

# Down memory lane

**H**et lekkere van hardlopen, is dat je gedachten heerlijk alle kanten op waaien. Problemen vinden een oplossing en nieuwe ideeën komen spontaan aangevlogen, evenals zalige herinneringen aan toen. Zo ook dit keer. Het regende, maar dat vond ik niet erg, want sporten in de regen geeft me een extra kick. In een lekker tempo richting het Sloterpark in Amsterdam Nieuw-West, kwam ik langs een korfbalveld dat op de route ligt. En voor ik het ook maar doorhad, zat ik met m'n gedachten bij herinneringen aan korfbal en gezichtsscrub. Een vreemde combinatie, dat geef ik toe. Toch kwamen ze zoveel jaar geleden samen tijdens een gezellige, maar zeer natte korfbaltraining.

**D**at korfballen van mij begon op vijfjarige leeftijd. Het was het begin van een fantastische jeugd bij korfbalvereniging K.C.N., gelegen in het Vliegenbos in Amsterdam Noord. Wat een fantastische plek zo tussen al die hoge bomen, en het gaf altijd een bijzonder gevoel wanneer we door het bos wandelden, op weg naar 'het veld'. Tijdens donkere trainingsavonden in de herfst – de binnencompetitie was dan nog niet begonnen – zag je de uilen in de bomen zitten. En wanneer je er overdag liep, kon je hier en daar op de grond uilenballen vinden. Van die door uilen uitgekotste balletjes van muizenvacht en muizenbotjes; reuze fascinerend.

**M**aar goed, we hadden het over korfballen en niet over uilenballen. Ons korfbalrein bestond uit een gravel- en een grasveld, waarbij de trainingen vrijwel altijd op het gravelveld plaatsvonden. Die bewuste herfstavond – ik denk dat ik twaalf jaar was – was het niet alleen donker, maar het regende ook nog eens behoorlijk en vrijwel niemand had echt zin om te trainen. Het donkere bos en de verlichting die op het natte veld scheen, zorgden voor een speciaal, knus sfeertje en het gravel veranderde in een vies oranje/bruin prutje; onze kleding zat al snel onder en tegenzin veranderde in no-time in meligheid en geklier onderling. Vrij vertaald: het werd moddergooi-

en, achter elkaar aanrennen en elkaar inpeperen. Net zoiets als in de winter met sneeuw, alleen was de sneeuw nu het gravelprutje. En het schuurde goed, dat oranje/bruine spul.

**M**et kleding en gezichten vol smurrie, verdwenen we na die training onder de douche. En daar, tijdens het douchen, ontdekte ik het. Onder de modder vandaan, verscheen opeens een gezicht met twee zijdezachte wangetjes. Wauw, dát was nog eens scrubben. Exfoliëren op het hoogste niveau!

**A**l hardlopend door de regenbui, met een grote glimlach door die fijne herinneringen, begon ik aan de terugweg. Denkend aan het goudmijntje dat het had kunnen worden. In gedachten zag ik namelijk al helemaal voor me hoe in de schappen van de winkels – waaronder natuurlijk ook Vitaminstore - mijn eigen gezichtsscrub zou staan. Potjes gevuld met het vertrouwde, natte, oranje/bruine prutje.

Thuisgekomen stapte ik onder een welverdiende warme douche. Zonder scrub, maar mét een goed humeur!



**Marjori Hong**  
Tekstschrijver/Eindredacteur

Zowel voor werk als privé houdt Marjori (40) zich bezig met de vele aspecten rondom een healthy lifestyle. Ook de natuur hoort bij een gezonde levensstijl en die leuke en ontspannende momentjes deelt zij op haar website [www.gefladder.nl](http://www.gefladder.nl). In haar columns voor Vitaminmagazine heeft zij het over alledaagse zaken: gewone momentjes uit het dagelijks leven.

Reageren? Mail naar:  
[marjori@vitaminstore.nl](mailto:marjori@vitaminstore.nl)