



Kinderen met visuele beperking leven zich uit bij Kano op IJburg

In het kader van de Amsterdamse sportweek, die samenviel met de NOC*NSF Nationale Sportweek, besloot Kano op IJburg haar horizon te verbreden. Leerlingen van VISIO, een onderwijsinstituut voor blinde en slechtziende kinderen, kregen een bijzondere kano-ervaring. Een vrolijke chaos van plezier op het water.

Tekst en foto: Irene Wouters

Als maatschappelijk betrokken vereniging willen wij sport toegankelijk te maken voor iedereen. De opleiding tot kano-instructeur bood een extra duwtje in de rug, want we moesten een nieuwe activiteit bedenken en uitvoeren. Omdat de sportdocent van VISIO nauw betrokken was, werd het makkelijker om een groep deelnemers bij elkaar te krijgen en te begeleiden.

De docent was meteen enthousiast over ons plan. Samen met haar en een betrokken lid van KOIJ, die zelf met visusproblemen te maken heeft, hebben we tijdens een voorlichtingsavond met de vrijwillige buddy's de basis gelegd voor het gezamenlijke wateravontuur.

Rekening houden met beperking

We bespraken wat het betekent om slechtziend of blind te zijn en hoe we daar bij de kano-activiteit rekening mee konden houden. Aan de hand van aangepaste brillen konden we zelf ervaren wat de gevolgen zijn van een

specifiek visueel probleem op je waarnemingsvermogen. Aan het einde van de avond was iedereen overtuigd dat het een leuke, sportieve en leerzame kano-activiteit zou kunnen worden.

In samenspraak met de sportdocent werden de deelnemende kinderen zorgvuldig ingedeeld in de 2- en 1-persoons kano's. Daarbij hielden we rekening met hun visuele beperking, mogelijke angst en motorische vaardigheden.

Aangekomen bij de vereniging werden de kinderen aan hun buddy voorgesteld en gekoppeld. Nadat iedereen een zwemvest aan had en de kostbare brillen extra geborgd waren, konden we van start met de instructie. Op de kant oefenden we op in- en uitstappen, en de basistechniek van het peddelen. Terwijl de kinderen één voor één in hun kano stapten, werden ze zowel op de wal als in het water door een kanoër of supper begeleid.

Geen houden meer aan op het water

We hadden afgesproken dat de buddy naast of achter de kinderen zou blijven varen. Maar eenmaal op het water en gewend aan de bewegingen van de boot, was er geen houden meer aan en ontstond er een soort vrolijke chaos. De één had de grootste moeite de kano op koers te houden, een ander ging er als een speer van door. Dat er soms iemand de neus van de kajak in een rietkraag par-

keerde, mocht de pret niet drukken.

Ruim een uur op het water was voor de meesten wel genoeg. Zo'n nieuwe ervaring kost veel energie. Een hapje en een drankje tijdens het voor- en napraten in het clubhuis maakte de gezelligheid dan ook compleet.

Het belangrijkste leerpunt is dat het plezier overweldigend is en dat we er vooral mee doorgaan. Het vaar tempo lag laag, maar de energie hoog. De vrolijkheid op het water toonde aan dat kanoën toegankelijk is voor iedereen. Kano op IJburg hoopt dat ook andere verenigingen een dergelijke uitdaging aan willen gaan. Door samen te werken, begrip te kweken en rekening te houden met individuele behoeften en mogelijkheden, wordt het water een speelplaats voor iedereen. Meer weten? Stuur een email naar info@kanoopijburg.nl. ■

