

Esther: "In het water voel ik de druk van mijn lichaam niet"

Zwemmen met een lichaam dat niet goed werkt? Esther bewijst dat het kan. Elke week gaat ze naar On Campus, een zwembad in Zwolle waar ze onder begeleiding van haar fysiotherapeut in beweging komt.

Esther heeft een bindweefselaandoening, waardoor haar gewrichten snel uit de kom schieten. Ze kan niet ver lopen en geen snelle bewegingen maken. Hoewel ze inmiddels in een rolstoel zit, blijft ze sporten. "Vroeger hockeyde ik, maar dat lukt niet meer. Gelukkig zijn er allerlei manieren om aangepast te sporten. Van fitness tot tennis, ik heb van alles geprobeerd. Zwemmen bleek het best bij mij te passen. Dat doe ik nu zo'n twaalf jaar."

Zwemmen bij On Campus

Elke dinsdag gaat Esther naar On Campus. Daar doet ze onder begeleiding van haar fysiotherapeut allerlei oefeningen. "In het water



voel ik de druk van mijn lichaam niet. Ik kan ontspannen naar de andere kant van het zwembad wandelen of fietsbewegingen maken terwijl ik op een buis zit. Hierdoor ervaar ik mijn lichaam weer even op een andere manier. Ook is het fijn om onder de mensen te zijn. Ik heb leuk contact met de andere sporters."

Goed toegankelijk

Het zwembad bij On Campus is goed toegankelijk. Bij de ingang staan rolstoelen die nat mogen worden en er is een helling om het water in te rijden. "Zelf ga ik altijd via de trap met grote leuningen. Wanneer je voor de eerste keer komt, wordt alles goed uitgelegd. Het proberen waard dus. Sporten is fijn voor zowel je lichaam als je geest."

Wil je aangepast sporten? In het onderstaande overzicht staan de mogelijkheden in Kampen en omgeving. Heb je vragen? Mail naar info@sportservicekampen.nl.