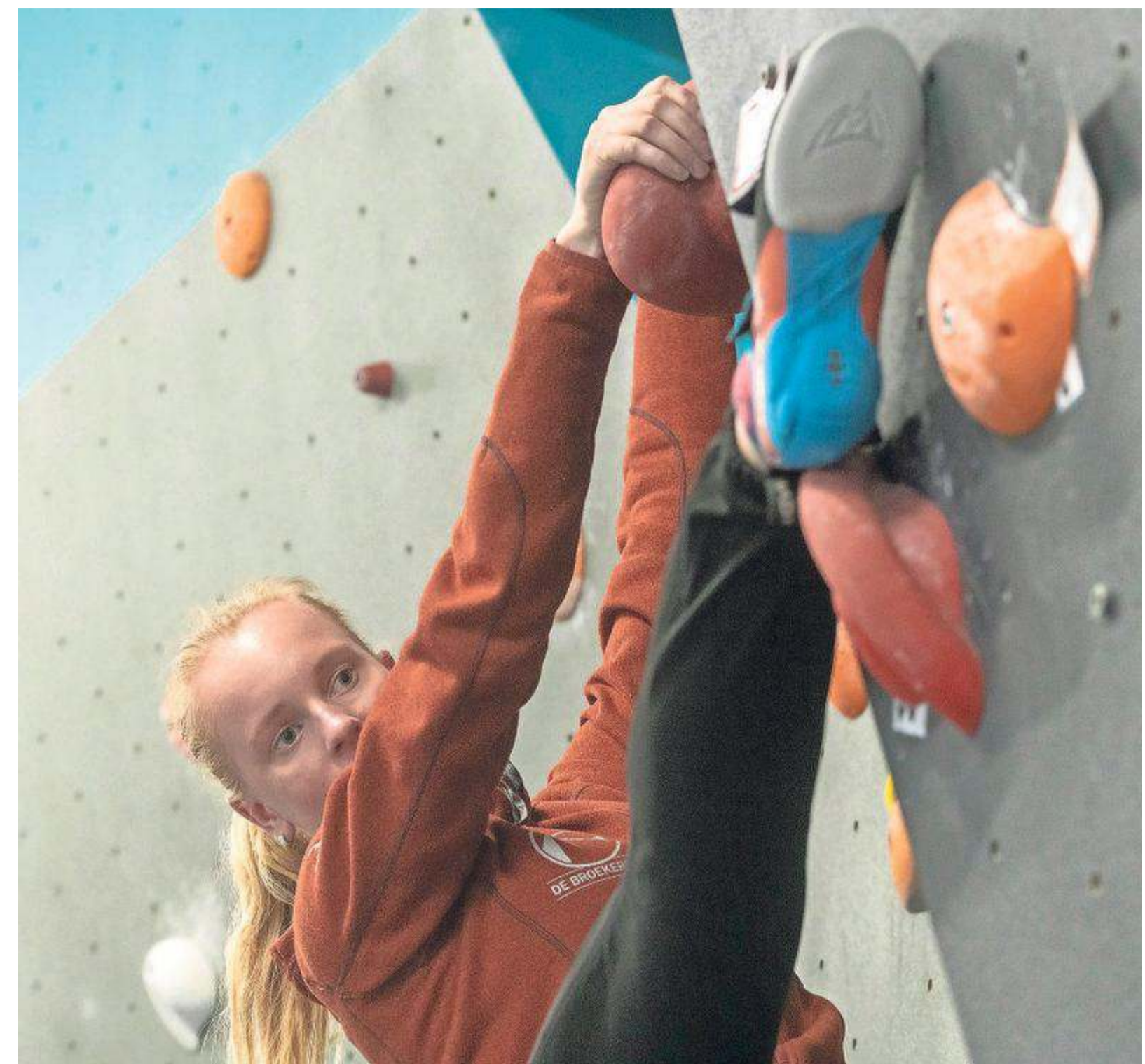


De **klimsport** is niet alleen voor alpinisten of kinderfeestjes

Schoenen aan, poffen, en gaan



FOTO'S JIFOTO.NL / JAN JONG

De sport is de laatste jaren enorm aan het groeien

Haar handen gaan achter haar rug langs, de vingertoppen de pofzak in. Wit van magnesium komen ze er uit. Even werpt ze een blik omhoog en dan volgt er een krachtexplosie.

Met een paar snelle bewegingen klimt ze via de oranje grepen op de wand tot bijna vier meter hoogte en springt daarna naar beneden. Plof. Ze belandt op de dikke mat.

Het is sinds kort het 'nieuwe klimmen' bij De Broekerberg, de klimhal in sportcomplex De Geus in Broek op Langedijk. „We hebben de helft van de klimmuur opgevoerd voor een boulderhal”, zegt eigenaar Frank Kleinbekman.

Klimmen is in opmars. „De sport is de laatste jaren sterk aan het groeien”, zegt Harald Swen van de Koninklijke Nederlandse Klim- en Bergsportvereniging (KNBV). Die groei is voor een deel te danken aan de populariteit van boulderen. Daarbij klim je - in tegenstelling tot sportklimmen - zonder touw en tot maximaal 4,5 meter hoogte.

Vooral nieuwe boulderhallen schieten als paddenstoelen uit de grond, zo is er net een geopend in Zaandam. De meeste nieuwe hallen zitten in de Randstad. In Noord-Holland Noord is het aanbod een stuk kleiner. De grootste hallen zitten in de regio Alkmaar. De klimmers daar komen dan ook overal vandaan, 'van Purmerend tot Den Helder'.

Kantelpunt

Kleinbekman zag de vraag naar boulderen ook toenemen. „We kregen weinig nieuwe klimmers en kwamen op een kantelpunt. Toen trokken we de conclusie dat de klimwand op lange termijn niet rendabel was. In boulderen zagen we wel een stijgende lijn.”

Daarom besloot hij een deel van de klimwand in te ruilen voor een bouldergedeelte. Er werd een extra verdieping in de hal gezet, waardoor er boven en beneden boulderwanden konden worden geplaatst. „Met kerst zijn we begonnen met bouwen. Het plan was om 1 april open te gaan, maar dat mocht niet vanwege het coronavirus. Vanaf juli zijn we vol gas open.”

De combinatie tussen sportklimmen en boulderen slaat aan. Het is nog nooit zo druk geweest in de zomer, vertelt instructrice Lisanne Mol. „We verkopen steeds meer abonnementen en krijgen meer boekingen voor evenementen.”

Olympische sport

Waarom klimmen zo in trek is? Mol: „Misschien omdat het nu een Olympische sport is.” Daar staat klimmen en boulderen voor het

eerst op het programma. De KNBV verwacht dat de Spelen in Tokio en daarna Parijs de klimsport 'nog veel groter gaan maken'.

Ook Wim Kingma, eigenaar van Klimcentrum Alkmaar, noemt de Spelen, al weet hij niet of dat de reden is. Niet iedereen houdt dat bij, ik denk dat de meesten geen idee hebben dat het nu een Olympische sport is. Misschien dat steeds meer mensen ons weten te vinden of in aanraking komen met klimmen via internet.”

De sport is altijd populair geweest onder een bepaalde groep mensen, zegt Kingma. „Een clubje dat je al jaren tegenkomt.” Kingma klimt, net als Kleinbekman, sinds zijn twintiger jaren ook in bijvoorbeeld de Pyreneeën en Alpen. Maar het publiek wordt steeds breder: klimmen is niet alleen voor alpinisten of kinderfeestjes.

Jeugd

Bij De Broekerberg komt vooral jeugd op de klimhal af. Daarom is de boulderwand ook iets lager, net geen vier meter. Mol: „We geven er negen lessen per week, met zo'n twintig kinderen per keer.” Voor sommige populaire lestijden staat zelfs een wachtlijst. Ook het aantal jongeren tussen 15-18 neemt toe. „En er is altijd nog de harde kern.”

„Dat ziet Kingma ook: „Veel jeugd wil gaan klimmen. We krijgen er wekelijks bijna vijf bij. Volwassenen volgen meestal onze toprope cursus (een instapcursus, red), elke maand zijn dat er een stuk of tien, vijftien. Soms blijven ze hangen, anderen zoeken daarna weer iets anders. En dan hebben we nog

Bij De Broekerberg in Broek op Langedijk is het sinds kort mogelijk om te boulderen.

schoolklassen die komen klimmen, en buiten de openingstijden om kinderfeestjes, daarvan zien we soms ook mensen terugkomen.”

Explosief

Sportklimmen gaat meer om duurzaamheid, boulderen is een stuk explosiever. Kleinbekman: „Het gaat echt om kracht. Daarom wordt boulderen ook sneller gelinkt aan fitness dan aan de klimsport. De personal trainers van De Geus geven hier ook regelmatig een workout aan de boulderwand.”

Dat de sport afwijkt, lijkt vooral belangrijk. Zonder dat ze het van elkaar weten, doen Kleinbekman en Kingma precies dezelfde uitspraak: mensen willen eens iets anders dan voetbal of tennis. Kleinbekman: „De trend is tegenwoordig om gezond bezig te zijn, je lichaam goed te onderhouden. Als dat dan ook nog eens aansluit bij iets doen wat je leuk vindt, zoals klimmen of vechtsport...”

„Ik denk dat veel mensen ook op zoek zijn naar een individuele sport die altijd kan. Klimmen is

indoor; het kan altijd. En het is vrij individueel, al heb je wel een klimmaatje nodig”, zegt Kingma.

Bij boulderen is dat nog makkelijker, vertelt Kleinbekman. Je hoeft geen klimgordel om, niet te zekeren aan een touw. „Je stapt zo in. Na vijf minuten uitleg, bijvoorbeeld over hoe je veilig naar beneden springt, kan je eigenlijk al zelfstandig boulderen. Het is gewoon klimschoenen aan, magnesium op je handen en gaan.”

Suzanne Rijnja

Ze willen eens iets anders dan voetbal of tennis

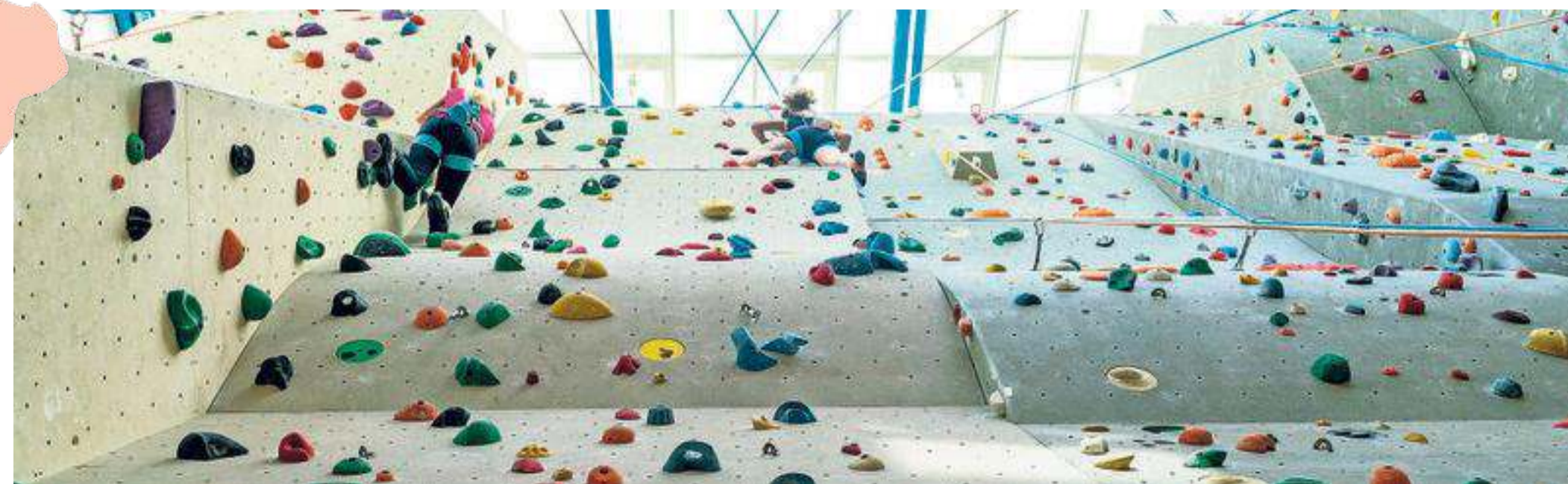
Den Helder
Klimhal Den Helder
Klimmen: Ja Boulderen: Nee

Broek op Langedijk
Klimhal De Broekerberg
Klimmen: Ja Boulderen: Ja

Alkmaar
Klimcentrum Alkmaar
Klimmen: Ja Boulderen: Nee

Castricum
Multisportpark Berg en Bal
Klimmen: Ja Boulderen: Nee

Zaandam
Bouldergym BAZ
Klimmen: Nee Boulderen: Ja



Bij sportklimmen ben je gezeurd met een touw. Met boulderen klim je zonder touw op een lagere wand.