

Sociaal werken met sport in de openbare ruimte

In Amsterdam Zuid-Oost staat sinds vijf jaar een NBM-park, waar de sport calisthenics kan worden beoefend. Het gaat hier echter niet alleen om sport.



Kijk voor een filmpje over het NMB park in Amsterdam op

platformbuitenspelen.nl

Calisthenics

Een Natural Bars Movement (NBM)-park is een 'stangenpark'. Op de toestellen kan de sport calisthenics worden beoefend.

De sport, overgewaaid uit Amerika, staat voor natuurlijke bewegingen uitgevoerd op de grond of op de stang, waarbij het lichaam al weerstand wordt gebruikt. Met deze toestellen willen de initiatiefnemers in Amsterdam niet alleen de sport beoefenen, maar ook als middel gebruiken om de wijkbewoners beter bewust te laten worden van hun gezondheid en het gevoel van eigenwaarde te verhogen.

Brian Juan Pedro is namens NBM Parks zeker drie keer per week aanwezig op het park in Amsterdam. Hij benadrukt het sociale aspect van het stangenpark. "Het park is voor iedereen. We gaan nadrukkelijk weg van het competitieve element, de machocultuur. Daar komen we juist vandaan. We zien het park als een ontmoetingsplek waar we agogisch kunnen trainen. Ik doe dat samen met Sjoerd Bakker, jongerenwerker in deze buurt."

Veiligheid en eigenwaarde

Juan Pedro ziet calisthenics als middel om verandering aan te kunnen brengen in de levens van jongeren, maar ook ouderen. "Door deze sport te beoefenen onderhoud je je hele lichaam en het draagt bij aan het gezondheidsbewustzijn van de beoefenaars. Wij proberen ze te prikkelen, niet alleen als coach tijdens het sporten, maar ook daarna. Op deze manier draagt het park bij aan de vergroting van de eigenwaarde van jongeren, maar ook aan de verbetering van veiligheid in de wijk en aan het verminderen van hangjongeren. Want als ik met die jongeren aan het trainen ga, zijn ze daarna moe. Ze gaan naar huis om te douchen en daarna naar bed."

Geen onderhoud

Waar Juan Pedro de 'software' verzorgt van het NBM-park in de vorm van activiteiten en begeleiding, levert Flexibilo de 'hardware', de toestellen zelf. De toestellen zijn gemaakt van RVS 304 met extra grote wanddikte en hebben geen onderhoud nodig. Ze zijn NEN-gecertificeerd en zijn te combineren met andere speeltoestellen.