

Snelheid maken op nieuwe baan

Een veilige omgeving voor revaliderende patiënten.

Een uitdagende omloop voor topsporters met een beperking. De nieuwe handbikebaan van Adelante dient meerdere doelen.

HOENSBROEK
DOOR ROB SPORKEN

Met hoge snelheid flitsen de handbikers van Adelante on Wheels en Sunrise Medical over een deel van de gloednieuwe handbikebaan van Adelante. Aangezien het Hoensbroekse revalidatiecentrum op een heuvel ligt, kent de omloop van 1,5 kilometer lang meerdere hoogteverschillen. „Dat maakt de baan uniek in Nederland”, zegt Yvette van Horn, lid van de raad van bestuur van Adelante. Het zorgcentrum zet sterk in op de combinatie revalidatie-sport en koos daarin enkele jaren geleden voor handbike als speerpunt. Van Horn: „Limburg is een fietsprovincie en handbike is een buitensport. Die twee aspecten vonden we belangrijk.” Adelante doet al jaren met een team mee aan de Handbike-Battle in Oostenrijk, een wedstrijd tussen handbiketteams van verschillende revalidatiecentra. En met de oprichting van de vereniging Adelante on Wheels en de opening van de baan die over



Bij de opening van de nieuwe handbikebaan op het complex van Adelante werd hard gereden. FOTO LUC LODDER

het complex slingert, is een volgende stap gezet. Sportarts Paul Grandjean is een van de drijvende krachten achter de eerste paracyclingvereniging van Nederland, waar de vier takken van wielrennen voor mensen met een beperking kunnen worden beoefend. „Mensen die revalideren bewegen vaak te weinig”, aldus Grandjean. „Terwijl het belang van bewegen en sport steeds groter wordt. Niet alleen fysiek, ook psychisch kan een kleine verbetering een grote stap betekenen in het revalidatieproces.”

Bij de nieuwe vereniging, die inmiddels ruim veertig leden telt uit Nederland, België en Duitsland, staan het plezier en het gezondheidsaspect voorop. Maar er worden ook voorwaarden gecreëerd voor leden die topsport willen bedrijven en bij gewone wielerverenigingen minder aan hun trekken komen. Niet voor niets is Adelante on Wheels aangesloten bij de Nederlandse wielervereniging KNWU. „Dat was nodig om deel te kunnen nemen aan wedstrijden”, legt Grandjean uit. „Je moet onze vereniging zien als een piramide waar voor iedereen plek is, maar

waar uiteindelijk wel topsporters uit kunnen rollen.”

Paralympics

Adelante on Wheels hoopt in 2020 met drie leden van de partij te zijn op de Paralympics in Tokio. Mitch Valize is een van hen. De 21-jarige Heerlenaar is zeer te spreken over de baan. „Normaal trainen we hier binnen of buiten op de openbare weg. Nu kunnen we ook buiten trainen in een veilige omgeving. Wanneer je als handbiker de weg op gaat en deelneemt aan het gewone verkeer, is dat altijd winnen. Dit is een

ideale oplossing om je daarop voor te bereiden.”

Om het glooiende circuit aan te kunnen leggen, moesten de nodige hobbels worden genomen. „Het is lastig iets te verkopen dat zich nog niet bewezen heeft”, aldus Van Horn, die mede door de steun van de provincie, de gemeenten Heerlen en Voerendaal, en Sunrise Medical het financiële plaatje – de aanleg kostte ruim 200.000 euro – rond kreeg. „Het is belangrijk dat partijen het belang hiervan inzien”, zegt Van Horn.