

# Nat worden niet erg



Bas van Ingen is een fanatiek polsstokspringer. Dit jaar heeft hij als doel om een afstand van 16 meter te springen. Momenteel staat zijn persoonlijk record op 14.86 meter.

**Zegveld - Waar slootje springen allemaal wel niet toe kan leiden. Bas van Ingen is 1,5 jaar geleden gevraagd om bij de polsstokvereniging te komen, simpelweg omdat zijn hobby slootjespringen was. Inmiddels mag hij niet meer over sloten heen springen: "Bij polsstokspringen draait alles om techniek, en ik wil niet de verkeerde techniek aanleren."**

Twee keer in de week trainen en twee keer een wedstrijd. Polsstokspringen is een tijdrovende sport. "Ik vind het niet erg dat het zoveel tijd kost omdat we maar vier maanden springen, in de winter is het water te koud" aldus Bas. In het begin moest de Zegvelder wennen aan het polsstokspringen maar nu vindt hij het erg leuk: "Het is niet zo'n standaardsport en het is ook erg gezellig".

Bas heeft nog nooit een blessure opgelopen en kent eigenlijk ook

niemand met een blessure: "Je zou denken dat het erg gevaarlijk is omdat je best hoog valt, maar vrienden die op voetbal zitten hebben veel vaker blessures".

Bas is helemaal niet bang om nat te worden: "Het hoort er juist bij. Als je niet nat wordt, betekent het dat je de polsstok niet ver genoeg zet. Zo is het dus nooit mogelijk om records te halen".

Zijn wensen voor dit jaar zijn

om mee te doen met het NK en om zestien meter ver te springen. "Ik moet nog maar zien of dit gaat lukken maar het lijkt me erg leuk om dat in ieder geval dit seizoen nog mee te maken" Bas.

De jonge sporter is lid van de polsstokvereniging van Linschoten. Dit is de enige in de regio. Meer informatie over de club is te vinden op: [www.polsstokclublinschoten.nl](http://www.polsstokclublinschoten.nl). Informatie over polsstokspringen in het algemeen is te vinden op: [www.pbholland.nl](http://www.pbholland.nl)