

Persmap

Europese Surfweek

voor personen met een handicap

22 augustus tem 28 augustus 2010
BSC Hazewinkel Willebroek



Recreatief aangepast sporten vzw
St-Jansstraat 32-38
1000 Brussel

Tel : 02/515.02.54 - Fax : 02/511.50.76
Info@recreas.be - www.recreas.be

Europese surfweek voor personen met een handicap

Datum

22 augustus tem 28 augustus 2010

Locatie

Bloso-Sportcentrum Hazewinkel
Beenhouwersstraat 28
B - 2830 WILLEBROEK
BELGIE

De deelnemers en instructeurs zijn te gast in het Bloso-Sportcentrum Hazewinkel te Willebroek in België. Zij verblijven er in gezellige bungalows en genieten er van volpension. Surfplanken (al dan niet aangepast), surfpakken en zwemvesten zijn ter plaatse.

Doelgroep

De week wordt ingericht voor personen met een lichamelijke, visuele en auditieve handicap vanaf 15 jaar uit binnen- en buitenland.

Zowel beginners als gevorderden kunnen meedoen.

Onze doelgroep, meer gespecificeerd, bestaat uit:

Personen met een motorische handicap:

- rolstoelgebruikers
- mensen met een amputatie, dwarslaesie
- hemiplegiekers
- ...

Personen met een visuele handicap:

- blinden
- slechtzienden onder alle vormen

Personen met een auditieve handicap

De enige voorwaarde om deel te nemen, is kunnen zwemmen.

Persoonlijke begeleiders zijn welkom en betalen hetzelfde deelnemingsgeld.

Begeleiding

De theorie- en praktijklessen van het windsurfen worden geleid door deskundige Bloso-monitoren en een team van bekwame begeleiders.

Wie het nodig heeft, krijgt individuele begeleiding van de instructeur of instructrice.

Afhankelijk van de handicap wordt 1 lesgever per 1 of 2 deelnemers voorzien.

Er wordt tevens voorzien in de nodige ADL-hulp.

Inleiding

Of het nu validen zijn die sport beoefenen, of personen met een handicap, er verandert in wezen niets aan de beoefende sport. Het enige verschil is dat er bij personen met een handicap eventueel aanpassingen zijn van materiaal, van spelregels of dat er hulpmiddelen gebruikt worden. Als die hulpmiddelen ter beschikking staan, of wanneer de juiste materiaal-aanpassingen werden aangebracht, kan gelijk welke sportdiscipline door om het even wie beoefend worden.

Een stukje geschiedenis

Het idee een nationale surfweek voor personen met een handicap te organiseren in ons land, ontstond in ... Nederland.

In de zomer van 1990 vond in Nederland een internationale surfweek voor gehandicapten plaats. Freddy Merckx (een visueel gehandicapte) en Lieve De Schrijver (sportmonitrice RECREAS) namen hier, namens onze federatie, aan deel. Al doende zagen ze dat het héél goed mogelijk was om personen met een handicap te leren surfen, mits de nodige begeleiding en mits enkele materiële aanpassingen.

Terug in België, vonden ze al vlug enkele enthousiaste mensen die mee wilden helpen bij de organisatie van de eerste nationale surfweek. In 1991 ging op het domein De Gavers te Geraardsbergen een eerste editie van start!

Er waren 11 deelnemers (7 personen met een fysieke en 4 met een visuele handicap), 6 begeleiders en 1 verpleegster.

In 1992 waren er al 20 deelnemers (waarvan 4 persoonlijke begeleiders), 16 begeleiders en 1 verpleegster.

De 3de surfweek in 1993 telde 21 deelnemers, 22 begeleiders, 1 verpleegster en 5 coördinatoren.

Vanaf 1992 ging de nationale surfweek voor gehandicapten door in het Bloso-sportcentrum Hazewinkel te Willebroek.

In 1995 organiseerden wij dan de eerste Europese Surfweek met 40 deelnemers uit binnen- en buitenland (Duitsland - Nederland - Denemarken).

In 1996 en 1997 slaagde RECREAS in een maximale bezetting (50 deelnemers) van haar surfweek.

Gezien het gevorderd niveau van een groot aantal deelnemers werd sinds 1998 het wedstrijd- en funsurfing geïntroduceerd.

In 2002 werd er een recordpoging neergezet, namelijk 12 uur aan één stuk surfen. Tevens is Recreas in datzelfde jaar op zoek gegaan naar valide surfclubs die hun deuren openstelden voor surfers met een handicap. Twee clubs waren enorm enthousiast (vzw inside-outside in Oostende en surfteam Schulensmeer in Lummen).

In 2003 werden in deze 2 surfclubs op regelmatige basis surfdagen georganiseerd voor hen die ook buiten de surfweek het water wilden op gaan.

Anno 2007 beschikt Recreas over zijn eerste watersportclub die zoveel mogelijk watersporten tracht aan te bieden. In 2010 werd de bestaande website in een nieuw jasje gestopt— ter ere van de 20^{ste} editie van de surfweek. Daarnaast introduceren we twee nieuwe disciplines: freestylesurfen en kitesurfen.

<http://www.recreaswatersport.be/>

Windsurfen voor personen met een fysieke handicap

Voor mensen met een lichamelijke handicap is de grootste vereiste dat zij voldoende zitbalans hebben, want zij surfen..... zittend!

Voor hen dienen materiaal en uitrusting bijna altijd aangepast te worden. Dat is zeker het geval voor mensen die moeilijk kunnen rechtstaan of in een rolstoel zitten. De manier waarop zij surfen, is individueel verschillend.

Welke aanpassingen kunnen er gedaan worden?

Plank

Het oppervlak van een gewone surfplank is tamelijk klein. De breedte van een standaardplank bedraagt ongeveer 60 cm. Als we hierop willen zitten, brengt dat met zich dat de benen, of een deel ervan, in het water hangen. Dat probleem stelt zich vooral bij volwassenen. Dus moet het zitoppervlak vergroot worden, wat op verschillende manieren kan gebeuren. Naarmate de deelnemer beter begint te surfen, wordt dat vergrote oppervlak soms overbodig. Men kan het zelfs comfortabel maken door een kussen op de plank te bevestigen.

Tot op heden zijn er **vier systemen** om zittend te surfen:

1. Op de gewone surfplank wordt een **extra plank** (vervaardigd uit hout) bevestigd. Op die manier vergroot het zitoppervlak, maar dit brengt ook een nadeel mee: de plank kantelt vlugger als men niet op de goede plaats zit. Extra drijfmiddelen kunnen dit natuurlijk verhelpen. Stootbumpers aan de zijanten verhinderen bovendien het afglijden van de plank.
2. De **BIC FLOATATION TRAINER** is gemaakt voor personen met evenwichtsproblemen of personen met een groter lichaamsgewicht. De BFT, ontworpen door de firma BIC SPORT, is een met de hand gestikte hoes waar de plank wordt ingeschoven. Aan bak- en stuurboord bevinden zich opblaasbare luchtbanden. Hierdoor wordt het zitoppervlak sterk vergroot en wordt kantelen bijna onmogelijk. Een ritssluiting zorgt ervoor dat het zwaard en de mastrail kunnen bediend worden en dat de plank gemakkelijk klaar te maken is. Bij het wenden van de plank verplaatst de surfer zijn lichaam met de handen. De snelste en handigste techniek om te wenden is het gijpen, (duwgijp) waarbij het zeil over de voorkant van de plank passeert en de surfer langs de achterkant verandert van plaats.
3. De laatste jaren verschijnen er **brede planken** op de markt (voorbeelden van extra brede planken: Hifly Motion, Starboard,...)
4. Indien de surfer onvoldoende zitbalans heeft, wordt een **stoeltje op de plank** vastgemaakt. Eventueel kan ook een ander steunend hulpmiddel gebruikt worden, zoals een waterdicht kussen dat met een pomp luchtledig gezogen wordt. Manoeuvreren met het zeil wordt dan iets moeilijker, maar zeker niet onmogelijk. Een groter zwaard is dé oplossing om het verlijeren (afdrijven) te voorkomen. Hiervoor werden aangepaste zwaarden ontworpen. Veel zitsurfers hebben al hun **eigen zitje** ontworpen.

Zeil

Doordat men in zittende houding surft, is het nodig dat het oppervlak van het zeil iets verkleind wordt tot ongeveer 3 m² en moet de giekhoogte aangepast worden. Het is immers bijna onmogelijk om een zeil van 6 m² (zittend) recht te houden. Een aangepast kindertuig met een afgesneden onderlijk volstaat in het beginnerstadium. In een later stadium kan het zeiloppervlak vergroot worden (zeilsnit met katterug). Dankzij onze hoofdsponsor BIC SPORT werden deze zeilen speciaal ontworpen om zittend te surfen. Daarnaast werd ook speciaal voor zitsurfers een **swiesj** ontworpen (een verlengstuk van de mastvoet) die het verpletteren van de benen verhindert.

Trapeze

Een borsttrapeze kan altijd helpen om de armen te ontlasten bij vermoeidheid. Op die manier kan men uren surfen. Deze borsttrapeze kan ook gebruikt worden voor mensen met een minder goede armfunctie. Zelfs bij mensen met een armamputatie!

Stabiliteitslijn

Surfen op één been is ook mogelijk. Er dient dan wel een stabiliteitslijn voorhanden te zijn die de stootbumper van de giek verbindt met de boeg van de plank. Dit lijntje vervangt een been, zodat er terug drie steunpunten zijn, nodig om de plank te manoeuvreren.

Wie kan rechtstaan (één been geamputeerd of mensen die moeilijk kunnen gaan), kan zittend leren surfen en later overschakelen op rechtstaand surfen.

Een zittrapeze kan hierbij wel een belangrijk hulpmiddel zijn tegen vermoeidheid van de onderste ledematen.

Handfunctie

Indien er problemen optreden bij het vastnemen van de giek, kan een aanpassing aangebracht worden.

- Trapezetouwje aan de giek
- Handklem op de giek
- Aangepaste prothese.

Kortom, voor elke handicap zoeken wij de gepaste oplossing!

Windsurfen met een visuele handicap

Een persoon met een visuele handicap moet alles kunnen voelen. Het is de taak van de begeleider om hierop in te spelen, en hem of haar met zoveel mogelijk dingen uit de omgeving laten kennis maken. Een groot voordeel voor hen is dat zij vooral rekening houden met de wind en deze dus beter aanvoelen dan andere surfers

Het vertrouwen tussen de lesgever en zijn leerling is essentieel. Een vertrouwde omgeving en een persoonlijke begeleider zijn van het allergrootste belang.

Belangrijk is ook dat de surfer een **geel hesje met drie zwarte bollen** erop draagt, en dat de betekenis daarvan aan de andere watersporters bekendgemaakt wordt (op het water zowel als te land).

Dit T-shirt is een internationaal herkenningsteken voor slechtzienden en/of blinden.

Wat betreft het surfmateriaal zelf, zijn er geen specifieke aanpassingen nodig.

Als een visueel gehandicapte een gevorderd stadium heeft bereikt en alleen wil surfen, is een toestel (eventueel een radio) dat herkenningsgeluiden uitzendt een nuttig hulpmiddel. De geluiden die hij ontvangt vanaf de oever zijn voor hem een duidelijk oriënteringspunt. Ook de medeleerlingen kunnen een goed bruikbaar oriënteringspunt vormen. Op die manier kan tussen twee of meer geluidsbronnen zelfs een parcours of een wedstrijd gevaren worden. In dit kader beschikt Recreas over verscheidene geluidsboeien (piepboeien).

Voor de theorielessen en het wedstrijdparcours gebruiken we brailleteksten en diverse maquettes.

Geluiden en golven van motorboten moeten zoveel mogelijk vermeden worden zodat de deelnemers zich beter kunnen concentreren.

Een geluidsinstallatie op de giek zelf is ook een aanrader. Als de deelnemer in het water valt en te ver van de plank ligt, kan hij gemakkelijk de plank terugvinden.

Een andere mogelijkheid is het gebruik van een zender met micro door de surfer. Een lesgever/begeleider kan aldus via een walkietalkie richtlijnen geven van op de oever. Eventueel kan ook een megafoon gebruikt worden als hulpmiddel.

Een surftandem is ook een nuttig hulpmiddel bij de surf instructie.

Uiteindelijk volstaat het om de grootte van de plas te ervaren opdat de visueel gehandicapte alleen zou kunnen surfen.

Windsurfen met een auditieve handicap

Doofheid vormt zeker geen belemmering om sport te beoefenen.

De grootste handicap van het doof zijn, is niet het slecht horen op zich, maar de communicatieproblemen die hiermee gepaard gaan. Doven zijn aangewezen op 'liplezen' om te communiceren. Hiervoor is het noodzakelijk dat de instructeur langzaam en duidelijk spreekt. Doordat een dove zelf vaak ook moeilijk spreekt, kunnen een horende en een dove elkaar wederzijds moeilijk verstaan. Met geduld van beide kanten kan men toch veel bereiken. Indien nodig kan men ook schriftelijk communiceren.

De instructie verloopt overigens zoals bij validen: er worden geen materiaalaanpassingen gedaan. De begeleider articuleert duidelijk en blijft in de buurt van de leerling. Ideaal is het als de begeleider ook gebarentaal kent.

Diploma's

Uiteraard kunnen windsurfers met een handicap ook hun diploma behalen en zijn sommigen zelfs al instructeur geworden.

Het wedstrijdsurfen

De Europese Surfweek wordt telkens afgesloten met een officiële wedstrijd onder alle deelnemers. We maken daarbij onderscheid tussen 3 categorieën: de zitsurfers, de blindensurfers en de staande surfers, die elk hun eigen parcours afleggen. Uiteraard wordt daarnaast een landenklassement opgemaakt.

Aangepast Kiten

Kiten (vliegeren) is in Vlaanderen een echte hype geworden en is het ook een passie en ultieme droom van enkele leden van Recreas watersport geworden. Dankzij het Elia-fonds, Pacific Boardshop en enkele andere sponsors konden wij dit project in 2009 opstarten. Het aangepast kiten bestaat nog niet voor mensen met een beperking, dit is een compleet nieuw initiatief in België.

In het vliegeren zijn er verschillende disciplines: stunt-vliegeren, figuur-vliegeren, kracht-vliegeren, passief-vliegeren, indoor-vliegeren,... Wij starten eerst met **power-kiten** (kracht-vliegeren). Dit is leren omgaan met een vlieger die een enorme trekkracht kan ontwikkelen. Er zijn vliegers in verschillende maten. Het power-kiten is een goede voorbereiding om te leren kite-surfen.

Kitesurfen is een vorm van watersport waarbij de sporter op een kleine surfplank staat (of zit) en zich voort laat trekken door een kite (of: vlieger). Kitesurfen is een concurrent geworden van windsurfen, doordat er onder meer extreme sprongen mee mogelijk zijn en omdat er minder wind nodig is om deze vorm van watersport te beoefenen. Het is ook al 4 jaar de snelst groeiende watersport. Kitesurfen wordt ook wel flysurfing genoemd dit omdat je er hoog en lang mee kan springen. De pro's halen wel sprongen van 20m hoog en 100m ver.

Voor het aangepast kitesurfen gaan we testings doen met een surfplank, knee-board, kayak of andere drijvende middelen. Daarnaast bestaan er ook manieren om zittend te kiten op het land met een mountainboard, een buggy of vanop de rolstoel.

Er zijn in 2009-2010 verschillende initiatieven gepland: opleidingen voor lesgevers en vrijwilligers, initiatiedagen aan zee en in het binnenland. Tijdens de Europese surfweek van 2010 trachten we onze aanpassingen op punt te zetten en zoveel mogelijk mensen met een beperking de sport laten uitproberen.

Freestylesurfen

EUROPESE SURFWEK 22/08 – 28/08/2009

	Zondag 23/08	Maandag 24/08	Dinsdag 25/08	Woensdag 26/08	Donderdag 27/08	Vrijdag 28/08	Zaterdag 29/08
V O R M I D D A G	9u30: stipt aankomst lesgevers + bijscholing en briefing	ONTBIJT 10u-12u SURFEN LUNCH 13u30: groepsfoto	ONTBIJT 10u-12u SURFEN LUNCH	ONTBIJT 10u-12u SURFEN LUNCH	ONTBIJT 10u-12u SURFEN LUNCH	ONTBIJT 10u-12u wedstrijdsurfen LUNCH	ONTBIJT 10u Slot Vertrek deelnemers
N A M I D D A G	Aankomst deelnemers tussen 16u en 17u Inkwartiering	14u-17u SURFEN 4-uurtje 18u30: WARME MAALTIJD	14u-17u SURFEN 4-uurtje 18u30: WARME MAALTIJD	14u-17u SURFEN 4-uurtje 18u30: WARME MAALTIJD	14u-17u SURFEN praktisch+theoretisch examen deel groep 4-uurtje 18u00: WARME MAALTIJD	14u-17u kajak, wandelen, surfen, kiten (vliegeren) 4-uurtje 18u30: WARME MAALTIJD	☹
A V O N D	18u30: Opening 19u00: Avondmaal 20u30: Optreden Surfbar	19u30: Theorie 20u45: Spelavond + kennismaking Surfbar DJ-contest	20u00: Djembe- avond Surfbar DJ-contest	20u00: Sport-avond - Sauna - Fitness - Boccia - Andere Surfbar DJ-contest	19u: blind date + bezoek aan Pacific Boardshop + parkpop Mechelen + ontvangst stadshuis Surfbar DJ-contest	20u00: diploma- en prijsuitreiking 21u00: Miss/mister surf + fuif Surfbar DJ-contest	

☒ Bij weinig wind alternatief spelprogramma

De deelnemers

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	

Medewerkers en organisatie

Clots Dick (NL) (materiaalmeester)

De Schrijver Lieve (kampleidster)

Michels Christien (NL)

De Boodt Wiet (Recreas - organisatie)

Vandemeulebroecke Eva (Recreas - organisatie)

De Schrijver Lieve (Recreas - organisatie)

Pinxten Tina (Recreas - organisatie)

Grasser Ursula (organisatie)

Le Roy Eddy (organisatie)

Hellinckx Myriam (organisatie)

Van Roy Nele (organisatie)

+ 40 persoonlijke begeleiders en 6/7 Bloso-monitoren

**Recreatief Aangepast Sporten vzw, afgekort RECREAS,
is een door Bloso erkende recreatieve sportfederatie.
De doelgroep waarop wij ons richten, bestaat uit personen met een handicap
(mentale, fysieke, auditieve of visuele handicap) alsook zieken en invaliden.
De werking telt meer dan 4000 leden en spreidt zich uit over het hele Vlaamse land!**

Clubwerking

RECREAS staat voor een uitgebouwde clubwerking.
In de 104 clubs bieden wij sporten aan op ieders maat, naar ieders mogelijkheden: boccia, dansgym, zwemmen, boogschieten, badminton, voetbal...een recreatieve competitie of gewoon voor de ontspanning. Bij ons is niets onmogelijk!

Sportdagen en toernooien

Op Vlaams, provinciaal en regionaal niveau organiseert
RECREAS initiatiedagen en recreatieve toernooien.

Sportkampen, skivakanties en meerdaagse activiteiten

Jaarlijks organiseert RECREAS skivakanties voor jongeren met een mentale handicap en verschillende sportkampen voor personen met een mentale of fysieke handicap.

Promotie en belangenverdediging

Recreas vzw organiseert ook promotionele activiteiten en vertegenwoordigt 'het aangepast sporten' in de verschillende structuren van de sport- en handicaptensector.

Publicaties

Naast het ledentijdschrift publiceert Recreas folders en brochures naar aanleiding van de verschillende activiteiten.
Alle informatie betreffende de sportfederatie en haar aanbod kan je tevens vinden op de website www.recreas.be

Praktisch

Lid worden kan tegen betaling van jaarlijks lidgeld (€ 12). Je wordt dan niet alleen actief betrokken bij de sportwerking maar geniet ook van vele andere voordelen. Zo word je automatisch lid van de 'Vereniging personen met een handicap', wat staat voor informatie, ontspanning en belangenverdediging. En op de koop toe ontvang je ons periodiek tijdschrift.

Contactgegevens

Recreas vzw hoofdzetel

St. Jansstraat 32-38, 1000 Brussel

Tel 02/515.02.54

Fax 02/511.50.76

info@recreas.be

www.recreas.be

Recreas Provincie Antwerpen

Sint-Bernardsesteenweg 200, 2020 Antwerpen

03/285.43.12 - Alex Bontenakel

Des. Boucherystraat 17, 2800 Mechelen

015/21.52.05 - 10 – Evy Beniest – Lieve Cuypers

Recreas Provincie West-Vlaanderen

Pres. Kennedypark 2, 8500 Kortrijk

056/23.03.85(84) - Jasper Stragier – Martine Vanrobaeys

Zilverstraat 43, 8000 Brugge

050/34.00.11 – Svetlana Mantrova

Recreas Provincie Oost-Vlaanderen

Tramstraat 69, 9052 Gent

09/33.35.783– Dries Plaetevoet

Recreas Provincie Limburg

Guffenslaan 108, 3500 Hasselt

011/30.10.91 – Petra Peeters

Met dank aan de sponsors van de Europese Surfweek 2009

Pacific
boardshop

www.pacific-boardshop.be



www.provant.be



www.bloso.be



www.nvsm.be



www.vyf.be



www.vfg.be
www.inza.be



www.sport-artikelen.be
www.soccerworld.be