

LANDELIJKE OPENING SKILLS GARDEN IN ALMERE HAVEN

De Skills Garden is er ècht voor iedereen

Donderdag 20 juni opende Julius Lindenbergh, wethouder Sport, in Almere de eerste Skills Garden van Europa. Deze beweeg-, speel- en sportplek Skills Garden, gelegen in het Stadswerfpark in Almere Haven, is gebaseerd op het Athletic Skills Model (ASM). Grondvormen van bewegen staan centraal in dit model zoals klimmen, balanceren, gooien, springen en lopen. Maar het gaat niet alleen om bewegen. De Skills Garden is een op maat gemaakte multifunctionele leefomgeving die naast bewegen en sporten uitnodigt tot ontmoeten, samenzijn, beleven en participeren.

AUTEUR: Wijnand Beemster

Lindenbergh bij de opening: "Almere is altijd al een stad geweest waar we nieuwe dingen proberen met elkaar. De Skills Garden past hier perfect in. Iets waar we heel trots op zijn als gemeente. Er is geluisterd naar bewoners, omdat we de Skills Garden hebben gemaakt voor de mensen en niet voor de gemeente. Mensen maken per slot van rekening de stad. De vrij toegankelijke Skills Garden past heel goed in ons sportbeleid. We willen Almeerders meer laten bewegen, want bewegen zorgt voor plezier, verbondenheid en ontwikkeling." (1)

Athletic Skills Model

De Skills Garden is een ontwerp van René Wormhoudt. Samen met prof. dr. Geert Savelsbergh is Wormhoudt founder van het Athletic Skills Model (ASM). Hoeksteen van ASM is dat alle 10 grondvormen van bewegen (balanceren, klimmen, gooien, stoeien, springen, zwaaien et cetera) aan bod komen, en door elkaar lopen: bewegen is in ASM niet los te zien van spelen, sporten en plezier. Dat maakt Skills Garden niet alleen een uitdagende plek voor sport en beweging. Mensen komen naar Skills Garden om elkaar te ontmoeten, om te kijken, te ontspannen, te revalideren of om geïnspireerd te raken om zelf te gaan bewegen of sporten.

Noot

1. Bron: <https://www.athleticskillsmodel.nl>

Speel, sport en beweeg

Skills Garden is zo ontworpen dat alle doelgroepen er terecht kunnen. Jong en oud en van elk beweegniveau. Ook mindervalide bewegers, zoals rolstoel- en rollatorgebruikers. Het brede aanbod van mogelijkheden maakt dat iedereen hier op een leuke manier kan werken aan zijn of haar fitheid. Individueel of in groepsverband. Scholen, sportverenigingen, brandweer, politie, gezondheidscentra, buurtsportcoaches en mantelzorgers gaan er aan de slag met trainingen of beweegprogramma's. In Skills Garden loopt alles door elkaar, geen aparte speelplekken (niet voor elke doelgroep een eigen ruimte), maar een geïntegreerde plek voor iedereen! Het motto is: speel, sport en beweeg!

Inclusie

Skills Garden is een plek waar diverse doelgroepen en domeinen elkaar ontmoeten tijdens het sporten, revalideren, ontspannen, trainen en spelen. Tot die doelgroepen behoren ook mindervalide bewegers. Skills Garden faciliteert bewegers met een rolstoel, rollator of scootmobiel, en er is aandacht voor visueel beperkte bewegers. Skills Garden verbindt domeinen en sluit niemand uit. Het is een plek voor iedereen.

Beweegarmoede

Jongeren bewegen steeds slechter, zijn minder fit dan de vorige generaties en raken vaker gebles-



ERWIN DUITS, BUURTSPORTCOACH VAN WELZIJSORGANISATIE DE SCHOOR IN ALMERE: "Skills Garden in Almere Haven is een belangrijke ontmoetingsplek voor de wijk."

seerd. Ruim de helft van alle volwassenen in Nederland lijdt aan overgewicht - en we zitten te vaak en te lang. De beweegarmoede in Nederland heeft niet alleen nadelige gevolgen voor de gezondheid maar verhoogt ook zorguitgaven. We zullen met z'n allen meer moeten bewegen. Skills Garden kan daarbij helpen. Bij de feestelijke opening van Skills Garden wees professor Erik Scherder in zijn presentatie nog eens op de positieve effect van uitdagend bewegen. "Om hersenen en lichaam optimaal te laten functioneren moet iemand nieuwe en uitdagende dingen doen die moeite kosten. En daar is deze Skills Garden bij uitstek geschikt voor."

Ontmoetingsplek voor de wijk

Martijn Postuma, werkzaam bij de afdeling Onderwijs, Sport en Cultuur van Almere, bevestigt dat: "In Skills Garden vind je alle grondvormen van bewegen terug. De beweegvaardigheid wordt gestimuleerd, evenals de brede ontwikkeling van de motoriek. En dat heeft een positief effect op de gezondheid en op de ontwikkeling van bewoners." De locatie in de wijk, naast Speelhaven en de nieuwe sporthal Haven, helpt mee om veel bezoekers te laten profiteren van Skills

Garden, zegt Postuma. "Het is een locatie waar sportverenigingen, inwoners, scholen, zorg, maar ook de ongeorganiseerde en laagdrempelige sport samenkomen."

Buurtsportcoach

Erwin Duits, buurtsportcoach van welzijnsorganisatie De Schoor, bevestigt dat beeld: "Het is een belangrijke ontmoetingsplek voor de wijk." Duits loopt dagelijks rond op Skills Garden. Zijn enthousiasme over wat Skills Garden heeft losgemaakt is aanstekelijk. "Ik word hier heel erg blij van, net als de bezoekers die hier iedere dag weer komen. 's Zomers zijn hier per dag zo'n 125 tot 175 mensen actief - avonden niet meegerekend. En na de zomervakantie 75 tot 120 mensen. Het bijzondere van ASM is dat het de mind van mensen, groot en klein, kietelt. Je wordt uitgedaagd om je grenzen te verleggen, Skills Garden inspireert om dingen net iets anders te doen. Het tennisveld bijvoorbeeld heeft kleurvakken, en lijnen zijn niet recht. Je kunt zo op een andere manier tennissen, bijvoorbeeld dat de tennisbal alleen in een vooraf afgesproken kleurvlak geslagen moet worden. Het basketbalveld heeft eenzelfde draai gekregen. Net als de

Skills Garden in Almere Haven: Bewegen voor iedereen, plezier met elkaar, sociale controle, samenhang in de wijk

asymmetrische voetvolleyveldjes. Ook hier zie je dat daardoor de verbeelding aan het werk gezet wordt - het fantasie, je je eigen regels een traditionele sport. Als je dat ziet gebeuren - is heel positief." Blij wordt Duits ook van het calisthenics toestel: "Ouderen gebruiken het om te trainen, maar voor kinderen is het een en duikeltoestel, om er bijvoorbeeld 'koppeltje te duiden. Dat multigebruik is ook kenmerkend voor de pumptrack, een razend populair onderdeel van Skills Garden. "Jong en oud rijden er per fiets door kuipbochten, over heuveltjes en hobbels. Naast BMX fietsen zie je er ook skateboards langskomen, en steps - alles wat je vooruit helpt." Heel populair is ook de Teqball, een nieuwe sport voor het verbeteren van je voetbalskills, op een gebogen Ook hier weer dagen vorm en kleurgebruik spelers uit om je eigen spel te spelen."

Skills Garden probeert met kleuren, vormen, inrichting en diverse ondergronden uitdagend en zijn voor beweging. De beweging wordt zo (on)bewust gestimuleerd om zich veelzijdig, creatief en met plezier te ontwikkelen via sport-, en oefenvormen

Grenzen opzoeken

Een paar maanden na de opening is Skills Garden volgens Duits uitgegroeid tot de hot spot van Almere. "Maar het kan nog beter. Zo werken we nu aan een programma om mindervaliden een sport in groepsverband basketbal, handbal - aan te bieden." Op de vraag of kinderen het ook naar de zin hebben op deze hot spot geeft Duits een klip en antwoord: "Kinderen voelen zich hier echt uitgedaagd, je ziet hun fantasie op voile toeren werken. Ze zoeken hier echt de grens op, en daar word ik - net als de kinderen - heel erg enthousiast van."

Uitvoering

Skills Garden is tot stand gekomen in samenwerking met bewoners, maatschappelijk partners, gemeente Almere en AKT, en initiatiefnemer

Rene Wormhoudt. De uitvoering was in handen van KSP Kunstgras uit en Dusseldorp Infra, Sloop en Milieutechniek uit Lichtenvoorde. Joost Sweep van KSP: „Met Wormhoudt werkten we twee jaar geleden aan een Powerhill voor voetbalatletisch vermogen en sportherstel op de KNVB Campus in Zeist. Naar aanleiding hiervan benaderde Wormhoudt ons om mee te denken over de inrichting van Skills Garden. Wat is de actuele stand van de techniek - wat kan er qua vormen, kleuren, materialen, ondergronden - en - niet onbelangrijk - wat kost dat allemaal? We hebben Wormhoudt hiermee op weg pen en dat heeft ertoe geleid dat KSP opdracht kreeg om de uitvoering ter hand te nemen." Het bedrijf (en mede-uitvoerder Dusseldorp) moesten supersnel werken. "Eind waren de eerste gesprekken, in startten we met de uitvoering en maand later moest Skills Garden opgeleverd. Er werd onder hoge druk, en tot op het allerlaatste moment hard doorgewerkt. Pas een dag voor de opening hebben we de bouwhekken weggehaald." Sweep en zijn KSP-ers kregen gelegenheid om alle expertise en kunde van het bedrijf in de uitvoering te investeren: "Alle facetten van ons werk, alle typen ondergronden die we in huis hebben zijn aan bod gekomen, kunstgras, gietvloeren - noem maar op. Belangrijk in de uitvoering was ook de inbreng van Pleinplakkers - onderdeel van KSP In nauwe samenwerking met Wormhoudt heeft Pleinplakkers Skills Garden ingericht met functionele, permanente kleurpatronen - die zo

essentieel zijn voor het gedachtegoed van het Athletic Skills Model. Een hondsmoeilijke die onder hoge tijdsdruk plaatsvond en die we desondanks tot een goed einde hebben gebracht." Trots is Sweep ook op een tribune die samen met Dusseldorp is gebouwd. "We zijn in het bedrijf heel druk met circulariteit. Toen sprake was om in Skills Garden een tribune te bouwen van materialen die in Almere Haven waren vrijgekomen, hebben we dat met beide handen aangegrepen." De samenwerking met Wormhoudt verliep succesvol, kijkt Sweep tevreden terug. "KSP is nu partner in de uitrol van Skill Gardens in Nederland. We gaan meer Skill Gardens aanleggen. Het succes in Almere krijgt een vervolg in het land."

'Alle facetten van ons werk, alle typen ondergronden die we in huis hebben zijn in Skills Garden aan bod gekomen, kunstgras, gietvloeren - noem maar op."

athleticsskillsmodel.nl
almere.nl/akt
pleinplakkers.nl