

Het doel: De Winterspelen van 2010 in Vancouver

Nederlands kampioen biatlon Herbert Cool gesteund door geactiveerde zuurstof

Op 27 september 2006 hebben Herbert Cool en Martin van Dam namens 't Klooster natuurlijke geneeswijzen een overeenkomst gesloten. Daarin is vastgelegd dat 't Klooster hem – net als de top van de Duitse biatlonploeg – zal voorzien van een geactiveerde zuurstoftherapietoestel en alle benodigdheden. Herbert wil graag net als zijn Duitse collega's de beste ondersteuning en begeleiding om zijn ultieme doel te verwezenlijken.

Zo traint Herbert Cool dit seizoen – zijn eerste seizoen als senior - mee met de Duitse B- en A-biatlonploeg in Ruhpolding in Duitsland. "Dit jaar gaat het echte werk dus beginnen. Ik train daar met 's-werelds beste trainers en onder de best denkbare omstandigheden. In dat rijtje hoort ook de geactiveerde zuurstoftherapie thuis." Aldus Herbert. De Duitse biatleten gebruiken de geactiveerde zuurstoftherapie immers al meer dan vijf jaar. Tijdens de laatste Olympische Winterspelen waren zij met vier gouden medailles en een bronzen medaille het meest succesvolle onderdeel van de Duitse Olympische ploeg. Herbert Cool maakt deel uit van de kernploeg van de Nederlandse Skivereniging.



Herbert Cool is in 1985 in Rotterdam geboren. Zijn achternaam doet – in een stad met de beroemde Coolsingel en de Coolhaven – bijzonder Rotterdams aan. Al op jonge leeftijd kwam hij in aanraking met rollerski en crosscountry. Herbert bleek over een flinke portie talent te beschikken en vanaf 1998 nam hij deel aan vele World cup wedstrijden en boekte hij daar zeer aansprekende resultaten. Vanaf die periode is hij ook een aantal malen Nederlands kampioen rollerski geweest en onafgebroken Nederlands kampioen cross country.

Vanaf 2003 heeft Herbert besloten om zich toe te leggen op de biatlon. "In de cross country en het rollerski had ik al heel veel gewonnen. De biatlon zag ik als een treetje hoger. Vooral ook omdat deze sport nog veel uitdagender en vele malen lastiger is dan rollerski. De combinatie van duursport – langlaufen – en concentratie – schieten – maakt de biatlon tot een van de zwaarste sportdisciplines ter wereld", vertelt een enthousiaste en gedreven Herbert Cool.

Op beide onderdelen kan de geactiveerde zuurstoftherapie Herbert Cool ondersteunen. Door de positieve invloed op de zuurstofbenutting en daarmee op de energieproductie kan hij zijn duurvermogen vergroten. De positieve invloed op het autonome zenuwstelsel zorgt voor een beter concentratievermogen. Herbert zal de geactiveerde zuurstoftherapie sessies dan ook structureel in zijn trainings- en wedstrijd schema inbouwen.

Dit jaar wil Herbert zich kwalificeren voor het WK. Herbert Cool daarover: "Om dat te bereiken moet ik tussen nu en januari tweemaal een top 50-positie in een World Cup wedstrijd scoren. Dat is zeker niet gemakkelijk, maar – ook volgens de mensen in mijn omgeving – zeker niet onhaalbaar". Wij wensen hem heel veel succes bij het realiseren van zijn doel. Alles over Herbert Cool en zijn doelen kunt u vinden op www.herbertcool.com.

