

# Surfen



Junior  
**INFORMATIE**  
Documentatiecentrum



# 1 Water en wind

Het is druk langs de kust. Er zijn hoge golven en het zeewater ligt daardoor vol met surfers. Een aantal jonge surfers ligt vlak achter de schuimige golven. Als er een paar hoge golven aankomen, grijpt ééntje zijn kans. Hij peddelt voor de golven uit, gaat razendsnel staan en surft schuin over de golven. Terwijl hij surft, doet hij trucjes. Zo lukt het hem om een *air* te maken (een sprong) en zelfs een '360'. Dat is een truc waarbij je met je surfplank een rondje draait, terwijl je surft. De andere surfers laten hem na afloop weten dat ze *stoked* zijn. Dat woord gebruiken surfers om te zeggen dat ze heel enthousiast zijn.



## Surfen in Nederland en België

In Nederland en België kun je verschillende surfsporten beoefenen. Zijn er golven in het zeewater langs de kust, dan kun je goed **golfsurfen**. Staat er veel wind, dan kun je goed **windsurfen** of **kitesurfen** op zee, maar ook op rivieren en meren. Bij windsurfen sta je op een plank, waar een mast met een zeil aan is bevestigd. Je laat je meevoeren door de wind. Bij kitesurfen surf je op een kleine plank. Met je handen bestuur je een speciale vlieger (een *kite* in het Engels). De wind blaast in de vlieger en trekt je voort over het water.

## Leren surfen

Langs de kust en bij grote meren zitten vaak surfscholen en surfverenigingen. Daar kun je leren golfsurfen, windsurfen en kitesurfen, en meedoen met wedstrijden. Je moet wel een zwemdiploma hebben om te kunnen surfen.

In Nederland en België is het (zee)water meestal koud. Om je te beschermen tegen de kou, draag je daarom tijdens het surfen een **wetsuit**. Dat is een speciaal pak, gemaakt van een soort rubber. Ga je het water in, dan stroomt er een beetje water in het pak. Je lijf maakt dit water warm, daardoor heb je het niet koud. Het pak moet strak zitten en er mogen geen gaten of scheuren in zitten. Anders komt er te veel water in je wetsuit en krijg je het alsnog koud. Smeer je gezicht en blote delen van je lijf wel goed in, als je gaat surfen. Het water weerkaatst de zonnestrallen en hierdoor kun je snel verbranden. Surfers gebruiken een speciale waterafstotende zonnebrandcrème.

*Als je surfles krijgt, oefen je het golfsurfen op het strand en in de zee.*



## Gevaar

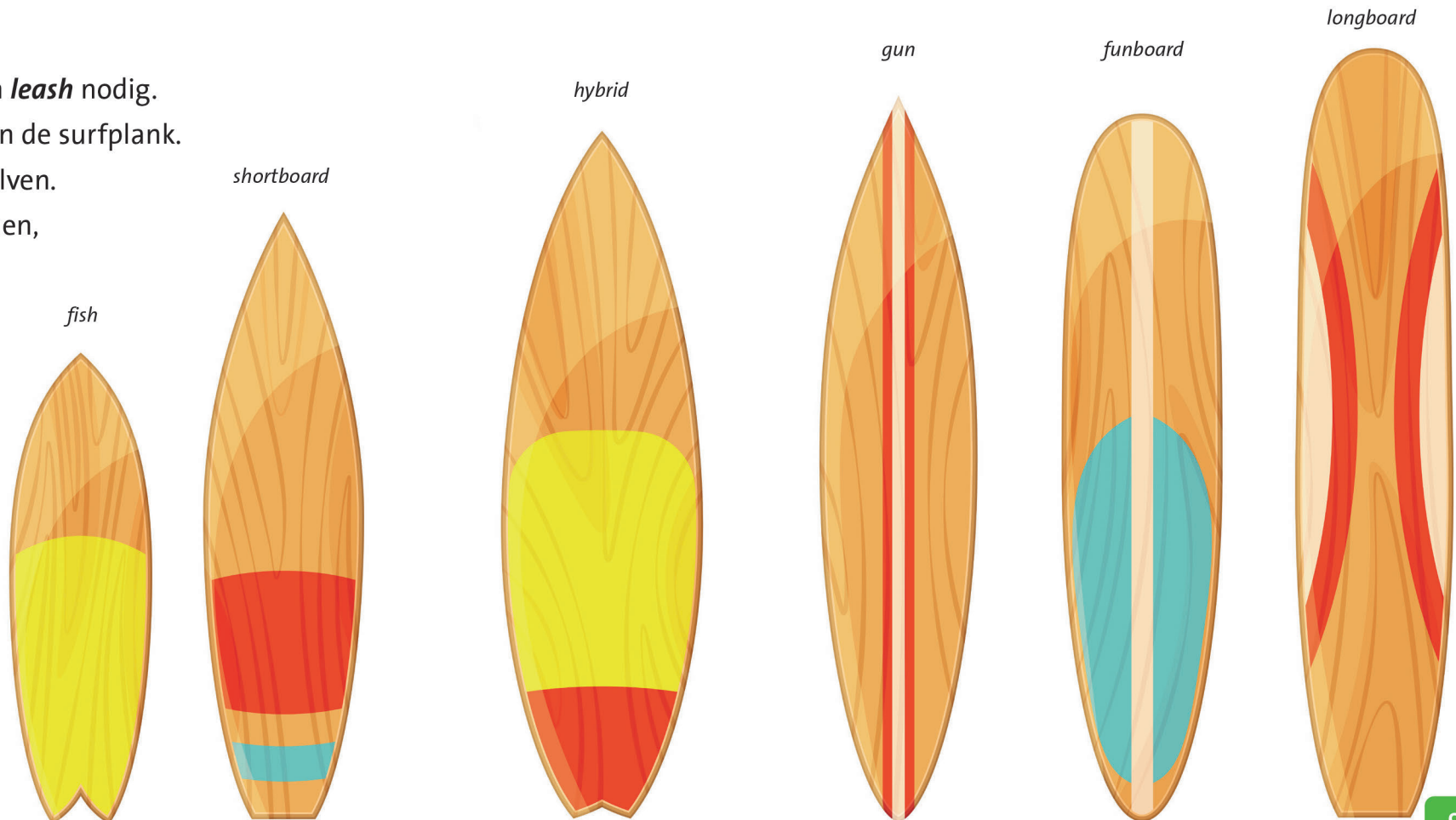
Aan de kust kun je in een **muistroom** terechtkomen. In een mui stroomt het water tussen twee zandbanken in richting zee. Ervaren surfers laten zich meevoeren met deze stroming om op een goede plek in de branding te komen. Ze surfen dan zijwaarts naar het strand. Ben je nog geen goede surfer, let dan op dat je juist niet in een mui komt. Probeer ook nooit tegen een muistroom in te zwemmen. Dat is levensgevaarlijk: de sterke stroming trekt je naar zee.

## Wat heb je nodig?

Om te golfsurfen heb je een plank en een **leash** nodig. Dit koord maak je vast aan je enkel en aan de surfplank. Zo raak je je surfboard niet kwijt in de golven. Golfsurfplanken hebben één tot vier vinnen, dat zijn uitsteeksels aan de onderkant van de plank. Ze zorgen ervoor dat je blijft drijven, evenwicht houdt en kunt sturen.

*Er zijn verschillende soorten surfboards. Meestal leer je surfen op een lange plank (een 'longboard') met een zachte bovenkant (een 'soft top').*

*Surfers die veel trucs willen doen en bochten willen maken, gebruiken een 'shortboard'.*



## Regels

Tijdens het surfen gelden regels. De surfer die het dichtst bij het breekpunt van de golf ligt, gaat bijvoorbeeld voor. Stiekem voordringen noemen surfers **snaken**. Op sommige plekken zie je surfers op een rijtje klaarliggen om een bepaalde golf te pakken. Dat heet de **line-up**.



## Surfen

'Surf's up!' zeggen golfsurfers als er goede golven zijn. Ze kijken dan hoe de golven breken en proberen erop te surfen. Staat er genoeg wind, dan gaan de windsurfers en kitesurfers ook het water op. Zij laten zich op hun plank met zeil of vlieger meevoeren door de wind. Dit geeft een heerlijk vrij gevoel. Surfen is voor surfers dan ook vaak een verslaving. Ze surfen het liefst elke dag. Naast golfsurfen, windsurfen en kitesurfen zijn er nog meer manieren van surfen. Misschien is er iets voor jou bij!

Op [www.docukit.nl](http://www.docukit.nl) vind je nog veel meer leuke boeken!

