Heren, die bénen!

Een terrasje pakken. Daar hoort toch ook 'mensen kijken' bij. En met iedereen zo luchtig gekleed, zie je nogal wat verschillen voorbij komen. Best boeiend.

Dus daar zat ik met een vriendin op een terrasje. Aan een tafel verderop zaten een paar mannen die de uiterlijke kwaliteiten bespraken van twee dames aan een tafeltje naast hen. Aan de gezichten van de twee dames was overduidelijk te zien dat ze zich er vreselijk aan ergerden. Zo van een afstandje – wanneer je zelf het onderwerp van gesprek niet bent – is het reuze vermakelijk om zo'n tafereel te aanschouwen; je kunt er gerust dagen mee vullen, met mensen kijken.

Toen een van de mannen opstond en voorbij liep, moest ik glimlachen. En híj had iets aan te merken op die twee dames? Zijn houding en figuur deden me denken aan die ene vervelende vent van jaren geleden op de sportschool.

Het is alweer een jaar of zes geleden, maar vergeten doe ik hem vast nooit meer. Waarschijnlijk omdat ik het hele jaar door aan hem herinnerd word tijdens mijn vele wandel- of hardlooprondjes door het park. De vervelende man, hij trainde op de sportschool waar ik enkele jaren aan krachttraining deed. Waar ik het zelf altijd lekker vond en vind om met zo min mogelijk pauzes verschillende setjes aan elkaar te koppelen, hield de vervelende man er een omgekeerde gewoonte op na. Bij hem ging het er juist om met zovéél mogelijk pauzes zijn setjes aan elkaar te koppelen. En er was nog een verschil. Waar ik verzot was op benen trainen, was dat juist iets wat hij vermeed. En daar ging hij de mist in…

Daar liep hij weer rond te paraderen. Trots, met volle borst vooruit en bij elke vrouw even stilhoudend voor een 'vind je me niet geweldig' praatje. Vermoeiend.
Na zo'n catwalkronde ging hij dan weer verder met het trainen van zijn armen borstspieren met voor hem eigenlijk veel te zware gewichten. Dit ging uiteraard gepaard met regelmatig indrukwekkend gegrom, om na een paar herhalingen snel weer over te gaan tot nog zo'n ellenlange pauze waarin hij dan druk bezig was met kijken of er wel naar hem gekeken werd (ik kon dit allemaal stiekem volgen via de grote spiegel die voor me aan de muur hing, dus ja… er werd inderdaad naar hem gekeken).

Maar waar het om gaat: mannen die overuren maken met hun bovenlichaam en daarbij hun onderlichaam totaal vergeten, veranderen als vanzelf in reigers (vandaar dus ook dat ik in de vrije natuur geregeld aan 'de vervelende man' herinnerd word).

Kenmerkend voor de reiger zijn de brede schouders, volle borst, smalle taille, een piepklein kontje en twee véél te dunne beentjes (zéker in verhouding tot de bovenpartij).
Zeg nou zelf. De gelijkenis is treffend.

Dus heren, trainen die benen!

Column

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 díe leuke en ontspannende momentjes deelt zij op haar website 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