

TURNVERENIGING LONGA BESTAAT 85 JAAR: “HET IS EEN SOORT FAMILIEVERENIGING”

tekst: **Simone de Bruijn** fotografie: **Niels Spinhoven**

Je hebt ze misschien aan de deur gehad voor De Grote Clubactie: de turners van Longa Utrecht. Deze turnvereniging uit Hoograven bestaat 85 jaar en is niet meer weg te denken uit de wijk.

Op een zonovergoten zaterdagochtend in oktober fietsen vanuit allerlei hoeken van de wijk ouders met kinderen richting de Ridderlaan. Ze zijn op weg naar de gymzaal voor een les van turnvereniging Longa.

Trainers geven hier vijf dagen in de week turnlessen. Voor de allerkleinsten (2 tot 4 jaar) is er ouder & kindgym, voor 4 tot 6 jaar is er kleutergym en voor de oudere kinderen is er jongensgym en meisjesgym. Daarnaast biedt Longa acrogym: een vorm van turnen waarbij je in kleine groepen acrobatische oefeningen doet. Voorzitter Barry vertelt: “We zijn een laagdrempelige turnvereniging, geen selectievereniging. Bovendien zijn er van de veertien turnverenigingen die Utrecht rijk is, maar twee die jongensturnen aanbieden, waarvan Longa er één is.”

Aniek is een van de vaste gezichten bij Longa. Op haar vierde begon ze met turnen bij Longa. Inmiddels is ze 21 en geeft ze zelf turnles. Volgens Aniek is Longa een hechte vereniging. “Het is een kleinschalige vereniging, iedereen kent elkaar. Het is een soort familievereniging zonder dat het familie is. Naast de lessen ondernemen we activiteiten met elkaar. Zo hebben we een kerstdiner, een zomerfeest, demodagen voor familie en we gaan elke twee jaar op kamp. En we doen elk jaar mee aan de regionale turnwedstrijd in Wilnis.”

SPAGATEN EN HANDSTANDEN

De les meisjesgym begint met opwarmen, waarna de kinderen rek- en strekoefeningen doen op de grote mat. Waar het ene kind al snel ‘auw’ roept bij het proberen van de spagaat, krijgt een ander het met gemak voor elkaar. Daarna wordt de groep in kleine groepjes opgedeeld en verspreiden de meiden zich over de gymzaal. In elke hoek staat een andere opdracht centraal: van springen op een balk tot een handstand tegen de muur. En van kruiwagenlopen tot een koprol op een mat vanaf een sprong op de trampoline. Het is een vrolijke wirwar van bewegende, lenige kinderen in felgekleurde en glinsterende pakjes.

Sanne, 7 jaar, vindt de les heel leuk. Sanne: “We doen superleuke oefeningen, zoals sprongen maken en netjes lopen op de balk. Soms is dat wel een uitdaging, zeker bij de zweefstand, want dan wiebel je. Het is ook gezellig, mijn vriendinnen zijn er en we hebben lieve juffen.”

TURNPAKJES

De kinderen turnen in mooie turnpakjes: roze, blauw en zwart met glitters. Aniek: “Elke twee jaar komt er een nieuw turnpakje. Een van de trainsters heeft dit jaar al die pakjes verzameld en gefotografeerd. Dat geeft een leuke terugblik in de tijd.” Kinderen kunnen soms ook zelf meedenken over hoe de turnpakjes eruitzien. Zo organiseerde de leverancier afgelopen zomer een ontwerpwedstrijd waarbij kinderen zelf hun droompakje mochten ontwerpen.

VRIJWILLIGERS

Net zoals veel sportverenigingen, valt of staat Longa bij vrijwilligers. De trainers zijn allemaal jonge meiden die vroeger zelf ook op turnen zaten. Het bestuur bestaat uit ouders van kinderen die turnen. Barry vertelt dat het soms lastig is om vrijwilligers te vinden: “Alle trainers komen uit de buurt en turnden bij Longa als kind. Maar zij worden ouder en gaan studeren, dan zie je vaak dat ze stoppen – wat begrijpelijk is. Eigenlijk zijn we continu aan het opleiden. We hebben wel groepen moeten stoppen omdat we niet genoeg trainers hadden. Gelukkig zijn er een paar die het lukt om te blijven. Zo woont Aniek nu in Amsterdam, maar zij komt nog steeds hier naartoe.”

TRAINERS

Er zijn veel trainers aanwezig tijdens de turnles. Aniek: “We hebben meestal rond de twintig kinderen in de les en vier trainers. Op die manier krijgt ieder kind aandacht.”

Om trainer te worden, moeten de trainers cursussen volgen. Aniek: “Er zijn verschillende cursussen, onder andere voor assistent-trainer en hoofdtrainer. Je leert dan veel over didactiek en pedagogiek.” Aniek, zelf hoofdtrainer, mag aan het einde van de les een diploma uitreiken aan de nieuwe assistent-trainer. Dat gebeurt onder een enthousiast applaus van de kinderen.

De les zit er daarna op. High fives worden uitgedeeld en de meiden bewegen zich naar de kleedkamer, waar de volgende groep alweer klaar staat om te beginnen.

Ook turnen bij Longa? Kijk op www.longa-utrecht.nl voor meer informatie.

