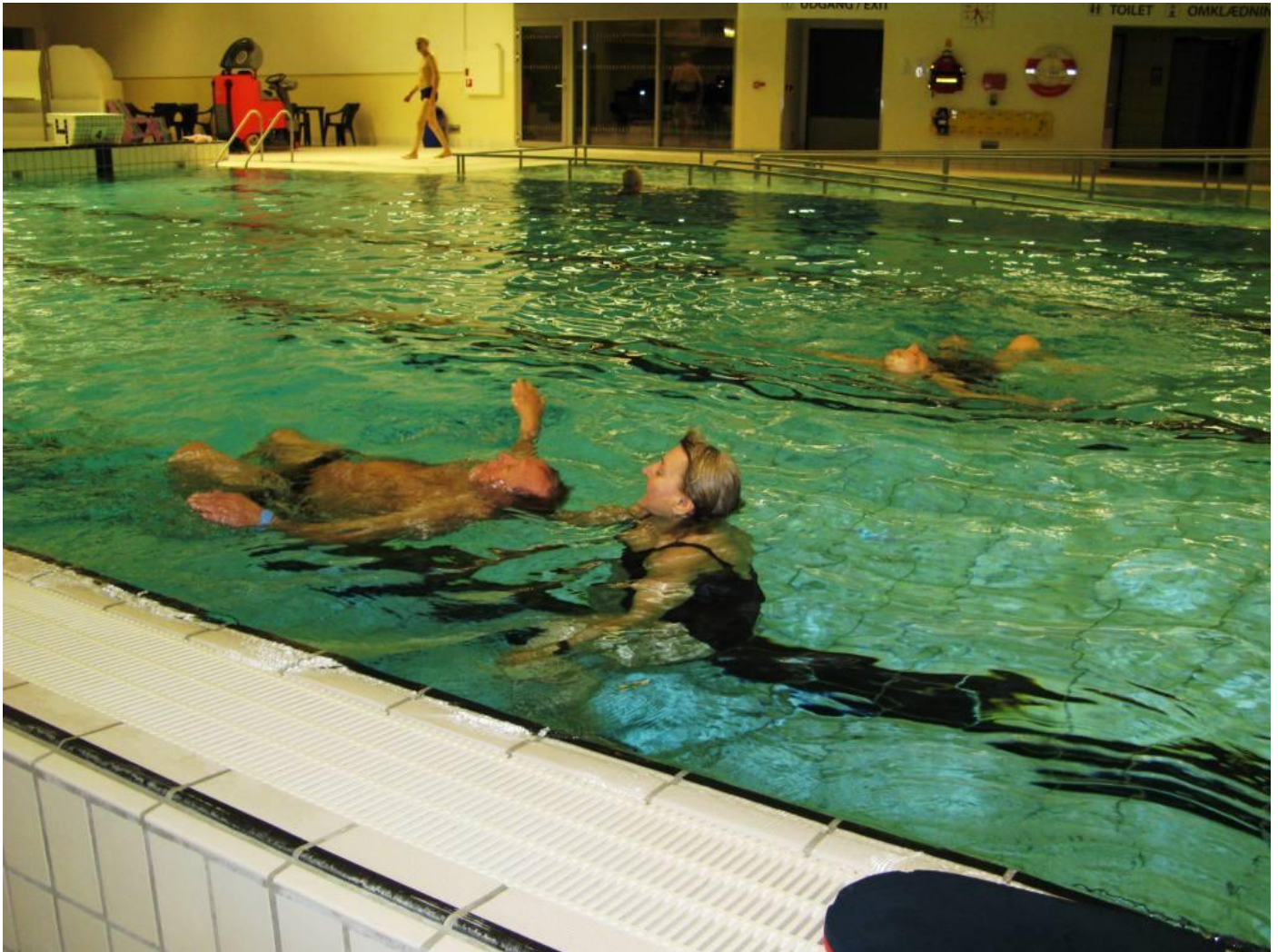


Fra vandskræk til vandglæde



Tirsdag aften tog 'Deres udsendte' på reportagerejse til Vandhalla, hvor vandskræk-holdet ville vise, at deres vandskræk var blevet forvandlet til vandglæde.

Inde i svømmehallen var der en varm og rolig stemning. Her var ingen anløb til panik eller åbenbare tegn på vandskræk. Deltagerne færdedes tilsyneladende glade og tillidsfulde i vandet, nogle hovedsagelig på egen hånd, andre med støtte fra en af de tre instruktører.



Vandskrækholdet har været et tilbud i programmet fra HOIF's svømmeafdeling siden starten i 2013, og mange af aftenens deltagere har været med fra begyndelsen.

Inge Lise Klit er en af dem, der har været med fra starten. Hun meldte sig på holdet, fordi hun trods mange år i sommerhus og senere som fastboende i Hou aldrig har turdet gå i vandet. Det skulle der laves om på. Hun er blevet så bidd af svømningen, at hun ud over at gå på vandskrækholdet ofte træner i weekenderne sammen med 2-3 andre kvinder for at vedligeholde og forbedre sin svømmeteknik.



Skønt holdet mest består af personer med en del år på bagen, så er der også unge Louise. Hun går på efterskole på Samsø. Siden jul har hun hver tirsdag taget færgen til Hou for at komme af med sin vandskræk. Første gang hun skulle i vandet, var hun så bange, at hun skulle have hjælp til at komme ned ad trappen i bassinet. I tirsdays svømmede hun en banelængde uden assistance. Det er en udvikling, der gør indtryk på alle de øvrige på holdet, og de fortæller med begejstring om Louises hastige fremskridt.

Måske er de andre på holdet også lidt misundelige (?). De har været længere tid om at lære det. Men en del af dem er dog kommet så langt, at de svømmer i den dybe ende af bassinet og så småt er på vej til andre hold.



Inger Høj, Lis Juul og Birgit Andersen er de gode kvinder, der tager sig af at instruere, støtte og opmuntre. Normalt tager Tage Staal sig af dem, der er kommet ud på dybt vand, men han var på ferie.

Inger Høj fortæller, at holdet henvender sig til 3 grupper:

- dem, der har vandskræk
- dem, der ikke tør have hovedet under vand
- dem, der måske godt kan svømme, men som bliver usikre, når de får brug for det

På holdet bliver der arbejdet ud fra de forudsætninger, den enkelte kommer med. Tempoet og udfordringerne bliver afpasset efter den enkelte. Når nogen er klar til at gå videre, giver det plads til nye deltagere, så hvis man er interesseret, er det bare om at sige til.

Hvis man har yderligere spørgsmål, kan man ringe til Inger Høj på tlf. nr. 86 55 61 53.