

## SPORT: leuk of stom?

Je hebt een groot probleem: je ouders!  
Ze hebben altijd wat te zeuren!  
Je wilt later prof worden.  
Je bent dol op sport.  
Maar je moeder zegt: 'Lees nou eens een boek.'  
Lees dan gauw: **Lekker sporten!**  
En lees het ook aan je moeder voor.

Dan is je probleem vast en zeker opgelost.  
Ze stuurt je meteen het veld op. Of je móet juist op sport van je ouders.  
En daar baal je van!  
Dan is dít een goed idee:  
lees aan je vader voor: **Sport, wat een gedoe!**  
Dan hoef je van hem nooit meer te sporten!

### **Lekker sporten!**

Sport is gezond.  
Je ademt flink in en uit.  
Je longen gebruik je van top tot teen.  
Bloed wordt flink rondgepompt.  
Daar krijg je zo'n leuk rood hoofd van.  
Als je te vaak stilzit, dan roest je lijf een beetje.  
Voor je het weet, ben je zo stijf als een plank.  
Ook krijg je van sport sterke spieren.  
Je lijf blijft in topvorm.  
Goed hoor! Sport!

### **Sport, wat een gedoe!**

Sport is duur.  
Je wordt er moe van.  
Je gaat zweten.  
En je krijgt er honger van.  
Want als je veel sport,  
heeft je lijf véél brood nodig.  
Net als een auto.  
Als die hard rijdt, drinkt hij  
heel veel benzine.

Sport doet ook nog eens vaak pijn.  
Echt waar!  
Een harde bal in je maag.  
Een trap tegen je knie.  
Een blauw oog van het boksen.  
Spierpijn.

Noem maar op!

En dan hebben we het nog niet eens over zere vingers van het dammen.

Nou, leuk hoor! Sport!

### **Voor elk wat wils!**

Je hebt nog een ander probleem.

Je vindt geen enkele sport leuk.

Je vindt zwemmen suf.

Je vindt tennis saai.

Je vindt korfbal duf.

Dan is dit de oplossing:

doe eens aan zorbing.

Kaas rollen kan ook erg leuk zijn.

Er zijn veel soorten sport.

Voor elk wat wils! Lees maar op de volgende bladzijde.

## In de kreukels door

### kaas rollen

Je ligt in de kreukels onder aan een berg.

Wat is de oorzaak, denk je?

Juist! *Kaas rollen*.

Dit doe je op een steile berg.

Van die berg rol je een kaas.

Dan ren je achter die kaas aan.

Nou ja, je rolt meer, net zoals die kaas.

Ben je beneden en ben je nog heel?

Dan ga je naar het café.

Of je blijft liggen, omdat je lijf

het niet meer doet.

Tja, daar lig je dan!

## Ooit een bal geweest?

*Zorbing* is een balsport.

Niet mét een bal, maar je bent zélf de bal.

Je staat in een soort strandbal.

Die ligt boven op een berg.

De bal is doorzichtig en héél groot.

Dan krijg je een zetje.

Het gevolg is dat je de berg af rolt.

In volle vaart!

Je wilt recht blijven staan.  
Maar omdat dat meestal niet lukt,  
voel je je net zo'n wasbol.  
Je weet wel, zo één die tolt en draait  
in de was.  
Leuk idee voor de kermis!

## Boef ontsnapt door sprong over prikkeldraad

Kan dat?  
Dat kan.  
Die boef doet vast aan de sport  
*springen over prikkeldraad*.  
Je moet wel héél goed zijn.  
En je moet héél hoog springen,  
omdat je anders blijft hangen in de  
prikkels.  
In het beste geval spring je zo over  
het prikkeldraad heen.  
Dan is er niets aan de hand.  
Minder fijn is het als je je broek scheurt.  
In het ergste geval hang je dus boven  
in het prikkeldraad.  
Met als gevolg: héél veel schrammen.  
Dan hoop je dat je bevrijd wordt.  
En dat er pleisters in de buurt zijn.