



SPORTIMONIUM
SPORT- & OLYMPISCH MUSEUM

"Sport is die wichtigste Nebensache der Welt"
Horst Peets, sportjournalist

SPORT VOOR ALLEN ? DE OPKOMST VAN DE SPORT ALS MASSAPRODUCT

**VOETBAL, WIELRENNEN, ZWEMMEN, JOGGEN, TENNIS, SKATEN ...
HET IS MAAR EEN KLEINE GREEP UIT DE WAAIER VAN SPORTEN
DIE VANDAAG ONZE VRIJE TIJD VULLEN.
WANT OF WE NU OUD ZIJN OF JONG, MAN OF VROUW, GOED BIJ
KAS OF NIET, SPORTIEF BEWEGEN DOEN WE HAAST ALLEMAAL.**

VANZELFSPREKEND?

**IN DE JAREN ZESTIG DEED AMPER EEN OP VIER VLAMINGEN AAN
SPORT EN TOT NA WERELDOORLOG I WAS SPORT ZELFS
UITSLUITEND EEN ZAAK VAN DE HOGERE KRINGEN. ALLEEN ZIJ
HADDEN GENOEG TIJD, GELD EN ENERGIE OM AAN SPORT TE
DOEN.**

MAAR DE TIJDEN ZIJN VERANDERD!

**SPORT, AANVANKELIJK EEN LUXEPRODUCT VOOR RIJKE SNOBS,
EVOLUEERDE LANGZAAM MAAR ZEKER TOT EEN MASSAPRODUCT.**

1.1. DE WORTELS VAN DE SPORT

Zowel de term als het fenomeen 'sport' ontstonden in het 18^{de} en 19^{de} eeuwse Engeland. Dit wil echter niet zeggen dat de Britten de sport toen pas uitvonden. Lichaamsoefeningen zijn zo oud als de mensheid zelf en de eerste sporen van sportieve krachtmetingen gaan terug tot de Oudheid.

Maar rond 1800 staken Engelse gentlemen bestaande spel- en bewegingsvormen in een nieuw kleedje. Alles werd netjes 'geregeld' in clubs en federaties, en sportwedstrijden kregen een officieel karakter. Zo ontstonden bijvoorbeeld de zeilsport, de roeisport en de paardensport uit traditionele verplaatsingsvormen en evolueerde een ruwe spelvorm als sollen tot de georganiseerde voetbal- en rugbysport.

Enig idee wat de moderne sportversies zijn van eeuwenoude spelen als beugelen, kaatsen, kolven en kaluiten?

BEUGELEN

Beugelen is een bolspeel dat in de tijd van Pieter Bruegel de Oude (1525/30 – 1569) ruim verspreid was in Europa.

Twee ploegen van maximum twee spelers trachten punten te scoren door met een 'slager' of slagbout een zware bol door de beugelring te stoten.

Vermoedelijk ontstond het **biljart** als een binnenhuisvariant op het beugelen.

KAATSEN

Het **kaatsspel** of '**jeu de paume**' was in de Middeleeuwen en de renaissance op vele Europese pleinen en straten een populair balspeel. Omdat het spel erin bestond een hard balletje met de handpalm naar elkaar te slaan, droegen de spelers vaak handschoenen ter bescherming. Vanaf de 16de eeuw ontstond er in de hogere kringen een variante met rackets. Deze spelvorm, in Engeland 'real tennis' genoemd, inspireerde de Britse majoor Wingfield in 1874 tot de uitvinding van een nieuw spel. Dit zogenaamde 'Sphaeristike', evolueerde tenslotte tot het moderne **lawn-tennis**.

KOLVEN

Het **kolfspel**, dat men 's zomers op het land en 's winters op het ijs beoefende, was in de late Middeleeuwen erg geliefd in onze streken.

Het spel bestond erin om in zo weinig mogelijk beurten een bal naar een afgelegen doel te slaan. Daarbij gebruikte men houten kolfstokken, die onderaan een loden of ijzeren kromming hadden en aan de greep voorzien waren van leder. Rond 1700 verhuisde het kolfspel van de Lage Landen naar de Schotse Highlands waar het ontwikkelde tot het moderne **golf**.

KALUITEN

16^{de} en 17^{de} eeuwse prenten verraden dat het **kaluiten** destijds een populaire wintersport was in onze streken.

Het spel werd beslecht op een ijsvlakte en bestond erin om houten kaluitblokken zo dicht mogelijk bij een doel te schuiven.

Naar alle waarschijnlijkheid is kaluiten de voorloper van het Schotse **curling**.

1.2. SPORT: EEN NIEUWE MODE VOOR DE HOGE KRINGEN

Rond 1850 waaide het fenomeen 'georganiseerde sport' vanuit Engeland naar ons land over. Overal waar Britse handelslui, militairen of studenten neerstreken, stimuleerden ze de oprichting van sportclubs.

De adel en de bourgeoisie waren weg van deze nieuwigheid. Sport, zo dacht men in hoge kringen, staalt niet alleen de spieren maar brengt ook ridderlijke idealen bij zoals moed, doorzetting, zin voor competitie, kameraadschap, fair-play ... Een perfecte voorbereiding dus op leidinggevende functies.

Bovendien waren sportclubs uitgelezen rendez-vous plaatsen waar rijkelui konden uitpakken met hun overvloed aan tijd en geld. Want alleen zij kenden de luxe van vrije tijd en alleen zij waren in staat om het dure sportmateriaal en het hoge lidgeld te betalen.

Kortom, terwijl de gewone man dag in dag uit en van de vroege morgen tot de late avond zwoegde om aan de kost te komen, brachten rijke snobs hun vrije tijd door in 'sjieke' Franstalige of Engelstalige sportclubs. Geen wonder dat deze clubs voor 't eerst verschenen in grote steden of in mondaine vakantie- en kuuroorden zoals Oostende en Spa.

PAARDENSPOORT

Eén van de eerste sporten die vanuit Engeland naar België werden geëxporteerd, was de **paardensport** en meer bepaald het 'horse-racen'. In 1773 kon de high society in het bekende en mondaine kuuroord Spa de eerste Belgische paardenwedrennen gadeslaan. De nieuwe sensatie bezorgde de bourgeoisie niet alleen spektakel en gelegenheid tot gokken, maar bovenal mondain vermaak. Het duurde dan ook niet lang of het paardenrennen breidde zich uit naar andere steden, waar in de loop van de 19^{de} eeuw tal van hippodromen hun deuren openden.

Maar de paardensport bleef niet beperkt tot wedrennen. Op de programma's van de 19^{de} eeuwse 'concours hippiques', kwamen ook proeven voor als steeple-chase, cross-country, hoog- en verspringen, dressuur, voltigeren en polo. De meeste van die proeven vonden hun oorsprong in adellijke en militaire kringen, waar de edele rijkunst uit de oude ridderacademies werd gecultiveerd.

Eigenaardig genoeg vormde de paardensport een grote inspiratiebron voor de atletieksport. Niet alleen de piste en de looprichting, maar ook proeven als steeple-chase, hordeloop, hoogspringen en cross-country zijn overgenomen uit de paardensport.

SCHERMEN

Toen in 1896 de *Fédération Nationale d'Escrime* ontstond als één van de eerste Belgische sportbonden, was het sportief gevecht met sabel, degen of floret in volle bloei.

Het **schermen** dankte zijn populariteit aan zijn lange traditie. Die gaat terug tot de 15^{de} en 16^{de} eeuwse schermgilden, die waren opgericht om de steden te be-

schermen. Bovendien was er in de renaissance een pseudo-wetenschappelijke belangstelling ontstaan voor de duelleerkunst, die zowel in adellijke als in militaire kringen veel bijval genoot. Veel 'Maitres d'armes', verspreidden hun schermtheorieën in rijk geïllustreerde boeken.

Minder bekend dan de Italiaanse en Franse schermboeken, maar toch ook fraai waren de Belgische werken *Nouveau Traité de l'Art des Armes* (1786) van Nicolas Demeuse en *Traité et Théorie d'Escrime* (1849) van Jacques Dierickx.

Bij de opkomst van het schermen als moderne wedstrijdsport lieten de Belgen al vlug van zich spreken. Getalenteerde gentlemen als Maître Cyrille VERBRUGGE (1866-1929), Victor BOIN (1886-1974), Fernand DE MONTIGNY (1885-1974), Charles DELPORTE (1893-1960) en vooral Paul ANSPACH (1882-1981) kaapten regelmatig prijzen weg op grote sportevenementen zoals de Olympische Spelen.

ROEIEN en ZEILEN

Vanaf 1846 drongen ook de **roeisport** en de **zeilsport** naar België door.

In de roeisport waren destijds vooral de wedstrijden met zogenaamde 'achten met stuurman' erg populair.

In 1906, 1907 en 1909 kende de Belgische roeisport haar eerste en grootste successen dankzij de overwinningen van onze landgenoten in de bekende Henley Regatta. Deze internationale roeicompetitie wordt nog steeds jaarlijks beslecht op de Theems nabij Londen.

WIELRENNEN

Enkele jaren na de uitvinding van de 'Michauline' of de trapfiets met pedalen op de as van het voorwiel (1861), lieten de eerste **wieleramateurs** van zich spreken. Dat blijkt uit volgend bericht in de *Gazette van Thielt* van 22 april 1869: "*Morgen zondag moet te Rousselaere eenen wedstrijd plaats hebben tussen de liefhebbers van dat nieuwe slach van peerden die leven zonder eten en loopen zonder beenen, genoemd snelloopers*".

Later dat jaar, rolden in Brussel en Gent de eerste wielerclubs de straten op. 'Cave ne cadas' (pas op dat je niet valt) was niet voor niets het devies van de *Véloce Club Bruxellois*. In die tijd was de snellooper of de vélocipède inderdaad nog een echt 'gevaartuig', dat alles behalve veilig en comfortabel was. Het nieuwe rijtuig kreeg dan ook wel eens smalend de naam 'bone-shaker', de berijders ervan 'imbéciles à roulette'.

Met de komst van de snelle maar onstabiele 'Grand Bi' rond 1870, werd het niet beter. Bij deze fiets lag het zwaartepunt immers hoog vooraan zodat de minste oneffenheid de fietser uit evenwicht bracht en naar voren katapulteerde. Bovendien moest men voor zo'n rijtuig al vlug 300 tot 500 frank neertellen, een bedrag waarvoor een arbeider een jaar lang moest werken. Onnodig te zeggen dat de hoge bi een voorrecht was van sportieve mannen die goed bij kas waren. Voor deze kleine groep was dit nieuwe rijtuig nochtans een extra uitdaging. Hierdoor ontstonden er een aantal nieuwe clubs zoals de prestigieuze *Antwerp Bicycle Club* (1882) en kwam er in 1882 een nationale wielerbond. Kort daarop pakte de metropool bovendien uit met de eerste Belgische velodroom (1886).

Echt populair werd het wielrennen pas na de doorbraak van de zogenaamde 'veiligheidsfiets' en vooral dankzij de internationale triomfen van de eerste beroepsrenners kort vóór en na Wereldoorlog I.

VOETBAL

Voetbal, ontstaan in Engelse kostscholen, ging in Belgische colleges vanaf 1863 aan het rollen. Niet als onderdeel van het schoolprogramma zoals bij de Britten, maar wel als ontspanning op de speelplaats. Van dan af was de bal niet meer te stuiten. De eerste amateurvoetbalclub, de '*Great Old' Antwerp Football Club* werd in 1880 opgericht. Brussel, Luik en Brugge volgden en in 1895 verenigden de jonge voetbalclubs zich met onder meer atletiek- en hockeyclubs tot de *Union Belge des Sociétés de Sports Athlétiques*, een multisportbond waarvan de voetbalbond en de atletiekbond zich in 1912 afsplitsten.

De omstandigheden waarin deze jonge sport werd beoefend, waren aanvankelijk zeer primitief. Vóór de match, vaak beslecht op het middenveld van een wielerpiste, trok men vlug wat lijnen en improviseerde men een doel met twee palen en een touw.

In 1908 ontstond in de bisschoppelijke colleges de legendarische competitie om de 'Kardinaalsbeker'. Voor die prestigieuze wisselbeker hebben vele generaties collegestudenten met veel vuur gestreden onder het oog van de 'sportpater'.

Voor de echte doorbraak van voetbal als volkssport, was het wachten tot na de eindoverwinning van onze Rode Duivels op de Olympische Spelen van 1920 te Antwerpen.

TENNIS en GOLF

Uitgesproken society-sporten, waaraan naast de 'gentlemen' ook dames mochten deelnemen, waren **tennis** en **golf**. Omdat men van oordeel was dat fysieke inspanning en vrouwelijkheid niet samengingen, moesten de gangbare kledingvoorschriften de vrouw behoeden. Lange slepende rokken, blouses met hoge kragen en lange mouwen, grote hoeden en spannende corsetten zorgden er voor dat de eerste sportieve vrouwen zich toch als echte dames gedroegen!

Tennis was aanvankelijk veeleer op een recreatieve leest geschoeid. Dankzij de 'tennis-kits', waarin alle benodigdheden zaten voor een tennispartijtje, waren tennisterreinen aanvankelijk overbodig. Aangezien het spel overal kon worden gespeeld, was het een uitgelezen middel om afspraken en bijeenkomsten een sportief cachet te geven. Geen wonder dat deze sport voor het eerst verscheen in mondaine rendez-vous plaatsen zoals onze Vlaamse kust. Het harde zand was overigens ideaal voor een partijtje onder vrienden of geliefden.

Nadat verschillende jaren was getennist op het zand van mondaine badplaatsen, ontstonden op het einde van de 19^{de} eeuw de eerste echte tennisclubs en tennisterreinen. Een nationale tennisfederatie kwam er in 1902.

Ook voor de eerste liefhebbers van de **golfsport** was de kust de 'place to be'. De natuurlijke glooiing van de duinen in Knokke of De Haan vormt ook vandaag nog steeds een uiterst geschikt golfparcours.

1.3. HET TIJ KEERT

Wereldoorlog I schudde de wereld door elkaar en deed het verschil in rang en stand vervagen. Dankzij de invoering van de achturenwerkdag (1921) en de 'congé payé' (1936), was vrije tijd niet langer een voorrecht van de hoge klasse.

Ook sport kwam steeds meer in het bereik van de gewone man. Eerst nog om naar te kijken zoals in de nieuwe velodrooms, voetbalstadia of sportpaleizen, maar nadien ook om zelf te doen. Wielrennen bijvoorbeeld in de *Stoempersclub* of in de *véloclub Rap zyn wint* of zwemmen in *Hofstade-Bains*, een recreatiedomein dat vanaf 1933 uitgroeide tot een populair recreatieoord. Het aantal sporttakken en clubs nam langzaam toe en dankzij de eerste emancipatiegolf uit de 'roaring twenties', kregen ook vrouwen meer en meer toegang tot het sportterrein.

HOFSTADE-PLAGE

Een typisch product van de opkomende vrijetijdscultuur was ***Hofstade-Plage***, een recreatieoord dat in de jaren dertig een massa volk trok. Het park dankte zijn ontstaan aan de aanleg van de spoorlijn Antwerpen-Brussel. Voor het ophogen van de spoorwegberm moest men te Hofstade immers zand delven. Zo ontstonden putten, die vol liepen met grondwater en op warme dagen talrijke baders en zwemmers aantrokken. De ongecontroleerde toeloop van baders leidde uiteindelijk tot de aanleg van een recreatiepark dat in 1933 feestelijk werd geopend. Voor 1 frank inkom kon jong en oud stoeien in de vijvers, zonnekloppen op het kunstmatig aangelegde strand of zich amuseren in en rond de talrijke restaurants en cafés. Naast concerten en turndemonstraties, grepen er ook regelmatig miss-verkiezingen plaats. Ook was er een wielervedbaan waar zo'n 15 000 toeschouwers bekende coureurs als 'Poeske' Scherens aan het werk konden zien.

Op zomerse dagen lokte Hofstade-Plage tot 35 000 bezoekers. Omdat het vooral ging om bezoekers die niet genoeg geld hadden om naar de kust te reizen, noemde men Hofstade ook smalend de 'muggenzee' of de 'arme mensenzee'. De pret was helaas van korte duur. Reeds na enkele jaren werd het 'lustoord' met zijn vele attracties helemaal met de grond gelijk gemaakt.

Kort daarop (1939) werd het domein erkend als een Rijksdomein voor preventieve gezondheidszorg door openluchtlevens. Er kwam een boothuis, een groot openluchtzwembad en een strandgebouw dat onder meer dienst deed als kleedkamers voor de zwemmers in de vijvers. Hoewel de kleedkamers, waarin we ons nu bevinden, rond 1980 in onbruik raakten, lokken het strand en de meren nog steeds een massa zwemmers en zonnekloppers naar Hofstade.

Sinds 1983 wordt het recreatiedomein Hofstade beheerd door BLOSO. Op het 160 ha grote domein kan men niet alleen zwemmen en wandelen maar ook hengelen, fietsen, zeilen, surfen, kanovaren

1.4. SPORT: DE BELANGRIJKSTE BIJZAAK TER WERELD

Voor de echte doorbraak van de sport was het wachten tot de 'golden sixties'. De vijfde week (1964), de stijgende levensstandaard, de technologische vooruitgang en de uitvinding van goedkope kunststoffen droegen hun steentje bij tot de democratisering van de sport. Bovendien raakte de overheid steeds meer overtuigd van het belang van sport. Om zoveel mogelijk mensen in beweging te krijgen, werd in 1969 het BLOSO opgericht en bouwden talrijke gemeenten nieuwe sporthallen, overdekte zwembaden, kunstmatige ijspistes.... 'Sport voor Allen' en 'recreatiesport' werden de toverwoorden om iedereen over de streep te halen.

Het werkte! Het aantal sportclubs en hun leden schoot de hoogte in, sportevenementen als 'De Gordel' groeiden op korte tijd uit tot massahappenings en nieuwe (recreatie)sporten zoals surfen, frisbeeën, skateboarden ... volgden elkaar met de regelmaat van de klok op. Kortom, vanaf de jaren zestig kwam sport in een onstuitbare stroomversnelling terecht.

Sport evolueerde zelfs tot een maatschappelijke trend die andere sectoren in de samenleving beïnvloedt.

Vandaag is sport niet langer alleen sport. Het is ook mode, film, televisie, wetenschap, literatuur, business

Kortom: "sport is de belangrijkste bijzaak ter wereld geworden"!

SPORT VOOR ALLEN

In de overtuiging dat sport noodzakelijk is voor de gezondheid en het algemeen welzijn van de mens, lanceerde de Raad van Europa in 1966 het beginsel '**Sport voor Allen**'. Hiermee benadrukte de Raad het recht van 'iedereen' om aan sport te doen, ongeacht leeftijd, geslacht en financiële middelen.

In België kreeg de 'Sport voor Allen'-gedachte vorm na de oprichting van het Bloso en het Adeps in 1969. De enige overheidsinstantie die zich voordien met sport bezighield was het unitaire INEPS (Institut National d'Education Physique et de Sport), in de jaren vijftig opgericht als afdeling van het Ministerie van Nationale Opvoeding en Cultuur.

Het jonge Vlaamse sportbeleid zorgde er onmiddellijk voor dat de 'Sport voor Allen'-slogan geen holle woorden waren.

Om zoveel mogelijk mensen in beweging te zetten, lanceerde het BLOSO vanaf de jaren zeventig verschillende sensibilisatiecampagnes zoals *Sportbiënnale '70* met acties als de *Gezinskilometer* en de *Fit-o-meter, Sportiva '71*

Sportevenementen als 'De Gordel', opgericht in 1981, groeiden in geen tijd uit tot massasporthappenings die tot op de dag van vandaag tienduizenden deelnemers lokken. Recreatiesport was het nieuwe toverwoord waarmee een rondtrekkend team van sportmonitoren, *Toss '80* genaamd, iedereen over de streep trachtte te halen. Gemeentelijke sporthallen, zwembaden, schaatspistes ... vulden de private sportinfrastructuur aan en sportdiensten en sportfunctionarissen zorgden er voor dat de stedelijke sportbeoefening een flinke duw in de rug kreeg.

GEHANDICAPTENSPOORT

Met de oprichting van de *Belgische Sportfederatie van Gehandicapten*, trad vanaf 1960 ook een nieuwe groep sportbeoefenaars aan: de **andersvaliden**. Ook buiten de landsgrenzen werd gehandicaptensport een volwaardige tak van de sport. Dat blijkt uit de organisatie van de eerste Olympische Spelen voor gehandicapten van 1960 in Rome. Vandaag zijn deze Spelen beter bekend onder de naam *Paralympics*.

WAAR OF NIET WAAR

Wielervedbanen en atletiekpistes werden gebouwd naar het voorbeeld van paardenedbanen?

WAAR

Dit verklaart ook waarom men op deze banen steeds tegen de wijzerzin in loopt, zoals gebruikelijk op de oude paardenedbanen.

Op de eerste moderne Olympische Spelen in Athene in 1896 waren er geen vrouwelijke deelnemers.

WAAR

In de 19de eeuw waren fysieke inspanningen en vrouwelijkheid onverenigbaar. Ook Pierre de Coubertin, de grondlegger van de moderne Olympische Spelen, was tegen vrouwensport. Hij vond dat Olympiades voor dames 'niet interessant, niet praktisch, niet welvoeglijk en niet esthetisch' waren.

Sport wordt vooral in clubverband beoefend

NIET WAAR

Meer dan 2/3 van de tijd die sportbeoefenaars aan fysieke activiteiten besteden, gebeurt buiten de sportclub. Slechts 1/3 van het sporten gebeurt in clubverband.

Uit een onderzoek in 1999 bleek dat fitness, lopen en voetbal de populairste sporttakken in België zijn.

NIET WAAR

Op de top 10 van de populairste sporttakken in België komen fitness (15%), lopen(14%) en voetbal(13%) achter fietsen (20%), wandelen (18%) en zwemmen (17%) maar vóór tennis (9%), turnen(5%) atletiek(4%) en badminton(4%) .

Het aantal deelnemers op de Olympische Spelen in Atlanta (1996) was wel dertig keer groter dan het aantal olympische deelnemers in Athene in 1896.

WAAR

Het aantal deelnemers bedroeg in 1896 slechts 311 terwijl zo'n 10 000 atleten het olympisch eeuwfeest in Atlanta meemaakten.

Tijdens de Tweede Wereldoorlog was gehandicaptensport een revalidatiemiddel voor oorlogsslachtoffers.

WAAR

Ons land telt anno 2004 meer dan 100 erkende sportfederaties.

NIET WAAR

Het zijn er zo'n 86.



SPORTIMONIUM
SPORT- & OLYMPISCH MUSEUM

“De mens is alleen dan mooi, wanneer de schoonheid en de kracht van de ziel in harmonie zijn met de schoonheid en de kracht van het lichaam”

Plato, filosoof uit de klassieke Oudheid

**EEN GEZONDE GEEST IN EEN GEZOND LICHAAM:
TURNEN EN GYMNASTIEK, BASIS VAN DE LICHAAMELIJKE
OPVOEDING**

**SOMS GELIEFD, SOMS GEHAAT, MAAR NIET MEER WEG TE DENKEN
UIT HET LESSENROOSTER VAN DE SCHOOL: DE WEKELIJKSE
LESSEN LICHAAMELIJKE OPVOEDING, KORTWEG 'DE TURNLES'.**

**DAT WE HET NOG VAAK OVER DE 'TURNLES' HEBBEN, KOMT
DOORDAT TURNEN TOT VER IN DE 20^{STE} EEUW DE
LICHAAMSCULTUUR BEHEERSTE. OOK OP SCHOOL ZORGDEN
GYMOEFENINGEN JARENLANG VOOR EEN GEZONDE GEEST IN EEN
GEZOND LICHAAM.**

**AANVANKELIJK WAREN ER VERSCHILLENDE
GYMNASTIEKSYSTEMEN. MAAR BIJ HET BEGIN VAN DE 20^{STE} EEUW
KOOS MEN IN DE SCHOLEN DEFINITIEF VOOR ZWEEDSE
GYMNASTIEK.**

**DE STRAKKE HOUDINGSOEFENINGEN AAN WANDREKKEN EN
ZWEEDSE BANKEN KREGEN DE VOORKEUR OP HET DUITSE
TOESTELTURNEN, DAT IN TURNKRINGEN TOT BLOEI KWAM.**

**PAS IN 1969 MAAKTE DE ZWEEDSE GYMNASTIEKMETHODE IN DE
SCHOLEN PLAATS VOOR EEN NIEUW BEWEGINGSSYSTEEM
WAARIN OOK ZWEMMEN, BASKET, VOLLEYBAL EN ANDERE
SPORTEN AAN BOD KWAMEN.**

2.1. LICHAAMELIJKE OPVOEDING: NIET VAN GISTEREN

Reeds in de Griekse Oudheid benadrukten artsen en wijsgeren het belang van een harmonische ontwikkeling van lichaam en geest. In de Griekse scholen, de 'gymnasia', namen lichaamsoefeningen dan ook een belangrijke plaats in.

Lichamelijke opvoeding bleef nochtans eeuwenlang voorbehouden aan jongeren van de hogere klassen.

Pas in de 18^{de} eeuw, gaven Duitse pedagogen, de Filantropijnen, lichaamsoefeningen een plaats in de volksopvoeding. Het ging vooral om oefeningen die in het dagelijks leven van nut waren zoals lopen, klimmen, dragen of 'balanceren'. Voor de uitvoering van die oefeningen ontwierpen ze allerhande toestellen waaronder ladders, touwen en balken.

De ideeën van deze vernieuwende pedagogen raakten overal in Europa verspreid. Zo werd rond 1800 in verscheidene landen de basis gelegd voor de lichamelijke opvoeding op school en voor de oprichting van oefenplaatsen.

FILANTROPIJNEN

Eén van de meest invloedrijke Filantropijnen was J.C. GUTSMUTHS (1759-1839). Zijn opvoedingsideaal en gymnastieksysteem raakten overal bekend dankzij zijn publicatie *Gymnastik für die Jugend* (1793)

DUIJS TURNEN

De 19^{de} eeuwse gymnasten interpreteerden de gymnastiek van de Filantropijnen allen op hun manier. Zo ontstonden er verschillende gymnastiekmethodes. In Duitsland, waar de nationalist Friedrich Ludwig **JAHN** (1778-1852) in 1811 een eerste grote *Turnplatz* aanlegde op de Hasenheide in Berlijn, stonden vooral oefeningen aan toestellen centraal zoals het turnpaard, de rekstok, de ringen en allerlei klimtuigen. Hiermee trainde men vooral kracht, behendigheid en uithouding, maar ook burgerdeugden als weerbaarheid, discipline, orde en gehoorzaamheid. Jahn, die in 1816 zijn basiswerk *Die Deutsche Turnkunst* schreef, zag de lichaamsoefeningen, die hij omdoopte tot 'turnen', immers als een middel tot militaire paraatheid.

ZWEEDSE GYMNASTIEK

In Zweden propageerde de schermmeester Per Hendrik LING (1776-1839) een gymnastiekmethode die de nadruk legde op simpele houdingsoefeningen zonder gevaar en met eenvoudige of zelfs zonder toestellen. Voor Ling en zijn volgelingen, moesten gymnastiekoefeningen in de eerste plaats de gezondheid bevorderen.

2.2. GYMNASSTIEK EN TURNEN WAAIEN NAAR BELGIE OVER

Rond het midden van de 19^{de} eeuw waaiden zowel het Duitse turnen als de Zweedse gymnastiek naar ons land over.

Antwerpen, waar in 1839 de eerste Belgische turnvereniging ontstond, werd het bolwerk van het Duits toestelturnen. Hier waren de turnpioniers Isenbaert, Happel en Cupérus actief.

In Brussel propageerde Docx zijn eigen gymnastieksysteem , terwijl Lefébure de Zweedse gymnastiek eerst in het leger en later in het onderwijs introduceerde.

Allen verspreidden ze hun theorieën via talrijke publicaties.

ISENBAERT

De Antwerpenaar Joseph ISENBAERT (1822 -1905) was een aanhanger van het Duitse toestelturnen. In 1839 richtte hij de *Société de Gymnastique et d'Armes d'Anvers* op als eerste Belgische turnclub.

In 1846 werd Isenbaert turnleraar aan het Koninklijk Atheneum van Antwerpen.

HAPPEL

De Duitse emigrant en turnspecialist Jacob HAPPEL(1833 -1916) nam in 1865 de leiding over van de vooraanstaande *Société de Gymnastique et d'Armes d'Anvers*. Datzelfde jaar liet hij het eerste Belgische gymnastiektijdschrift *Le Gymnaste Belge* verschijnen.

Happel ontwikkelde een eigen gymnastieksysteem, dat ondanks de Duitse invloeden, bekend raakte als 'le système Belge'. Typerend voor dit turnsysteem waren de 'sexlaterale' oefeningen. Hierbij werden de lichaamsdelen steeds in zes richtingen geoefend: voor en achter, links en rechts, linksdraaiend en rechtsdraaiend .

Deze methode wordt uitvoerig beschreven in wat destijds dé turnbijbel was, namelijk Happels publicatie *De zeszijdige en evenredige houding en beweging van den gezonden mensch der beide geslachten en op elken ouderdom in het turnen, het zwemmen, het schaatsen, het schermen , de wandeling, het spel, het wielrijden, het roeien, het paardrijden. (1903)*

CUPERUS

Een turnpionier die vooral ten dienste stond van de Vlaamstalige volksklasse was Nicolaas CUPERUS (1842 -1928)

Met de oprichting van de *Gymnastische Volkkring (1868)* als eerste Vlaamstalige turnclub, trok hij het turnen open voor de Vlaamse arbeiders. Cuperus was bovendien de man achter het eerste Vlaamstalige turntijdschrift *Volkshel (1873)* en schreef in 1886 *De Nederlandse turnvaktaal*, één van de eerste Vlaamstalige turnboeken.

DOCX

Kapitein Guillaume DOCX (1830-1895) ondernam in 1871 een studiereis om de verschillende gymnastiekssystemen in het buitenland te onderzoeken. Bij zijn terugkeer ontwikkelde hij een eigen systeem met elementen uit het Duitse turnen en uit de Zweedse gymnastiek. Tot groot ongenoegen van de aanhangers van het Duitse turnen, werd 'het systeem Docx' in 1879 erkend in het officieel onderwijs.

LEFEBURE

Kapitein Clément LEFEBURE (1861-1928) was een gedreven aanhanger van de Zweedse gymnastiekmethode. Als directeur van de *Ecole Normale de Gymnastique et d'Escrime*, slaagde hij erin om de Zweedse gymnastiek in deze Brusselse militaire school te introduceren. Lefébure stond ook heel sterk achter de oprichting van het eerste burgerlijk gymnastiekinstituut in 1908, namelijk het *Institut d'Education Physique* aan de Rijksuniversiteit van Gent.

2.3. SCHOLEN KIEZEN VOOR ZWEEDSE GYMNASTIEK

In 1850 en 1879 werd lichamelijke opvoeding een verplicht vak in de middelbare en lagere scholen. In tegenstelling tot de Britten, die moderne sporten als voetbal, rugby, roeien ... in hun onderwijsplan integreerden, koos men bij ons voor gymnastiek.

Over het meest geschikte gymnastiekstelsel ontstonden hevige discussies. Sommigen kozen resoluut voor het Duitse toestelturnen, terwijl anderen de meer medisch-hygiënisch georiënteerde Zweedse gymnastiek verdedigden.

Bij het begin van de 20^{ste} eeuw werd die 'stelselstrijd' beslecht in het voordeel van het Zweeds model. Argumenten tegen het Duitse turnen waren: te gevaarlijk, te complex en te duur.

Het toestelturnen, vooral gericht op het trainen van kracht, behendigheid en uithouding, gaf volgens sommigen immers aanleiding tot 'acrobatentoeren'. Bovendien vroeg dit stelsel om een afzonderlijke turnzaal en speciaal opgeleide leraars.

Daartegenover was de Zweedse gymnastiek vooral gericht op een goede gezondheid en een goede houding. De onderwijzers konden zelf de oefeningen geven in een eenvoudig gymnastieklokaal, of gewoon in de klas, de gang, de refter... kortom zowat overal.

Grote scholen beschikten over een gymzaaltje met Zweedse banken, wandrekken, Zweeds kader, boomzadels ...

In de kleinere scholen bleef de les L.O. tot ver in de 20^{ste} eeuw beperkt tot marcheren en statische houdings- en ademhalingsoefeningen zonder toestellen en zonder gymzaal.

DE LERAAR L.O.: VAN MILITAIR EN CAPACITAIR TOT UNIVERSITAIR

In de lagere scholen was gymnastiek tot ver in de 20ste eeuw een zaak voor de gewone meester of juf.

In het secundair onderwijs, waar elk vak zijn eigen vakleerkracht heeft, deed men voor het bewegingsonderricht aanvankelijk een beroep op militairen die in de *Ecole Normale d'Escrime* een opleiding tot schermmeester hadden gevolgd. Deze militaire school, die in 1886 in Etterbeek was geopend en in 1896 werd herdoopt tot *Ecole Normale de Gymnastique et d'Escrime*, was in die tijd de enige officiële leerschool voor lichamelijke opvoeding.

Vanaf 1877 tot in de helft van de 20ste eeuw konden leerkrachten in enkele normaalscholen, waaronder die van Lier, Waver en Nijvel, een speciale cursus volgen en een examen afleggen, waardoor ze een bekwaamheidsdiploma van *capacitair* konden behalen.

De eerste volwaardige burgerlijke opleiding tot gymleraar kwam er in 1908. Het *Institut Supérieur d'Education Physique* aan de Gentse rijksuniversiteit beet de spits af. De universiteiten van Luik, Leuven en Brussel volgden respectievelijk in 1931, 1942, 1945 met de start van een opleiding tot kandidaat, licentiaat en doctor in de lichamelijke opvoeding.

Sinds 1952 kan men ook in verscheidene regentaten –thans hogescholen- een opleiding volgen tot regent in de lichamelijke opvoeding.

2.4. DUIJS TURNEN: VOOR LICHAAM EN GEEST EN VOOR HET VADERLAND

Dat het Duitse turnen in het onderwijs buitenspel was gezet wegens te gevaarlijk, te omslachtig en te duur, kon niet beletten dat het toestelturnen aan het paard, de rekstok, de brug, de ringen ... buiten de schoolmuren enorm populair werd.

Onder motto's als 'santé, force, courage, patrie', 'sta paraat', 'moed en volharding', 'eendracht maakt macht' ontstonden rond 1900 overal turnkringen. Vooral vaderlandslievende jongelui uit de kleine burgerij en de arbeiderselite kwamen er hun karakter en spieren stalen en zich voorbereiden op de legerdienst. De eerste clubs waren immers zeer ideologisch en politiek geladen en wilden vooral weerbare patriotten en partijleden te vormen. Daarom programmeerden de turnclubs ook orde- en driloefeningen en was turnen vaak gekoppeld aan wapenbeheersing.

Aanvankelijk was het turnen dan ook vooral een mannenzaak. Damesturnen of 'jufferturnen' kwam pas goed en wel op gang na de Eerste Wereldoorlog.

Jaarlijkse hoogtepunten in het turnleven waren de turnfeesten. Hieraan namen soms duizenden turners deel.

De opgelegde grondoefeningen, die met honderden deelnemers tegelijkertijd werden uitgevoerd, zorgden voor indrukwekkende spektakels.

TURNBONDEN

De eerste turners schaarden zich vooral rond burgerdeugden als ernst, kracht, orde, tucht, moed en doorzetting. Voor hen was turnen een middel tot militaire paraatheid, zelfverheffing en fierheid. Hiertegenover ontstonden geleidelijk aan ook turnkringen waar veeleer christelijke waarden als nederigheid, vroomheid, dienstbaarheid of socialistische idealen als werkijsver, vooruitgang of kameraadschap hoog in het vaandel werden gedragen.

Door het ideologische karakter van de turnclubs ontstonden naast de neutrale *Belgische Turnbond* (1865), ook een katholieke (1892), een socialistische (1904) en een liberale (1934) turnbond.

WEDSTRIJDEN EN FEESTEN

Typisch voor het turnen waren de jaarlijkse feesten van de eigen vereniging, van de gouw of van de bond. Vooral de gouw- en bondsfeesten, waaraan soms duizenden turners deelnamen waren indrukwekkend.

De marsmuziek en de statige optochten waarmee de massaspektakels aanvatten, gaven de feesten een militair cachet. Op het programma stonden zowel vrije als opgelegde oefeningen, gezamenlijk of individueel. Het meest imposant was de zogenaamde gouw- of bondsreeks, een programmaonderdeel dat maanden vooraf werd ingeoeffend en op de dag zelf met honderden samen, feilloos en tegelijk werd uitgevoerd.

JUFFERS

Hoewel er in de 19de eeuw ook al vrouwelijke turnsters waren, bleef turnen lange tijd een mannenzaak. In katholieke kringen, waar de kerkelijke overheid zich sterk verzette tegen het damesturnen, moesten de vrouwen zelfs wachten tot na de Eerste Wereldoorlog. Toen in 1923 eindelijk de *Katholieke Antwerpse Juffersturngouw* werd opgericht, legde kardinaal Van Roey strenge regels op inzake kledij, mannelijke leiding, en 'gemengde' activiteiten. Zo kwam het dat de katholieke turnsters of de 'juffers' tot in 1992 hun eigen bondsfeesten hadden, gescheiden van de mannen.

Dit belette niet dat het turnen vooral na de Tweede Wereldoorlog evolueerde van een ideologisch geladen training voor mannen tot een artistieke sportdiscipline voor meisjes.

WAAR OF NIET WAAR

Oefeningen aan het turnpaard en de bok zijn nabootsingen van behendigheidsoefeningen op levende paarden zoals nog te zien is in circussen.

WAAR

Turnen op levende paarden, ook 'voltigeren' genoemd is een behendigheidsoefening die reeds in de oudheid bestond en die in de middeleeuwse ridderscholen tot de edele rijkunst werd verheven. In de 17de eeuw kwamen in de ridderacademies houten 'voltigeerpaarden' met opgevlude rugzit in zwang.

Bij de ontwikkeling van het turnen in de 19de eeuw, kreeg het houten voltigeerpaard een moderne vorm. Het verloor eerst kop, staart en hals en kreeg vervolgens in de hoogte verstelbare poten. Daarna volgde een volledig

lederen omhulsel met bogen ter vervanging van het zadel. Tenslotte werd het paard symmetrisch.

Het voltigeerpaard met bogen kreeg er tenslotte een broertje bij zonder bogen: het springpaard waarvan de zogenaamde bok op zijn beurt een variant is.

Voltigeren op echte paarden was op de Spelen van 1920 in Antwerpen nog een olympische discipline.

De term 'gymnasium', in de betekenis van school waar jongeren van '12 tot 18 jaar zich voorbereiden op verdere studies', heeft niets te maken met de term 'gymnasium', in de betekenis van oefenzaal waar aan gymnastiek wordt gedaan.
NIET WAAR

Het Latijnse woord 'gymnasium' is afgeleid van de Griekse term 'gymnasion'. Oorspronkelijk waren die gymnasia plaatsen waar jongelui aan fysieke training of gymnastiek deden. Omdat deze oefenplaatsen vele jongeren aantrokken, gingen redenaars en wijsgeren er hun leer verkondigen. Zo evolueerden deze sportinstellingen tot scholen die ook aan intellectuele vorming deden.

De bekendste gymnasia van Athene waren de Akademie (Plato) en het Lyceum (Aristoteles), namen die wij nu nog hanteren.



SPORTIMONIUM
SPORT- & OLYMPISCH MUSEUM

"You don't win silver, you lose gold "

CITIUS, ALTIUS, FORTIUS
OVER-WINNEN EN SPORTHELDEN

"DEELNEMEN IS BELANGRIJKER DAN WINNEN". ZO LUIDT DE BEKENDE LEUZE. MAAR IN DE SPORT IS WINNEN, DE ANDEREN OVERTREFFEN, EEN EEUWENOUDE WET EN ZOWAT ALLE ATLETEN DROMEN ERVAN OM DE BESTE TE ZIJN.

WIE SPORT ZEGT, DENKT DAN OOK WINNEN, BEKERS, MEDAILLES, TROFEEEN, KAMPIOENEN... EN HELDEN. WANT WIE SUCCESVOL IS, WORDT DOOR HET PUBLIEK EN DE MEDIA BEJUBELD ALS EEN HALFGOD.

OM DIE HELDENROLTE VERDIENEN, MOETEN SPORTLUI ECHTER VOORTDUREND HUN GRENZEN VERLEGGEN: STEEDS HOGER, SNELLER, KRACHTIGER.

4.1. IN DE GUNST VAN NIKE

Al van bij de eerste sportcompetities in de Oudheid droomden atleten ervan om in de gunst te staan van de gevleugelde overwinningsgodin Nikè. Sportkampioenen werden vereerd als helden en ontvingen zegelinten, lauwerkransen of kostbare amforen.

Bij de eerste moderne sportwedstrijden, grepen de organisatoren terug naar de trofeeën uit de Oudheid. Bekers in edelmetaal vervingen de oude amforen of kruiken en lauwerkransen maakten met de tijd plaats voor bloementuilen.

In de 19^{de} eeuw deden ook medailles en diploma's hun intrede in de sportwereld. Vaak zijn ze verfraaid met het beeld van de Griekse overwinningsgodin Nikè of met sport- en overwinningscènes uit de Oudheid.

LAUWERKRANSEN

Op de Olympische Spelen of op andere grote sportcompetities in de Oudheid, stredden de atleten enkel om de eer. De beste van elke proef ontving slechts een **zegepalm, zegelinten** en een **lauwerkrans**.

Hoewel er op deze wedstrijden geen materiële prijzen te winnen waren, droomde elke atleet van een zege op de zogenaamde 'kransspelen'. Wie een krans won, kwam niet alleen onder bescherming van de goden, maar werd zelf vereerd als een god. Kunstenaars vereeuwigden de kampioenen met standbeelden, odes en cantates en in hun eigen streek genoten ze talrijke privileges, zoals vrijstelling van belasting, een vooraanstaand openbaar ambt In de 6^{de} eeuw v.C. kregen olympische kampioenen uit Athene zelfs een geldsom waarmee ze zo'n 10 jaar in hun levensonderhoud konden voorzien.

De vedettecultus en het geldgewin, die men aan de moderne sport verwijt, zijn dus niet alleen van deze tijd.

AMFOREN EN BEKERS

Naast de sportcompetities, waar atleten enkel om de eer en om een krans stredden, bestonden er in het Oude Griekenland ook sportwedstrijden waar waardevolle prijzen te winnen vielen. Op de Panatheneïsche Spelen in Athene bijvoorbeeld ontvingen de sportkampioenen grote, met olie gevulde **amforen**, die versierd waren met afbeeldingen van de beoefende sporttakken en van de stadsgodin Athena.

Bij de opkomst van de moderne sport, inspireerde men zich op die amforen om de winnaars te belonen met coupes of bekens. Aanvankelijk waren deze bekens vaak unieke exemplaren uit massief zilver, die bekende edelsmeden of juweliers hadden ontworpen en vervaardigd. De kostbare trofeeën waren een uitstraling van het prestige van de eerste elitaire amateursportclubs, waar professionalisme en geldgewin volledig uit den boze was.

Tegenwoordig zijn bekens vaak louter symbolen waarachter waardevolle materiële prijzen schuilen.

MEDAILLES en DIPLOMA'S

Naast kransen en bekens, die teruggaan tot de Oudheid, deden in de loop van de 19^{de} eeuw ook medailles en diploma's hun intrede in de sportwereld. De traditie om verdienstelijke sportlui te belonen met deze eretekens was overgenomen uit andere sectoren zoals het leger en het onderwijs.

Hoewel sportmedailles en sportdiploma's dus relatief jong zijn, leggen de ontwerpers vaak een link naar de Oudheid. Op vele diploma's en medailles prijkt nog steeds het beeld van de Griekse overwinningsgodin Nikè of worden sportscènes uit de Oudheid afgebeeld.

4.2. DE MODERNE GODEN VAN HET STADION

De populariteit van een sport staat of valt met zijn helden.

Supporters en fans vereren hun kampioenen als goden en bewaren foto's of andere aandenkens als echte relikwieën.

Omdat verdienstelijke en beloftevolle sportlui dankbare mediafiguren zijn, staan ze ook voortdurend in de spots van sportjournalisten. Om sportkampioenen aan te moedigen om het alsmear beter te doen, riepen de journalisten op het einde van de 20^{ste} eeuw een aantal onderscheidingen in het leven zoals *Sportman en Sportvrouw van het Jaar, de Gouden Schoen, de Gouden Spike, de Kristallen Fiets ...* kortom, trofeeën voor de kampioen der kampioenen.

WAAR OF NIET WAAR

De slogan 'deelnemen is belangrijker dan winnen' is een uitvinding van Pierre De Coubertin, de grondlegger van de moderne Olympische Spelen.

NIET WAAR

Die legendarische woorden werden voor het eerst uitgesproken door de anglicaanse bisschop van Pennsylvania (USA) tijdens een godsdienstige plechtigheid die de Spelen van Londen vooraf ging. De Coubertin citeerde ze in zijn openingstoespraak.

Op de Spelen in het oude Olympia werden alleen de eersten gekroond als winnaars. Alle anderen waren verliezers.

WAAR

Op de moderne Olympische spelen is het geven van geldprijzen verboden.

WAAR.

Net zoals in de Oudheid ontvangen olympische kampioenen alleen eerbewijzen, namelijk een gouden, een zilveren of een bronzen medaille. In hun eigen land krijgen de winnaars wel een geldelijke beloning.

De grootte van dit bedrag verschilt uiteraard van land tot land.

De forse vergoeding die succesvolle beroepswielrenners ontvangen, is een fenomeen van de laatste jaren.

NIET WAAR

Toen Odiel Defraye in 1912 als eerste Belg de Tour won, kreeg hij een contract aangeboden van 32 000 goudfranken. Een bedrag dat kon tellen als je weet dat het gemiddeld jaarloon van een arbeider in die tijd amper 1000 frank bedroeg.



SPORTIMONIUM
SPORT- & OLYMPISCH MUSEUM

"Ons lijf is gemaakt om te bewegen; de mens is een homobiel"

Professor Roland Renson, sporthistoricus

IN VORM !

HET FITNESSCOMPLEX VROEGER & NU

RUST ROEST EN BEWEGINGSARMOEDE LEIDT TOT MODERNE KWALEN ZOALS OVERGEWICHT, HART- EN VAATZIEKTEN, OSTEOPOROSE, SUIKERZIEKTE, STRESS

SINDS WE DIT BESEFFEN, TREKKEN WE MASSAAL ONZE JOGGINGSCHOENEN AAN, DUIKEN WE MET Z'N ALLEN IN HET ZWEMBAD OF BEZOEKEN WE STEEDS VAKER FITNESSCENTRA. WANT SPORTEN IS GEZOND EN FITNESSTRENDS ALS AEROBIC-DANCING, TAEBO OF SPINNING BELOVEN ONS BOVENDIEN EEN FIT, SLANK EN GESPIERD LICHAAM. MOOI MEEGENOMEN IN EEN TIJD WAARIN SPORTATLETEN ONS HET SCHOONHEIDSIDEAAL VOORSPIEGELEN.

DE ZORG OM EEN GEZOND EN MOOI GEVORMD LIJF IS INDERDAAD EEN BELANGRIJK MOTIEF GEWORDEN OM EXTRA TE BEWEGEN. MAAR OOK LANG VOOR DE HEDENDAAGSE 'FITNESS-HYPE' DEDEN MENSEN AAN LICHAAMSCULTUUR.

5.1. GYMNASIA EN THERMEN

" Je zal glanzend en vol bloei je oefenen in het gymnasium (...), dan krijg je voorgoed een glanzende borst, de huid gezond, de schouders fors, de bips mooi en rond (...)"

Aristophanes (circa 448-380 v. C.)

De vroegste sporen van lichaamscultuur vinden we bij de Grieken, die veel belang hechtten aan de ontwikkeling van een atletisch lichaam. Jongelui trokken dagelijks naar het *gymnasion* om er naakt (*gymnos*) aan hun fysieke conditie te werken. Ook toen al waren halters of *halteres* populaire trainingstoestellen.

In de Romeinse Tijd, maakten de gymnasia plaats voor *thermae* of openbare badhuizen. In tegenstelling tot de gymnasia, waar het lichaam vooral werd getraind en gehard , waren de thermen veeleer oorden van genot, vergelijkbaar met moderne sauna's. Veel badhuizen hadden niet alleen warme en koude reinigingsbaden maar ook stoombaden, zwembassins, fitnesszalen, massageruimtes en zelfs bibliotheken en kunstgalerijen.

GYMNASIA

De Grieken waren de eersten die bewust aan hun lijf werkten.

De arts Hippokrates (460-372 v.C.) en de filosofen Plato (429-347v.C.) en Aristoteles (384-322 v.C.) prezen lichaamsoefeningen als heilzaam en nuttig. Beeldhouwers verhieven het atletisch lichaam tot kunst.

Eens 14 jaar trokken jongelui naar het ***gymnasion*** om er onder het waakzame oog van een professionele trainer te oefenen. De Grieken oefenden naakt (*gymnos*) en bedekten hun lichaam met een olie- en zandlaag, die na de training werd verwijderd met een schraapijzer.

THERMAE

Om in de gunst van het volk te komen, lieten Romeinse keizers ***thermae*** of openbare badhuizen bouwen die voor iedereen toegankelijk waren. Men trok er naar toe om zich te reinigen, om zich te ontspannen in balzalen, zwembassins en fitnessruimten of om zich te laten verwennen in massagekamers. De meest indrukwekkende badinstelling uit de Oudheid waren de thermen van Diocletianus die in het jaar 305 werden geopend. Naar verluidt kwam de oppervlakte van dit complex overeen met 12 voetbalvelden en kon het gemakkelijk 3000 badgasten tegelijk ontvangen.

In de Middeleeuwen gingen de badhuizen dicht. Het lichaam werd taboe en de stedelijke 'badstoven' kregen een etiket als onhygiënische oorden van ontucht.

5.2. BODYBUILDING AVANT LA LETTRE

In de 19de eeuw kreeg het lichaam, dat in de Middeleeuwen taboe was geworden, opnieuw meer aandacht.

In het licht van de toenemende gezondheidszorg (her)ontdekte men de heilzame werking van *badkuren*, van *gymnastiek* en van *mechanotherapie*.

Naast de kuuroorden en de gymzalen, die focusten op gezondheid, doken rond 1900 ook een aantal 'écoles de culture physique' op. Hier kwam de schoonheid van het lichaam op de eerste plaats. Vooral mannen lieten er hun spieren rollen. Met gewichten en met allerhande rek-, trek-, hang-, duw-, hef- en spantoestellen trachtten ze hun perfecte droomlijf te cultiveren. Bodybuilding avant la lettre!

DE HERONTDEKKING VAN BADKUREN

Reeds in de renaissance hadden artsen en wetenschappers de heilzame werking van waterkuren (hydrotherapie) herontdekt. Hierdoor groeiden minerale bronnen in Spa en Chaudfontaine uit tot mondaine, internationale kuuroorden.

Vanaf de 18^{de} eeuw schreef de wetenschap ook een heilzame werking toe aan het **baden in zee**. Zo ontstond de thalassotheapie en werd de kust een geliefd kuuroord voor rijke (schijn)zieken die hun gezondheid wilden verbeteren.

Om de preutse fatsoensregels van toen niet te overtreden, liet men de badgasten te water met badkarren, die tegelijkertijd dienst deden als kleedcabines. Dat baders en vooral baadsters met hun zedige badkostuums zodanig veel textiel moesten meeslepen dat ze nauwelijks het hoofd boven water konden houden, vormde niet zo'n probleem. Een kuurbad was immers niet veel meer dan een onderdompeling in het water. Bovendien waren de gasten meestal vergezeld van een 'guide baigneur'.

Met de jaren evolueerde een duik in het water van medische ernst voor rijkelui naar een populaire vrijetijdsbesteding. Zo werd zwemmen een geliefde en gezonde recreatiesport.

HEILGYMNASTIEK en MECHANOTHERAPIE

In de loop van de 19^{de} eeuw ontstonden gymzalen waar men onder meer aan **heilgymnastiek** deed. Met statische houdingsoefeningen trainde de gymnast bepaalde spieren, terwijl andere spiergroepen rustten. Hierdoor was de medische gymnastiek zeer geschikt voor genezing en versterking van verzwakte spieren en voor correcties van lichamelijke vervormingen zoals rugkrommingen.

In de gymzalen trof men nochtans ook kernegezonde dames en heren. Met behulp van de heilgymnastiek trachtten ze hun lichamelijke conditie te 'onderhouden' en hun voorkomen te 'verfraaien'.

De medische- of heilgymnastiek ligt dus zowel aan de basis van de kinésithérapie als van de onderhoudsgymnastiek.

Aangezien de opkomst van de gymnastiek samenviel met de industrialisatie, ontkwam ze niet aan de mechanisatietrend die in de 19^{de} eeuw woedde.

Met de heilgymnastiek als basis, ontwierpen wetenschappers zoals de Zweedse arts en orthopedist Zander (1853-1920), toestellen waarbij men verschillende spiergroepen afzonderlijk kon trainen en waarbij de weerstand of de belasting individueel kon worden aangepast.

Oorspronkelijk was de zogenaamde **mechanotherapie** gericht op patiënten met orthopedische afwijkingen of met spier- en gewrichtsproblemen. Geleidelijk aan gebruikten ook gezonde personen de toestellen om bepaalde spiergroepen extra te versterken. Je kan dus zeggen dat de toestellen uit de mechanotherapie de voorlopers zijn van de moderne, computergestuurde en gesofistikeerde fitnessstoestellen.

DE VADERS VAN DE BODYBUILDING

Op het einde van de 19^{de} eeuw, traden twee bijzondere personen op het voorplan als de **vaders van de bodybuilding**.

Onder het motto 'santé = beauté' opende de Franse gymnasiarch Edmond DESBONNET (1867-1935) anno 1885 in Rijsel een eerste 'Ecole de Culture Physique'. De esthetische vorming van het lichaam kwam er op de eerste plaats. Desbonnet was er immers van overtuigd dat de schoonheid van het lichaam een weerspiegeling is van een gezond lichaam. Om het ideale lichaam te bereiken, greep hij terug naar beeldhouwwerken uit de Griekse Oudheid en ontwikkelde hij een methode waarbij gewichten (kleine halters) en allerlei rek-, trek-, hang-, buig- en spantoestellen werden gebruikt om de spieren te verstevigen. Tijdens het interbellum, op het hoogtepunt van de 'methode Desbonnet', bestonden er in Frankrijk wel 300 'écoles de culture physique'. Maar ook in ons land kende de 'culture physique' meer en meer aanhangers.

Ondertussen had de uitzonderlijk sterke en gespierde Duitse circusartiest Eugen SANDOW in 1897 te Londen een oefenzaal geopend van waaruit hij zijn 'Sandow methode' propageerde. In tegenstelling tot de 'methode Desbonnet', die een harmonische vorming van het lichaam beoogde, was Sandow's trainingssysteem gericht op de toename van spiervolume.

Na Wereldoorlog II kreeg het bodybuilden een meer officieel karakter door de oprichting van een internationale federatie (1946). 'Culturisten' die trouw bleven aan het oorspronkelijke ideaal van 'gezondheid = schoonheid' zetten zich echter af tegen de bodybuilders en kozen het spoor van de fitness. Die fitnessbeweging kwam in de jaren zestig op gang in Amerika, maar werd al snel over de ganse wereld verspreid.

5.3. JONG VAN HART EN SOEPEL BLIJVEN

In de tweede helft van de 20^{ste} eeuw werd gezondheid steeds belangrijker.

Vooral de vaststelling dat de conditie van de moderne mens erop achteruit gaat en dat bewegingsarmoede één van de grootste oorzaken is van beschavingsziekten als stress, lusteloosheid, overgewicht, hart- en vaatziekten, osteoporose... deed in de jaren zestig de alarmbel luiden.

De wetenschap was formeel: rust roest.

De sportwereld had zijn antwoord klaar: doe aan sport, sport maakt gezond!

Om zoveel mogelijk mensen in beweging te zetten, nam het Bloso vanaf de jaren zeventig allerlei initiatieven, waaronder het 'fit-o-meter parcours'.

Radio en televisie droegen hun steentje bij met gymnastiekprogramma's en bedrijven lanceerden 'pauzegymnastiek' in de overtuiging dat een fitte werknemer beter werk aflevert.

5.4. WE WANT MUSCLES: HET HEDENDAAGSE FITNESSCOMPLEX

Vanaf de jaren tachtig barstte de fitnessrage echt los. Fitnessstrends als jogging, aerobics, spinning, body pump of taebo waaiden vanuit de States naar ons land over. Onder invloed van filmster Jane Fonda en 'governator' Arnold Schwarzenegger werd niet alleen gezondheid maar ook schoonheid een goede reden tot bewegen.

Ze werden haast ontelbaar, de lui die aan de start verschenen van een stratenloop of die hijgend en zwetend hun spieren lieten rollen op de tonen van 'High Energy', 'Physical', 'I want Muscles' of andere opzweepende radiohits. Zowel mannen als vrouwen vonden hun weg naar de fitnesscentra. Want in die moderne tempels van de lichaamscultuur werd een marginale sport als bodybuilding weer 'bon-ton'.

LOPEN VOOR JE LEVEN

In de jaren zestig kwamen wetenschappers erachter dat een rustige duurloop of een andere langdurige bewegingsactiviteit met veel zuurstofverbruik, uiterst geschikt is voor het verbeteren van de fysieke conditie.

De zogenaamde 'aërobe bewegingen' stimuleren immers de werking van hart, longen en bloedvaten en verbruiken veel energie, wat dan weer nuttig is bij overgewicht.

Bovendien ontdekte men dat langdurige aërobe bewegingen in de hersenen stoffen vrij maken die een opwekkend effect hebben en als een soort antidepressivum werken.

Dit alles maakte van een weinig geliefde sport als lopen een ware 'hype' die op het einde van de jaren zeventig van Amerika naar Europa overwaaide. Ter illustratie: aan de *20 km door Brussel*, een populaire stratenloop die sinds 1979 doorgaat, nemen jaarlijks meer dan 20.000 joggers deel.

IN HET SPOOR VAN JANE FONDA

In de jaren tachtig raakten massa's vrouwen in de ban van aerobics, een nieuwe bewegingsvorm op muziek, gepropageerd door de slanke actrice Jane Fonda. Om zich te wapenen tegen aankomende vetkussentjes en om vitaal en slank te blijven of te worden, trokken duizenden vrouwen naar het sportcentrum, de fitnessclub of zelfs naar de parochiezaal voor de wekelijkse aerobic-les. Wie daar niet genoeg aan had, kon ook nog thuis oefenen met homevideo's, lp's of boeken met praktische handleidingen.

Na de doorbraak van de jogging- en de aerobic-rage kwam de fitnesshype in een ware stroomversnelling terecht. Aquagym, callanetics, spinning, body pump, taebo en andere fitnessstrends volgen elkaar met de regelmaat van de klok op. Ze beloven ons immers een fit, slank en mooi gemodelleerd lichaam, net zoals dat van de atleten die ons tegenwoordig het schoonheidsideaal voorspiegelen.

5.5. DE (SPORT)KLEREN MAKEN DE (SPORT)MAN

Omdat het schoonheidsideaal tegenwoordig geassocieerd wordt met fitheid, dynamiek en sportiviteit, is ook de hedendaagse kledingmode doordrongen van sportieve elementen. Modeontwerpers vinden inspiratie op het sportveld en authentieke sportkledij zoals Lacoste polo's en All-Star basketschoenen of Adidas sweaters leiden in de alledaagse mode een eigen leven.

Want ook jongeren die nooit een voet op het sportterrein zetten, meten zich graag een sportief imago aan en vinden het cool om in sportkledij te verleiden.

LACOSTE TRUI

De geschiedenis van het beroemde **Lacoste** krokodilletje begon in 1927 met een weddenschap, die de Franse tennisser René LACOSTE (1905-1996) een valies opleverde in krokodillenleer en de bijnaam 'Le Crocodile'. Lacoste was kennelijk fier op die naam want op al zijn tennisoutfits liet hij een krokodilletje naaien. Toen Lacoste op het einde van zijn tenniscarrière samen met een vriend een textielbedrijfje oprichtte, werd het krokodilletje hun handelsmerk. Het succes van de shirt uit piqué katoen leidde tot de verkoop van allerhande Lacoste-producten gaande van broeken, hemden en pull-overs tot auto's en parfums.

ALL STARS

In 1917 lanceerde de Converse Rubber Company in de Verenigde Staten een linnen sportschoen met rubberen neus en zool onder de naam '**All Star**'. Naar verluidt werd het originele model enkele jaren later (1921) door de Amerikaanse basketter Chuck Taylor aangepast aan de noden van zijn sport. Zo plaatste hij op de zijkant van de schoenen een rond lapje om de enkels te beschermen. Tot op het einde van de jaren zestig was de All Star een vaste waarde binnen de basketbalsport. Toen de eerste lederen sportschoenen verschenen en Nike in 1985 een contract aanging met topspeler Michael 'Air' Jordan, verdween de Converse schoen uit het sportlandschap.

Ondertussen had de All Star echter al zijn weg gevonden naar de alledaagse mode, waar hij nog steeds een topper is.

ADIDAS

Adi Dassler, de stichter van het bekende **Adidas** bedrijf, was in 1920 één van de eersten die sportschoenen maakte. In de loop der jaren volgde ook sportkledij. Ooit dropte de firma vanuit sociale overwegingen een lading gedemodeerde sportschoenen en sportkleding in een Amerikaanse gevangenis. Enkele jaren later ontstond er een enorme jacht naar die eerste authentieke sportaccessoires. Zo kwam Adidas op het idee om reproducties te maken van de oorspronkelijke modellen en die op de markt te brengen onder de naam 'Adidas Originals'.

WAAR OF NIET WAAR

De fysieke conditie van de Vlaamse jeugd is de laatste jaren verbeterd.

NIET WAAR.

Een wetenschappelijke fitnessstudie bij Vlaamse jongeren tussen 12 en 18 jaar, heeft aangetoond dat de conditie van de jeugd achteruit gaat. Vooral de aërobe uithouding, die een belangrijke gezondheidsindicatie vormt, is sterk verminderd.

De Engelse term 'spa' (vert. minerale bron, badplaats) is afgeleid van het Waalse kuuroord Spa.

WAAR

Met zijn geneeskrachtig bronwater, was Spa reeds van in de 16de eeuw een populair kuuroord. Aanvankelijk werd dit plaatsje bezocht met de bedoeling het bronwater te drinken. Pas later raakte ook het 'baden' in zwang.

Johnny Weissmuller, het gespierde Amerikaanse zwemwonder bekend om zijn olympische overwinningen in de jaren twintig en om zijn rol als 'Tarzan', was reeds van kindsbeen een atleet.

NIET WAAR

Weissmuller leed aan kinderverlamming en genas dankzij veelvuldige zwemtrainingen.

Als je al joggend wat overtollige kilootjes kwijt wil, moet je trachten je snelheid en je hartritme zo hoog mogelijk op te voeren.

NIET WAAR

Wie al joggend wil vermageren hoeft niet noodzakelijk hard te lopen maar kan beter een langzaam ritme kiezen dat hij of zij minstens 60 minuten kan aanhouden.

Wie regelmatig aan sport doet is doorgaans opgewekter dan passieve mensen.

WAAR



SPORTIMONIUM
SPORT- & OLYMPISCH MUSEUM

"Athletes are first born, then made"

**STILSTAAN BIJ BEWEGEN
SPORT, WETENSCHAP EN TECHNOLOGIE**

DE TIJD DAT LOPERS HUN EIGEN STARTKUILTJES MAAKTEN, VEEL EN HARD TRAINEN DE ENIGE WEG NAAR SUCCES WAS EN SPORTLUI MEDAILLES WONNEN OP BIEFSTUKKEN OF LEVERTRAAN, LIGT DEFINITIEF ACHTER ONS. VANDAAG MAKEN ATLETEN GEBRUIK VAN HOOGTECHNOLOGISCH MATERIAAL EN ZIJN ZE OMRINGD DOOR SPORTARTSEN, PROFESSIONELE TRAINERS, PSYCHOLOGEN EN VOEDINGSSPECIALISTEN.

OOK AL IS AANGEBOREN TALENT IN TOPSPORT DE GROOTSTE SUCCESFACTOR, IN DE RACE NAAR GOUD ZIJN WETENSCHAP EN TECHNOLOGIE BELANGRIJKE HULPMIDDELEN GEWORDEN.

DOOR DE BIOMECHANICA, DE INSPANNINGSFYSIOLOGIE EN DE ANTROPOMETRIE BEGRIJPT MEN STEEDS BETER HOE ONS LICHAAM IN MEKAAR ZIT EN BEWEEGT. DAT LEIDDE TOT DE ONTWIKKELING VAN DOELTREFFENDE TRAININGSMETHODEN EN TOT DE PRODUCTIE VAN HYPERMODERN SPORTMATERIAAL, WAARDOOR ATLETEN HUN NATUURLIJK PRESTATIEVERMOGEN KUNNEN VERHOGEN.

6.1. HET LICHAAM, EEN INGEWIKKELDE BEWEGINGSMACHINE

Wie aan topsport doet, moet in de eerste plaats beschikken over een gezond lichaam met een flinke dosis kracht, lenigheid, snelheid, uithouding, evenwicht en coördinatievermogen.

De ontwikkeling van die 'motorische' eigenschappen hangt af van een aantal 'lichamelijke' eigenschappen zoals spiervolume, longvolume, hartritme, lichaamslengte, vetgehalte enzovoort. Deze eigenschappen worden grotendeels overgeërfd. Daarom zegt men wel eens "*If you want to be an athlete, choose your parents well*"

Door efficiënte training, aangepaste voeding en kunstmatige middelen, kan men de aangeboren eigenschappen nochtans verbeteren.

Vandaar het gezegde "*Athletes are first born, then made*".

Om te bepalen of iemand geschikt is om topsporter te worden en om atleten doeltreffend te begeleiden naar de top, moeten we dus in de eerste plaats begrijpen hoe zijn of haar lichaam in mekaar zit en werkt. Aangezien het lichaam kan vergeleken worden met een ingewikkelde machine met honderden onderdelen, die elk een eigen functie hebben, is dit geen gemakkelijke klus.

Wetenschappen als *kinantropometrie, inspanningsfysiologie en biomechanica* helpen hierbij.

6.2. MODERNE SPORTUITRUSTING: SLIMMERSNELLER

In 1903 won een Franse renner de eerste *Tour de France* met een gemiddelde snelheid van 25 km per uur. Een lachertje vergeleken bij de snelheden die renners nu halen.

Ook in andere sporten zijn de prestaties alsmaar toegenomen en worden steeds opnieuw records gebroken.

Zijn de sportlui dan zoveel beter geworden?

Ons lichaam mag dan nog de belangrijkste bron zijn voor het leveren van sportprestaties, in de race naar goud speelt eveneens de sportuitrusting een grote rol.

Ook op dit domein heeft de wetenschap niet stilgestaan. Door het gebruik van nieuwe kunststoffen, de ontwikkeling van mechanische hulpmiddelen zoals versnellingsapparaten of door de aandacht voor een doeltreffende vorm, werd zowel het sportmateriaal als de sportkledij alsmaar efficiënter.

MATERIALEN

Houten ski's, lederen fietshelmen, katoenen zwempakken of stalen velo's, zijn vandaag slechts stille getuigen van een tijd waarin alles nog puur natuur was. Met de komst van de kunststoffen brak er -ook in de sportwereld- een nieuw tijdperk aan. Vooral de zogenaamde 'composieten' waaronder glas- en koolstofvezels, zorgden in de tweede helft van de 20^{ste} eeuw voor een grote (r)evolutie. Deze vezels zijn niet alleen lichter, sterker en slijtvaster dan hout, bamboe, metaal of andere natuurlijke materialen maar hebben bovendien het grote voordeel dat ze gemakkelijker vervormbaar zijn. Dankzij deze eigenschappen kan men bij het ontwerpen van helmen, fietsen, tennisraketten

en ander sportmateriaal afwijken van de traditionele vormen en efficiënter of moderner materiaal produceren.

WAAR OF NIET WAAR

Bij gebrek aan thermisch ondergoed hielden wielrenners zich destijds warm met behulp van krantenpapier.

WAAR

Hoe pluiziger tennisballen, hoe trager .

NIET WAAR

Doordat er zich tussen de pluizjes lucht bevindt, glijden pluizige ballen beter door de lucht en zijn ze sneller dan minder pluizige ballen.

In de 'Research & Development' afdeling van Nike werken 400 personen waaronder een aantal professoren in de biomechanica.

WAAR

Sommige topsporters zoals Maurice Green hebben gepersonaliseerde sportschoenen.

WAAR

Een mannenlijf is van nature beter geschikt voor inspanningen dan een vrouwenlichaam.

WAAR

Mannen hebben doorgaans dikkere spieren zodat ze meer kracht kunnen ontwikkelen. Bovendien hebben de meeste mannen een groter hart en meer bloed zodat er meer zuurstof naar de spieren kan worden getransporteerd.

Gladde golfballetjes ondervinden minder luchtweerstand en zijn dus sneller dan golfballetjes met putjes.

NIET WAAR

Aletes werden soms zwanger gemaakt om beter te presteren.

WAAR

Omdat men van mening was dat de hormonale veranderingen tijdens een zwangerschap de prestatie gunstig konden beïnvloeden, werden ooit atletes zwanger gemaakt.



SPORTIMONIUM
SPORT- & OLYMPISCH MUSEUM

"De uitgestrekte witte vlakten, de woeste toppen, de monsters van de natuur hebben me uitgedaagd om mezelf te overtreffen. Ik betrad de wereld van de mateloze oneindigheid en voelde een onweerstaanbare behoefte om mezelf steeds verder te drijven"

Alain Hubert, expeditieleider

SPORT ZONDER GRENZEN: SPORTEN IN EN MET DE NATUUR

**OP SKI'S ONBEKENDE GEBIEDEN VERKENNEN,
IN EEN KANO WILDE RIVIEREN TROTSEREN,
MET EEN VALSCHERM DOOR HET LUCHTRUIM ZWEVEN OF
SURFEND FLIRTEN MET WIND EN WATER.**

**DE EVOLUTIE VAN HET TOERISME EN DE VLUCHT UIT HET
DAGELIJKSE LEVEN DRIJVEN DE MENS STEEDS MEER OVER DE
GRENZEN VAN HET GEWONE SPORTTERREIN OP ZOEK NAAR
NIEUWE UITDAGINGEN.**

**NATUURSPORTEN ALS MOUNTAINBIKEN, ZEILEN, SURFEN,
KANOVAREN, SKIEN OF BERGBEKLIMMEN ZIJN DAN OOK MEER
DAN OOI IN TREK.**

**DOOR DE TOENEMENDE DRANG NAAR SPANNING EN AVONTUUR,
ONTSTAAN UIT DEZE SPORTEN VOORTDUREND NIEUWE, MEER
EXTREME VARIANTEN ZOALS KITESURFEN, RAFTEN, CANYONING,
SNOWBOARDEN...**

EEN JONGE TREND MET EEN LANGE VOORGESCHIEDENIS.

7.1. (TRANS)SPORT OM TE OVERLEVEN

De meeste natuursporten zoals windsurfen, raften of snowboarden horen tot de jongste telgen uit de sportfamilie. Toch gaan hun wortels terug tot een ver verleden.

Eeuwen geleden al zocht de mens naar middelen om natuurelementen als water, wind, sneeuw... te trotseren. Zo ontstonden onder meer zeilen, kanovaren, sneeuwlopen en schaatsen als een noodzakelijke manier om natuurlijke hindernissen te overwinnen.

Gedreven door wetenschappelijke nieuwsgierigheid zocht de mens voortdurend naar nieuwe en betere middelen om in de natuur zijn mannetje te staan.

Rond 1500 ontwikkelde Leonardo da Vinci een aantal vooruitstrevende, maar nooit uitgevoerde ideeën om zich in het water of in de lucht voort te bewegen. Zo'n 100 jaar later ontwierp de Brugse wiskundige Simon Stevin de zeilwagen, een vervoermiddel dat rond 1900 werd herontdekt als sporttuig.

7.2. SPORTIEVE VEROVERINGSDRIFT

Vanaf de 19^{de} eeuw raakten niet alleen wetenschappers maar ook sportieve avonturiers bevangen door de drang om natuurelementen als water, wind, besneeuwde bergen ... te overwinnen.

Overal, dus ook in België, ontstonden clubs en federaties die de eerste sportieve zeilers, alpinisten, luchtpiloten ... verenigden en wedstrijden organiseerden.

Dankzij de internationale successen van getalenteerde Belgische 'vliegmensen' zoals Jan Olieslagers en Ernest Demuyter, kreeg ons land zelfs een bijzondere plaats in de pioniersjaren van de luchtsport.

BALLONVAREN

Met de uitvinding van de **luchtballon** door de Franse broers MONTGOLFIER (1783) ging de menselijke droom om te vliegen in vervulling en begon de verovering van het luchtruim.

Dit eerste luchtvaartuig was echter zo gevoelig voor de grillen van de natuur dat de luchtballon onbruikbaar was als vervoermiddel. Een sportieve uitdaging werd het des te meer.

Omdat ballonvaren een dure aangelegenheid was, zochten luchtpiloten naar middelen om met hun nieuwe attractie geld te verdienen. Vele ballonvaarders trokken langs kermissen en jaarmarkten en lieten zich door de organisatoren betalen om volk te lokken. Ook in die tijd al liet men op de ballon dikwijls reclame aanbrengen. Sommige ballonvaarders maakten van hun luchtvaart adembenemende shows en lasten spectaculaire acts in zoals trapezekunsten of parachutesprongen.

Naast die attracties voor de massa, waren er natuurlijk ook sportieve ballonraces. Eén van de meest prestigieuze ballonwedstrijd was destijds de *Gordon-Bennettrace*. Deze nog steeds bestaande internationale afstandswedstrijd, ontstond in 1906 en werd tot zes maal toe (1920, 1922, 1923, 1924, 1936, 1937) gewonnen door de Belgische luchtschipper Ernest DEMUYTER (1893-1963). Hiermee werd Demuyter recordhouder van het aantal Gordon-Bennettzeges en kreeg ons land een ereplaats in de internationale ballonvaart.

Vandaag is de Belgische ballonvaart vooral bekend dankzij de prestaties van Wim VERSTRAETEN (° 1957). Deze luchtpiloot dankt zijn faam onder meer aan zijn pogingen om als eerste non stop rond de wereld te vliegen (1997 en 1998).

VLIEGSPORT

Meer dan een eeuw na de succesvolle experimenten van de Franse ballonvaarders Montgolfier (1783), konden de Amerikaanse gebroeders WRIGHT als eersten een **motorvliegtuig** in de lucht houden (1903). Vanaf toen kon de luchtsport echt beginnen. Overal werden aëroclubs opgericht en werden vliegmeetings georganiseerd. Zo ook in Antwerpen, waar de onverschrokken wielrenner en motorduivel Jan OLIESLAGERS (1883-1942), bijgenaamde 'Jan zonder Vrees' vanaf 1909 furore maakte als luchtpiraat. Gefascineerd door snelheid en mechaniek en aangemoedigd door de eerste geslaagde kanaalovertocht van Bleriot (1909), kocht Olieslagers van Louis Bleriot himself een 'monoplan'. Voor de Antwerpse durf-al was dit de start van een glorierijke vliegcarrière met tal van nationale en internationale overwinningen en records.

7.3. RIJKE SPORTLUI GAAN VREEMD

In de eerste helft van de 20^{ste} eeuw raakten een aantal outdoor sporten bij rijkelui in trek als vakantiesporten.

Wie het zich kon veroorloven, ging op vakantie naar de kust of naar de bergen. Aangezien sport hét modesnufje was, mocht het niet ontbreken als toeristische attractie.

Naast sporten als zeilen, kanovaren, roeien ... ontstond aan de Vlaamse kust het zeilwagenrijden, een nieuwe, typisch Belgische vakantiesport.

Bij welstellende families raakten ook wintervakanties erg in trek. In de Alpen maar ook in het befaamde kuuroord Spa, gaven sportieve rijkelui zich over aan wintersporten als sleeën, skiën of schaatsen.

STRANDZEILEN

Zo'n 300 jaar nadat de Bruggeling Simon STEVIN (1548-1620) de zeilwagen had uitgevonden als vervoermiddel, lanceerden de gebroeders DUMONT op het strand van De Panne de eerste sportieve versies van de 'char à voile' (1898).

Zeilwagenrijden werd pas een echte sport na de oprichting van de eerste clubs in de jaren twintig van vorige eeuw. Door het ontstaan van de *Federatie van Sand Yacht Clubs* (1949) en door de technologische evolutie van de zeilwagens na Wereldoorlog II, kreeg de sport een internationale uitstraling.

Vandaag wordt strand- en landzeilen zowat overal ter wereld beoefend met hypermoderne en hoogtechnologische zeilwagens.

SKIEN

Rond 1900 gingen de eerste reislustige gentlemen in de winter op vakantie in de Alpen. Ze kwamen er in contact met de **skisport**, die toen net vanuit Scandinavië naar de Alpen was overgewaaid. Het skiën vond immers zijn oorsprong in de Noorse provincie Telemark. Daar was het skilopen en het skiglijden als vervoermiddel en als volksvermaak omstreeks 1880 geëvolueerd tot een competitieve en sportieve aangelegenheid. Het typisch Scandinavische telemark-skiën verspreidde zich snel naar andere bergstreken en evolueerde tot alpineskiën en langlaufen.

Maar ook dichterbij ons werd aan wintersport gedaan. In het mondaine kuuroord Spa bijvoorbeeld.

Jarenlang was een wintersportvakantie een zaak voor rijkelui. Maar in de jaren zestig kwam daar verandering in. Dankzij de sneeuwklassen raakten ook minder gefortuneerde jongelui in de ban van de wintersport en werd skiën één van de meest populaire vakantiesporten. De laatste jaren moet alpineskiën steeds meer wijken voor snowboarden, de jongste (Amerikaanse) telg uit de skifamilie.

7.4. AVONTURISME OF AVONTOERISME ?

Met de doorbraak van het massatoerisme raakten buitensporten als skiën, bergbeklimmen, kanovaren of zeilen steeds meer in trek als vakantiesporten. Technologische vernieuwingen en de drang naar spanning, avontuur en zelfbevestiging leidden bovendien voortdurend tot allerhande nieuwe en soms knotsgekke varianten van bestaande outdoorsporten. Denk aan snowboarden, hot-dog-skiën, rafting, skysurfen, basejumpen of bungeespringen.

De verstrengeling van sport en toerisme laat zich duidelijk voelen in het stijgend succes van allerhande sportieve vakantiearrangementen, gaande van relatief bescheiden sportkampen tot luxueuze sportvakanties in verre exotische streken.

Voor de moderne generatie 'avontoeristen' beperkt de sportieve uitdaging zich echter vaak tot een kortstondige onderdompeling in een avontuur, door anderen zorgvuldig voorbereid en begeleid. Even kicken zonder al te veel risico's of afstand van dagelijkse luxe.

Deze nieuwe vorm van toerisme steekt schril af tegen de intense belevingen van echte avonturiers zoals onze landgenoot Dixie Dansercoer en vele anderen. Die gaan dagen-, weken-, zelfs maandenlang fysiek en mentaal tot het uiterste om zich te meten met zichzelf en met de vaak meedogenloze natuurelementen.

WHAT'S IN THE NAME

WINDSURFEN

Een combinatie van het eeuwenoude golfsurfen en zeilen.

KITE SURFEN

Een variante van windsurfen, waarbij een grote vlieger of 'kite' de surfer voorttrekt.

BODY BOARDEN

Een jonge variante van golfsurfen, die kan worden beoefend met kleinere, lichtere en goedkopere boards van hout of van kunststof.

SNOWBOARDEN

Een variant van skiën, geïnspireerd op het golfsurfen, waarbij je dwars op een brede plank staat en zo allerhande besneeuwde hellingen afglijdt.

RAFTEN

In een rubberboot wildwaterrivieren afdalen

CANYONING

Met behulp van touwen en een wetsuit de bovenloop van een rivier afdalen

HYDRO-SPEED

Je een weg banen door zeer snel stromende rivieren met behulp van een plankje, een wetsuit, een paar zwemvliezen en een helm.

PARAPENTE

Valschermspringen met behulp van een grote rechthoekige parachute waardoor de zweeffase langer wordt.

DELTAFLIEGEN

Een variante van zeefvliegen waarbij de beoefenaar onder een grote vlieger hangt.

SKY-DIVING

Bij valschermspringen eerst in vrije val gaan en allerlei figuren maken.

SKYSURFEN

Valschermspringen met een surfplank aan de voeten waardoor je tijdens de vrije val extra druk kan zetten op de lucht en figuren kan maken.

KITE SKIÏNG

Op skilatten over grote sneeuw- en ijsvlakten glijden, waarbij je wordt voortgetrokken door een grote vlieger of 'kite'.

HELISKI

Zich door een helikopter laten droppen op moeilijk te bereiken berghellingen en dan langs ongeprepareerde pistes naar beneden skiën

HOUSE RUNNING

Langs de gevels van torenhoge flats afdalen.

BUGGYING

Voortbewegen in een soort gocart, waarbij een grote vlieger of 'kite' je voorttrekt.

BASE JUMPEN

Valschermspringen vanop een vast object, bijvoorbeeld een overhangende rots, een toren

BUNGEE-SPRINGEN

Aan een elastiek van grote hoogten naar beneden springen

MOUNTAIN BIKE

Fietsen over, door, onder en langs natuurlijke obstakels

STREET LUGE

Rewijl men op een soort skateboard ligt, zo snel mogelijk langs een dalende baan naar beneden rollen. Een soort bobslee op wielen dus.

LEGENDARISCHE BELGISCHE OUTSIDERS

ALAIN HUBERT (°1954) en DIDIER GOETGHEBUER

Bereikten op 18 mei 1994 de geografische Noordpool na een voettocht van 74 dagen (748 km) over het grillige pakijns van de Noordpool.

ALAIN HUBERT (°1954) en DIXIE DANSERCOER (°1962)

Begonnen op 4 november 1997 aan een lange voet en ski- tocht over Antarctica en bereikten na 99 dagen hun doel. Glijdend op ski's aangedreven door een zeiltechniek die speciaal voor deze expeditie was ontworpen, en deels te voet (circa 600km) overbruggen ze een totale afstand van 3.924 km dwars over de Zuidpool. Dagenlange sneeuwstormen, ijzige koude tot -45 graden Celsius, ongelukkige valpartijen over nukkige ijsmassa's en desoriënterende white-outs waren hun deel. Dankzij hun goede voorbereidingen en organisatie, een intense samenwerking en hun doorzettingsvermogen en liefde voor de natuur bereikten zij hun doel.

RUDY VAN SNICK (°1956)

Stond op 10 mei 1990 als eerste Belg op de top van 's werelds hoogste berg, de Mount Everest (8848m). Hiermee trad de jonge Vlaamse alpinist in de voetsporen van de

legendarische Sir Edmund Hillary. Deze Nieuw-Zeelandse gentleman bereikte in 1953 – waarschijnlijk als eerste- de top van deze achtduizender in de Himalaja.

INGRID BAYENS

Bereikte in 1992 als eerste Belgische vrouw de top van het 'dak van de wereld', de Mount Everest.

JAN VANHEES(°1956) en LUT VIVIJS (°1956)

Gingen de vaderlandse sportgeschiedenis in als het eerste Belgische echtpaar dat met succes 8000-ers bedwong.

(vb. 1982: geslaagde aanval op de Daulaghiri (8172 m)

FONS OERLEMANS (°1938)

Haalde in 1975 de wereldpers toen hij met 'The Last Generation', een zelfgebouwd vlot, de Atlantische oceaan overstak.

STAF VERSLUYS (1929-1995)

Werd met zijn succesvolle oceaanraces en solozeiltochten een legende in de Belgische zeilgeschiedenis.

WIM VERSTRAETEN (°1957)

Ondernam zowel in 1997 als in 1998 een poging om als eerste nonstop rond de aarde te vliegen met een luchtballon (Breitling Orbiter I en II). De eerste poging mislukte echter door een technisch probleem; de tweede poging werd na een vlucht van 9 dagen en 8 475 kilometer afgebroken, omdat de autoriteiten laattijdig de toelating gaven om over China te vliegen.

WILLY DE ROOS (°1923)

Solovaarder die in 1977 de Noordwest vaart doorkruiste met een speciaal aangepast stalen zeilschip, de 'Williwaw'.

WAAR OF NIET WAAR

Het aantal Belgen dat jaarlijks op wintersport gaat bedraagt:

- ° 400 000
- ° 500 000
- ° 700 000 x

Sinds Hillary en Tenzing in 1953 als eerste de Mount Everest 'bedwongen' bereikten meer dan 700 alpinisten de top van het 'dak van de wereld' . De beklimming van deze reus eiste reeds meer dan 150 mensenlevens. M.a.w. voor ongeveer 1 op 6 klimmers kent het avontuur een fatale afloop.

WAAR

Onder die onfortuinlijke klimmers zijn er helaas ook een aantal Belgen waaronder Pascal Debrouwer (19 -19) en

Grote milieuorganisaties maken zich zorgen over het feit dat openlucht en natuursporters hun geliefd terrein niet altijd met evenveel liefde en respect behandelen.

WAAR

Het opofferen van grote natuurgebieden voor de aanleg en de exploitatie van skigebieden, golfterreinen, zwemparadijzen, recreatieparken ... of de sportieve exploratie van bergmassieven, koraalriffen....lokt bij velen milieuactivisten verzet uit. Plaatsen die

sinds mensenheugenis ongerept natuurgebied waren, zijn thans overspoeld door sportieve toeristen. Daardoor komen plaatselijke flora en fauna wel eens in het gedrang kunnen komen.

De Fuji-Yama, met zijn 3776 m de hoogste berg van Japan, wordt in de zomer bezocht door

- 500 000 toeristen
- 1 miljoen toeristen
- 2 miljoen toeristen

In het hooggebergte trekken regelmatig poetsploegen naar boven om het puin op te ruimen dat klimmers en toeristen achterlaten.

WAAR

Zo 'n 400 werklui ruimen jaarlijks het puin dat tijdens de zomermaanden de Fuji Yama vervuult. Samen doen ze er naar verluidt drie maanden over om de Japanse berg weer schoon te krijgen.

Sinds enkele jaren maken een aantal 'gestoorde duikers' een sport van 'haaienworstelen'.

WAAR

De kunst van deze krankzinnige activiteit bestaat erin om de haai buiten bewustzijn te krijgen door hem op de snuit te drukken, waardoor het dier in zuurstofnood komt en tijdelijk in coma gaat.



SPORTIMONIUM
SPORT- & OLYMPISCH MUSEUM

"Der Mensch ist nur da ganz Mensch, wo er spielt"
Friedrich von Schiller, filosoof - dichter

**ONBEKEND MAAR NIET ONBEMIND:
VOLKSSPORTEN, DE ASSEPOESTERS VAN DE SPORT**

WIE "SPORT" ZEGT, DENKT MEESTAL SPONTAAN AAN ATLETIEK, VOETBAL, TENNIS... . AAN MODERNE WEDSTRIJDSPORTEN DUS, DIE WERELDWIJD VERSPREID ZIJN EN OVERAL OP DEZELFDE MANIER WORDEN BEOEFEND.

TOCH VORMEN ZE SLECHTS EEN DEEL VAN DE WERELDWIJDE SPORTSCENE.

NAAST DE INTERNATIONAAL ERKENDE WEDSTRIJDSPORTEN ZIJN ER NOG TALRIJKE SPORT- EN SPELVORMEN, DIE ONBEKEND BLEVEN OMDAT ZE UITSLUITEND IN EEN BEPAALDE REGIO VOORKOMEN EN OVERSCHADUWD WORDEN DOOR HUN MODERNE SPORTBROERS.

DEZE ASSEPOESTERS VAN DE SPORT ZIJN DE TRADITIONELE VOLKSSPORTEN.

8.1. OUD MAAR NIET 'OUT'

Volkssporten verschillen van moderne sporten door hun eeuwenoude traditie. Sinds jaar en dag gaan ze van generatie op generatie over, zonder veel wijzigingen.

Maar ondanks hun hoge leeftijd zijn vele volkssporten in hun eigen streek nog steeds erg geliefd .

8.2. EENHEID IN VERSCHIEDENHEID

Omdat volkssporten eigen zijn aan een bepaalde cultuur of volk, verschillen ze van streek tot streek. Toch treffen we in totaal verschillende regio's soms volkssporten aan die erg op elkaar gelijken. Het zijn stuk voor stuk kleurrijke en boeiende varianten van hun jongere sportbroertjes.

Het Nederlandse *kolfspel*, het Franse *lacrosse en plaine* , het Ierse *hurling*, het Schotse *shinty*, het *palin* uit Chili of het *purepecha* uit Mexico zijn allemaal varianten van het moderne golf en hockey.

Petanque is nu zowat uitgegroeid tot de internationale standaard, maar het typisch Vlaamse *krulbol* en *platte bol* zijn net als hun Franse broer *boule de fort*, hun Italiaanse broer *bocce* en hun Engelse broer *flat green bowling*, streekeigen varianten gebleven.

Het moderne *ten pin bowling* evolueerde uit het eeuwenoude *kegelspel* dat overal in Europa talrijke varianten kent. Voorbeelden zijn het *kegelen* en *pierbollen* dat je in Vlaanderen aantreft, het Franse *quilles de neuf*, het Ierse *skittles* en het Spaanse *bolos alaves*.

Het Belgische *kaatsen* of *balle pelote*, het Italiaanse *pallone elastico* en *tamburello*, de vele Baskische *pelota-vormen*, zijn net als het Zweedse *pärk*, het *pelota di viento* uit Ecuador of het *jeu de longue paume* uit Picardië restanten van het eeuwenoude kaatsspel, dat mettertijd evolueerde tot het moderne tennis.

8.3. VREEMD EN VERRASSEND SPORTTONEEL

Sommige volkssporten leiden een verdoken leven en worden slechts door een kleine groep beoefend als ontspanning. Andere volkssporten groeiden uit tot populaire en cultuureigen spektakels.

De rodeo's uit de Far West, de zuiderse *corrida's*, de Venetiaanse *gondelregatta's* of de Schotse *Highland Games* zijn enkele voorbeelden van volkssportevenementen, die zowel voor de plaatselijke bevolking als voor toeristen verrassende attracties zijn.

Reis mee, ontdek en geniet.

WAAR OF NIET WAAR

Touwtrekken, een volkssport die onder meer wordt beoefend tijdens de Schotse Highland Games, was ooit een olympische discipline.

WAAR

Op de Olympische Spelen te Antwerpen in 1920 behaalden de Belgen overigens brons in deze discipline.

Hanenvechten, een volkssport die ooit ruim verspreid was, is thans overal verboden en bijgevolg ook uitgestorven.

NIET WAAR

Ondanks de strijd van dierenactivisten, is het hanengevecht nog steeds niet uitgestorven. In onze streken zijn hanengevechten wel verboden, maar nog steeds actueel. Liefhebbers van dit dierspel trekken naar afgelegen plaatsen om te gokken. In landen als Mexico of Indonesië is dit spel overigens niet strafbaar, maar integendeel razend populair.

Stokvechten is een typisch oosterse aangelegenheid.

NIET WAAR

Bij stokvechten denkt men meestal aan Kendo, een Japanse gevechtssport die ook naar onze streken overwaaide. Nochtans is vechten met stokken een bewegingsvorm die ook in het Westen wordt beoefend, zoals het Portugese juogo de pau. Ook in ons land werd ooit aan stokvechten gedaan. Rond 1900 was het oefenstof in schermclubs en turnkringen.

Deze volkssporten bestaan echt:

Klootschieten	WAAR
Kamelenrace	WAAR
Olifantenworstelen	NIET WAAR
Boomstamwerpen	WAAR