

HEALTH & SPORT

PRODUCTIE // MARIJE SMIT

Terugkeer van de iconische 850

De iconische New Balance ML850-schoen uit 1996 krijgt een herintroductie. De '850' was destijds een revolutionaire upgrade van de 750 en keert nu terug in de winkel. Het zogenoemde 'flying NB-logo' pronkt ook weer op de hiel en de tong van de sneaker, geborduurd in goud voor extra contrast. Het was destijds een ingrijpende verandering, aangezien hiermee de iconische 'N' werd vervangen. De sneaker beschikt uiteraard over een comfortabele zool zoals men die gewend is van New Balance. De ML850 is exclusief beschikbaar bij geselecteerde retailers.



Run & have fun!

Go Run is een boek voor de actieve hardloper en begeleidt je naar je beste niveau én meer loopplezier. Je gaat op zoek naar de juiste motivatie, een goede loopuitrusting, mentale training en het geschikte trainingsniveau. Het boek bevat ook smakelijke en sportieve recepten. En je komt alles te weten over het voorkómen van pijn en blessures. Just go & have fun! Go Run is geschreven door ervaringsdeskundigen Josefiën De Bock en Maarten Vangrambere. **€ 25,99**, uitgeverij Lannoo. lannoo.be/nl/go-run



Waterfles met jas

Met CATCH-IT heb je altijd een mooie waterfles bij de hand. Of je nu naar de sportschool of je werk gaat. De fles is gemaakt van tritan, duurzaam kunststofmateriaal dat net zo helder is als glas. Het waterflesje is aangekleed met een gebreide jas die voor een goede grip en extra bescherming zorgt. Voor **€ 21,95**. rig-tig.com



RECHTE HOUDING

Heeft je lichaamshouding invloed op je sportprestaties? Ja! Active Spine, de innovatieve technologie van het sportswearmerk Odlo, is ontworpen om de lichaamshouding tijdens het sporten te verbeteren. Een goede rechte houding verbetert namelijk de zuurstofopname van spieren en vermindert vermoeidheid. Dat bevordert je prestaties, herstel en algemene gezondheid. Active Spine-shirts zijn ideaal bij hardlopen, teamsporten en crossfit. De variant met korte mouwen kost **€ 70**, met lange mouwen **€ 80**. Odlo Active Spine is o.a. te koop bij All4Running, Run2Day en Runnersworld. odlo.com



Activewear

Het concept van stijlvolle sportkleding die de hele dag gedragen kan worden, ook wel *athleisure* genoemd, wordt in het buitenland al door menig vrouw omarmd. "Met Deblon Sports willen we ook de modebewuste Nederlandse vrouw laten zien dat het mogelijk is om er de hele dag elegant en vrouwelijk uit te zien in comfortabele sportkleding", aldus Leonie van het Nederlandse kledingmerk Deblon Sports. De luxe 'activewear' is gemaakt voor de stijlvolle en stoere vrouw, uitgevoerd in hoogwaardige kwaliteit. Leggings vanaf **€ 109,95**, tops vanaf **€ 89,95**. deblonsports.com



Fruit voor de huid

Groenten en fruit zijn óók goed voor onze huid! Niet voor niets dus dat Planeta Organica deze gezonde schatten van moeder natuur toevoegde aan haar lijn van Skin Super Good Natural Shower Gels. Banaan, passievrucht, granaatappel, grapefruit, avocado en mandarijn zijn stuk voor stuk natuurlijke blijmakers voor je huid én je stemming. Maar ook kruiden, zoals pepermunt en basilicum, en natuurlijke extracten van komkommer, groene thee, bamboe, kokos en vanille hebben een positieve uitwerking op huid en geest. Zoek zelf de beste combinaties in de lijn douchegels. **€ 5,99**. Verkrijgbaar bij o.a. het Kruidvat.



HERBRUIKBAAR

Vrouwen gebruiken al gauw zo'n 1000 wattenschijfjes per persoon per jaar, die allemaal linea recta in de prullenbak verdwijnen. Deze wasbare bamboe make-up pads reinigen je huid op een zachte manier, incl. verwijdering van je make-up. In een doosje Cayboo zitten 12 wasbare wattenschijfjes, inclusief organisch katoenen waszakje. **€ 13,95**.



Slim sporthorloge

De Polar Vantage V is het meest geavanceerde multisporthorloge dat sporttechnologieën integreert in een slank en duurzaam design. De Vantage V is ook het eerste sporthorloge ter wereld dat het hardloopvermogen aan de pols meet. Wat je verder nog af kunt lezen op het schermje van het horloge? Hartslagwaarden (mede dankzij het slimme algoritme), calorieverbranding, prestatiefuncties voor hardlopen, schatting van de Vo2max en persoonlijke en adaptieve trainingsprogramma's. Het horloge detecteert ook automatisch de duur, hoeveelheid en kwaliteit van de slaap en geeft feedback voor verbetering. **€ 499**. polar.com



MARLENE, DE APPEL

Dankzij de grote verscheidenheid en veelzijdigheid van de Marlene, is deze appel niet alleen geschikt als gezond tussendoortje, maar kun je er ook heerlijke gerechten en smoothies mee maken. Dankzij de hoge dosis vitamine C zijn de appels goed voor je weerstand. De antioxidanten erin hebben een positieve werking op de hersenen én dragen bij aan het voorkómen van ziektes. De Marlene bestrijdt zelfs schadelijke bacteriën in de mond!

Marlene staat voor een appelmerk dat maar liefst zeven variëteiten kent. Alle zeven kregen ze het Europese certificaat Mela Alto Adige IGP, wat garandeert dat ze uit Zuid-Tirol komen. In Nederland kennen we 5 soorten: de Golden Delicious, Royal Gala, Granny Smith, Fuji en Red Delicious.

MAALTIJDSOEP VAN APPELS EN RODE BIETEN, MET YOGHURT EN KURKUMA

4 personen

Ingrediënten soep:

- 3 geschilde en in blokjes gesneden Golden Delicious-appels
- 3 in blokjes gesneden rode bieten
- halve ui, fijngesnipperd
- stuk gember van ca. 2,5 cm
- 1 liter groentebouillon
- zout, peper

Voor de yoghurt:

- 150 g natuurlijke yoghurt
- 1 theelepel kurkumapoeder
- 1 eetlepel olijfolie
- 50 ml groentebouillon
- zout naar smaak
- scheutje citroensap

Bereiding: Bak de appels, bietjes, ui en gember in een beetje olijfolie tot de uisnippers glazig zijn. De groenten mogen niet donker worden. Voeg de groentebouillon toe en laat het geheel sudderen. Meng alles in de mixer en voeg indien nodig een beetje water toe, tot de gewenste dikte. Breng op smaak met zout en peper. Voor de yoghurt moet je eerst het kurkumapoeder oplossen in de olijfolie en op een laag vuur verwarmen tot zich schuim begint te vormen. Voeg dit dan onmiddellijk bij de groentebouillon. Laat het mengsel een beetje inkoken. Daarna wat afkoelen en toevoegen aan de yoghurt. Breng op smaak met wat zout en een paar druppels citroensap. Giet de hete maaltijdsoup in kommen en voeg er een eetlepel kurkuma-yoghurt aan toe.

Per portie: Kcal 150/Vetten 3 g/Eiwitten 5 g/Koolhydraten 29 g, waarvan suikers 24 g/vezels 6 g Superfood: appel, kurkuma, gember



ref. 10159F

Come Aboard

CLASSIC YACHTING CUP
AUTOMATIC CHRONOGRAPH

Dutch Design – Swiss Made
Sapphire scratch-resistant crystal
Transparent sapphire case back
10ATM/100M/330FT water-resistant
Countdown timer on 3 O'clock sub-dial

TNGWATCHES.COM

TNG
SWISS WATCHES





SPORTHOTEL HUP

GAME ON

voor jong en oud

Hello You. De gele lichtletters boven de incheckbalie heten ons direct welkom, net als de vriendelijke dame erachter. Inchecken is zo gepiept, waarna er genoeg te bekijken en te beleven valt in de lobby van HUP Hotel in Mierlo. Wil je eerst chillen in de hangstoelen, dan ga je naar een wedstrijd op tv in de sportbar kijken, je lacht om de glijbaan vanaf de eerste verdieping die midden in de lobby eindigt, je speelt een potje biljart of je wordt gevraagd mee te doen aan de giga voetbaltafel voor zeker tien personen. De slogan 'het sportiefste hotel van Nederland' is meteen na binnenkomst voel- en zichtbaar.

TEKST // MARIJE SMIT

Alles ademt vrolijkheid, van het tapijt met belijning van sportvelden tot de sportieve accessoires – er hangen overal voetbalshirts en rackets. De grappige quotes toveren een lach op het gezicht. Op het tapijt bij de trap bijvoorbeeld staat: 'Wie is als eerste boven?', in de lift lezen we 'push yourself not the button' en boven ons bed 'If you can dream it you can do it'. Zelfs de vloer in de badkamer straalt sportiviteit uit met z'n herkenbare zwart/witte tegelprint in voetbalmotief. Op de fles handsoap in de badkamer staat 'makes your hands feel like a baby' en op het raam is de hilarische tekst 'Please, don't hurt our curtains. Open them before opening the window' geplakt. Het begin in dit bijzondere hotel is meteen goed. Game on!

SPORTEN

En het wordt steeds beter! Boek een squash- of tennisbaan, leen de benodigde materialen en maak sportief plezier. In de grote sporthal kan jong en oud ook nog eens een potje tafeltennissen, mini-golfen, balletje trappen tegen een interactieve voetbalmuur of trainen in de grote fitnesszaal. Daarna bijkomen in de sauna en het zwembad en dan door naar de bowlingbaan, al dan niet met bier en bitterballen.

Vermaak en vertier gaan in HUP hand in hand, net als sport en gezondheid. Dat geldt ook voor de eetmogelijkheden. Ga je voor onbepaald grillen of voor een gezonde salade? Je kunt ook kiezen voor lekker lang tafelen – kinderen kunnen in de tussentijd naar de ballenbak of pingpongtafels – of voor een snelle hap. Genieten gaat hier vanzelf.

VOETBALMUSEUM

HUP wordt gebruikt als sportcentrum en hotel. De kreet 'voor jong en oud' gaat hier zeker op, want er is echt voor ieder wat

Op het tapijt bij de trap staat:

'Wie is als eerste boven?'



wils. Voor families, stellen, vriendengroepen en zelfs voor zakelijke relaties (er zijn goede mogelijkheden voor vergaderen en teambuilding (brainstormen in de ballenbak? Kan!). Wij horen dat grote en kleine voetbalteams graag bij HUP komen, vanwege de vele faciliteiten en aangrenzende voetbalvelden. In de lente van 2019 opende toptrainer Louis van Gaal met zijn vrouw Truus er het voetbalmuseum FANATIC. De gigantische voetbalverzameling, het levenswerk van verzamelaar Jos Lenssen, heeft een plek gekregen op de eerste verdieping. Schuif aan de perstafel en maak een foto en vergeet vooral niet een plaatje te schieten van de Tiroler outfit die Van Gaal droeg tijdens de huldiging van Bayern München in 2010. Bewonder ook het shirt waarin Diego Maradona tijdens zijn verblijf in HUP in 2017 dagelijks trainingen leidde en verbaas je over andere bijzondere collectors items van bekende voetballers.

Have fun in het sportiefste hotel van Nederland! Er valt zo veel te doen dat één nacht eigenlijk te kort is, zeker als je ook nog in de mooie Brabantse omgeving wilt gaan fietsen.

Meer weten over HUP Hotel? Kijk dan op www.hup.eu.