

**SPORT** Basisschoolleerlingen in gemeente Vaals maken spelenderwijs kennis met diverse verenigingen en clubs

# Langzaam bewegen in de gymles

De zevenhonderd oude Chinese bewegingsleer tai chi is geen sport waarbij je meteen aan kinderen denkt. Toch werkt het wonderwel, bleek gisteren in Vaals.

door **Merel Visscher**

**W**aar doorgaans bij een gymles een kakofonie van piepende rubberen zolen en schelle kinderstemmen te horen is in de Vaalser Grenslandhal, heerst nu serene rust. In de grote sportzaal hoor je nu rustgevende meditatiemuziek. Het ruikt niet naar zweet maar naar wierrook. Voor de leerlingen van groep 4 van basisschool De Kleine Wereld in Vaals is het even onwennig. Normaal gesproken rennen ze vol energie rond, nu concentreren ze zich op hun ademhaling en maken ze in slow motion bewegingen met hun armen en benen. Aan de eeuwenoude Chinese bewegingsleer tai chi doen ze uiterst serieus mee, ook de stoere jongetjes in voetbaltenue. Zonder veel gegiechel. Al kan een enkel kind bij deze gracieuze bewegingen een pirouette niet weerstaan.

Tai chi-docent Andy van de Poel uit Vijlen houdt deze maand kennismakingslessen op basisscholen in Vaals, Vijlen en Lemiers. Hij begint dit jaar met juniorenklasjes in de Chinese bewegingsleer. Een sport die je niet meteen met kinderen associeert. Maar ze doen allemaal mee, zegt Van de Poel. „Voor-



De zevenjarige scholieren proberen de zevenhonderdjarige bewegingsleer uiterst serieus te beoefenen.

foto **Johannes Timmermans**

af zeg ik dat ze echt niet mee hoeven doen. Dat ze ook best stil mogen blijven staan als ze dat prettiger vinden. Op de een of andere manier zijn ze gefascineerd en willen ze de bewegingen uitproberen. Het is ook veel moeilijker dan dat het lijkt om in een positie te blijven staan en je balans te houden.

Toch merk ik dat de kinderen er acuut rustig van worden. Zelfs kinderen die medicijnen slikken voor ADHD komen tot rust.” Vanaf dit schooljaar mag iedere maand een andere lokale sportvereniging zich presenteren, van voetbalclub tot zwemvereniging. Dit gebeurt op uitnodiging van Hannie

Pleijers. Zij is als combinatiefunctienaris door de gemeente Vaals aangesteld om meer kinderen aan het sporten te krijgen en bemoeit zich ook met de gymlessen. Het is belangrijk dat kinderen met zo veel mogelijk sporten in aanraking komen, vindt ze. „Het ene kind heeft niets met tennis, terwijl het andere

er meteen een klik mee heeft. De zwemvereniging heeft drie nieuwe leden overgehouden aan haar introductie aan het begin van het schooljaar. De verenigingen nemen zelf flyers mee met de trainingstijden, zodat voor kinderen de stap niet zo groot is om met een sport te beginnen.”