


Sporten...



Midas Dekkers is bioloog en schrijver. Ook heeft hij 'onder zware dwang' op school gymles moeten volgen.

'TOPSPORTERS ZIJN EEN SOORT FREAKS'

Dekkers:

'Er is geen enkel overtuigend wetenschappelijk bewijs dat sporten gezond is. Wat wel vaststaat is dat er in Nederland anderhalf miljoen sportblessures per jaar zijn.'

Van den Hoogenband:

'Ik heb geen wetenschappelijk onderzoek nodig om het verband tussen bewegen en gezondheid te erkennen.'

Dekkers:

'Kinderen bewegen van nature al voldoende. Bovendien verlies je nauwelijks calorieën door te bewegen. Dikke kinderen moeten gewoon minder eten.'

Van den Hoogenband:

'Natuurlijk, maar ze moeten ook hun lichaam leren beheersen. Zoals Johan Crujff eens zei: kinderen van tegenwoordig kunnen nog geen koprol maken.'

Dekkers:

'Ik heb nog nooit een koprol gemaakt en ik voel me verder prima.'

Van den Hoogenband:

'Sporten leert je ook om samen een doel te bereiken. Het heeft een positieve invloed op mensen.'

gezond?

TEKST: MICHEL HORDIJK
BEELD: DE BEELDREDAKTIE, VINCENT
VAN DEN HOOGEN EN SANDER KONING

‘SPORT HEEFT
EEN POSITIEVE
INVLOED’

Cees-Rein van den Hoogenband was clubarts bij PSV, heeft jarenlang gevoetbald en gefietst en is directeur van de Sportmedische kliniek Topsupport.

Dekkers:

‘Sport verhoogt juist agressiviteit, zowel bij de deelnemers als de toeschouwers. Bij een voetbalwedstrijd schiet de adrenaline omhoog. Ik zie na afloop alleen maar verhitte koppen en kapot-geschopte knieën.’

Van den Hoogenband:

‘Met sport worden natuurlijke driften in ongevaarlijke banen geleid. We kunnen beter fel sporten volgens bepaalde regels dan elkaar de kop inslaan tijdens een veldslag.’

Dekkers:

‘Het is een achterhaalde opvatting dat je een teveel aan drift als met een ventiel moet laten ontsnappen. Sommige driften moet je niet aanwakkeren, die moet je juist sussen.’

Van den Hoogenband:

‘Topsporters gaan de uitdaging aan om hun grenzen op te zoeken. Het fascineert me dat ze dat kunnen.’

Dekkers:

‘Topsporters zijn een soort freaks, met hun veel te lange magere hoogspringlijven.’

