

OP WEG

GOLFSURFEN IN NEDERLAND

*{ Tips voor de beginnende surfer:
surfspots van eigen bodem, het ideale Noordzee board,
condities voorspellen en surf etiquette*



COLOFON

INITIATIEF & REALISATIE
 Simone Knaapen
 EINDREDACTIE
 Hans van den Broek
 REDACTIE
 Lisette van Effrink
 Simone Knaapen
 Rogier Verbeek
 ONTWERP & OPMAAK
 RAZA, Daphne van Langen
 ILLUSTRATIE
 Eef, www.monstercult.org
 FOTOGRAFIE
 Danny Bastiaanse;
 Rob Cillekens, Arthur Lavooy,
 Ray Max, Gerhard Messink,
 Ruben Snitslaar,
 Mark Welagen*
 *www.klatser.com

Surf voor meer informatie naar
www.hsa.nl of stuur een E-mail aan
simone@hsa.nl.

Op weg - Golfsurfen in Nederland is een uitgave
 van de Holland Surfing Association, powered
 by O'Neill. Oplage: 10.000 stuks. Verspreid op
 locaties langs de Nederlandse kust. © juni 2010.

INHOUDSOPGAVE

INHOUDSOPGAVE, COLOFON				DE GOEDE OUDE TIJD
01	02	03		
PEDELEN, PEDELEN, EN NOG EENS...	HET IDEALE NOORDZEE BOARD		STAAAN ZE ER WEL OF STAAAN ZE ER NIET?	
04	05	06	07	
	STRAK IN 'T PAK	OP AVONTUUR!	OP AVONTUUR!	
08	09	10	11	
HOE GA IK STAAAN?		SURF ETIQUETTE	SURF ETIQUETTE	
12	13	14	15	
HANDIG OM TE WETEN	HANDIG OM TE WETEN		EEN ZEE VAN AFVAL?	
16	17	18	19	
STEUN ONZE SPEELTUIN		COMPETITIE & EVENTS	COMPETITIE & EVENTS	
20	21	22	23	
	ONDER DE GOLVEN DOOR	FLATSPELL		
24	25	26	27	
28				



DIT BOEKJE IS EEN UITGAVE VAN DE HOLLAND SURFING ASSOCIATION ('HSA'). DE SURFENDE VRIJWILLIGERS VAN DE HSA ZETTEN ZICH O.A. IN VOOR HET BEHOUD VAN SURFSPOTS, COACHING VAN TALENT EN HET ORGANISEREN VAN WEDSTRIJDEN.

Met dit boekje wil de HSA beginnende surfers op weg helpen om hun plaats te vinden in de Noordzee. Onthou, de beste surfer is diegene met het meeste plezier. Surf zo veel en zo vaak als je kan. Kijk om je heen, wees alert, leer van anderen en gun iedereen een golf. Neem het zoals het komt en geniet ervan.

{ Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming van de HSA.





DE GOEDE OUDE TIJD

NEDERLAND ZAL NOOIT (?) EEN INTERNATIONALE SURF-BESTEMMING WORDEN, MAAR WE HEBBEN WÉL ONZE EIGEN, UNIEKE SURFGESCHIEDENIS. DRUKTE WAS VROEGER GEEN PROBLEEM. NEE, SURFERS VAN TOEN HADDEN HEEL ANDERE ZAKEN AAN HUN HOOFD.

De eerste Nederlandse surfer dook al in de jaren dertig in Noordwijk de golven in. Jan Coenraads Nederveen is zijn naam. Maar dé grondlegger van het surfen in Nederland is Go Klap.

In 1969 waagt Go (met harde g) een poging op een Bob Harbour-longboard dat lag te verstoffen bij de Noordwijkse Zeilvereniging. Bij gebrek aan materiaal, begint Go vanuit zijn kamer op drie hoog aan de Ruychaverstraat zelf boards te maken en geïmporteerde spullen uit

Engeland te verkopen. Een winkel aan de Badhuisstraat 41 volgt al snel.

Aan de zuidkant van de Scheveningse haven wordt er, sinds begin jaren zeventig, gesurft door Arie Verbaan, Albert van Garderen, Jaap van der Toorn en Hans Schotten. Surfen was verboden en alleen met een vergunning kon ontheffing verleend worden.

Alleen HSA-leden mochten surfen, met een genummerde sticker op hun board

Een vergunning kon alleen aan een vereniging gegeven worden en dus werd de HSA opgericht in 1973. Alleen HSA-leden mochten surfen en alleen met een genummerde sticker op hun board. Maar dat was nog niet alles: de wachtcommandant moest



Deze uit calciumcarbonaat opgebouwde skeletten van weekdieren vind je overal langs het strand. Grote, kleine, ronde, scheve, gekke, gekleurde skeletten. En daar maken wij dan wandelpaden van.

Het reglement van eisen waaraan een surfer moest voldoen was streng:

- in een vlot tempo 150 meter in zee kunnen zwemmen;
- een surfplank in bedwang kunnen houden tijdens het uitpeddelen door 7 brekende golven;
- 30 seconden onder water de adem inhouden;
- 15 meter onder water kunnen zwemmen;
- 30 minuten zonder plank of ander drijfvermogen (ook geen nat pak) in zee blijven.

gewaarschuwd, een boeienlijn uitgezet en een reddingslijn binnen handbereik zijn. Surfen tussen tien uur 's ochtends en zeven uur 's avonds was sowieso niet toegestaan.

In de loop der tijd worden de strenge regels versoepeld, maar pas in 1994 wordt golfsurfen officieel erkend. In augustus 1991 weigert Rien de Jager (vader van Yannick) uit het water te komen als de politie hem daartoe opdracht geeft. De Jager laat het tot een proces bij de rechter komen en die bepaalt uiteindelijk dat 'een plank voor golfrijden geen drijvend voorwerp is, maar een vaartuig vergelijkbaar met een surfplank met zeil.'

Hiermee heeft het golfsurfboard voor de wet eindelijk de status van gevaarlijk, ongeleid projectiel van zich afgeschud. ■



PEDDELEN, PEDDELEN, EN NOG EENS...

INDERDAAD, SURFEN BETEKENT PEDDELEN. HÉÉL VEEL PEDDELEN. EN DAT IS ZWAAR. OP EEN SURFBOARD LIG JE, MAAR NIET ZOALS JE IN JE BED LIGT OF OP EEN HANDDOEK OP HET STRAND. JE LIGT IN EEN ACTIEVE HOUDING WAARBIJ JE NIET ALLEEN JE ARMEN, MAAR JE HELE LICHAAM GEBRUIKT.

Zoek de juiste plaats op je board. Lig niet te ver naar achteren (neus van je board steekt omhoog) en niet te ver naar voren (neus steekt in het water). Het resultaat: je komt slecht vooruit. Een centimeter verplaatsen maakt een wereld van verschil! Kijk eens hoe je board in het water ligt zonder jou. Dat wil je hebben. Heb je deze positie gevonden? Neem dan een referentiepunt op je board, zodat je 'm makkelijk terug kunt vinden.

Maak jezelf gestroomlijnd. Hou je benen recht, je knieën en voeten liggen naast elkaar.

Check aan het einde van de dag je ribben en heupbotten: blauwe plekken? Goed gedaan!

Trek je rug hol zodat je schouders goed los van het board komen. Door het oprichten van je rug heb je een goed overzicht. Je ziet golven en andere surfers beter aankomen. Het zorgt ook voor stabiliteit. Met je heupen en



Mannetjes zeeleeuwen hebben het goed voor elkaar. Ze leven in een harem, wat betekent dat ze gemiddeld zo'n 5 à 6 vrouwtjes om zich heen hebben. Respect.

onderste ribben geef je extra druk op je board en de beweging van je schouders wordt niet op je board overgebracht.

Maak lange, krachtige stroken. Zoek een ritme op. Gebruik niet alleen je armen, maar ook de spieren in je schouders en rug. Enneh, rustig aan: niet vergeten uit te drijven!

Ook handig: blijven ademen én ontspan.

Je lichaam wordt 'vanzelf' surffit. Het went aan de houding en ontwikkelt de juiste spieren. Als je maar vaak genoeg surft. Ook als er geen golven zijn kun je peddelen. Zwemmen (de borstcrawl) is het beste alternatief om je peddelspieren te ontwikkelen. Op het droge oefenen in de huiskamer kan natuurlijk ook. ■

HET IDEALE NOORDZEE BOARD

DE HEERLIJKE HOLLANDSE GOLVEN HEBBEN MEESTAL WEINIG KRACHT, DUS BIJ DE ZOEKTOCHT NAAR HET IDEALE NOORDZEE BOARD LIJKT VOLUME HET TOVERWOORD.

Volume wordt bepaald door de lengte, breedte en dikte van het board. Oftewel, het aantal liters melk of bier dat erin past. Hoe meer volume, hoe makkelijker een board drijft en het golven pakt. Bijvoorbeeld een longboard, want een longboard is, de naam zegt het al, lang en relatief breed en dik. Het peddelt als een tierelier en pakt makkelijk golven. Als je eenmaal staat, gaat een longboard bijna vanzelf.

Je maakt makkelijk snelheid waardoor je goed om secties of dode punten in de golf heen komt. Nadeel is dat de golven in Nederland ook

relatief kort zijn, terwijl de traditionele longboards ontworpen zijn om lange golven te rijden.

Hoe anders is dat op een shortboard. Op een shortboard kun je korte, snelle turns maken en zo op de korte Nederlandse golven toch een paar radicale moves maken. Het gebrek aan volume moet je compenseren met je surfskills. Snelheid komt niet vanzelf en op de slappe golven zul je er zelf de vaart in moeten houden. Dat is niet eenvoudig, maar als je hem dan een keer vol tegen de lip parkeert, tja..., dat is toch wel lekker.

Meer volume haal je niet per se uit de

Hoe meer golven je pakt, hoe sneller je goed leert surfen. Zo simpel is het



Zolang ze niet onder een laag uitjes bij de viskraam belanden, kunnen haringen wel 45 cm lang, 1 kg zwaar en maar liefst 22 jaar oud worden.

Je begrijpt: het ideale Noordzee board is afhankelijk van je niveau, de stijl van surfen die bij je past en wat je als surfer wilt bereiken. Tot alle boards 100% milieuvriendelijk geproduceerd worden, bestaat het ideale Noordzee board sowieso nog niet. Blijven zoeken dus.

lengte van het board. Een shortboard krijgt meer volume met een brede in plaats van een smalle tail en een ronde in plaats van een spitse neus. Maak het board net een centimeter dikker en je hebt weer iets aan volume gewonnen. Daarom zijn er veel retro fish boards in de Nederlandse line-up te vinden. Retro fish boards zijn vaak dikker en 'ronder', er zit dus meer schuim a.k.a. volume in ten opzichte van andere boards met dezelfde lengte.

Beginnende surfers doen er goed aan te kiezen voor een board met genoeg volume én lengte, ook al is dat vaak een langer board dan je eigenlijk zou willen. Een mini-malibu of funboard bijvoorbeeld. Deze zit qua lengte tussen een short- en een longboard in. Ze hebben veel drijfvermogen, dus peddelen lekker, pakken makkelijk golven, zijn stabiel en niet zo 'onhandig' groot als een longboard. ■



RIDER: YANNICK DE JAGER



NEVER LEAVE THE WATER

SURF TILL YOU CAN'T KEEP YOUR EYES OPEN. DREAM OF SURFING. THEN SURF SOME MORE. ISLAND PROTEST MAKES TRIPS TO THE SHORE OBSOLETE. PROTEST TO GET THERE. PROTEST.EU

STAAAN ZE ER WEL OF STAAAN ZE ER NIET?

OM EEN PAAR DAGEN VAN TE VOREN TE WETEN OF ER IETS TE SURFEN IS, IS HET NODIG OM INZICHT IN HET WEER TE HEBBEN.

Gelukkig zijn er vele websites met gegevens en voorspellingen over wind, getij en golven. De golven die aan de kust breken zijn het gevolg van deining op zee. Deining wordt veroorzaakt door wind. Hoe meer wind, hoe meer deining, of swell zoals de Engelsen zeggen.

Surfers van de lage landen zien het liefst swell uit het noorden onze kant op komen. Deze kan bij de Noordoost-kust van Engeland vandaan komen, maar ook van veel verder weg. Bijvoorbeeld uit de Noorse zee tussen IJsland en Noorwegen. De beste golven ontstaan dus ver hier vandaan, en reizen door de Noordzee omlaag richting onze kust. Zo kan het zijn

dat je hier heerlijk kunt surfen zonder een zuchtje wind. Dat zijn de dagen die je niet mag missen.

Swell uit het zuiden ontstaat onderin de Noordzee bij harde wind uit het zuiden of zuidwesten. Als de wind wegvalt is het binnen een paar uur gedaan met de golven. Met zuidenwind ben je in Noord-Holland het beste af. Komt de wind uit het zuidwesten, dan kunnen er in Zuid-Holland juist mooie linkse lijnen lopen. In Noord-Holland blaast de wind dan te recht op de kust.

Swell uit het westen ontstaat dichtbij huis; ergens tussen Nederland en Engeland. Een matige tot stevige

De beste golven ontstaan ver hier vandaan en reizen richting onze kust

Vergeet niet wat Jan Pelleboer over voorspellingen zei: *'Kijk nooit verder dan je neus lang is... en je neus is maar drie dagen lang'.*



{ Van de 35 verschillende soorten zeepaardjes, galopperen er twee af en toe door de Noordzee. De rest vertoef toch liever in iets warmer water. Geef ze eens ongelijk.

westenwind is vaak genoeg om wat golven onze kant op te sturen. Door de aanlandige wind zullen de golven niet echt clean zijn.

Swells uit het zuiden zijn vaak het best bij afgaand en laag tij. De stromingsrichting is dan van noord naar zuid en dus tegenovergesteld aan de stromingsrichting van de golven. Doordat deze tegen elkaar in bewegen heb je minder last van de stroming en zijn de golven mooier van vorm. Bij swell uit het noorden is het precies omgekeerd.

Bouw je kennis op door na surfsessies op te schrijven wat de condities waren en hoe de golven liepen. Zo creëer je je eigen naslagwerk bij het voorspellen van de golven.





STRAK IN 'T PAK

SURFEN IN BOARDSHORT EN BIKINI. IN NEDERLAND? VERGEET HET MAAR! DE NEDERLANDSE SURFER HEEFT EEN ZOMER-, EN EEN WINTER-WETSUIT NODIG.

Als in de winter de sneeuw op het strand ligt, het water zo'n 5 graden is en jij je in de snijdende oostenwind in je blote kont op de parkeerplaats staat om te kleden, dan dank je, nee, dan *eer* je Jack O'Neill.

De founding father van O'Neill krijgt alle credits voor het uitvinden van het wetsuit. In 1952 zag hij dat er in een vliegtuig gebruik werd gemaakt van een vreemde rubber-achtige substantie. Het bleek neopreen te zijn. Neopreen was de sleutel tot het perfectioneren van de lompe wetsuits die eerder in opdracht van U.S. Navy voor duikers ontwikkeld

waren. Meer flexibiliteit, meer warmte en meer surfmaanden per jaar!

Plassen in je wetsuit? Ieuwwww! Slecht voor de naden. Wel lekker warm...

Vóór de uitvinding van het wetsuit probeerde men zich warm te houden met wollen truien en rubberen kapjes. Ondoenlijk. Reken maar dat je zonder wetsuit alles op alles zet om met droog haar in de line-up te raken, wipe-outs te voorkomen en op tijd uit de golven te sturen. Een brainfreeze was toen net zo pijnlijk als nu.

TIPS

→ Jij houdt jezelf warm: het water dat zich tussen jou en het neopreen bevindt, warm je op met je lichaamswarmte. Vervolgens houdt dat water jou warm.

Dan moet je pak wel goed aansluiten. Vooral bij nek, armen en benen.

→ Als je een wetsuit gaat kopen, loop er mee rond in de winkel, zwaai met je armen, buig door je knieën. Het mag er belachelijk uitzien, je komt er wel achter of-ie lekker zit.

→ De dikte van je wetsuit is afhankelijk van je bikkelgehalte. De meeste mensen hebben in de zomer genoeg aan een 3/2 (=3 millimeter neopreen bij je bovenlichaam en twee millimeter bij armen en benen). In de winter pak je jezelf compleet in met een 5/3 of 6/3 met hoofdkapje, schoentjes en handschoenen (van 5 tot 7mm).

→ Na afloop uitspelen met zoet water. ■



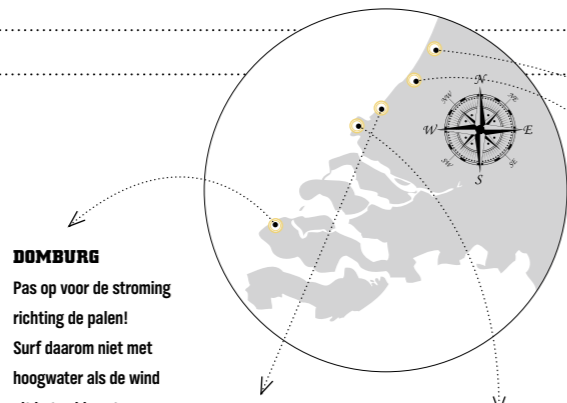
{ Een mossel kan bij eb ongeveer 6 uur boven water blijven. Daarna krijgt 'ie het moeilijk. Een mossel die weer op tijd in het water weet te komen kan wel 15 jaar lang en gelukkig leven.



OP AVONTUUR!

LANGS DE HELE NEDERLANDSE KUST KAN ER VOLOP GESURFT WORDEN. EEN STROOK VAN 451 KILOMETER AAN SURFSPOTS. WAT DOEN WE DEZE ZOMER?

In de zomer is in het noorden van ons land de beste surf te vinden. Terwijl je in de winter het beste aan je trekken komt in Zuid-Holland en Zeeland. In de winter liggen de lagedrukgebieden dichtbij en dat veroorzaakt veel wind en een chaotische branding op de Wadden en in Noord-Holland. In de zomer liggen de lagedrukgebieden veel noorderlijker, in de buurt van Noorwegen en Spitsbergen. De swell reist dan verder en is mooi uitgelijnd als het ons land bereikt. De Waddeneilanden en Noord-Holland liggen dicht bij de oorsprong en hoe zuidelijker je komt, hoe meer de swell in hoogte afneemt. Zuid-Holland is de meest consistente surfprovincie van Nederland.



DOMBURG
Pas op voor de stroming richting de palen! Surf daarom niet met hoogwater als de wind uit het zuidwesten komt. En bij wind uit het noordwesten juist niet met laagwater. Ook als het hard waait en het elders een soepzooi is, zit er hier nog een goede lijn in de golven. Domburg is de thuisbasis van de jaarlijkse Domburg Classic.

HOEK VAN HOLLAND
Surfen kan hier met elk getij, maar helemaal hoog- of helemaal laagwater heeft de voorkeur. In de winter kun je hier gratis parkeren op de boulevard. In de zomer parkeer je gratis op een klein stukje lopen vanaf de Rechtstraat.

MAASVLAKTE
Deze legendarische Nederlandse surfspot is tijdelijk gesloten. De 2^e Maasvlakte wordt aangelegd, en wat dat betekent voor de golven is nog onduidelijk. Er zal hier vanaf 2011 weer gesurft kunnen worden, maar de blokkendam, waarlangs je naar buiten peddelde in water dat heerlijk verwarmd was door het water van de energiecentrale, is voorgoed verdwenen.

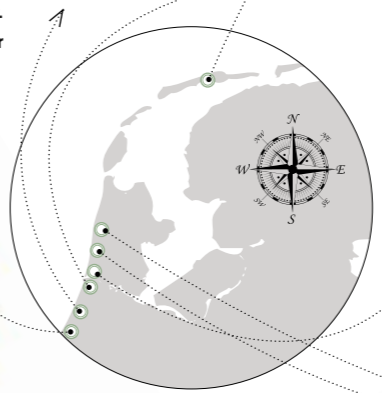
SCHEVENINGEN
Bij harde noorderwind ga je naar de zuidkant van de haven en bij harde wind uit het zuiden, ga je naar de noordkant. De golven breken overal in de wijde omgeving goed. Een paar honderd meter van de haven af, lig je stukken rustiger.

KATWIJK
Deze badplaats en vissersdorp is de thuisbasis van de Christian Surfers. Een positieve vibe in het water dus. Er stroomt hier een klein riviertje 'de binnenwatering' de zee in en bij deze monding lopen de banken net iets anders, waardoor het vaak beter breekt.

Wonen aan zee? Zuid-Holland heeft de grootste spotkeuze en ligt lekker centraal!

{ Op www.surfweer.nl lees je een dagelijkse surfvoorspelling.

LANGEVELDER-SLAG
Eén van de pareltjes van de Nederlandse kust. Geen mensenmassa's, hippe strandtenten of lelijke boulevards, maar uitzicht op een enorme duinenrij en een lege line-up. Hou rekening met de stroming bij hoog water. Langevelderslag is beter beschermt tegen NNO-wind dan Zandvoort.



ZANDVOORT
Het grootste voordeel van Zandvoort is de makkelijke bereikbaarheid per trein. Met zijn drie zandbanken achter elkaar is het een unieke plek. Bij laag water surf je op de achterste bank, en bij een hogere swell, kan het bij hoog water ook nog goed breken.

IJMUIDEN
De zuidkant van de pier is dé uitwijkplaats bij harde wind en hoge swell uit het noorden. Wel oppassen voor de vele kitters. Bij harde afluiddige zuidelijke wind kan het hier mooi lopen, maar is er wel veel stroming. Rond laag water is dan het beste moment.

WIJK AAN ZEE
Hotspot waar het erg druk kan worden. Wijk is met alle getijden goed te surfen. Maar zit je te dromen dan drijf je richting pier. De ongeschreven regel is dat beginners zo'n 500 tot 1000 meter naar rechts wandelen. Gun elkaar de ruimte. Bij zuidelijke swell komen golven moeilijk om de haven van IJmuiden heen, probeer dan Wijk-dorp of de eerste parkeerplaats.

BERGEN AAN ZEE
Net als Wijk aan Zee pikt Bergen aan Zee de noordswells goed op. De sfeer is er relaxed en vanaf de boulevard kun je goed zien hoe de banken er bij liggen. Met wind uit NNO worden de golven al clean, terwijl ZZW al bijna vol onshore is.

PETTEN EN VERDER
De hele kust van Petten tot St. Maartenszee is bezaaid met strekdammen. Ze werken als mini-pointbreaks en zorgen voor mooie golven bij laag water. Bij hoogwater echter stroom je richting de keien van de strekdammen. Je zult niet de eerste zijn die er zijn board op kapot surft of haar teen breekt.

TWTAS
Hier is de stroming heftiger dan elders. Strekdammen zijn dus een uitkomst. Zij houden de stroming tegen. Op T vind je zowel laagwaterspots met strekdammen als hoogwaterspots bij de Koog, zonder strekdammen. V, T en A liggen meer naar het noorden gedraaid en pikken de swell uit die richting het beste op. Op V, T en A is ZW-wind gunstig, want die is afluiddig. Maar als de wind pal uit oost of west komt, waait-ie parallel aan het strand, en veroorzaakt veel stroming.

{ In vroeger tijden zorgde de touwslager, de lijndraaier, de baander of zeeldraaier in een touwslagerij voor het vlechten en in elkaar slaan van touw. Wij gaan gewoon naar de bouwmarkt. Jammer.



HOE GA IK STAAN?

NA EEN BEROEP GEDAAN TE HEBBEN OP AL JE PEDDEL- EN SURVIVALSKILLS BEN JE DAN EINDELIJK ACHTER DE BRANDING. TIJD VOOR HET WAARSCHIJNLIJK LASTIGSTE ONDERDEEL VAN HET SURFEN: HET OPSTAAN OP EEN GOLF.

Komt er een golf je kant op? Zorg dan dat je klaar ligt op je board en begin rustig met peddelen. Zo maak je alvast snelheid en kan de golf je makkelijker meenemen. Ontspan en probeer ondertussen te kijken wat de golf achter je doet. Als de golf de achterkant van je board optilt maak je een paar harde peddelslagen om ervoor te zorgen dat de golf je meeneemt. Als je het goed doet, voel je hoe de golf je richting het strand duwt en hoef je niet meer te peddelen. Dat is hét moment om te gaan staan.

Het is ook hét moment waarop de neus van het board gemakkelijk het water in duikt en er een perfecte koprol gemaakt wordt. Je kunt dit voorkomen door bij het peddelen je rug zo hol mogelijk te maken. De neus van je board komt zo verder uit het water. Maak je nog steeds een nosedive? Dan lig je waarschijnlijk te ver voorop je board.

Een kwestie van heel veel uren en bijna evenveel spoelbeurten

Om jezelf zo goed mogelijk op te drukken plaats je je handen op borsthoogte op je board. Met een holle rug druk je jezelf zo hard mogelijk op en je schuift je voorste knie onder je lichaam door. Terwijl je omhoog komt plaats je je voeten op je board. Je blijft laag (hoe lager, hoe makkelijk je je



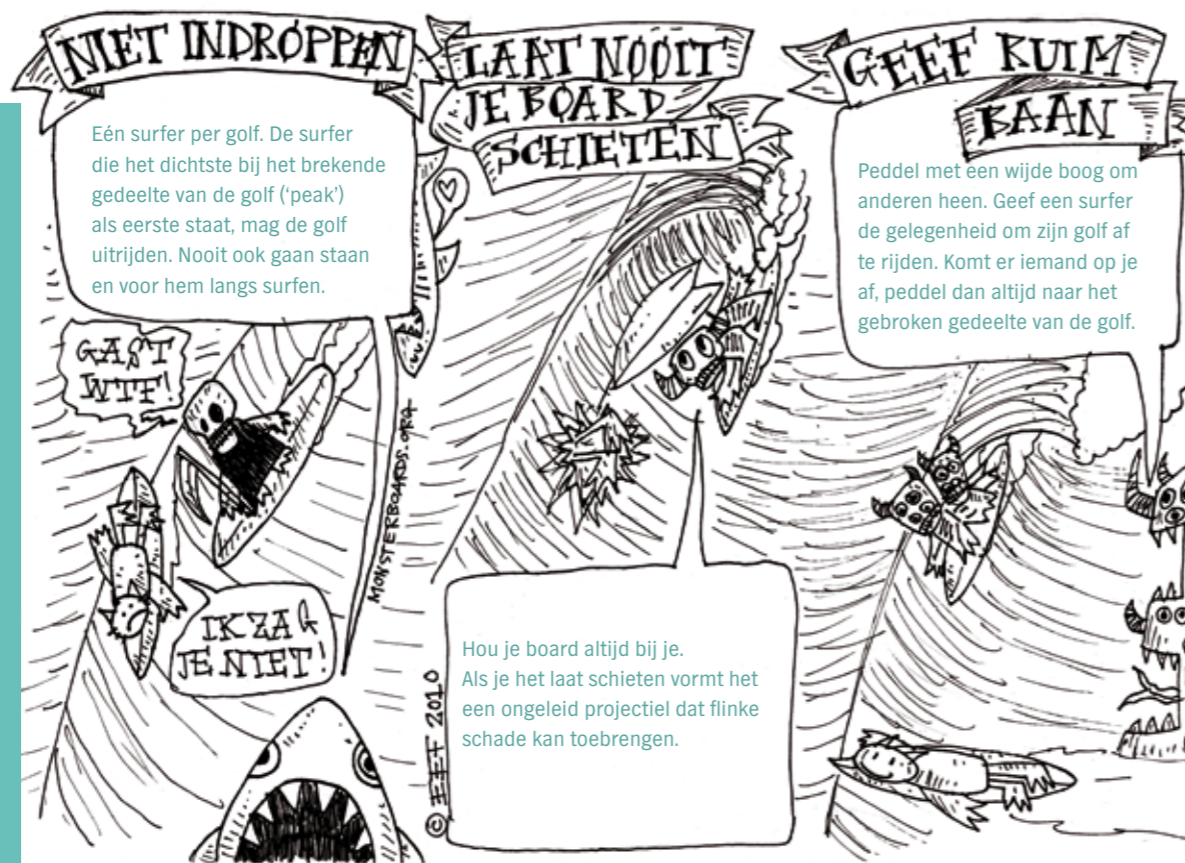
In de Middeleeuwen stond zeeameeuw vaak op het menu. Hij werd gekookt en vervolgens gemuld met veel kruiden zoals peper, saffraan en kaneel. Bon appétit!

evenwicht bewaart) en draait je voorste heup richting de punt van je board. Als alles goed is gegaan sta je nu zijwaarts op je board en ben je klaar om de rest van de golf tot het strand af te surfen.

Dat lijkt makkelijk, maar dat is het niet. Het is een kwestie van heel veel oefenen en bijna evenveel spoelbeurten. Je kunt veel leren door te kijken hoe andere surfers het doen: waar ze op de golven wachten en wanneer ze beginnen met peddelen. En voor je het weet sta je zelf op een golf en heb je hele andere problemen. Hoe je een cutback maakt bijvoorbeeld. ■

HSA SCHAT DAT ER TUSSEN DE 8.000 EN 10.000 ACTIEVE SURFERS IN NEDERLAND ZIJN. IN YOUR FACE! EN DAT IS SOMS LETTERLIJK ZO.

Golfsurfen is een ongeorganiseerde sport. Geen scheidsrechter met rode kaarten of fluitje. Heerlijk! Je kunt zo met je board de zee in rennen en je in de golven storten. Of toch niet? Er zijn wel degelijk regels. Ze zijn niet moeilijk te snappen, wel lastig om toe te passen, maar erg belangrijk voor het plezier en de veiligheid van iedereen. Het beste advies: zoek een rustig plekje op!



De 'Surfer's Code' geldt op iedere spot ter wereld, - en verder...



Een reddingshoed is een drijfvlampmiddel voor personen die overboord zijn geslagen, schipbreuk hebben geleden, geen reddingsvest dragen en toevallig ook geen surfplank bij zich hebben.

HANDIG OM TE WETEN

DE ZEE IS EEN PLEK WAAR IEDEREEN ZICH MOET KUNNEN VERMAKEN OP EEN VEILIGE EN RESPECTVOLLE MANIER. TOCH ONTSTAAN ER AF EN TOE VERVELENDE SITUATIES DOOR ONWETENDHEID VAN BEGINNENDE SURFERS, MAAR OOK DOOR LAKSHEID VAN GEVORDERDEN.

Check de surf

Neem de tijd. Bekijk eerst 15 minuten de golven, voordat je het water in rent. Golven komen vaak in sets die ongeveer elke 15 minuten binnenrollen. Deze zgn. setgolven kunnen een stuk hoger zijn. Laat je dus niet verrassen door golven die eigenlijk te hoog voor je zijn. Gebruik dit kwartier ook om te kijken waar de andere surfers liggen en welke kant ze op gaan. Als je dat kunt inschatten is het makkelijker je eigen weg vinden.

Zoveel mensen zoveel wensen

Als er op een bepaalde plek veel surfers in het water liggen, wil dat niet zeggen dat dat de enige plek is waar je lekker kunt surfen. Een paar honderd meter verderop breekt het vaak ook prima. Daar zul je meer plezier hebben, want met minder mensen om je heen, heb je meer golven voor jezelf!

Met minder mensen om je heen heb je meer golven voor jezelf

Niks mis met een lekkere schuimkraag.

Als je net begint met surfen heeft het weinig zin om tussen gevorderde surfers te liggen. Je komt gewoonweg nauwelijks aan bod. In het schuim heb je daar geen last van. Dat komt voortdurend binnenrollen en heb je helemaal voor jezelf. Wel zo relaxt als het opstaan nog

{ De traditionele old-school Nederlandsche molen draait steevast linksom. Deze moderne electriciteit opwekkende variant daarentegen draait meestal rechtsom.

niet helemaal flex gaat.

Een golf pakken

Blijf goed op de andere surfers om je heen letten. Die golven kunnen best heftig zijn, maar iemand die vol op je af komt surfen omdat jij ervoor ligt, is een stuk heftiger. En dat geldt ook andersom. Zorg dus dat je nooit iemand recht voor of achter je hebt liggen.

Stromingen en muien

Je kunt ongemerkt razendsnel wegstromen. Voor je het weet zit je op een pier (Scheveningen/Wijk aan Zee), tussen de palen (Domburg) of de keien van een strekdam (Petten). Zoek twee referentiepunten op de kant om je positie te bepalen en hou deze tijdens je surfsessie goed in de gaten. Muien ontstaan vaak langs strekdammen en pieren. Een mui is een stroming richting zee die ontstaat doordat het water dat met de golven over de

Respecteer elkaar. Dan heeft iedereen een leuke sessie

zandbanken breekt weer een weg terug zoekt naar zee. En dat gaat harder dan jij kunt peddelen. Als je uit een mui wilt komen, dan peddel je parallel aan het strand totdat je weer uit de stroming van de mui bent. Daarna kan je weer terug naar het strand peddelen. Je kan ook een mui gebruiken om snel achter de branding te komen. Deze herken je aan de plek waar de minste golven breken. Zo ben je snel, zonder veel duckdiven, waar je wilt wezen. Misschien heb je zelfs nog energie over voor je eerste golf.

Nooit alleen

Ga nooit alleen het water in. Een ongeluk zit in een klein hoekje. Je hebt

geen grote golf of scherp rif nodig om ongelukkig te vallen en je serieus te bezeren. Als er dan niemand in de buurt is...

Met elkaar

Iedereen ligt in het water om plezier te hebben en te genieten van wat onze sport zo mooi maakt. We zijn er dus ook met z'n allen verantwoordelijk voor dat iedereen een leuke sessie heeft. Respect voor elkaar is hier de sleutel. Iedereen maakt fouten, en natuurlijk mag je elkaar daar op wijzen. De manier waarop je dat doet is echter van belang. Als je het netjes houdt hou je er misschien nog een leuke surfbuddy aan over! ■

Hart Beach Surfshop
Since 1971

MEER DAN 400
SURFBOARDS

Lost, Bradley, Al Merrick, Walden,
Southpoint, TufLite, NSP, 7S,
Webber, Aloha en veel meer!

WETSUITS

O'Neill, Rip Curl, Quiksilver,
Xcel & Billabong

**LONGBOARD
SKATEBOARDS**

Lush, Sector 9, Never Summer & Arbor

BOARDSHORTS

BIKINI'S

SLIPPERS

HART
BEACH

HARTBEACH.NL

Vissershavenweg 55 b - 2583 DL - Scheveningen
shop@hartbeach.nl - 070 - 354 55 83

EEN ZEE VAN AFVAL?

**OKÉ. DE NOORDZEE IS GRIJS.
DE GOLVEN ZIJN VAAK NIET
PERFECT. EN JA, HET WETSUIT
IS HET HELE JAAR DOOR NODIG.
SO WHAT?**

De Noordzee geeft velen het gevoel van 'stoked' na een surfsessie. Het hele jaar door. En hopelijk ook nog de komende jaren. Maar daarvoor moeten we wel wat terug doen.

Onze kustlijn staat onder druk. Jaarlijks belandt er zo'n 20 miljoen kilo zwerfvuil in de Noordzee. Vanwege de stijging van de zeespiegel, de afval van industrie, scheepvaart en visserij én door de rotzooi van mensen die hun afval op het strand laten slingeren. Met een lekkere oostenwind belandt dit in zee. Net als de drollen uit de riooloverstort in Wijk aan Zee en Egmond aan Zee.

Tijdens hevige regen komt ongezuiverd rioolwater gemengd met regenwater rechtstreeks op het strand terecht. Juist, jij surft tussen deze bacteriën. Wij laten deze shit toch niet over ons heenkomen?

Pick up 3: elke keer als je naar het strand gaat, raap je drie stukken afval op

Gelukkig zijn er organisaties die ervoor lobbyen om de Noordzee zo schoon mogelijk te houden. Zoals de Surfrider Foundation en Stichting De Noordzee. Zij hebben bijvoorbeeld in samenwerking met de ANWB, HSA en Kitesurf Nederland gepleit voor het verdwijnen van de open riooloverstort in Wijk aan Zee. En met succes. In 2015 wordt-ie gesloten. Er worden ook acties gehouden om het strand

In de Grote Oceaan is een gebied, naar schatting 34x zo groot als Nederland, waar enorm veel plastic en afval bijeen drijft. Dit wordt de kunststofarchipel, of plastic soep genoemd. Smakelijk.

schoon te maken, zoals de jaarlijkse Beach Clean Up. Jij kunt helpen door lid te worden of deel te nemen aan de acties.

Een heel simpele en doeltreffende manier om de Noordzee schoon te houden is *Pick up 3*. Dit idee is overgevoegen uit San Diego. Elke keer als je naar het strand gaat, raap je drie stukken afval op. En met hetzelfde gemak gooi je dit in de afvalbak. Kost geen moeite of geld en binnen *no-time* ziet je favoriete spot er een stuk schoner uit! Zoals de twaalfjarige grondlegger Cobi Emery het samenvat op zijn site: 'Pick up 3 and the difference you will see'. ■



STEUN ONZE SPEELTUIN

DE HOLLAND SURFING ASSOCIATION ('HSA') MAAKT ZICH STERK VOOR HET BEHOUD VAN DE SURF IN NEDERLAND EN DE ONTWIKKELING VAN DE SPORT.

Natuurbehoud

In samenwerking met Stichting De Noordzee en Surfrider Foundation zet de HSA zich in voor een duurzaam gebruik van de Noordzee en omgeving.

Overheid

De HSA denkt actief mee met overheden over de zonering van surfgebieden t.o.v. zwemmers en andere watersporters. De overheid is soms de weg een beetje kwijt en de HSA grijpt dan in. In 2009 kwam de HSA in actie toen een Haagse wethouder het surfen op De Zuid wilde verbieden. Met de actie "Red De Zuid" zijn surfers door de grachten van Den Haag naar het

Stadhuis gepeddeld om daar in hun natte wetsuits te protesteren. Met succes.

Maak je sterk voor de surf in Nederland. Word lid van de HSA.

Veiligheid

De HSA maakt zich sterk voor het verspreiden van de regels in de line-up. Niet als een Hollandse ambtenaar met regelzucht, maar om veiligheid en plezier voor allen te behouden.

Opleidingen

Droombaan? Golfsurfleraar! De HSA verzorgt de instructieopleiding golfsurfen die gekoppeld is aan een internationaal erkend lifesaving diploma. Hiermee kun je wereldwijd aan de slag. Ook kun je een opleiding tot

Lidmaatschap van de HSA kost maar 35 euro per jaar. Je bent dan verzekerd voor diefstal, verlies en schade aan je materiaal. Plus, je ontvangt korting bij vele surfshops in Nederland! Je lidmaatschap heb je er zo uit en onbetaalbaar is jouw steun voor alle acties van de HSA.

internationaal erkend jurylid volgen.

Talentontwikkeling & topsport

Met de coaching van talentvolle, jonge Nederlandse surfers in het Dutch Junior Surfteam en het organiseren van het NK, zet de HSA zich in voor het opkrikken van het surfniveau in Nederland. Want, jij doet toch ook nèt even wat beter je best als je buurman hard aan het rippen is?

Leden & vrijwilligers

De HSA is een vereniging die volledig wordt gerund door vrijwilligers. Om alle activiteiten uit te kunnen voeren, heeft de HSA de steun van leden nodig. Alle leden hebben inspraak op het beleid en de activiteiten van de vereniging. ■



Krabben danken hun naam aan hun grappige manier van voortbewegen. Het is afgeleid van krabbelen, dat kruipen betekent.



COMPETITIE EN EVENTS

JE AGENDA KAN GESURFVULD WORDEN. LAAT JE ONDERDOMPELEN IN DE ZEE VAN MOGELIJKHEDEN IN EN UIT HET WATER. MAAR LAAT JE NIET VERZUIPEN.

Domburg Classic

De naam zegt het al, dit is een klassieker. De Nederlandse surfers komen al zestien jaar en masse naar Zeeland om deze wedstrijd bij te wonen of om mee te doen. Vergeet niet je tent mee te nemen, want kamperen kan gratis, onderaan de dijk bij het strand. Het laatste weekend van augustus of het eerste weekend van september.

Surffrenzy

Alweer acht jaar lang is deze surfwedstrijd een begrip in Wijk aan Zee. Alles wordt uit de kast getrokken om de surfspirit erin te houden; deelname,

eten en feestje zijn gratis. De Surffrenzy is on call, dus dat betekent: no waves, no surf. Met ruim 100 deelnemers de grootste in Nederland. Alle niveaus welkom!

HSA NK Tour

Het officiële Nederlandse Kampioenschap wordt georganiseerd door de HSA. De kampioenschappen worden verdeeld over meerdere stops, waarvan ééntje in Moliets (FR). Al jaren is de grote vraag: wie verslaat Yannick de Jager?

NSKG

Het Nederlandse Studenten Kampioenschap Golfsurfen vierde in 2010 haar vijfjarige bestaan. Studenten kunnen meedoen in de categorieën longboard en shortboard. Het NSKG is een vet feestje met vele side-events en clinics voor beginners, door studenten funsport verenigingen D.E.R.M. en Spin. In Scheveningen.

Wil je op de hoogte blijven van alles wat er in de Nederlandse surfscene gebeurt? Dan kun je terecht bij onze mediapartners op www.surfholland.nl, www.tacky.nl of kijk in *6 | surf magazine* (www.soulonline.nl).

Zandvoort Open

De Surfvereniging Zandvoort staat aan het begin van een hopelijk lange traditie. In 2009 organiseerde zij de *Zandvoort Open* voor de eerste maal. *Open* betekent: alles door elkaar. Longboarders, shortboarders, suppers, dames, heren, beginners, en pro's. Zolang je maar lol hebt in het water.

O'Neill North Sea Battle

De eeuwenoude strijd tussen Belgen en Nederlanders wordt nu op zee voortgezet. In Domburg, waar zij normaal gesproken de golven delen, wordt de *Battle* gehouden. Mannelijke en vrouwelijke shortboarders strijden om 's lands eer.

Alles wordt uit de kast
getrokken om de surfspirit er
in te houden

Trekvogels kunnen in dichte mist zodanig in de war raken over de richting waarin ze op moeten vliegen dat ze enorme omwegen maken. Gelukkig gebeurt dit zelden.

EVENTS

Gaan als ze er staan

EXPOSITIE 40 JAAR SURFCULTUUR

Scheveningen is sinds het einde van de jaren zestig de bakermat van het golfsurfen in Nederland en nog steeds één van de meest populaire spots. De expositie toont, in foto- en filmmateriaal van de jaren zeventig tot nu, de surfers, hun liefde voor de zee, de actie in het water, de lifestyle op de kant en de schoonheid van de natuur. De expositie loopt tot eind september 2010. In Muzee in Scheveningen.

Madnes

Ameland gaat drie dagen lang los! Madnes staat in het teken van windsurfen, golfsurfen, skateboarden, skimboarden, kitesurfen en muziek. Clinics en podia, inspanning en ontspanning. Laat je verrassen!

Beach Clean Up

SURFRIDER FOUNDATION

De jaarlijkse Beach Clean Up van Surfrider Foundation is helaas geen overbodige luxe. De troep die mensen op het strand achterlaten verdwijnt in de zee en hoopt zich op tot plastic eilandjes waar de vogels, zeehonden, vissen en walvissen van eten totdat ze stikken. Letterlijk. Afgelopen jaar is er in Nederland door 400 mensen 350 volle vuilniszakken opgehaald. Hulde!

International Surfing Day Festival

Tijdens de International Surfing Day (zondag 20 juni) wordt de surfcultuur en -lifestyle wereldwijd gevierd. De dag staat in het teken van onze sociale verantwoordelijkheid. Ons kikkerlandje blijft natuurlijk niet achter en doet ook mee. ■





DJUS organiseert een camp voor de echte jonge surfliefhebber

Surf & Beach CAMP

Surf-Soul & Fun

www.DJUS.nl

DE JONGENS
UIT SCHOORL

KWALITEIT EN GROEPSACTIES

WWW.DJUS.NL

12 t/m 16 juli 2010
Pettit / Egmond aan Zee
19 t/m 23 juli 2010
Castricum / Callandsloog / Camperduin
26 t/m 30 juli 2010
Pettit / Egmond aan Zee / Castricum
Leeftijd: 8 t/m 17 jaar & 13 tot 16 jaar
Tijd: 10.00 uur - 16.00 uur
Prijs: €175,- oo p.p.
nodig: zwembadpluim

De jongens uit Schoorl hebben een surf-school die voornamelijk actief is in de kop van Noord-holland.

Naast surfles organiseren we ook veel groepsuitjes voor scholen en bedrijven.

Neem eens een kijkje op onze site.

Check voor info: www.djus.nl of mail: info@djus.nl



QUIKSILVER
SURFSCHOOL

O'Neill SURFCAMP
MIMIZAN

MEEST ERVAREN SURFCAMP AAN DE ATLANTISCHE KUST IN FRANKRIJK!

www.MIMIZAN.NL

DE STRAND

DE SURFLOCATIE VAN NEDERLAND!

WWW.THE-STRAND.NL
T 088-007 2030

ONDER DE GOLVEN DOOR

ONZE GELIEFDE NOORDZEE IS HELAAS VAAK EEN KLOTS-BAK. GOLVEN BREKEN OVERAL EN NERGENS. OVERAL ZIE JE SCHUIM. OOK OP CLEANE DAGEN KAN HET WITTE WATER ERG KRACHTIG ZIJN. ALS JE NIET WEET HOE JE DEZE HINDERNIS KUNT NEMEN, ZIT JE BINNEN NO-TIME UITGEPUT EN VERSLAGEN OP DE KANT. JE TECHNIEK, TIMING EN PLAATS ZIJN CRUCIAAL.

Begin je surfsessie door vanaf de kant goed te kijken naar de golven. Zoek naar een plek waar minder golven breken of maak gebruik van een pauze tussen de sets. Zie je tien meter verderop een buurman-surfer met het grootste gemak richting horizon verdwijnen terwijl jij je een ongeluk peddelt en niet vooruit

komt? Dan heeft hij de opening gevonden waar jij zo hard naar op zoek was en kan je het beste zijn voorbeeld volgen.

Mocht je onverhoopt een paar golven tegenkomen terwijl je naar achteren peddelt, no worries. Bij kleine, krachteloze schuimgolven hou je met beide handen de rails vast ter hoogte van je borst en druk je jezelf op. De golf breekt nu tussen jou en je board. Bij grotere schuimbakken doe je de turtle- of eskimorol. Pak beide rails vast, hou je lichaam strak bij het board en trek het om, vinnen omhoog. Hang loose, maar hou je board stevig vast. Zodra je voelt dat de golf voorbij is, rol je soepel (!) weer op je board en peddel je verder tot er een volgende schuimkop op je afkomt.

Wanneer je je meer relaxt voelt in de kolkende watermassa is duckdiven de volgende stap. In één vloeiende beweging duik je met je board onder de golf door.

Op zondagmorgen 27 september 2009 is een grote lederschilddpad zwemmend voor de kust bij de Razende Hol gezien. Dit was de derde melding ooit van een levende lederschilddpad in de Noordzee.



Bij een longboard of Mini Malibu lukt dat niet, ze drijven te goed. ■

DUCKDIVEN

Peddel op de golf af. Vlak voor de brekende golf pak je met beide handen je rails vast, tussen de neus en het midden van je board. Duw de neus van je board zo diep mogelijk onder water, door je armen te strekken, met je gewicht boven je schouders en armen. Duik er met je hoofd en lichaam achteraan. Hou je sterkste voet op de tail van je board en zet druk. Steek je andere been in de lucht. In de opwaartse beweging onder water trek je het board naar je toe. Als je boven water komt, lig je gelijk goed op je board en kun je verder peddelen. Number 1 safety rule: laat nooit je bord los! Joost mag weten waar dat ding naar toe schiet en wie of wat het raakt...



FLATSPELL!

**JE KIJKT NAAR DE VOOR-
SPELLINGEN VOOR DEZE WEEK:
FLATSPELL... DAMN IT! ER
MOETEN TOCH ALTERNATIEVEN
ZIJN? JAZEKER, EN WIJ ZETTEN
ZE EVEN OP EEN RIJTJE VOOR JE.**

Wakesurfing

Zoek een boot, een touw en neem je surfboard mee. Het golfje dat aan de zijkant van de speedboat ontstaat is alleen voor jou! Of wacht op een tanker die bij Scheveningen binnenkomt, spring vanaf de pier het kanaal in en gaan!

Riviersurfen

Een non-stop golf in een rivier: de natte droom van iedere surfer. Naar de Eisbach rivier in München is het vanuit Utrecht 636 kilometer. Maar je kunt ook terecht tussen de piranha's van de Amazone rivier.

Indoor surfen

De naam dekt de lading niet helemaal want het heet eigenlijk flowboarden en zit tussen surfen, skaten en snowboarden in, maar dan *nét* niet. Met een soort skateboard zonder wielen glij je van een 2 meter lange helling af waar water tegenaan wordt gespoten. Leuk idee, maar voor het échte indoor surfen moet je in Japan zijn.

*Wacht op een tanker
die binnenkomt, spring het
kanaal in en gaan!*

Indo boarden

Nee, dit heeft niks met Indonesië, maar alles met balans te maken. Dit board is van hout en op een dikke rol zul je al balancerend en rollend je evenwicht moeten vinden.

{ Helmgas is een pionierssoort. Pionierssoorten specialiseren zich in het innemen van een keel gebied. Ze vermeerderen zich snel, maar haastige spoed is zelden goed, want ze leggen ook weer snel het loodje.

Meersurfen

Heeft iemand het IJsselmeer al eens gecheckt op pointbreaks?

Sandboarding

Schroef je vinnen eraf en bedwing de zandduinen.

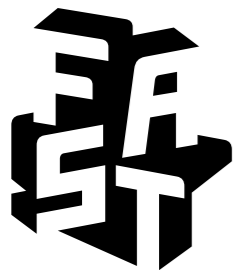
Suppen

Oftewel 'stand up paddle boarden'. Met een supergroot board en een peddel speur je al staand de horizon af. Anything goes. Suppen kun je namelijk op elke rimpel: of deze nu 10 centimeter of 10 meter is.

Mountainboarden

Groot skateboard met rubberen wielen, extra vering en straps om je voeten in te plaatsen. Klauter een heuvel op en grassboard naar beneden. Pas op voor kuilen en koeieflatsen! ■





FAST
Surfdorp aan de boulevard
van Scheveningen
www.fastthehague.com

FYSIOAANZEE

De fysiotherapeut voor surfers in regio Scheveningen
t 06 220 77 990 · www.fysioaanzee.nl



internet applicaties & websites
www.carlogallupa.com
Carlos Gallupa



SURFCENTRUM NOORDWIJK LANGEVELDESLAG
Surfschool · Surfclub · Events · Verhuur
British Surfing Association level II
t 06 206 79 152 · www.surfandbike.com



ERVAAR DE KICK VAN HET GOLFSURFEN!
BIJ INLEVERING VAN DEZE COUPON ONTVANGT U EEN **GRATIS**
BAKJE KOFFIE OF THEE NA AFLOOP VAN EEN LES
Locatie: Strandtent de Wistorikim
Mob: 06 420 220 15 - www.surfschool-katwijk.nl



SURFSCHOOL
ZANDVOORT.NL
Love Passion Freedom



ripstar
SURF CAMPS 2010

100% **SURF**

L'AMELIE PLAGE

Pal aan zee, bij de brede beachbreak van het Franse L'Amélie Plage, verrijst ook deze zomer weer het Ripstar Surfcamp. De Ripstar surfcrew is superstoked en helpt je graag op weg om je eerste golf te pakken of om je naar een nog hoger niveau te tillen. Geniet na het surfen van de ontspannende hangmatten en uitgebreide maaltijden van onze surfende kok. Als de avond invalt kan je chillen bij het kampvuur, een surfclipje kijken of dansen en sjansen in Soulac sur Mer. Weg van de crowds, met een kleine groep surfers, maken we er een mooie zomer van!

ALL-IN inclusief:
1 week €389,- / 2e week €319,-

- * 10 uur professionele coaching met videoanalyse
- * Gebruik O'Neill wetsuit (1 op 1)
- * Gebruik longboards, shortboards, funboards en sofftops
- * Gebruik skimboards, bodyboards, longskateboards
- * Verblijf in 4-persoonstent met max. 2 personen
- * Gebruik van kooktent
- * Gebruik van chilltent
- * Frans ontbijt (7 dagen per week)
- * Welkomstaaltijd
- * Ripstar Membership
- * Ripstar reisbegeleiding
- * Transport surfboards naar verschillende spots beschikbaar

Data

- 3 t/m 10 juli 2010
- 10 t/m 17 juli 2010
- 17 t/m 24 juli 2010
- 24 t/m 31 juli 2010
- 31 juli t/m 7 augustus 2010
- 7 t/m 14 augustus 2010
- 14 t/m 21 augustus 2010
- 21 t/m 28 augustus 2010
- 28 aug t/m 4 sept 2010

AGE 20+ 30+
NO CROWDS
PAL AAN ZEE

REEF **ONEILL** **DAKINE**

WWW.RIPSTAR.NL
RIPSTAR EUROPE * ADMIRAAL DE RIJTERWEG 547
1055 MK AMSTERDAM * +31(0)20-6886090 * INFO@RIPSTAR.NL

O'NEILL
ONEILL.COM

FIRST
LOVE
LAST
LOVE

