

Oeie en aaie

Door Engel Reinhoudt

A je een beetje vooran mee wil in het peleton as amateurwielrenner, mô je meêr doe as fietse. Krachtraining, dieet, massage, yoga en vee bidde om de winst. Ok è 'k een paer tatoeages laète zette. A je dan op 't podium staèt tussen van die misjes is dat wè een stoer gezicht. 'k Zegge nie wat en waè, dat zû je nog wè 's zie a 'k de ronde van Baekendurp winne.

Op d'n dag da 'k m'n eigen goeng inschriev voe de fitness (€ 10, - per weke) stoeng 'r in deze krante een stikje da je net zô vee bereikt a je thuus mie je guus speelt. Een kind van een jaer of twî, drie is daè het meêst geschikt voe en z'è nog lol ok. Je steekt ze ôôge de lucht in en je oar ze roepe 'nog, nog, nog', lôpe twint a ze op je voeten stae (goed voe de beênspieren), mie eên and het kind oplichte (nie an z'n aer, mae an een tuugje), tien keêr liens en dan tien keêr rechts. Zô is t'r nog een ôôp te verzinnen. 't Probleem is waè ael je zô gauw een kind vandaen? Bie de bure ge vraege of a je ulder kind es mag gebruke, ka je toch nie doe. Ze zoue je nog anzie voe een pedaloefiel. Toch liet het idee me nie los, wan je spaert 'r vee geld mie uut. Ineêns schoot me wat te binnen. Het kan ok best mie een volwasse persoan in plekke van een kind. Alleêne mô je j'n oefeniengen een beetje anpasse. En wie vraeg je daè dan voe? Ik wist het direct: eênzaeme ouwere. Dan sniedt het mes an twî kanten: jie sporte en een oud, eênzaem mens ei gezelschap. Ik naè tante Dina, ze draai rond de tachtig, is nog best fief, mae aoltied mae alleêne. Ze is ongeveer net zô breêd as a ze lank is en weeg net zôvee as d'r leeftied. Ze is eigenlijk meêr geschikt voe gevorderde, mae allee 'k wou toch begunne. Bure Piete is nog zwaerder. Ze wou het nog graag doe ok.

Om te begunnen liet ik ze bok sprienge, wan ik vond het toch eigenlijk nie gepast om eur voe bok te laète staen. Ik zô laege meugelijk bie de grond en tante Dina d'r tien keêr overene. Bie de leste beurte staot'n ze me omvarre en lag bovenop me. Eêr a 'k boven was, ao 'k ok m'n massage ehad. Toen rek- en strekoefeniengen. Tegenover mekaore gae stae, and in and en dan net doe of a je ge zitte en wee vrom. Goed voe de beênspieren en je rik. Tante Dina ao vee prumen ehad dit jaer, da kon 'k oare en ruke. Mae in zô n sportschole stienkt het ok, dus dat neem je op de kôôp toe. Bie het naè boven steken van j'n aermen, ok and in and, klaegd'n ze over piene in d'r schoere. 't Is mae een kort wuufje en ik bin best lang, dus dan rekt 'n ik ze nog a behoorlijk uut. Mae 'k zegge: "Nie aol te flauw or tante, eênzaem weze is ok nie aolles." Ok bie het gewichtsheffen riep ze oeie en aaie. Het viel ok nie mee om mie eur op m'n rik tien keêr rond de regenbak te rennen. Bie de 'cooling down', zô eêt dat a je op 't gemak ontspant en gae douche, è 'k eur onder de pompe van de regenbak eleid en ik è drie keêr vuuftien slaegen ezwiengeld. Ze was goed af'ekoeld en ze oefd'n ok nie mî te douchen. Afdrôge en aor goed an en toen saemen nog wat drienke. Zie een affekaasje en ik een biertje. Lekker 'esport, nie moe, een mens gezelschap ehouwe en de centen nog in m'n zak. A dat de uutvinding van het jaer nie is, dan weet ik het ok nie mî. Geachte heren politici en eenzaamheidsbestrijders: dit initiatief verdient royale navolging en een riante subsidie!

Reacties: Werrilaan 21, 4453 CA 's-Heerenhoek. E-mail: cn.zeeuws@zeelandnet.nl. Nae een maend is dit stikje ok nae te lezen op www.zeeuwsezanger.nl

