

Wandelvoetbal bij De Merino's

Geen leeftijdsgrens aan verbonden



Co Keulstra

In de jaren 2014 tot 2017 organiseerde voetbalvereniging De Merino's reünies voor leden en oud leden bij thuiswedstrijden van het eerste elftal. Eén van die oud leden was Ben van de Schaaf. Hij vertelde dat hij nu op zijn 43ste niet veel meer beweegt. Hij zou graag zien dat ze bij De Merino's aan wandelvoetbal gingen doen. Dan zou hij zich meteen aanmelden.

VEENENDAAL - Het bestuur met als naam Oldstars. De bevoegde daarmee aan de slag en in september 2015 werd het wandelvoetbal bij de Merino's geïntroduceerd. Ooit was dit een initiatief van de Eredivisie en het Nationaal Ouderen Fonds,

verbonden.

Kleine veldjes

Iedereen die graag buiten is en van het spelletje houdt, kan zich aanmelden. Het is voetballen zonder te rennen op kleine veldjes maar wel positie kiezen en de bal plaatsen. Dat is serieus bewegen in teamverband en natuurlijk met een portie gezelligheid.

"Vanuit de oud-ledencampagne kwam de vraag naar voren of we het wandelend voetballen wilden opstarten", vertelt Kees van den Bovenkamp. Kees verzorgde de eerste jaren de training en de warming-up. "Het is eigenlijk bedoeld voor 60-plussers, toch zijn er mannen die al veel eerder ophouden met competitievoetbal of dusdanig geblesseerd zijn dat ze niet meer meekunnen met het reguliere voetbal. Die kunnen nu bij ons lekker komen bewegen."

Nu spelen ze bij De Merino's elke donderdagavond (met uitzondering tijdens de coronacrisis) een partijje van drie kwartier met elkaar, rustig aan, wel lekker in beweging en genieten ze van het spelletje met ongeveer vijftientwintig wisselende deelnemers. De doelen zijn laag en slidings en rennen



Wandelvoetbal bij De Merino's wordt serieus genomen (Foto's: Co Keulstra)

zijn verboden.

Walking Football

'Walking Football' is overgevoerd uit Engeland, het houdt

CONDITIE OPBOUWEN EN LICHAAM EN GEEST TRAINEN

je fysiek gezond en zorgt voor een mentale frisheid. In elke vorm is voetbal bij uitstek immers een 'besluitvorming' spel waarbij je snel de juiste keuzes moet maken. Voortdurend nadenken, ageren en reageren op acties van medespelers en tegenstanders. Op die manier train je lichaam en geest. Wandelvoetbal is een waanzinnige

uitvinding, fit blijven en gezelligheid na de training. Het is beter als je hondje uitlaten, golven of de vrouw tot last zijn. Lekker tegen het balletje tikken en in het netje deponeren. En Na afloop de derde helft spelen in de kantine.

Wout Roseboom, Gert Blad, Peter Zwijnen en enkele anderen zijn er vanaf het begin al bij. Peter Zwijnen, die de dames bij De Merino's onder zijn hoede heeft, traint nu ook deze Oldstars. "De eerste paar trainingsavonden werden we door Ad Schoerman van 'Bijspringen' bijgespijkerd. Hij begeleidt de Oldstars van DOVO en heeft daarmee veel ervaring opgedaan. Nu hebben we onze eigen trainer en het aantal deelnemers groeit

gestaag." Bij 'Walking Football' staat fair play en plezier voorop. Walking Football hanteert dezelfde regels als het reguliere voetbal, wel heeft het een paar uitzonderingen: er is geen buitenspel en er zijn geen keepers. Teus van Grootveld vertelt: "Ik ben een druk bezet baasje. Toch kom ik elke donderdagavond naar het veld om mee te doen aan een potje wandelvoetbal. Het is goed voor de conditie en het napraten in het gezellige clubhuis met vrienden is echt een uitje. " De Merino's timent flink aan de weg. Ze hebben een dreamteam, een 35-pluusteam en wandelvoetbal. Zo proberen zij de leden actief bezig te houden bij de club te houden.



Even de spieren losmaken