

BILZERSE KAMPIOENEN ONDER ELKAAR

CROSSFIT MEETS ONDERWATERHOCKEY

Krachtig, indrukwekkend, tot de verbeelding sprekend en voor sommigen misschien een tikkeltje onbekend. CrossFitkampioene Nathalie Geurts en onderwaterhockeyclub Orca dompelen ons onder in hun boeiende sporttakken.

Bij wie CrossFit niet meteen een belletje doet rinkelen: dit kracht- en conditieprogramma combineert aspecten uit atletiek, gewichtheffen en gymnastiek. Dat gebeurt aan de hand van bewegingen die met een hoge intensiteit zo snel mogelijk uitgevoerd worden. Dat **Nathalie Geurts** uitblinkt in deze sport is een understatement. Op haar 35ste prikken er al verschillende titels op haar palmares. Tot twee keer toe werd ze tot 'Fittest in Belgium' gekroond tijdens de CrossFit Games Open: "In 2018 heb ik me kunnen kwalificeren voor de Regionals, een wedstrijd waar de dertig beste atleten van Europa strijden voor een ticket voor de CrossFit Games in Amerika. Enkel de top vijf mag doorgaan. Een onvergetelijke ervaring."

Nathalie richtte in 2015 samen met haar man CrossFit Bilzen op. Met succes. De vestiging telt een 170-tal leden: "De idee dat de sport uitsluitend voor krachtpatsers is klopt absoluut niet. Ons oudste lid van 63 slaat iedereen meermaals per week met verstomming, dat zegt genoeg. De focus ligt op algemene gezondheid en fitness voor iedereen."

Momenteel probeert Nathalie zich te kwalificeren als master voor de CrossFit Games in Amerika: "Het zal vechten worden want enkel de allerbeste atleten wereldwijd gaan door. Daarnaast wil ik eind mei graag op het podium eindigen van de CrossFit Lowlands Throwdown in Nederland. In de zomer doe ik mee aan The Beach Throwdown, een supercool fitnessfestival op het strand van Scheveningen."

Adrenaline genoeg dus en dat geldt ook voor onderwaterhockey. Sinds 2004 kan de sport in Bilzen beoefend worden. Onderwaterhockeyclub Orca werd onlangs voor de vierde keer Belgisch kampioen. De A-ploeg won de titel terwijl de B-ploeg knap derde werd. De club traint twee keer per week en heeft inmiddels 45 spelers.

Onderwaterhockey is de ultieme ploegsport volgens **speler en voorzitter Andy Van Wesemael**: "Alles speelt zich af op de bodem van het zwembad. Het is cruciaal om op het juiste moment op de juiste plaats te liggen om zo samen met vijf andere teamgenoten de loden puck met de stick in doel te krijgen. Er zijn geen keepers en alles gebeurt op eigen adem. Er komen dus

geen duikflessen aan te pas. Al sprintend over de bodem kunnen we een vijftiental seconden onder water blijven, daarna happen we twee seconden naar lucht en spelen we verder. We zijn een hechte vriendengroep, in en uit het water."

Andy is fier op de prestaties van de ploeg: "De medailles zijn de beloning voor al het harde werk. In 2014 werden we de laatste keer kampioen dus de drang om nog eens de beste van het land te zijn was groot. We hebben altijd een brede basis gemotiveerde spelers gehad en dat begint nu zijn vruchten af te werpen. Doorheen het jaar nemen we ook deel aan buitenlandse competities. Sinds 2005 spelen leden van Orca in het nationale team. Dit jaar vindt het WK plaats in Groot-Brittannië. In de selectie van de U24-ploeg van het Belgische mannenteam zitten vier spelers van onze club. Zo dragen we een Bilzers steentje bij aan de nationale trots!"

Info: www.crossfitbilzen.com | www.owh.be

