

BeweegR brengt je binnenkort

De aanleg van het Spoorpark is in volle gang. Het bijzondere aan het park is dat het voor en door Tilburgers is ontwikkeld. Uit 82 plannen zijn 8 kwartiermakers gekozen die het hart van het park gaan vormen. Dankzij hun ideeën en daadkracht kunnen alle Tilburgers in de loop van 2018 genieten van een uniek stadspark. In een serie presenteren de kwartiermakers zich. Deze keer Bart Spijkers. Een man met een sportieve droom en initiatief.

Wat voor kwartiermaker ben je?

'Ik ben Bart Spijkers, initiatiefnemer van BeweegR. In het dagelijks leven ben ik fysiotherapeut en voorzitter van Beach Tilburg. Het Spoorpark biedt een buitenkans om twee dromen te realiseren. De eerste droom is een beachsportlocatie. De tweede een sportieve community.

Al in 2013 ben ik betrokken geraakt bij de eerste plannen voor een stadspark. Wij waren als beachvolleybalvereniging, nu nog bij Were Di Tilburg, op zoek naar een andere locatie. De gemeente was op zoek naar een invulling voor het terrein: een stadspark op basis van burgerinitiatieven, dat in staat is zichzelf in stand te houden. Met een aantal initiatiefnemers hebben we een haalbaarheidsstudie gedaan, een plan geschreven en met succes ingebracht in de gemeenteraad. Voor Beach Tilburg is dit een buitenkans: een locatie in het midden van de stad, voor iedereen bereikbaar.'

En de andere droom?

'De andere droom die we realiseren is een community voor sport, bewegen en gezondheid. Ik ben als fysiotherapeut overtuigd van het

belang om mensen zelf de regie te geven over hun eigen functioneren en leefstijl. Belangrijke sleutels daarbij zijn bewegen en actief zijn. Op het gebied van leefstijl is nog heel wat te winnen, want vooral in Tilburg scoren we nog onvoldoendes met overgewicht, diabetes en dergelijke. Een andere overtuiging is dat organisatie en begeleiding van belang zijn. Samen met anderen kom je verder. Het stimuleert. En juist die verbinding willen we gaan leggen. We hebben krachten gebundeld onder de naam BeweegR: een samenwerkingsverband op het gebied van bewegen en gezondheid. We hebben een breed aanbod van individuele training tot groepsactiviteiten (zoals bootcamp of beachsporten), maar organiseren ook evenementen en (internationale) toernooien.

Eigenlijk kan iedereen bij BeweegR terecht om in beweging te komen en te blijven. Van jong tot oud. Van starter tot sporter. Met of zonder beperking.'

Wat is precies je plan voor het spoorpark?

'BeweegR brengt je in beweging. Je bent een TrainR, een BeachR, BootcampR. En let op die R. Die staat voor jouw eigen resultaat. Je wordt



SterkR, FitR, SoepelR. BeweegR is het samenwerkingsverband van adviseurs, trainers, fysiotherapeuten en andere deskundigen. Op dit moment zijn dat Beach Tilburg, Neoli en twee gerenommeerde praktijken, en niet te vergeten een Beweegtuin voor ouderen in het park.

Wat gaat de bezoeker van het park straks zien?

Meest opvallend wordt het pand: ons test- en adviescentrum met een paviljoen en kleedruimtes met douches. Tjeerd Timmermans, architect, heeft het ontworpen in overeenstemming met het beeld van de andere gebouwen in het park. Als sportvoorzieningen leggen we een ruime beachlocatie aan met zeven velden, waar ook (inter)nationale wedstrijden ge-

houden kunnen worden. De locatie is ook geschikt voor diverse andere sporten als beachtennis, -handbal, -hockey, -soccer, -korfbal en voetvolley.

Er komt een sportveld waar bootcamp, training en revalidatie mogelijk zijn, maar ook verschillende spelsporten. Geschikt voor scholen en jeugd, maar ook voor ouderen, topsporters en mensen met een beperking. Meteen naast het sportveld komt een overkapping waar trainingstoestellen staan. Er kan dus ook buiten getraind worden.

De derde voorziening wordt een trainingslocatie voor obstacle run. Klimmen en klauteren voor volwassenen. De Beweegtuin voor ouderen komt langs de paden in het Spoorpark. Simone Timmermans gaat dat met ons realiseren.



in beweging in het Spoorpark



Het zijn stations met eenvoudige beweegopdrachten, vooral bedoeld voor ouderen om in beweging te blijven.'

Wat gaan jullie bijdragen aan het park en aan de directe omgeving?

'We willen de meerwaarde van actief bewegen laten zien en ervaren. Gewoon omdat het leuk is. Vooral in de buitenlucht en midden in de stad. Omwonenden en bezoekers van het Spoorpark gaan we op allerlei manieren betrekken bij onze activiteiten. Als deelnemer, als toeschouwer, maar ook zijn er volop mogelijkheden om mee te helpen. Je kunt lid worden en wekelijks meedoen aan trainingen, groepslessen, spelactiviteiten, evenementen of eenmalig meedoen.

Met de andere kwartiermakers zien we volop mogelijkheden om samen op te trekken. Allereerst willen we met Dirk en Lennart (het

T-Huis) het paviljoen organiseren. Wij hebben verstand van bewegen en trainen en zij van een lekker kopje koffie of een gezonde hap. Als we een evenement organiseren kan dat prima samen met de urban sports of de scouting en is het bijvoorbeeld heel handig dat er een camping is. En met de torenbouwers kijken we naar mogelijkheden om te klimmen of abseilen. We bruisen we van de ideeën.

Hoe zit het park er over vijf jaar uit. Wat is je droom?

Over vijf jaar denk ik met een grote glimlach te kunnen genieten van een prachtig actief Spoorpark. Op een bankje kijken naar mensen die het beste uit zichzelf halen. Zoals ik vijf jaar geleden al eens een middag op het hoogste punt van het talud heb zitten mijmeren over de mogelijkheden van het toen nog braakliggende rangeerterrein. Ook toen al met een glimlach.

BEWEEGR>

