



Projectresultaat

Pumptrackbaan op Ameland

Impulsronde Gezonde Leefomgeving Integrale Aanpak (GLIA)

OVER HET PROJECT

Op Ameland hebben we in 2025 een pumptrackbaan gerealiseerd: een aaneengesloten parcours van bochten en hobbels waar gebruikers zich voortbewegen door te 'pompen' met hun lichaam in plaats van te trappen of te stappen. Deze voorziening werd opgezet als laagdrempelige sport- en ontmoetingsplek voor kinderen, jongeren en volwassenen.

De belangrijkste resultaten zijn:

- Toename in fysieke activiteit bij met name jeugd en jongvolwassenen.
- Versterking van sociale samenhang, doordat de baan een ontmoetingsplek is geworden voor diverse leeftijdsgroepen.
- Een duurzame, onderhoudsarme voorziening in de openbare ruimte die aansluit bij de behoefte aan sportieve alternatieven buiten het traditionele verenigingsleven.

De pumptrack draagt bij aan een gezonde leefomgeving doordat hij beweging

stimuleert, overgewicht helpt voorkomen en mentale gezondheid bevordert door sociale interactie en in de buitenlucht zijn.

GELEERD VAN PRAKTIJKVOORBEELD

Bij de start van het project keken we naar bestaande pumptracks in Nederland. Voorafgaand aan de aanbesteding deden we een marktconsultatie om te informeren welke baan het beste aansloot bij de wensen van de gebruikers en hoe we de baan duurzaam konden aanleggen. We leerden dat een goed drainageplan en een stevig ondergrondfundament essentieel zijn om langdurige kwaliteit te garanderen.

Nieuwe inzichten:

- Een pumptrack werkt het best als aanvulling op bestaande sportvoorzieningen, niet als vervanging. We hebben er bewust voor gekozen om de bestaande skatebaan te behouden. In het gebied zijn tevens speeltoestellen en

een voetbalveld aanwezig om het gebied te versterken.

- Sociale veiligheid (zoals goed zicht vanaf de weg) speelt een grote rol in het gebruik. Mocht er onverhoopt iemand een blessure oplopen, dan is het gebied nu goed toegankelijk voor hulp en goed zichtbaar vanaf de openbare weg.
- Flexibiliteit in het ontwerp maakt uitbreiding in de toekomst mogelijk. Omdat vooraf niet goed in te schatten valt hoeveel de baan gebruikt wordt, kozen we niet direct voor de grootste variant. We legden de baan wel zo aan dat uitbreiding mogelijk is.

PROCES

Bij het ontwerp betrokken we met name de school waar dit initiatief vandaan kwam bij de participatie. De verschillende ontwerpen presenteerden we op de school. Met de GGD hebben we contact over het organiseren van clinics. Tijdens de opening werd al een clinic verzorgd, maar ook in de nabije toekomst willen we aandacht geven aan instructies voor het goed gebruik maken van de baan.

3 TIPS VOOR ANDERE GEMEENTEN EN GGD'EN

1. Stel een visie op over bewegen en spelen in de openbare ruimte. Vooraf kun je dan bepalen welke locaties zich lenen voor bijvoorbeeld speelterreinen en welke activiteiten je daar wilt aanbieden. Investeer hierbij in vroege en échte participatie. Betrek jongeren, ouders en omwonenden niet alleen bij het eindresultaat, maar ook bij het proces. Dit levert bruikbare input én draagvlak op.

2. Zorg bij de aanleg van een pumptrackbaan of skatepark voor een goede locatiekeuze. Een centrale, zichtbare en bereikbare plek maakt het verschil tussen een goedbedoelde voorziening en een levendige ontmoetingsplek.
3. Gebruik elkaars expertise – en vertrouw daarop. Werk met partijen die hun vak verstaan: de GGD voor gezondheid, jongerenwerk voor participatie, en een gespecialiseerde bouwer voor realisatie. Maak afspraken over ieders rol en respecteer deze.

KENNISDELING

De opgedane kennis en resultaten hebben we gedeeld of gaan we nog delen via:

- Een open dag met demonstraties, uitleg en interviews met jongeren.
- Publicaties in lokale en regionale media (krant, radio, social media).
- De buurtsportcoach voor het organiseren van toekomstige activiteiten.
- Indien gewenst door middel van een presentatie aan geïnteresseerden.

Project 11010042410032 is 1 van de [30 impulsprojecten](#) uit ons programma [Gezonde Leefomgeving Integrale Aanpak](#) (GLIA).

Met deze impuls hebben zij praktische verbeteringen doorgevoerd voor een gezonde(re) leefomgeving.

WWW.ZONMW.NL

MET KENNIS WERKEN AAN EEN GOEDE GEZONDHEID VOOR IEDEREEN

Ontdek nog meer resultaten op
www.zonmw.nl/glia



ZonMw
Laan van Nieuw Oost-Indië 334
2593 CE Den Haag
Telefoon 070 349 51 11
info@zonmw.nl