

Twentedagen 2024

Delden, donderdag 11 april 2024

In de kantine van sportpark de Mors heerst om 07.15 uur de bekende bedrijvigheid als alles in gereedheid gebracht wordt om de deelnemers aan de Twentedagen 2024 te ontvangen. Voor de buitenstaander loopt en praat iedereen door elkaar heen, maar de insider ziet een soepele organisatie waarin ieder haar / zijn taak kent en er voor zorgt dat om 07.30 uur het ontvangst comité klaar zit. De geweldige ondersteuning door het barpersoneel van de kantine mag hierbij zeker genoemd worden, want zonder hen zouden we het zonder koffie/thee moeten doen. Een onmogelijke opgave.....

Wie voor het eerst als deelnemer aan de Twentedagen binnenkomt zal een sfeer proeven die je niet meer kunt vergeten en de collega's, die al ervaringsdeskundigen genoemd mogen worden als het om deelname aan de Twentedagen gaat, zullen vol verwachting binnen komen en rekenen op de unieke, hartelijke sfeer, die als vanzelfsprekend aan de Twentedagen verbonden is. Voor veel collega's is het al weer een jaar geleden dat ze elkaar ontmoet hebben en de wederzijdse begroetingen zijn enthousiast en spontaan worden er weer allerlei ervaringen gedeeld, verhalen verteld en is de unieke "oude jongens krentenwegge sfeer" weer volop aanwezig.

Om 08.10 u roept Dorethy de deelnemers tot de orde en ze start met een kleine quiz om de volledige aandacht te krijgen. Daarna komen de huishoudelijke mededelingen met o.a. de vraag om duidelijk aan te geven als je niet op de foto's wilt verschijnen die tijdens de diverse workshops gemaakt zullen worden. Streng maar rechtvaardig geeft Dorethy de deelnemers nog even de tijd om de koffie op te drinken, maar om 08.30 u precies starten de workshops!

Intussen doen de Twentedagen hun naam als jaarlijkse reünie weer volop eer aan. Overal worden drukke gesprekken gevoerd, high-fives gedeeld, en het geroezemoes houdt niet op. Toch blijkt ook weer dat de discipline niet verdwenen is: op tijd gaat iedereen op weg naar de diverse workshops en om 08.30 u gaan de Twentedagen 2024 echt van start.

Het weer werkt nog niet echt mee. Boven twijfelt men of de regen moet doorzetten, maar ik begin buiten bij de workshop hockey waar na een inleidend verhaal door Robert Paul (RP) Albregt in een rustig tempo aan een warming up wordt begonnen. Op het veld ernaast heerst al duidelijk meer bedrijvigheid. De rugby-ers zijn gestart met een tikspel met de bal (het plezier is al goed hoorbaar) en daarna wordt de eerste oefening (ook met bal) gedaan: in een vierkant diagonaal door elkaar heen oversteken, schijnbeweging maken en de bal aan de ander geven. Geef gymnastiekers een bal en de lach verschijnt op hun gezicht. Ongeacht of het regent of niet.

Een klein stukje verderop is het veld versierd met pilonnen, speren waar pilonnen opzitten of ballonnen aanhangen, allerlei gekleurde dopjes en daar krijgen de deelnemers aan de workshop atletiek, de eerste instructies van de twee workshopleiders Sierd en Steven. Ik ben benieuwd of het heilige vuur inmiddels door de hockeyers gevonden is. De deelnemers lopen

rustig door elkaar heen met de bal aan de stick en ontwijken elkaar beschaafd. Het heilige vuur is nog onderweg.....

De rugby-ers zijn nadrukkelijker aanwezig. De workshopleider geeft daarbij het goede voorbeeld. Hij is enthousiast en stimuleert de collega's duidelijk hoorbaar. In een opstelling, waarbij de deelnemers elkaar onderweg tegenkomen en moeten ontwijken, wordt de bal met één hand (denk aan het juiste effect naar binnen) naar de overkant gespeeld. Later met twee handen, maar ook daar geldt: geef met de buitenste hand het effect (naar de ontvanger toe). Waar de rugby-ers al druk door elkaar heen lopen, blijven de hockey-ers nog op hun plaats staan en doen hun oefening met de bal aan hun stick (pielen met een bal zouden wij dat noemen).

We houden het niet droog, maar ondanks dat zijn de atletiekdeelnemers enthousiast bezig met hun werpoefening met de Fortex en wordt er al snel een wedstrijdje gehouden met 2-tallen: wie halen het eerst 10 keer heen en weer werpen zonder de Fortex te laten vallen? De hockey-ers zijn het stadium van wandelen nog niet voorbij. Met de bal aan de stick worden enkele pilonnen gepasseerd (met de juiste techniek!) en wordt de bal na het oversteken aan de volgende speler gegeven.

Wandelen is er bij de rugby-ers niet bij. Met de bal in de handen wordt er volop ingelopen op een stootkussen dat door een collega wordt vastgehouden (draai je in in het kussen). Daarna de overstap naar een spel met drietallen waarbij de balbezitter in het vierkant moet blijven, terwijl de twee anderen haar/hem met een schouderduw proberen uit het vierkant te duwen. Even later wordt het niet alleen duwen, maar ook vastpakken. Dit is intensief werk waar we als LO-ers, blij van worden. De atleten trekken zich niets aan van het druilerige weer en zijn volop bezig om met fietsbanden op allerlei doelen te werpen. En als het lukt het doel te raken moet de omgeving dat wel even goed horen...De hockey-ers zijn bezig met allerlei dribbelloefeningen met de bal aan de stick en gaan over naar een spelvorm met 4-tallen, waarbij vanuit 3 tegen 3 de diepe spits aangespeeld moet worden.

De rugby-ers lopen met 2-tallen samenspelend door elkaar heen in een kleine ruimte en moeten elkaar ontwijken. Later wordt ontwijken veranderd in: probeer met jouw 2-tal een ander 2-tal te doorkruisen.

Bij de atleten is na het werpen en het slingeren nu de aandacht gericht op het lopen. Vormen met diagonaal oversteken in een vierkant, zonder elkaar te raken, die uitmonden in loopvormen die ritmisch verlopen als voorbereiding op het hordenritme. Concentratie en plezier wisselen elkaar af: als iemand zich verslikt in het ritme breekt dat voor even de concentratie, maar daarna is het direct weer alle aandacht bij het werk.

De rugby-ers zijn enthousiast bezig met een spel 5 tegen 5, waarbij de bal samengespeeld moet worden om achter de achterlijn van de tegenstander te kunnen komen om te scoren. De tegenstanders mogen tegenhouden en vastpakken. De balbezitter moet indraaien en afspeelen. Lekker intensief en dan heb je ook geen last van de regen.

Ongemerkt is de eerste workshopronde teneinde gekomen en gaat iedereen die buiten is geweest graag even de kantine in om warm te worden bij een kop koffie of thee (met natuurlijk krentenwegge) en om met elkaar de eerste ervaringen te delen. Dat gaat op de manier die we van gymnastiekers gewend zijn. Voor de buitenstaander een babylonische spraakverwarring, maar voor de insider herkenbare discussies over het vak. In elk geval heel gezellig.

Na de pauze ga ik langs de workshops die binnen gegeven worden. Bij badminton wordt er in 2-tallen heen en weer geslagen, waarbij ik nog veel actie mis. In de spelles, die in de andere helft van de sporthal gegeven wordt, zijn de deelnemers bezig om in een Twisteropstelling, 3 op een rij voor elkaar te krijgen. Lijkt mij iets voor slangenmensen... Snel daarna komen er allerlei spelvormen, waarbij door elkaar heen gelopen wordt en er tikvormen worden gespeeld, waarbij genummerde kaarten uitgeruild moeten worden. Kijk je hier als buitenstaander naar dan lijkt het chaotisch, structuurloos, maar de deelnemers hebben de opbouw meegemaakt, zijn fanatiek aan het rennen en hebben hoorbaar en zichtbaar plezier in de verschillende spelvormen. Bij de badmintonners wordt er weer geluisterd en daarna (voor mijn gevoel een beetje plichtmatig) heen en weer gespeeld. \

De speldeelnemers zijn bezig met een vorm "deze vuist op deze vuist", waarbij veel concentratie vereist is. Het daaropvolgende spel is een tikspel met gekleurde pittenzakken waarbij de kleur die je hebt, bepaalt wie jij mag aftikken (en die jou mag aftikken). Hoorbaar leuk om te spelen.\

Door naar Krav Maga waarbij de deelnemers worden geconfronteerd met de situatie waarbij je van voren gewurgd wordt. Als je je wilt bevrijden uit deze situatie: arm omhoog, kwart draai en duw de armen van de aanvaller naar de beneden door met je geheven arm omlaag te stoten en met dezelfde arm een elleboogstoot op het gezicht van de aanvaller te plaatsen. Tot slot nog een "knetje". Word je van achter gewurgd dan eerst een stap naar voren, arm omhoog, kwart draai en elleboogstoot en knietje.

Nu wordt de ploeg de zaal uitgestuurd en in de gang word je tegen de muur geduwd en van voren gewurgd. Wil je je bevrijden dan hoofd tegen de muur, draai je over links dan eerst je schouder naar beneden en om je schouder wegdraaien. Daarna hamerstoot met je rechterarm, elleboogstoot, en knietje. Word je gewurgd met je gezicht naar de muur dan opvangen met beide onderarmen op de muur, hoofd zelf tegen de muur drukken en schouder omlaag. Steek de arm hoog waar je naar kijkt (!) en vervolg met hamerstoot etc. De ploeg gaat weer de zaal in en ga ik weer terug naar de spelles, waar in kleine groepen op diverse borden de vrije worp wordt genomen. Iedereen is geconcentreerd bezig. Het is rustig in de zaal.

De badmintonners zijn in 2-tallen bezig met de onderhandse backhand opslag. Dan staat de ploeg weer stil om zich bezig te houden met de vraag waarom en wanneer je een backhand opslag of een forehand opslag hanteert. Duurt het hele verhaal niet te lang??? Willen de deelnemers niet liever aan de gang? Dat gaat weer gebeuren en in 2-tallen wordt weer opgeslagen. Bij de opslag: laat de shuttle los voor je hem met het racket raakt (shuttle dus niet te lang vasthouden).

Bij de spelles wordt nu 3 tegen 3 op één bord gespeeld en gelijk is weer de stilte uit de zaal verdwenen. Je hoort weer dat iedereen fanatiek met het spel bezig is. Dit in tegenstelling tot badminton waarbij bijna een serene rust heerst.

Terug naar Krav Maga: je ligt op de grond en moet zo snel mogelijk opstaan. Draai (liggend) naar een hand en steun daarop. Trek snel je twee voeten onder je en trek het been waarover je opstaat snel onder je door naar achteren. Trap naar je tegenstander die naar je toekomt, terwijl je op je rug ligt: heupen van de grond en je hele lichaam strekken. Het maatschappelijke probleem van de "kopschoppers" krijgt terecht ook aandacht. Iemand ligt op de grond en er staat een groep omheen die hem/haar schoppen wil. Eerst moet ieder een keer 15 sec op de grond liggen met de groep eromheen om te ervaren dat dit een heel vervelende, beangstigende ervaring is. Daarna komt de bevrijding: als je ligt, rol op je buik en

pak een enkel van één van de schoppers vast. Trek die enkel naar je toe, draai op je knieën en stoot je schouder dicht onder de knie tegen het scheenbeen van je tegenstander en blijf trekken. Hij valt achterover en jij gaat heel snel naar voren en plaatst een vuiststoot op het gezicht van je tegenstander.

Bevrijding als je bij je pols gepakt wordt: één hand heeft je pols vast: draai je hand weg in de richting van de duim van je tegenstander. Als twee handen je pols vasthouden, pakt dan met je andere hand de hand die vastgehouden wordt en trek je hand over de duimen van je tegenstander los. Belangrijk: geef vocaal (zo hard als je kunt) aan dat je niet wilt vechten! "Stop hiermee", "Ik wil niet vechten!" en "Ik bel de politie". Dit is nodig om wettelijk in je recht te staan, maar ook als je schreeuwen moet, moet je je hersenen gebruiken om woorden te vinden, zinnen te formuleren en dat voorkomt dat je in een paniecreactie raakt waardoor je het zicht op de situatie verliest.

Voor we er erg in hebben, is het al tijd voor de lunch. Deze is weer, gewoontegetrouw, goed verzorgd met soep, warme kipkroketten en diverse ruime belegde broodjes. Fruit is er volop beschikbaar, evenals allerlei dranken. Ook voor de vegetariërs is er goed gezorgd. Tijdens het lunchuur worden de workshopleiders door Dorethy bedankt voor hun inzet en ze geeft hen als blijk van waardering de traditionele kloten (met spelregels) of een Twentse krentenwegge mee naar huis.

Gaat een workshop van 2 uren voor je gevoel al snel voorbij, zo ook is dit lunchuur al snel historie en staat de derde en laatste workshopronde op punt van beginnen.

In deze workshopronde neem ik mij voor om een rondje langs alle velden te maken en begin dichtbij bij de workshop hockey. De deelnemers staan bij elkaar en RP is bezig met zijn verhaaltje. Dat betekent dat er vanaf dit front nog weinig nieuwe ontwikkelingen te melden zijn.

De rugby-ers pakken het anders aan, want die zijn al druk bezig met hun tikspelen met de bal. De hockey-ers komen ondertussen dribbelend en huppelend in beweging. De rugby-ers steken in een vierkant diagonaal met de bal over en moeten daarbij een schijnbeweging maken en elkaar ontwijken. Onderweg moeten er steeds meer trucs met de bal uitgevoerd worden (bal niet laten vallen!) voor je hem aan de voeten van je volgende collega moet neerleggen.

De hockey-ers moeten dribbelen met de bal aan de stick door elkaar heen en om allerlei pilonnen en de rugby-ers genieten van de dreun die ze inlopend met de bal mogen uitdelen op het kussen dat wordt vastgehouden door een collega (die dus alle klappen mag opvangen). De workshopleider staat te genieten van de inzet en het plezier van de deelnemers en laat dat duidelijk horen.

De atleten zijn bezig met het werpen met de Fortex als voorbereiding op het speerwerpen. Vanmorgen was dat minder plezierig door de regen, maar nu is het gelukkig droog. De Fortex wordt bedankt voor bewezen diensten en de echte speren komen tevoorschijn. Daarbij komen ook de organisatie en de veiligheidsmaatregelen die je met de leerlingen moet nemen, aan de orde. Nu lekker zelf speerwerpen! Hierbij wordt de organisatie gehanteerd, die je ook met je leerlingen gebruikt. De aanwijzingen die gegeven worden om de techniek te verbeteren zijn ook direct bij je leerlingen te gebruiken. Fijn om dit zelf te doen, te ervaren!

Terug bij de rugby-ers zie ik dat de deelnemers met veel plezier bezig zijn met de tackle. Het is een feest als je de tegenstander neer kan leggen met een juiste tackle en de bal kan veroveren.

De hockey-ers zijn aan de gang met inspelen in de dekking en reageren met een man in je rug: 1-2 combinatie. Er zit nu ook meer vaart in.

De rugby-ers bijten zich vast in de volgende vorm: in de kleine ruimte wordt gespeeld in twee partijen, waarbij de balbezitter vastgepakt en ook neergelegd mag worden. Het is ook geen probleem als de balbezitter met bal en al buiten het veld gewerkt wordt. Overbodig om te zeggen dat hier GENOTEN wordt.

Binnen zijn de badmintonners bezig met één tegen één op een half veld en ook hier is te horen dat de deelnemers plezier in het spel hebben. De winnaar van elk spel blijft staan en de verliezer wisselt met een collega die aan de kant staat.

Bij de spelles wordt 2 tegen 2 op één basket gespeeld met het recht van aanval halen. Iets verder op is Krav Maga bezig: hilarisch als je in tweetallen met een kussen mag meppen op de ander die alleen maar op de juiste manier moet afweren. Daarna gaan de deelnemers in 2-tallen zich bevrijden als er van achteren een arm om je keel gelegd wordt. Ga als verdediger met twee handen naar de handen van de aanvaller, duw je hoofd tegen zijn lichaam en ga met de schouder, die je tegen zijn lichaam duwt, omlaag en rol onder zijn armen door met een halve draai. Daarna komt het maatschappelijke probleem van het groepsgeweld aan de orde. De kopschopper. Dit is eerder in dit verhaal aan de orde geweest en ik verwijs daarnaar terug.

De derde workshop loopt op z'n einde. De badmintonners gaan nog voor een dubbelspel en bij de spelles wordt nog 2 tegen 2 gespeeld. De rugby-ers en de hockey-ers zijn al gestopt en de kantine loopt langzaam vol. De deelnemers – voor- één- dag kunnen hun certificaat ophalen en voor de die-hards die beide dagen aanwezig zijn, wacht de vrijdag met weer een nieuw aanbod aan workshops. Als laatsten komen de atleten binnen en dan is de eerste dag van deze Twentédagen historie geworden.

Vrijdag, 12 april 2024

Gaelic football staat op het programma en daar ga ik met veel interesse een kijkje nemen. Ierland heeft iets magisch en als het spel, dat in Ierland boven aan de lijst staat van meest geliefde sporten, naar Nederland komt dan moet ik voor mijn gevoel erbij zijn. Gaelic football valt onder de Gaelic Football Association waar ook hurling onder valt.

De 2 workshopleiders laten eerst een filmpje zien om een indruk te krijgen van het spel. Iedereen die in Ierland Gaelic football speelt is amateur en de trouw aan het county waar je je eerste Gaelic footballstappen zet, is spreekwoordelijk.

Het spel wordt gespeeld met 2 teams van 15 spelers. Het veld is vergelijkbaar met een voetbalveld, het is iets groter en van de 2 doelen zijn de doelpalen verlengd (zoals bij rugbydoelen). De bal mag met de hand en met de voet gespeeld worden en mag gedragen worden. Om de 4 passen moet de bal gestuiterd worden of met de voet gechipt worden. Overspelen kan door slaan of trappen. Als de bal op de grond ligt, mag hij niet opgeraapt worden maar moet met een chip (dus met de voet) in de hand gespeeld worden. Wordt de bal in het doel gespeeld dan levert dat 3 punten op, gaat de bal over het doel maar tussen de palen door dan levert dat 1 punt op. Bal over de zijlijn : spel hervatten met een trap.

Na de korte inleiding gaat de ploeg naar buiten. Onderweg spreek ik kort met de spelleiders en zij blijken lyrisch over Ierland te zijn. Daarin sta ik dus niet alleen

Er wordt gestart met 2-tallen die verschillende reactieoefeningen met de bal voorgeschoteld krijgen. Het is direct heel sfeervol, iedereen heeft plezier. Al gauw gaat men over op het echte werk : de bal chippen in de loop (want je mag de bal niet met de hand van de grond oppakken).

Geef gymnastiekers een bal en laat ze een nieuwe techniek proberen : volop plezier gegarandeerd. Er wordt met volle inzet geoefend en de sfeer is uitstekend. Ik zou nog wel langer willen blijven maar er is meer op deze wereld dan Gaelic football en ik ga op weg naar Urban honk-/softbal.

Michel Aussems is een oude bekende op de Twentedagen en succes is bijna bij voorbaat verzekerd. In kleine groepen (5-tallen) wordt met een lichte bal en een lichte knuppel aangeworpen en geslagen. Op 5 plekken op het veld is men druk bezig. Als gymnastiekers "op hol" slaan als ze een bal krijgen gebeurt dat ook als ze een knuppel en een bal krijgen want ook dan is plezier gegarandeerd. Als de groepen na enige tijd weer bij elkaar komen bij Michel zijn de commentaren niet van de lucht.

Het vervolg is spel met aanwerpen en slaan zonder honklopers : elke speler krijgt 5 slagbeurten waarbij een slag raak voor 1 slagbeurt telt net zoals een vangbal en 3 slag mis. Een wijdbal bestaat niet in dit spel. Na 5 slagbeurten is de volgende speler aan de beurt.

Mijn volgende bezoek is aan de workshop "Gedrag (g)een probleem" waar de deelnemers in 2 kringen staan te worstelen met hoepels. De hoepels moeten rondgaan maar mogen elkaar en de grond niet raken. Daarna lopen de 2 groepen een parcours terwijl de deelnemers verbonden zijn door potloden (met de vingertoppen vasthouden) die niet mogen vallen.

Samenwerking vereist, plezier gegarandeerd.....

Bij het Gaelic football zijn de basistechnieken geoefend en gaat het spel gespeeld worden! Het loopt warempel goed en er wordt met hartstocht gespeeld. Hier is weer heel goed te zien dat de homo ludens bergen plezier beleeft aan het spel.

Bij Urban honk-,softbal wordt nu 5 tegen 5 gespeeld waarbij de bal niet met een knuppel het veld ingeslagen wordt maar (zoals bij kaatsen) met de vlakke hand. Verder zijn er 4 honken en gaat het honklopen zoals bij honkbal en softbal. De veldjes zijn wel kleiner dan een honkbalveld. Ook hier gaan de spelers helemaal op in hun spel en is het plezier van de gezichten te lezen.

Binnen zie ik de deelnemers bij Giant Ball allerlei trucs uithalen met een grote (lichtgewicht) bal waarbij het voor de buitenstaander lijkt dat hier geldt : hoe gekker hoe beter ...

Inmiddels is het al 10.30 uur geworden en dan maakt iedere Nederlander gebruik van zijn/haar onvervreemdbaar recht op een koffiepauze. Zo ook hier bij de Twentedagen en al gauw stroomt de kantine vol met collega's die elkaar al veel verhalen te vertellen hebben en dat dan ook met volle overgave doen.

Na de pauze stap ik binnen bij "Gedrag (g)een probleem". Nathan (de workshopleider) daagt de groep uit om hem te beschrijven louter op basis van de eerste indrukken. Zegt de uitkomst iets over hem? Ja, maar het zegt ook heel veel over de groep. Wat je zegt over hem is gebaseerd op een positie die je inneemt en van waaruit je redeneert/denkt. Als voorbeeld geeft Nathan : als je lang bent kijk je gauw naar hoe lang de ander is. Hierna stelt Nathan zich voor aan de groep. Hij komt uit het speciaal onderwijs. Bij de deelnemers wil Nathan het besef vergroten dat het gedrag dat jij als docent vertoont bepaalt welk gedrag bij leerlingen opgeroepen wordt. Verandering van gedrag bij leerlingen kun je oproepen door gedrag dat jij als docent laat zien. "Practice what you preach". Kinderen doen gedrag van volwassenen na (children see, children do) . Wees je dus bewust van jouw gedrag (dat voor een deel onbewust is) en het effect dat het heeft op kinderen/leerlingen. De wijze waarop jij je kleedt kan al effect hebben. Dit is zo'n workshop waar ik wel langer bij zou willen blijven maar er is meer en dat "meer" is de workshop "Acrobatiek".

Daar worden oefeningen gedaan die als doel hebben je bewust te zijn van je eigen lichaam. Ga je met 3-tallen werken let dan goed op de steunpunten die je hebt en zorg ervoor dat de belasting recht boven het steunpunt zit. Zo gauw er nu werkelijk in 3-tallen wordt gewerkt geven succes en mislukking aanleiding tot veel onderling commentaar en plezier tegelijk. Blijf denken aan de regel dat het lichaamsswaartepunt boven het steunpunt moet blijven! Dit wordt serieus ter harte genomen en tevens wordt er veel plezier ervaren bij het toepassen van deze regel. Waarom lukt dit niet en wat moet ik doen om het wel te laten lukken?

Observeer elkaar, kijk wat er gebeurt en geef elkaar advies.

Een stap verder is de workshop "Circustechnieken" en daar zijn de deelnemers bezig met de diabolo. Verschil in vaardigheden is goed zichtbaar, soms is het al moeilijk om de diabolo in beweging en op de lijn te houden terwijl anderen het ding zelfs op afstand lijken te beheersen.... Welke truc men ook probeert uit te halen is heel verschillend maar overal geldt dat voldoening en teleurstelling dicht bij elkaar liggen en elkaar geregeld afwisselen.

Alle deelnemers zijn geconcentreerd bezig, zo geconcentreerd dat er bijna sprake is van een serene stilte. Johan (de workshopleider) gaat bij iedereen langs en geeft individueel advies. Soms laat hij ook iets van zijn eigen vaardigheden zien en laat bijvoorbeeld de diabolo omhoog kruipen langs de lijn. Geldt hier de zwaartekracht niet???

De stilte wordt af en toe doorbroken als er een uitroep van voldoening klinkt als een truc eindelijk lukt. Alle adviezen die Johan geeft zijn uiteraard aangepast aan het individuele niveau van de deelnemer. De stilte en de concentratie van de circusgroep staat in schril contrast tot het rumoer uit de aangrenzende ruimte waar "Giantball" beoefend wordt.

De hele groep geniet als men bezig is om een heel grote omnikinbal hoog te houden terwijl men een wandeling door de zaal maakt. In een lange rij door de zaal lopen en de bal hoog boven je hoofd doorgeven naar achteren en dan snel weer achteraan aansluiten om de "train running" te houden. (de workshop wordt door een Canadees en een Fransman gegeven en dus is Engels de voertaal). Vervolgens in een groep van 6 een kleinere (lichte) bal in de lucht houden. Eerst met je handen (allerlei volleybaltechnieken) en daarna met je voeten. Tel hoe vaak je de bal als groep raakt voor hij op de grond terechtkomt. Wie scoort de hoogste serie? Daarna met alle technieken die je in huis hebt als groep de bal zo lang mogelijk van de grond houden.

In tegenstelling tot de circusgroep gebeurt hier niets in stilte maar is van verre te horen dat de combinatie van L.O.-ers met een nieuw balspel een garantie is voor plezier.

Er gaat nu een spel gespeeld worden met 3-tallen in 3 groepen. 3 Keer achter elkaar de bal via een stuit in een hoepel die op de grond ligt naar elkaar spelen levert 1 punt op.

Vervolgens snel oversteken naar een andere vrije hoepel en daar op dezelfde manier een punt proberen te scoren enz. Dit wedstrijdje bevalt goed en dat is ook buiten de zaal te horen... Variatie : een speler gaat in de hoepel staan en moet met gebruikmaking van de bovenhandse volleybaltechniek 3 keer een speler van zijn groep aanspelen (niet 2 keer achter elkaar dezelfde speler) en daarbij mag de bal natuurlijk niet op de grond komen. Als dit gelukt is snel verplaatsen naar een andere hoepel. Hierbij mag de bal niet gedragen worden maar moet onderweg wel in de lucht gehouden worden! Het plezier dat de deelnemers beleven aan deze (eigenlijk eenvoudige) spelen is onbarmhartig groot !!!

Buiten is gedragsgroep bezig met een vorm van trefbal met zachte ballen. Deze workshop is niet alleen theoretisch maar er worden ook allerlei spelvormen aangereikt die direct toepasbaar zijn in de klas. Doel van dit spel is 5 pilonnen, die op de achterlijn van de tegenstander staan, om te gooien. Als je verdedigt en de bal niet vangt (maar hij raakt je wel) moet je aan de zijkant toekijken. Zo gauw een pilon omgegooid wordt of er wordt een vangbal gemaakt mogen de "toekijkers " van jouw ploeg weer het veld in. Al deze regels zorgen voor een afwachtende sfeer waardoor er minder plezier in het spel ervaren wordt. Dit heeft Nathan bewust gedaan zodat de deelnemers zich realiseren dat je een spel moet aanpassen aan de (on-)mogelijkheden van de spelers om hen plezier te laten beleven.

Op het andere veld wordt baseballfive gespeeld. Ploegen van 5 spelers spelen 5 innings op een klein honkbalveld (dus met 4 honken). Er wordt geen knuppel gebruikt maar de bal wordt met de vlakke hand het veld ingeslagen. Als alle 5 spelers van de slagploeg aan de beurt zijn geweest mag de eerste slagman/-vrouw als 6^e speler nog een keer de bal het veld inslaan maar niet meer honklopen. Daarna is het wisselen.

Het voordeel van baseballfive is dat er geen slaggeweld is en de leerlingen snel leren honklopen en uittikken, uitbranden (loop op eigen risico vs gedwongen loop). Het spel gaat zo snel dat 5 innings in 20 tot 25 minuten gespeeld worden.

Ondertussen is het al de hele dag droog en doet de zon af en toe een bescheiden poging om achter de wolken vandaan te komen.

In de hal val ik binnenin het nagesprek van "Gedrag". Als docent behoor je tot de omgevingsgebonden factoren. Aan kindgebonden factoren kun je alleen d.m.v. therapie iets doen. (Niet doen als docent!). Breng rust door structuur te bieden. Maar structuur is geen controle! Geef aan wat je wilt en niet wat je niet wilt. Ga naast een kind staan als je een gesprek voert, er tegenover staan is te confronterend. De laatste sheet die Nathan laat zien : Wat ga jij morgen anders doen? Uit de groep komen antwoorden als : "Ik probeer storend gedrag van de persoon van de leerling te scheiden". "Deel een complimentje uit als de leerling doet wat afgesproken is". Gedrag mag je afkeuren maar de leerling, die dat gedrag vertoont, niet. Structuur houden, controle wat loslaten. Maak meer gebruik van ideeën van leerlingen. Ieder kind is de moeite waard ook als hij/zij negatief gedrag laat zien!! We sluiten deze ronde af. Het is tijd voor de lunch en die is weer uitstekend.....

Tijdens de lunch worden de workshopleiders door Dorethy bedankt en zij krijgen het traditionele cadeau mee. Ook het personeel van de kantine wordt (terecht!!) in het zonnetje gezet. Fantastische mensen, niets was/is hun teveel!!!!!!!. Dank gaat ook uit naar de assistenten (Calo-studenten) voor hun hulp en als presentje krijgen zij de piekip (waar kennen wij die toch van) mee.

De geanimeerde gesprekken gaan in dit lunchuur vrolijk verder en buiten (we hebben veel beter weer dan gisteren) zijn actieve collega's bezig met de materialen die Bronsport heeft uitgesteld.

We hebben nog even de tijd voor we gaan beginnen aan het sluitstuk van deze Twentedagen. Vol verwachting klopt ons hart..... Tot het dan eindelijk zover is!

De apotheose van deze Twentedagen staat op het punt van beginnen en zal geleid worden door onze internationale collega's Pierre-Julien Hamel en Armel Pineau.

In de hal liggen grote en heel grote (lichte) ballen en als de deelnemers de kans krijgen om met deze ballen hun gang te gaan dan hoef ik niet te vertellen welk schouwspel zich hier ontwikkelt.....

Maar na deze fase van "vrijheid, blijheid" neemt Pierre-Julien het heft in handen. Deze grote groep gaat Kinball spelen o.l.v. PJ en zijn assistenten en dus wordt dit een waar feest onder Engelstalige leiding.

In de warming up moet de hele ploeg de zaal oversteken terwijl de workshopleiders een serie ballen door de zaal gooien. Word je door een bal geraakt dan blijf je als standbeeld staan. Je mag niet van je plek afkomen maar, als je erbij kunt, mag je wel overlopers aftikken. Met 80 spelers een hilarisch spel!

Hierna krijgen de spelers een kleur uitgereikt : rood, blauw of zwart. Daardoor ontstaan 3 ploegen die in 3 lange rijen gaan zitten. Kinball wordt gespeeld met 3 ploegen die tegelijkertijd in het veld staan. Op het veld van het formaat gymzaal staan 3 ploegen van 4 spelers.

PJ legt de techniek van het slaan van de enorme bal uit en de wijze waarop je als ploeg de bal met 3 van de 4 spelers van de grond moet houden.

De sporthal geeft ruimte aan 3 velden van het formaat gymzaal en op elk veld staan 3 ploegen van 4 spelers klaar. Zij staan in een vierkant om de bal. Een ploeg houdt met 3 spelers de bal hoog en de vierde speler roept de kleur van de ploeg die de bal moet opvangen en slaat de bal weg. De bal moet opgevangen worden door de genoemde ploeg voor hij op de grond terechtkomt. Lukt dit niet dan krijgen de andere 2 ploegen 1 punt. De speler die de bal wegslaat moet de bal omhoog slaan. Naar beneden of recht vooruit mag niet. Op 3 velden rennen de ploegen zich het vuur uit de sloffen en genieten volop van dit spel. Ook voor de toeschouwers is het prachtig om te zien.

De speler die de bal wegslaat moet dit natuurlijk zo tactisch mogelijk doen : daarheen waar het voor de genoemde ploeg het moeilijkst is om de bal op te vangen. De bal mag buiten het veld opgevangen worden en weer naar binnen gespeeld worden maar loop je met de bal op je handen het veld uit dan krijgen de 2 andere ploegen 1 punt. Je mag de bal ook niet spelen als je met 1 voet binnen en 1 voet buiten het veld staat.

Op 3 velden wordt er nu fanatiek Kinball gespeeld en hoe meer de ploegen het spel onder de knie krijgen hoe fanatieker er gespeeld wordt en dat is heel goed te horen.....

Na een aantal wedstrijden (elke ploeg levert verschillende 4-tallen) roept PJ alle ploegen in het midden van de zaal bij elkaar. Er gaat een nieuwe techniek toegevoegd worden aan het arsenaal namelijk de bal opvangen met het onderbeen en daarna met de handen spelen. Dit wordt op 3 velden driftig geoefend en daarna wordt er in de wedstrijden een extra spelregel toegevoegd : de eerste speler die de weggeslagen bal opvangt mag daarbij zijn handen niet gebruiken. Dus moet de bal gespeeld worden met hoofd, borst of benen. Het spel wordt er moeilijker door en biedt tactisch meer mogelijkheden. Er worden dus ook meer punten gescoord. Tegelijk blijft het fanatisme waarmee gespeeld wordt en het plezier dat de spelers (en de toeschouwers) aan het spel beleven onverminderd groot.

Na enkele wedstrijden roept PJ de ploegen weer bij elkaar. Er wordt weer iets aan de spelregels veranderd. Bij het opvangen van de bal mogen ook de handen weer gebruikt worden maar als de speler die de bal opvangt dat met zijn/haar been doet krijgt zijn/haar ploeg een bonuspunt. Hoe meer bonuspunten de ploeg haalt hoe groter de kans op de uiteindelijke overwinning.

Belangrijk in dit spel is om er als ploeg voor te zorgen dat de 4 spelers steeds zo verdeeld staan dat in alle richtingen de weggeslagen bal opgevangen kan worden. Zo niet dan wordt de bal natuurlijk in de richting geslagen waar je als ploeg geen speler hebt staan.

Aan niets valt te merken dat veel spelers al 2 dagen intensieve workshops achter de rug hebben. Er wordt steeds fanatieker en intensiever gespeeld en de teleurstelling is dan ook groot als PL voor het einde van de reeks wedstrijden fluit.

De ploegen komen weer bij elkaar zitten en PJ houdt een klein afscheidstoespraakje.

Tot slot mag er op 3 velden nog even "for fun" gespeeld worden. Geen punten tellen, maar alleen maar spelen. Alsof er geen vermoeidheid bestaat wordt er nog meer vol overgave en zeer luidruchtig gespeeld. Het plezier is echt geweldig. Dit spel zorgt voor steeds meer energie bij de spelers.

Dan sluit PJ af met nog een spel. De 3 ploegen (de 3 verschillende kleuren) maken ieder een grote buitencirkel en een kleine binnencirkel. Tussen deze 2 cirkels moet zoveel ruimte zijn dat de (grote!) bal er tussendoor kan rollen. Welke ploeg haalt als eerste 10 ronden? In de tweede ronde gaat de bal in tegengestelde richting rond en moet er hardop geteld worden.

We zijn nog niet klaar want tussen de 2 cirkels staat nu een speler van een andere ploeg. De bal moet in de richting van de wijzers van de klok rondgespeeld worden. Op startsignaal moet de bal rondgespeeld worden en moet geprobeerd worden om de wegrennende speler van de andere partij zo snel mogelijk in te halen.

Dan worden de rollen omgedraaid en komt het initiatief bij de lopende speler te liggen. Hij/zij moet de bal inhalen en mag daarbij steeds van looprichting veranderen. De 2 cirkels moeten hierop reageren en proberen de bal buiten bereik van de lopende speler te houden.

Hierna is het echt einde verhaal. PJ houdt een laatste toespraak en bedankt iedereen voor de fanatieke deelname. Zij hebben genoten van ons en wij van hen!!

Dorethy neemt de leiding over en bedankt Pierre-Julien en Armel voor hun fantastische inbreng in het sluitstuk van deze geweldige tweedaagse. Iedereen wordt uitgenodigd om in de kantine een drankje te drinken en nog even na te praten over deze Twentedagen. Nadat iedereen een verfrissende douche heeft genomen stroomt de kantine weer vol en kijken we met veel voldoening terug op de Twentedagen 2024.

Maar hier stopt het verhaal nog niet : pak je agenda en reserveer 10 en 11 april 2025 voor de volgende Twentedagen!!!