

PERSINFORMATIE

'Revolutie in het zwemonderwijs voor kinderen'
Met klapzweemschoen sneller beter leren zwemmen

1 november 2010 - In zwembad Jottem in Huissen leren kinderen zwemmen met een zogenaamde 'klapzweemschoen'. Deze zweemschoen, de Bepo, is speciaal ontwikkeld om de school- en rugslag sneller onder de knie te krijgen. 'Kinderen gaan zo sneller beter zwemmen', zegt Benno Ponds, eigenaar van Jottem en uitvinder van de Bepo. Vijf-jarigen hebben nu nog maar 32 in plaats van 48 zwemlessen nodig.

'Intrekken-spreiden-sluiten' is een veelgehoorde instructie in het zwemonderwijs. De beenslag bij de school- en enkelvoudige rugslag is een lastige. "Jonge kinderen krijgen die maar moeilijk onder de knie", zegt Benno Ponds. "Het vergt veel van hun coördinatie en die is op jonge leeftijd nog niet helemaal uitontwikkeld. De Bepo geeft bij het sluiten van de benen een zekere tegendruk waardoor kinderen beter voelen welke beweging ze moeten maken".

Meer zelfvertrouwen

Bijna 1.000 kinderen hebben de laatste drie jaar met de nieuwe zweemschoen zwemlessen gehad. Tijdens de les wordt afwisselend met en zonder schoen gezwommen. "Zo leren de kinderen geleidelijk de juiste zwembeweging", zegt Ponds. "Uit diverse testen bleek al de corrigerende werking van de Bepo. Nu het experimentele stadium voorbij is, zien we in de praktijk dat de wreefslag en schaarslag eigenlijk niet meer voorkomen. De grotere afzet zorgt voor een versterkte voorwaartse beweging waardoor kinderen gemakkelijker uitdrijven. Het kind krijgt hierdoor veel meer zelfvertrouwen in het leszwemmen".

Minder lessen nodig

Jottem is het eerste en tot nu enige zwembad die de speciale zweemschoen gebruikt. En met succes. Het landelijk gemiddelde bij vijf-jarigen om de school- en rugslag te leren is 48 lessen. "Wij doen dat nu in 32 uur", vervolgt Ponds. "Het leszwemmen wordt zo goedkoper en ouders hoeven ook minder vaak naar het zwembad om hun kinderen weg te brengen en op te halen. Dat is nog eens een revolutie in het zwemonderwijs!"

Hulpmiddel bij training

De Bepo is er in vier aantrekkelijke kleuren en is gemaakt van elastisch materiaal. De goede pasvorm zorgt voor een goede aansluiting op de voet en voorkomt irritatie en blaarvorming. "Het leszwemmen is voor kinderen niet alleen makkelijker geworden, maar ook leuker". Ponds ziet ook nog mogelijkheden voor volwassenen in de topsport. "Met de klapzweemschoen kun je gedoseerd krachttraining doen tijdens het maken van de juiste beenbeweging".

Over Benno Ponds

Benno Ponds (1962) ontwikkelde de zweemschoen in zijn eigen zwem- en instructiebad Jottem in Huissen bij Arnhem. Jaarlijks krijgen hier zo'n 700 kinderen en volwassenen zweminstructie, van beginners tot gevorderden. Na zijn opleiding aan het CIOS in Arnhem heeft hij in diverse takken van sport mensen gestimuleerd en gecoached, onder meer bij skiën, voetbal, tennis, loopscholing en zwemtraining. Sinds 1992 exploiteert hij Jottem.

Informatie: www.zwembadjottem.nl