

Nederlands Freediveteam traint in Bladel voor WK 2001



Freediven is in Nederland een snelgroeïende tak van de duiksport waarbij fysieke conditie, doorzettingsvermogen en mentale kracht worden gecombineerd in diverse disciplines. Vorig jaar bezocht voor het eerst een herenteam vanuit Nederland de World Cup wedstrijd in Zuid Frankrijk.

Begin oktober wordt een volledig dames- en herenatletenteam onder leiding van Eindhovenense coach Jorg Jansen vanuit de freedive organisatie AIDA Nederland afgevaardigd naar het Wereld Kampioenschap 2001 in Ibiza.

Het ontdekken van de onderwaterwereld met perslucht apparatuur is in Nederland inmiddels razend populair. Freediven is echter een andere tak van sport waarbij de duiker slechts gebruik maakt van minimale uitrusting zoals vinnen en masker, waarmee geruisloos wordt gedoken zonder het onderwaterleven daarbij te storen. Het uiteindelijke doel van de freediver is om op diepte lang, veilig en comfortabel te kunnen verblijven. Dit vereist een absolute controle over geest en lichaam.

Om dit doel te bereiken is een goede fysieke conditie onontbeerlijk. Veel lopen, zwemmen, fietsen, fitness en ... freediven. Daarnaast zijn ontspanningsoefeningen, ademhalingstechnieken noodzakelijk.

Om de diverse disciplines van het freediven te trainen wordt gebruik gemaakt van diversen zwembaden en buitenwater.

Sinds begin dit jaar heeft het Openlucht Zwembad in Bladel haar 50-meter bad beschikbaar gesteld aan het Nederlands team. De in Bladel woonachtige Inge van Limpt maakt deel uit van het damesteam en is met 4.09 min. recordhoudster bij de dames van het statische onderdeel. Afgelopen 22 augustus verbrak zij tevens het landelijk herenrecord dynamisch zwemmen zonder vinnen. Dit record stond sedert juli vorig jaar op 58 meter, Inge vestigde het nieuwe record op 61 meter en wist zich daarmee zelfs boven de heren te plaatsen!

Ook zij gaat mee naar het WK en vindt het ideaal om in Bladel te kunnen trainen met haar teamgenoten.

Op de foto vlnr. Jorg Jansen, coach en de teamleden Inge van Limpt en Pim Vermeulen. Voor meer informatie over freediven kan men ook terecht op internet: www.freediver.nl