijk een echte rotswand nagebootst. Er zijn verschillende routes uitgezet, die onderling sterk in moeilijkheidsgraad verschillen. Iedere route heeft zijn eigen kleur handgrepen en onderaan de wand staat precies aangegeven wat de moeilijkheidsgraad is. Meestal hangt er in een hal al een touw waaraan je jezelf kunt zekeren aan je gordel. Hiervoor heb je wel een partner nodig. Het touw

Locaties/info

Er is een geweldige Nederlandse klisite met heel veel info, op www.climbing.nl

Voor algemene informatie en informatie over klimmuren bij jou in de buurt, kun terecht bij de:

KNAV: Ouderkerkhof 13
Pb. 19118
3501 DC Utrecht
tel: 030-2334080

NBV: Van Aerssenstraat 178
2582 JT Den Haag
tel: 070-3500991

NKBB: sectie sportklimmen
Wittenstein 188
3328 MV Dordrecht
tel: 078-6176902

MOUNTAIN

Biking

FIETSEN WAAR JE WILT

Een aantal jaren geleden was de mountain bike zo populair dat iedereen er eentje wilde, ongeacht of je dat ding nou echt nodig had. Een mountain bike is namelijk niet zozeer gemaakt om lekker snel te gaan maar vooral om te fietsen waar je maar wilt. De dikke banden, extra vering en speciale versnellingen maken de fiets uitermate geschikt om over rotsachtige wegen, modderige paden en zanderige heuvels te rijden.

OLYMPISCH

Mountain biking is een officiële sport en zowel

in Amerika als in Europa enorm geliefd. Je zou denken dat Nederlandse sporters achterblijven waar het mountain bike prestaties betreft omdat we hier nauwelijks bergen hebben. Not! De Nederlander Bart Brentjes won the Grundig Worldcup series in 1994, werd in 1995 Wereldkampioen, won de Tour De

France voor mountain bikers en behaalde op de Olympische Spelen vorig jaar in Atlanta een gouden plak!

TOURS

De fietstochten of tours zijn een goed alternatief als je mountain biking niet professioneel doet. Deze tochten worden over de hele wereld gehouden en vormen voor menig fanatiekeling een uitdaging.

Je kunt het zo gek niet bedenken of er wordt gebiked. Bergketens in Tibet of China, een tochtje door de Alpen en natuurlijk de Rocky Mountains in Amerika. Nomad organiseert ieder jaar spectaculaire tochten door onherbergzame gebieden.

Overdag op je bike, 's nachts maffen in een tentje. Een andere optie is het 'stunrijden'. Dit hetzelfde wat skaters doen, alleen dan met een bike. De wildste sprongen krijgen de meeste waardering.

JAN

Kleding/uitrusting

Een short en een T-shirt will do. Als je in onherbergzaam gebied rijdt, doe dan een helm op. Een must zijn handschoenen want bij flinke afdalingen knijp je stuur bijna aan gort om op het pad (als dat er al is) te blijven.

Wel doen/ niet doen

Doen: een likje uierzelf tussen de bilnaad, want het gaat behoorlijk zweten daar!

Doen: bij stunrijden altijd een helm op.

Doen: zorg bij een tocht dat je een kaart van het gebied in je bezit hebt.

Niet doen: op een mountain bike rijden in Amsterdam. Eenmaal geparkeerd gaat er negen van de tien keer iemand met je fiets vandoor.

Foto: Niels van Ieperen

Locaties/info

Biken kun je natuurlijk overal maar het wordt pas echt fun als er heuvels/bergen zijn. Dat kan dus in de Ardennen of Zuid-Limburg zijn maar ook in Tibet.

Info:

'Fiets', Europaplein 2, 1078 GZ Amsterdam. Tel. 020 5491212. Hier kunnen ze je een lijst van boeken sturen, fietstochten, routes en andere info.

ANWB Wassenaarseweg 220, 2596 EC Den Haag. Tel. 070-3147147. Veel kaarten en info over spectaculaire tochten

KNWU Polanerbaan 15, 3447 GN Woerden. Tel. 0348-411544. Alle reisbureaus

KARTEN

Autorijden zou veel leuker zijn zonder het verplichte rijbewijs, trage medeweggebruikers en snelheidslimieten. Voor alle mensen die er zo over denken, is karten de sport om je helemaal uit te leven.

Karts lijken een beetje op auto's, maar dan wel modellen die alleen met het hoognodige zijn uitgerust: vier wielen, een stuur, kuipstoel, gaspedaal en rem. Ze liggen erg laag op de weg, zodat je het asfalt een paar centimeter onder je billen voorbij ziet zoeven. Het lijkt daardoor alsof

je vreselijk hard gaat, terwijl in werkelijkheid elke auto je in kan halen. Dat geeft niet, want op een kartbaan zijn geen auto's. Op een kart-

baan is eigenlijk heel weinig: een hoop lawaai, wind en constant de drang om de kart voor je in te halen.

VERKOCHT

De eerste keer dat ik ging karten is alweer een hele tijd geleden. Ik kreeg een overall aan, moest een helm op m'n hoofd zetten en perste

mezelf dubbelgevouwen in een kart. Vijf seconden nadat de motor aansloeg was ik verkocht. Met een oorverdovend lawaai raceerden we de baan op, haalden elkaar links en rechts in en probeerden vooral niet uit de bocht te vliegen. Als je buiten de baan terecht komt slaat soms de motor af en het duurt een paar minuten voordat er iemand bij je is om de motor weer op gang te krijgen. Aangezien je bij karten per tien of vijftien minuten betaalt, is elke minuut stilstand een aanslag op je portemonnee en je humeur.

HEERLIJK!

Twee dingen werden me na m'n kartdoop

duidelijk. Eén: karten is zwaar adrenaline-verhogend. Met zestig kilometer (of tachtig, nog beter) per uur door een bocht vliegen (altijd buiten-binnen-buiten), hard aan het stuur trekken en ondertussen de wagen die rechts voorbij probeert te komen in de gaten blijven houden: heerlijk! Het tweede wat me duidelijk werd, is dat de mensen die op een kartbaan werken niet voor niks zo streng zijn. Je zit dan wel erg laag waardoor de kans dat je omslaat vrij klein is, maar de verleiding is groot om iemand van de weg te drukken. En dat moet je niet doen.

Als je namelijk met je voorwielen het achterwiel van degene voor je raakt, wordt jouw kart de lucht in geslingerd. Daarbij loopt het personeel vaak de baan op om stilgevallen karts weer op gang te helpen en aangereden worden door een kart is niet fijn.

BINNEN

Als je niet het risico van slecht weer wil lopen, kun je ook naar een binnenbaan. De karts gaan daar minder hard maar het circuit is bochtiger. Binnen wordt meer met vlaggen gewerkt, omdat je elkaar sneller in de weg zit en door de bochten en tunneltjes niet altijd

kan zien wat er een eindje voor je gebeurt. Persoonlijk zit ik liever op een buitenbaan. Daar kun je de wind in je gezicht voelen en buitenbanen hebben altijd lange rechte stukken waar je vol gas kunt geven. Daarbij is het erg mooi om vlak na een bocht om te kijken en een formatie van zes of zeven karts achter je aan te zien komen. Alsof je midden in een Formule 1 race zit. **NANCY**

Kleding/uitrusting

Trek lekker zittende kleren aan (geen lange jas of stropdas). Op veel circuits zijn ook race-overalls beschikbaar. Een helm is verplicht maar die wordt altijd ter beschikking gesteld. Met sportschoenen met niet te dikke zolen, heb je de beste 'feeling' met je gas- en rempedaal.

Wel doen/niet doen

Doen: in de bocht gas geven
Doen: informeer eerst naar de prijzen
Niet doen: geen andere karts raken
Niet doen: in de bocht remmen



Locaties/info

Outdoor banen

Kartbaan Amsterdam, tel.020-6111642

Stadskanaal, tel.0513-466896

Kartbaan Circuit Park Zandvoort
tel.023-5740790

Kombikart Circuit Nieuw Zevenbergen
tel.0412-455222

Indoorbanen

Bleekemolen Indoor Kart & Speed Centre
Amsterdam
tel.020-6111120

Indoor Kartcentrum Amsterdam
tel.020-4652772

Den Bosch Indoor Karting
tel.073-6232626

Jos Verstappen Kartcenter Echt
tel.0475-418900

Coronel Kartracing Huizen
tel.035-5265053

Indoor Kart Centrum Rotterdam
tel.010-4665832

Karten is niet goedkoop. De kosten zijn afhankelijk van de snelheid van je kart. De meest voorkomende snelheden zijn 40, 60, 70, 80 en 120 km/uur (de laatste niet bij binnenbanen).

Opk de prijzen verschillen. Reken op ongeveer f 17,50 per 10 minuten voor een kart tussen de 40 en 70 km. f 25,00 voor een kart die 80 gaat en f 35,00 of meer voor 120 km/uur. Er zijn geen vaste prijzen dus het is altijd slim om vantevoren even te informeren.

Natuurlijk is er ook op internet informatie over karten te vinden, en wel op: www.kart.nl



Roken.
Dood-
& dood-
zonde.



ALS JE MEER INFORMATIE WILT, BEL DAN DE STICHTING
VOLKSGEZONDHEID EN ROKEN: 0900-5002025 (20 CT P/M)



VISSEN

Uit onze jaarlijkse PU-enquête blijkt dat vissen, naast gamen natuurlijk, een van de meest geliefde hobby's is van de PU-lezers. Vandaar dat we Kees en Andreas er voor dag en dauw op uitstuurden om eens een lijntje uit te gooien.

JUNGLE

Het is vrijdagochtend half zes en Kees en Andreas vragen zich af wat ze op dit onzalige tijdstip buiten doen. Ze zijn omringd met zoveel ongerepte natuur dat hun stadse instincten plaats hebben ge-

maakt voor oerbehoeften: ze hebben honger en de gebraden duifjes vliegen je hier nu eenmaal niet in de mond. In de jungle is het eten of gegeten worden. Na de meegenomen snickers en Bifi-worstjes soldaat te hebben gemaakt, maken ze zich dan ook klaar om hun positie in de voedselketen op te eisen. De hulpmiddelen die ze voor dit doel mee hebben genomen, zijn even simpel als genadeloos: Kees heeft gekozen voor een hypermoderne carbonvezel-hengel, voorzien van een motore-

stuurde molen en is uiteraard bewapend met de van de TV bekende Flying Lure.

Terwijl Dre, die traditie altijd hoog in het vaandel draagt, zich bediend van een bamboe-steel, drie meter nylon-draad, een metalen haakje en een half Casino gesneden. Het gereedschap wordt zorgvuldig gemonteerd en ze zijn klaar om de keiharde confrontatie met de plaatselijke visstand aan te gaan.

STEEKIE

De volgende stap is het vinden van een stekkie. Een missie die toch wel enige kennis van zaken behoeft daar onze helden niet van plan zijn achter het net te vissen.

De kunst is om je te verplaatsen in de denkwereld van je prooi. Geen eenvoudige opgave daar een vis geen hersens heeft. Een rustig plekje met langzaam stromend oppervlaktewater leek een goede plaats om te beginnen. In de beschutting van het riet zou de snoek liggen te wachten op zijn voorbijzwemmende prooi en tussen de open plekken zochten bramen en voorn naar kleine insecten. Hier zouden ze hun slag slaan om na enige uren noeste arbeid moe maar voldaan terug te kunnen keren naar moeder de vrouw, die de meegebrachte vangst zou omtoveren tot een tongstrelende vissoep. Dat viel echter vies tegen: de vis wilde niet bijten en de schemering begon al te vallen op hun nog altijd lege netten. Oei, wat zouden ze op hun kop krijgen, als ze met lege handen terugkeerden naar de grote stad. Bijna hadden ze

de moed opgegeven en hun wapentuig gedemonteerd toen een vriendelijk lachend kabouterje hen van de andere kant van de oever wenkte: "Pssstt".

Snel renden ze naar de overkant om zich bij hun nieuwe vriendje te voegen. Iedereen weet immers dat kabouters ons veel kunnen leren over de geheimen der natuur.

"Pssst, daar verderop achter de bomen, is een klein meertje waar geen mensen komen. Daar woont een vette snoek die ik vervloek. Een vis waar ik op pis. Dus pak je hengel en vang die bengel. Snapjewatikbedoel?" Zo gezegd zodedik-kiedaan.

Tenminste..... Kees was als een dolle stier weggehold maar Andreas krabde zijn achterhoofd en fronste zijn

wenkbrauwen. Rappende Kabouters? Nee dat ging er bij Dre niet in. Hij was tenslotte niet gisteren geboren en wandelde op zijn dooie akkertje naar de dichtstbijzijnde visboer en verraste die avond zijn vriendin met wat hij noemde 'de vangst van de dag'. En Kees? Hij keerde vele uren later onverrichter zake terug en sloep die nacht op de bank.

KEES & ANDREAS

Kleding/uitrusting

Je kleding pas je natuurlijk aan aan het weer. Hengels zijn er in zoveel soorten en maten dat je je daar het beste over kunt laten voorlichten in een hengelsportzaak.

Daar vind je ook wel mensen die je kunnen vertellen welk aas, dobberjes en haakjes je het best kunt gebruiken. Vergeet niet twee doekjes mee te nemen; een droge voor je handen en een vochtige om de vis aan te pakken.

Locaties/info

Lekker zitten aan het water, turen naar je dobberje met het zonnetje in je gezicht; op zich al genoeg om eens helemaal te relaxen. Toch is een visdag pas echt geslaagd als je wat vangt. Een goed stekkie is dus heel belangrijk maar waar die zijn, zul je toch echt zelf moeten uitvissen.



Mede door de serie Baywatch geniet het Beach Volleybal momenteel een ongekeerde populariteit. Toch bestaat deze sport al veel langer.

Beach VOLLEYBAL

ALLROUND

In 1930 speelde voor het eerst vier man (twee tegen twee) buiten Volleybal en sindsdien heeft het Beach Volley, vooral de laatste tien jaar, een ware vlucht genomen. Als in Amerika de zon maar even schijnt, kun je op elke strand overal groepjes volleyballers zien in het zweet zien werken. Ook is het de ideale gelegenheid voor patserige spierbundels om ladies te checken. In wedstrijden speel je in teams van twee, waarvan beide spelers goede allrounders moeten zijn. Je moet dus goed kunnen smashen, serveren en vooral hoog kunnen springen. Gewoon voor de fun kun je met grotere groepjes tegen elkaar spelen.

CORONA

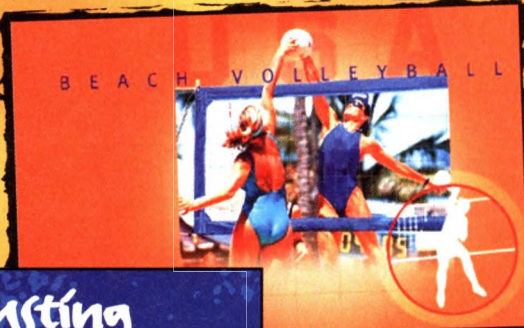
Het grootste Beach Volley evenement in Nederland is het Corona Extra Beach Volley. Het Corona Extra Beach Volleyball Circuit wordt steeds groter. In 1992 bestond het circuit uit 710

teams op zes locaties. In 1996 deden er zo'n 4200 teams mee op tien locaties. De verwachting voor 1997 is dat er zo'n 5500 teams zullen deelnemen. Wil je eens kennismaken met deze sport, dan kun je vanaf eind mei tot eind augustus onder andere terecht

op de stranden van Noordwijk, Scheveningen en Bergen aan

Zee waar het Corona Circuit wordt afgevoerd.

JAN



Kleding/uitrusting

Als het goed is, weinig want we moeten natuurlijk wel bruin worden. Een zwemshort en een hempje is genoeg. De dames spelen meestal in bikini of badpak. Strakke zwemslips of polo's zijn heel fout, blote voeten zijn verplicht en een zonnebril en coole blik onmisbaar.



Wel doen/niet doen

Doen: smeer je ver voor de wedstrijd al in met zonnebrandolie, anders gaat dat zand zo plakken.
Doen: hard op de lichamen van je tegenstanders mikken.
Doen: flirten met de babes in het publiek.
Niet doen: schreeuwen bij iedere smash (aanstellerig).
Niet doen: kijken naar volleybal-wedstrijden op naaktstranden met deelnemers met een gemiddelde leeftijd van 55 jaar.



Locaties/info

De Nederlandse stranden organiseren genoeg leuke toernooien, maar de real places to be zijn de stranden van Florida, Californië (Santa Barbara, Ventura, San Diego, L.A. Beach, Santa Cruz) en Hawaii (Maui en Kauai).

Het Corona Extra Beach Volleyball Circuit 1997 wordt, zoals in voorgaande jaren, georganiseerd door de verenigingen Seahawks, Kalinko, Mov'Over, Schoorl, Sovicos, de Stichting International Dutch Beach Volleyball Circuit en Free Time Promotion (tel.070-3478443).

Het onderdeel dat onlosmakelijk verbonden is met Neerlands populairste sport behoeft eigenlijk geen introductie. Zeg nou eerlijk, wie heeft er nog nooit op straat of op het pleintje lekker tegen een balletje getrapt?

BASIS

Al zolang de voetbal-sport bestaat, bestaat het straatvoetbal. Wat zeg ik, met straatvoetbal is het voor velen al- lemaal begonnen! De 'roots' van grootheden als Johan Cruyff, Marco Van Basten en Frank Rijkaard liggen allemaal op de straten en pleinen van de buurten waarin ze zijn opgegroeid. Met de lokale club (als ze daar al lid van wa- ren) werd er getraind op de groene velden, maar wanneer de trai- ningen afgelopen wa- ren, spurtten zij snel naar huis om nog tot het avondeten een bal- letje te trappen tegen de blinde muur van het nabijgelegen hoekhuis.

Dit heeft ongetwijfeld de basis gelegd voor de fantastische tech- niek en balbehandeling die zij en vele anderen bezaten, en vaak nog steeds bezitten.

SCHANDE

Inmiddels zijn we vele jaren verder en is er,



Foto: Ross Winkler. © The Image Bank.

wat de blinde muurtjes betreft, nogal wat ver- anderd. Anno 1997 zijn er door het gehele land aardig wat lokaties te vinden waar jongeren

dig wat gedaan om de jeugd hun voetbalkwa- liteiten te laten ontwik- kelen, zonder dat ze daarbij voor hun leven hoeven te vrezen.

Wel doen/niet doen

Doen: dames: speel de heren door de benen.
Doen: trek degelijke kleding aan.

Niet doen: een tegenstander willen passeren die twee koppen groter is dan jij. Je gaat vallen!
Niet doen: Ruziën met je tegenstan- der. Er is geen scheids om de rust te bewaren!

naar harte- lust kunnen voetballen. Maar dan heb ik het niet meer over de straten waar van- daag de dag autorij- dende suk- kels met minstens honderd ki-

Elke wijk in het land heeft wel een of meer- dere locaties waar lek- ker geknald kan wor- den, hoewel dit aantal door de bouw van nieuwe huizen en kan- toren helaas aan het teruglopen is. Een schande, als je 't mij vraagt.

SURVIVAL OF THE FITTEST

Nu de weersomstan- digheden aangenaam zijn, zie je ze weer massaal naar de plein- tjes trekken; die kleine groepjes (zelden de- zelfde kleur shirts dra- gend omdat ze elkaar op de kleine terreinen toch blindelings aan- voelen), met stee- vast voorop de aan- voerder (waar- schijnlijk de kiddo met de grootste smool of de

lometer per uur stoer over het asfalt scheu- ren. Nee, gelukkig bestaan er nu veiligere spots. Schoolpleintjes, geas- falteerde stukken grond met twee doelen (vaak omringd door grote hekken); er is

Locaties/info:

Alle info over locaties en evenementen op het gebied van straatvoetbal is te verkrijgen bij de gemeente, afdeling Sportzaken. De finale van het landelijke straatvoetbaltoer- nooi vindt jaarlijks plaats op de Dam in hartje Amsterdam (meestal rond september). Mocht je geïnteresseerd zijn in het fenomeen straatvoet- bal, ga daar dan een kijkje nemen. Neem maar van mij aan dat 't absoluut de moeite waard is.

Kleding/uitrusting

Straatvoetballen kun je bij wijze van spreken in je spijkerbroek en t-shirt. Wel belangrijk is 't om een paar goede sportschoenen aan te trekken. Blessures aan achillespezen en scheenbenen genezen immers slecht.

meeste techniek) met de bal onder de arm. Het feit dat deze terrei- nen stukken kleiner en harder zijn dan een grasveld, heeft tot ge- volg dat het voetbal dat hierop gespeeld wordt, puur een kwestie van overleven en een flinke dosis techniek is. Straatvoetbal is het spel van de ge- schaafde knieën en el- lebogen, maar ook het spel dat een hoop in- zicht vereist. Je moet constant je medespe- lers in check houden en niet schuwen om onophoudelijk de felle persoonlijke duels aan te gaan. Wie niet tegen een stootje kan, dient dan ook niet te snel dit strijdtafereel te betre- den.

STERREN VAN DE TOEKOMST

Wellicht interessant om te weten, is dat er al vele jaren een organi- satie bestaat die jaar- lijks een groot landelijk straatvoetbaltoernooi organiseert. Dit toer- nooi is ooit ontstaan om baldadigheid onder jongeren tegen te gaan (toen ze nog geen PC of console in huis had- den om lekker te kun- nen gamen), tegen- woordig is dit evenement niet meer weg te denken van- wege de alsmaar

groeïende populariteit van het straatvoetbal. Een leuke bijkomstig- heid is dat steeds meer meisjes zich op de voetbalspots wagen. Het Barbiepop-tijdperk is nu toch echt wel voorbij, lijkt me. Heren, wees op uw hoede! Dit jaar hebben zich al meer dan honderdvijf- entwintig teams, alle- maal georganiseerd vanuit scholen door heel Nederland, inge- schreven. Het doel: het winnen van het nation- ale straatvoetbalkam- pioenschap en de bij- behorende trofee. Dit toernooi duurt vele maanden, en speelt zich af op en nabij brandweerkazernes. Er mag de sterren van de toekomst per slot van rekening niets overko- men!

SKATE



Foto: Marc Romanelli. © The Image Bank.

STRAAT-VOETBAL

Vliegeren

Toen ik klein was, ging ik met m'n ouders regelmatig naar het strand en ik weet nog dat ik altijd met open mond zat te kijken naar die grotere jongens die aan het vliegeren waren.

soms wel door een heel team vliegeraars aan de grond worden gehouden.

OOH EN AAH!

Wat kon ik als klein mannetje genieten van die vliegerende jongens, zeker als ze van die mooie grote vliegers hadden met felle kleuren en minstens twee touwen. En als ze hun duivelse apparaten door de lucht lieten draaien en tollen, riepen de meisjes ooh! en aah! Nou, dat leek me wel wat: ik moest en zou ook een vlieger krijgen.

Mijn vader wist raad: die had in zijn jonge jaren flink geknutseld en wist wel hoe men een vlieger bouwde. 'Japans papier' moest hij hebben, en balsahout. Met ingehouden adem keek ik toe hoe mijn pa het papier zorgvuldig op het houten frame spande en er onder zijn handen een prachtige vlieger geboren werd.

Maar ja, ik was zeven en wilde helemaal geen mooie houten vlieger van Japans papier. Ik wilde er een van plastic met felle kleuren. En dat ik hem kon besturen via twee touwen. En dat de meisjes ooh! en aah! konden zeggen als ik mijn vliegend monster boven hun hoofden door de lucht liet razen.

ZOEKEN EN PLAKKEN

Helaas is het zover nooit gekomen, want ook toen ik eenmaal een 'echte' vlieger had aangeschaft, heb ik 'm nooit echt omhoog gekregen. Of het waaide niet, of er brak een piepklein onderdeelje, dat, hoewel nauwelijks

zichtbaar voor het oog, toch van levensbelang bleek voor de werking van de vlieger.

Zo bracht ik meer tijd door met het zoeken naar minuscule stukjes plastic tussen de duinpannen van Bloemendaal en het aan elkaar plakken van gescheurde stukjes vleu-

Sommige vliegerfanaten hijsen zichzelf in een soort tuigje en laten zich dan door hun vlieger optillen, tientallen meters hoog! Of ze gebruiken de vlieger om reusachtige sprongen over het strand te maken, zodat het lijkt of ze op de maan lopen.

ANDREAS

Locaties/info

Vliegeren kan bijna overal waar het waait (niet echt moeilijk in ons landje) en waar je vlieger niet de kans loopt in bomen of electriciteitsmasten terecht te komen.

Wil je daarnaast ook nog bruin worden en over topless zonnende babes struikelen met een goed excuus, dan kun je het best terecht op het strand. Helaas is dat op Zandvoort verboden van 14 mei tot 30 September, dus gaat die vlieger niet op. Je bent wel welkom op het zand van het Scheveningse strand.

Hier komen ook de pro's hun vliegers oplaten om te oefenen voor de North Sea Cup, die op 21 en 22 juni wordt gehouden en kan je handige trucs en technieken afkijken van de 'echte jongens'. Hun vliegers zijn zeker tien keer zo groot als de jouwe en worden speciaal gebouwd om mee te dingen in verschillende categorieën, zoals stuntvliegers en racen.

gel, dan aan het beoefenen van de wonderschone vlieger-sport zelf.

GIGANTEN

Sinds die tijd heb ik het zelf vliegeren gelaten voor wat het is maar nog steeds kan ik genieten van het kijken naar die grote jongens die vliegeren met van die enorme vliegers. Als het flink waait, moeten deze giganten

Wel doen/niet doen

Doen: vliegeren met windkracht 4-6.

Doen: een plek zoeken waar je de ruimte hebt.

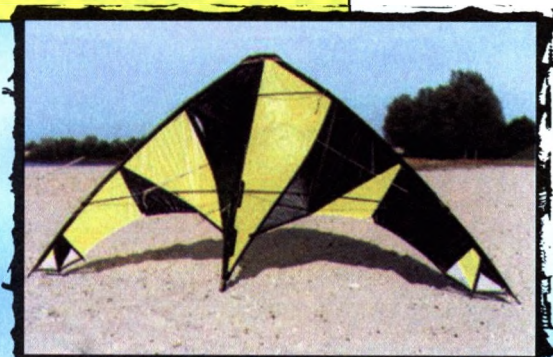
Niet doen: vliegeren als er geen wind staat

Niet doen: over het strand rennen en alleen naar je vlieger kijken. Voor je het weet stap je in een 'Duitse kuil' of op de borstkas van een Scheveningse body-builder.



Kleding/uitrusting

Kleding speelt bij het vliegeren nauwelijks een rol, het draait allemaal om één ding: de vlieger. Vliegers zijn er in alle soorten en maten en in alle prijsklassen maar voor een paar tientjes kun je al vliegers kopen met twee touwen waar de meisjes ooh! en aah! van roepen.



Het Nederlandse 'prof'-basketbal zit al jaren in een behoorlijke dip maar op de veldjes buiten is basketbal, zeker in de grotere steden, bezig aan een revival. We vonden Ricardo, een zeer fanatieke (en goede) basketballer, bereid om zijn 'Museumplein-ervaringen' met ons te delen.

REGELS

De eerste keer dat ik op het Museumplein ging ballen was zo'n negen jaar geleden. Ik ging toen mee met een vriend van me die wat jongens op het plein kende. Zonder hem had ik destijds waarschijnlijk niet eens mee mogen doen. Rookies kunnen soms lang wachten als niemand ze in hun team kiest. Anyhow, in die tijd waren er een paar gasten 'de man', dat wil zeggen, hen kon je echt niks maken. Zij speelden altijd en toereerden geen discussie als ze een foul hadden ge-called die ietwat dubieus was, maar ja, deze gasten hadden dan ook een stukje meer ervaring dan de rest en vooral een grotere mond.

SKILLS

Op het plein kwamen allemaal verschillende spelers met allemaal verschillende skills, het was net een soort game waar iedereen een special move

heeft. Sanne was een center die heel goedaardig was totdat hij inside kwam om te scoren. Dan werden de ellebogen, die puntig waren als speren, uitgestoken en kon je eigenlijk het beste een fout op hem maken voordat je de fout in ging om hem te proberen te stoppen.

Dan had je die side kick van Mr. Cactus, 'kweetnie'. Hij had mischien wel de grootste mond van iedereen op het plein. Zijn belangrijkste wapen was een

mietige fouls callen en in het Slavisch kanke-ren op de rest.

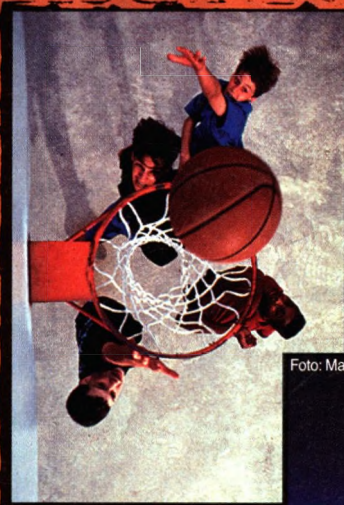
HINDERNISSEN

Naast deze levende obstakels had het Museumplein ook zijn hindernissen die je maar had te nemen zoals ze waren.

Ten eerste was de ene basket hoger dan de andere. De hoogste had een netje terwijl de andere werd overschaduwd door een boom wiens takken menig jumper's weg al hadden belemmerd.

Dan had de lage basket een put op de baselijn waar je of de bal kwijtraakte door de oneffenheden of iemand

Foto: Rob van Pelt, © The Image Bank



kans dat je uitgleed met als gevolg een flinke schaafwond van het rondzwervende zand en gravel en je naar de kraan achter het huis afdroop om je wond uit te wassen.

HARD!

Al met al is er in de jaren niet veel veranderd alleen het asfalt bij de wortels is bijgeschaafd

verder zijn er wat spelers gereïncarneerd. Sommige oude spelers komen zo nu en dan nog spelen maar de jongere genera-

tie weet ze niet het respect te geven dat ze vroeger genoten. No problem though, let's play ball, hard!

RICARDO
(Special PU
b-ball guest)



Kleding/uitrusting

In Nederland zijn de outdoor basketbalveldjes nog weleens verlaten, dus neem je eigen bal mee zodat je in ieder geval aan de slag kunt. Sportkleding heb je natuurlijk aan en een paar goede basketbalschoenen zijn geen overbodige luxe. Op de harde ondergrond, die vaak van asfalt is, loop je bij gebruik van slecht schoeisel al snel blessures op aan achillespezen, enkels of scheenbenen (shin-split).

soort driesprong, double-pump lay up, half jumper of the glass, met de fout.

Dan was er Kamiel, een alleskunner: dribbelen, driven, schieten, lullen en zo slick als een aal.

Ook was er een Joegoslaaf met een typische manier van spelen: stug, korte passing, lullige soms

Locaties/info

Het voordeel van outdoor basketbal is dat je geen lid van een of andere vereniging hoeft te zijn. In bijna elke buurt vind je wel een veldje met een basket. Zijn er jongens bezig, blijf dan niet als een pisaal langs de kant staan maar vraag gewoon of je mee kunt doen. Je zult je verbazen hoe aardig die b-ball gasten vaak reageren. In Amsterdam is het Museumplein the place to be (ook ex-international Mart Smeets wil daar nog wel eens een balletje gooien). Wereldwijd is Amerika natuurlijk het b-ball walhalla. Zeker in de grote steden wordt daar op zeer hoog niveau (en soms om grof geld) gespeeld.

Foto: Marc Romanelli, © The Image Bank



Wel doen/niet doen

Doen: eigen basketbal meenemen.
Doen: vragen of je mee kunt spelen.
Niet doen: een grote mond opzetten als je net komt kijken.
Niet doen: onderhands gooien.

outdoor-Basketbal

ROCES
MADE TO ROLL

**TRUSTED
ON
MINIMALS**



Dealerinfo: tel: 0900 - 202 51 58,
email: exelz@euronet.nl