

# Gatentekst Thema 6 Veiligheid en gezondheid

16

## Is sport gezond?

Discussie tussen sporthater Midas Dekkers en sportliefhebber Cees Rein van den Hoogenband over de \_\_\_\_\_: is sport gezond?

Midas Dekkers is bioloog en schrijver. Hij houdt \_\_\_\_\_ niet van sporten.

Hij beweert zelfs dat hij 'onder zware dwang' op \_\_\_\_\_ gymles heeft moeten volgen. Cees-Rein van den Hoogenband vindt sport juist \_\_\_\_\_ belangrijk. Hij was clubarts bij voetbalclub PSV, heeft \_\_\_\_\_ zelf gevoetbald en gefietst en is directeur van de Sportmedische kliniek Topsupport.

### Dekkers:

'Er is geen enkel overtuigend wetenschappelijk \_\_\_\_\_ dat sporten gezond is. Wat wel vast staat is dat er in Nederland \_\_\_\_\_ miljoen sportblessures per jaar zijn.'

### Van den Hoogenband:

'Ach, ik heb geen wetenschappelijk onderzoek nodig om het \_\_\_\_\_ verband tussen bewegen en gezondheid aan te tonen.'

### Dekkers:

'Kinderen bewegen van nature al voldoende. \_\_\_\_\_ verlies je nauwelijks calorieën door te bewegen. \_\_\_\_\_ kinderen moeten gewoon minder eten.'

### Van den Hoogenband:

'Natuurlijk, maar ze moeten ook hun \_\_\_\_\_ leren beheersen. Zoals Johan Crujff eens zei: kinderen van \_\_\_\_\_ zijn zo passief, ze kunnen nog geen koprol maken.'

### Dekkers:

'Nou, ik heb nog nooit een koprol gemaakt en ik \_\_\_\_ me verder prima.'

### Van den Hoogenband:

'U \_\_\_\_\_ dat sporten nog een ander belangrijk aspect heeft: het leert je om samen een doel te bereiken. Het heeft een \_\_\_\_\_ invloed op mensen.'

### Dekkers:

'Onzin! Sport \_\_\_\_\_ juist agressiviteit, zowel bij de deelnemers als de toeschouwers. Bij een voetbalwedstrijd schiet de adrena-

line \_\_\_\_\_. Ik zie na afloop alleen maar verhitte koppen en \_\_\_\_\_ geschopte knieën.’

**Van den Hoogenband:**

‘Tja, dat zijn de excessen, maar over het \_\_\_\_\_ worden door middel van sport onze natuurlijke driften in ongevaarlijke banen geleid. We kunnen \_\_\_\_\_ fel sporten volgens bepaalde regels dan elkaar de kop inslaan tijdens een veldslag.’

**Dekkers:**

‘Het is een achterhaalde opvatting dat je een teveel aan drift als met een ventiel moet laten ontsnappen. Sommige \_\_\_\_\_ moet je niet aanwakkeren, die moet je juist sussen.’

**Van den Hoogenband:**

‘Dat geldt voor de meeste mensen, maar \_\_\_\_\_ voor topsporters, die moeten hun driften juist niet sussen, die gaan de uitdaging aan om hun grenzen op te zoeken. Het \_\_\_\_\_ me dat ze dat kunnen.’

**Dekkers:**

‘Nou, ik begrijp hun motivatie \_\_\_\_\_ niet. Voor mij zijn topsporters een soort freaks, met hun veel te lange \_\_\_\_\_ hoogspringlijven en hun dopinggebruik.’

**Van den Hoogenband:**

‘Meneer Dekkers, nu gaat u echt te ver. Discussie \_\_\_\_\_ !