

én vloggen wat af:

Zin.nl/sportschool

Lieve Dee Wee,

En dit dan. Ik had ruzie op de sportschool! “Hè? Wat? Mylou? Maar jij bent altijd de redelijkheid zelve!” Ik hoor het je uitroepen. En als je mijn tirades tegen klemmende keukenlades, omvallende vuilniszakken en onvindbare sleutels niet meerekent, ben ik het best met je eens.

Het ging ongeveer zo. Een paar weken geleden gaf ik me op voor een spoedcursus buikspieren en conditie. Twee zaken die ik de laatste maanden nogal heb laten liggen. De naam van de spoedcursus triggerde iets in me: *Beach Body Challenge*. Ik zag mezelf al hollen langs de vloedlijn, en passant wat armbewegingen en kniebuigingen makend. Frisse zon aan de hemel, hard zand onder mijn sneakers, mijn lichaam sterk, slank en soepel. Maar ik bleek me te moeten melden in de sportschool. Om onze luie *winterbodies* zomerklaar te trainen. Nu al. Nee, ik ga je niet vervelen met de opbouw van de les en de diversiteit van de oefeningen. Ook ga ik je niks vertellen over de andere deelnemers. Nou, goed dan. De groep bestaat voornamelijk uit jonge moeders

Het leven is één groot schoolplein waar we nooit vanaf komen

die hun vormen en maten van vóór de bevalling weer terug willen. En er zijn een paar vrouwen van tja, iets meer onze leeftijd die vermoedelijk op hetzelfde uit zijn. Er is één man. Die mag met zwaardere gewichten. En een juf die dan wel zegt dat ze kinderen heeft, maar waar je niks van ziet. Maar goed. Aan het eind van de les, tijdens de cool-down, ontstond er een publieke gedachtewisseling over de aanvangstijd van de eerstvolgende les op de zondagochtend. Ja, Dorine: zondagochtend. Ik vind dat nogal wat, op zondagochtend de echtelijke sponde – gezellig uitpuilend van kranten, appeltaart, koffie en een schaars geklede man – verruilen voor fanatiek gehups op stampende beats. Terug naar de situatie. Er waren een paar deelnemers die liever een uur eerder begonnen. *Dan heb je meer aan je dag*. Ik hield mijn sportieve poot stijf en was gelukkig niet de enige.

En de begintijd op de zondagochtend zou onveranderd blijven. Nu komt het. Ik liep met een voldane glimlach tevreden lurkend aan m'n bidon richting uitgang. Zegt er een heel grote vrouw: “Nu moeten we dus allemaal doen wat jij wilt.” Ik sputterde dat ik toch echt een paar medestanders had geteld. “Echt niet. Jij verpest het voor de hele groep.” Ik: “Maar we hadden toch al een tijd afgesproken?” Ik hoorde zelf ook wel dat ik vertwijfeld klonk. Wat een raar mechanisme is dat toch, weten dat je niet gek bent en toch denken dat je gek bent. En toen kwam het laatste zinnetje van de grote vrouw. Het zit al dagen in mijn hoofd: “Nee, denk maar niet dat ik het je makkelijk ga maken!” Ze zei nog net geen *bitch* maar wat scheelde het. Het leven is één groot schoolplein waar we nooit vanaf komen. *Nu jij weer. Liefs,*

Mylou

Lieve Mylou,

Jij! Jij bent toch altijd de redelijkheid zelve!? Mijn grote voorbeeld als het aankomt op tact en diplomatie! Eerst mijn diepe respect voor het feit dat je je überhaupt waagt aan een *Beach Body Challenge*. En ook nog doorzetten terwijl er helemaal geen sprake is van strand maar gewoon op stampende beats in een stinkend zaaltje springen. Ik neem mijn hoed met een diepe buiging voor je af.

Op dit moment zit ik in mijn mufte pyjama dit stukje te tikken terwijl manlief alweer dik in de ijzers heeft gehangen, daarna op de fiets naar zijn werk is gegaan en aldaar tussen de bedrijven door nog even een 23-jarig jochie ‘afdroogt’ op de tennisbaan. De vanzelfsprekendheid waarmee dit allemaal gebeurt, maakt dat ik er extra schril bij afsteek. Ik ben ik alweer máanden niet vooruit te branden en na het lezen van jouw stukje weet ik weer waarom: geen plek op aarde waar de mensen allemaal zo bovenmatig en opzichtig met zichzelf bezig zijn als op De Sportschool. Die sfeer is op zijn zachtst gezegd niet aan mij besteed. Hoeveel klapdeuren ik in een sportschool wel niet in mijn gezicht heb gehad van mensen die gewoon vergéten dat de kans best groot is dat er nog iemand achter je loopt! Het volhardende niet-groeten. En iedereen neemt zichzelf zó serieus. Vooral de strak afgetrainde, minstens 20 jaar jongere instructeurs die altijd eerst even zuchten voor ze zich verwaardigen antwoord te geven op je vraag. Alle nare verschijnselen van het huidige individualistische tijdperk komen bij elkaar in De Sportschool: de plek waar iedereen monomaan bezig is met geestdodende oefeningen. Waar iedereen met naar binnen gekeerde blik langs elkaar heen loopt. Waar solitaire entiteiten zichzelf en elkaar wijsmaken dat ze lekker bezig zijn. De plek waar de oordopjes enkel nog uit de knar worden getrokken als er iets te bakkeleien valt, bijvoorbeeld over wie er als eerste op de trilplaat zijn brein door elkaar mag laten klutsen – of over de aanvangstijd van de *Beach Body Challenge*.

De Sportschool haalt bij iedereen het slechtste naar boven

De Sportschool: de plek waar je heen gaat om je beter te voelen maar waar je keer op keer met een geknakt ego vandaan komt. Ik sta echt tien keer liever op het schoolplein. Waar ik er als 51-jarige moeder óók een beetje buitenvul maar ik in elk geval lol heb. En waar het wél lukt om contact te maken. “Dorine wil jij met Sint-Maarten liedjes zingen met de kinderen op het schoolplein?” “Ja, leuk!” Gezellig toch? Lieve Mylou, ik wil je graag een welgemeend hart onder de sportbelt steken. Jij bent niet gek, zij zijn het. De Sportschool haalt bij iedereen het slechtste naar boven. Laten we gauw een glas wijn drinken.

Liefs!

Dorine

Dorine Wiersma (1967, rechts) studeerde klassieke gitaar en toert sinds 2003 met solo-programma's. Dorine is getrouwd met Jaap en heeft een zoon Tom (10) en een stiefdochter Sophie (16). Ze woont in Zeist bij haar ouders om de hoek. **Mylou Frencken** (1966, links) maakt muzikale cabaretvoorstellingen en is al 21 jaar de barvrouw bij tv-quiz *Het mes op tafel*. Ze woont in Haarlem, is getrouwd met Frénk en is moeder van Madelief (22). Hartsvriendinnen Dorine en Mylou gaan dit jaar voor het eerst samen de theaters in te gaan.