

een steun in de rug



Ik had het plan opgevat om tijdens mijn zomervakantie het buggy-rijden te leren. Dus met buggy en vliegers naar La Franqui. Begin juli bleek daar bij een temperatuur van 25 C, de wind continue aflagdig te zijn en te schommelen tussen 4 - 6 Bft. Voor een buggy-beginner als ik al snel erg vermoeiend voor de rug, terwijl buik en bovenbeen spieren het ook te zuur kregen.

Buggy rijdende Fransen hadden echter allemaal een steuntje in de rug, zelfgemaakt of gekocht: "Spring Back". Dus ook snel zo'n rugsteun gekocht bij Tete en l'air in Montpellier. En werkelijk, dat scheelde enorm. Met gemak kon ik de hele dag van 's morgens tot 's avonds buggy blijven rijden. En geen vermoeide rug of verzuurde spieren meer. Je zit/licht ontspannen in de buggy en het rijden gaat als vanzelf. Geen probleem.

De bijgaande tekeningen beschrijven de zelfbouw van een rugsteun. Hopelijk zijn ze verklarend en duidelijk genoeg.

Materiaal overzicht.

- 2 x 20 cm, 2 x 37 cm en 1 x 250 cm gordelband 2,5 cm breed
- 2 x 65 cm en 5 x 15 cm gordelband 5 cm breed
- 4 plastic gespen (uit een stuk plastic dus niet deelbaar!), te koop bij de schoenmaker of tassenwinkel

