



## BUURTSPOORT AAN KAPELLEKERK EVEN WEG VAN HET GEZIN

BRUSSEL – Brusselaars verbinden die aan de twee kanten van de Noord-Zuidverbinding wonen, ter hoogte van Kapellekerk. Dat is het opzet van wijkcontract Jonction/Verbinding. Wendy Coppieters (29), sport-animator van Buurtsport Brussel, doet dat met sportinitiatieven zoals de vrouwengym, zumbalessen en gevechtssport in open lucht.

“Ik heb gemerkt dat de naam van het wijkcontract goed is gekozen,” vertelt Coppieters, die sinds begin dit jaar in en rond de Marollen actief is. “Heel wat mensen komen niet zoveel buiten. Er is nochtans een ruim aanbod aan activiteiten, maar velen kennen het gewoon niet. Daarom werk ik aan een toegankelijk sportaanbod in de openbare ruimte, waarmee ik tegelijkertijd mensen ontmoet en hen kan doorverwijzen naar het aanbod in de wijk. Ik merkte wel snel dat er een behoefte was aan een activiteit die zich enkel tot vrouwen richt en overdag doorgaat. Daarom ben ik een paar maanden geleden met een vrouwengym en zumbalessen gestart.”

Beide initiatieven sluiten aan bij een andere prioriteit van Coppieters: ruimtes optimaliseren, aangezien het qua sportinfrastructuur nogal pover is gesteld in de buurt. Voor de vrouwengym vond ze een plaats in een buurthuis in de Krakeelstraat, zumba wordt een straat verder gegeven, in PCS Radis-Marolles.

“Het idee om met een vrouwengym te starten kwam van de dames uit het buurthuis. Ze waren enthousiast, maar eens alles rond was, was dat weeral bekoeld. Dat is volgens mij geen slechte wil. Het is gewoon zo dat

die dames zich inzetten voor hun gezin en even aan zichzelf denken vrijwel op de laatste plaats komt. We laten de initiatieven rustig groeien. Ik heb veel geleerd van mijn collega Katia Honé, die al jaren bezig is met deze specifieke doelgroep via Lady Move (gym) en zwemmen voor vrouwen.”

“Tijdens de vrouwengym pompen we, doen we buikspieroefeningen, worden er wat bokstechnieken getraind, enzovoort. Iedereen zoekt zijn limieten op, maar het is ook een moment waar gelachen kan worden. Voor die dames is het zowat een revolutie om even met zichzelf bezig te zijn.

### Sport voor iedereen

Dat die revolutie gebeurt binnen lessen waar enkel dames aan deelnemen, is volgens Coppieters een vereiste om de doelgroep die ze voor ogen heeft te bereiken. Dit is een eerste stap om later hopelijk te groeien. “Buurtsport wil iedereen de kans geven te sporten, ook zij die er geen toegang tot hebben. Deze dames behoren ook tot die doelgroep.”

“Als je kunt bekomen dat deze dames even hun gezin verlaten om te gaan sporten, dan is dat volgens mij al een zeer grote stap. Ik vind dat we in de goede richting aan het gaan zijn. Zonder dergelijke initiatieven zouden ze gewoon thuis blijven. Dan verandert er niets. Door te sporten worden vrouwen sterker. Hopelijk dijt die kracht ook uit op andere terreinen van onze levens. Dat is alleszins het doel.”

**Tim Schoonjans**

Meer info op [www.buurtsportbrussel.be](http://www.buurtsportbrussel.be)

**KORT**

**SPORT**

De autovrije zone rond de Beurs is komende zaterdag voorbehouden aan **VECHTSPOORTERS**. Van 14 tot 18 uur worden er op de Anspachlaan namelijk allerhande initiaties gegeven in verschillende disciplines. Vzw Brussels Major Events en de NaitoGym hebben drie Brusselse toppers kunnen strikken: de talentvolle judoka

Lola Mansour, wereldkampioen taekwondo Jaouad Achab en wereldkampioen kickboksen Mohamed Boulef. ■ Een sportdiscipline in de picture zetten die nog niet zo gekend is, dat is ook de ambitie van **BRUSSELS TEN**. Het toernooi dat door rugbyploegen met tien spelers gespeeld zal worden, wordt door de vzw Brussels Academy en RC Vorst georganiseerd, en vindt zaterdag van 10 tot 18 uur plaats in het Sippelbergcomplex in Molenbeek. Meer info op de Facebookpagina van het evenement. ■ Slaat uw sporthart eerder

voor het lopen en het fietsen? Dan is de **PEN-TAL RAID** iets voor u: ploegen van twee sporters beginnen in het Woluwepark al lopend aan een parcours van zes kilometer, om dan in het bikepark langs het sportcentrum Club Wolu Park de fiets te nemen en daarmee het parcours van 28 kilometer, in het Zoniënwoud, af te leggen. De start wordt zaterdag om negen uur gegeven en gebeurt in golven, op basis van de volgorde van de inschrijvingen. Online inschrijven kan tot 20 augustus om middernacht, en indien er nog plaats is ook ter plekke. Meer info op [www.raiddebxl.be](http://www.raiddebxl.be). ■ Ketjes moeten volgende week in het Anderlechtse Dauwpark zijn. Heel de week lang (telkens van 15 tot 19 uur) zal daar onder het toezien oog van de Brussels Urban Acrobatic Academy en de Kureghem Boxing Academy op de **AIRTRACK** en met **BOKSHANDSCHOENEN** gesport kunnen worden. Meer info op [www.buurtsportbrussel.be](http://www.buurtsportbrussel.be).

**TS**