



‘Holy shit weet je, die chicks gaan gewoon net zo hard als wij OF harder weet je wel’

Een kwalitatieve case studie naar het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij toekennen aan hun gemengde sport en de rol die hegemonische masculiniteit hier in speelt.



Masterthesis Sportbeleid & Sportmanagement

Suzanne Schrijnder

Utrecht 2016



‘Holy shit weet je, die chicks gaan gewoon net zo hard als wij OF harder weet je wel’

Een kwalitatieve case studie naar het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij toekennen aan hun sport en de rol die hegemonische masculiniteit hier in speelt.

Auteur

S.E. Schrijnder (Suzanne)

Studentnummer: 4281616

E-mail: suzanne_5@live.nl

Begeleiding

Eerste lezer: Michel van Slobbe

Tweede lezer: Noortje van Amsterdam

Opleiding

Sportbeleid & Sportmanagement

Bestuurs- en organisatiewetenschappen

Datum

Juli 2016

Voorwoord

Mijn masterscriptie.

Na zes jaar studeren mag ik een masterscriptie opleveren. Een scriptie die je nu niet had gelezen als ik in de derde klas van de middelbare niet hard had gewerkt om toch nog naar havo te gaan. Een scriptie die niet had bestaan als ik op het hbo geen extra minor had gedaan om naar de universiteit te kunnen. Tevens had deze scriptie niet dit interessante en gave onderwerp gehad als ik ervoor had gekozen om onderzoek te doen naar institutionele zorg en sport logica's in een ziekenhuis (waar overigens niemand iets begreep, inclusief ikzelf).

Ik heb het voor elkaar gekregen om in een CrossFit box en CrossFit gemeenschap etnografisch onderzoek te doen naar een onderwerp wat mij als sinds jaar één van de master interesseert: diversiteit in sport gericht op gender. Sinds januari 2016 stond mijn dagelijks leven in het teken van literatuur lezen, onderzoek ontwerpen, (kou lijden tijdens het) observeren en participeren bij CrossFit Toujours Mieux, transcriberen, coderen, analyseren, voor me uitstaren om tot inzichten te komen en veel typen. Dat deze scriptie in deze vorm voor je ligt, is een prestatie waar ik trots op ben. Een prestatie waar ik graag mensen voor wil bedanken.

Aniek, held. Bedankt voor al je steun, inspiratie en aanvullingen op mijn gebreken. Wij zijn een dreamteam.

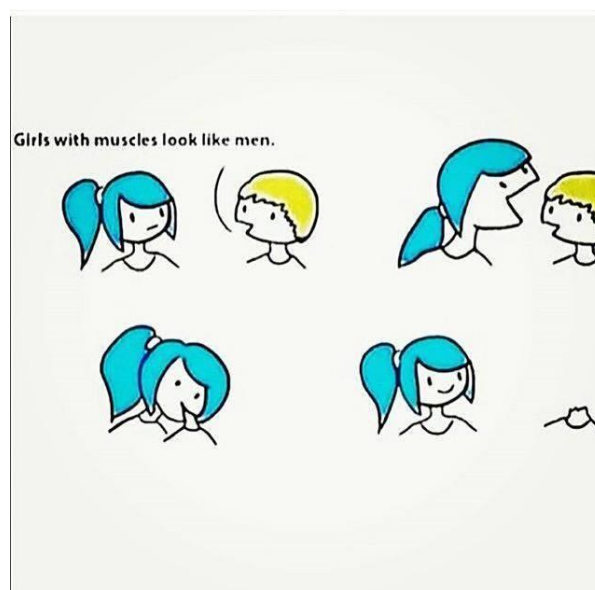
Jora, vriendin. Als buitenstaander van dit onderzoek, had je fijne, scherpe opmerkingen die mij weer op weg hielpen.

Vin, bedankt voor alle kansen die je mij biedt en de inspiratie die je brengt.

Michel, bedankt voor jouw begeleiding tijdens mijn scriptieperiode en het vertrouwen dat je in mij had toen ik van scriptieonderwerp wilde veranderen.

Succes met lezen!

Suzanne Schrijnder



Inhoud

Voorwoord.....	5
Samenvatting	9
1. Inleiding.....	11
1.1 Doelstelling	19
1.2 Onderzoeksvraag.....	20
1.3 Relevantie	20
2. Theoretisch kader.....	23
2.1 Hegemonische masculiniteit.....	23
2.2 Habitus en veld	25
3. Methodologie.....	29
3.1 Kwalitatief onderzoek	29
3.2 Case studie	29
3.3 Participerende observatie.....	30
3.4 Interviews.....	31
3.5 Positie van de onderzoeker	32
3.6 Analyse van data.....	32
4. Resultaten	33
4.1. De organisatie van gemengd sporten bij CrossFit Toujours Mieux	33
4.1.1. Een training bij CrossFit Toujours Mieux	33
4.1.2. Taal bij CrossFit Toujours Mieux	34
4.1.3. Ruimte bij CrossFit Toujours Mieux.....	35
4.1.4. Samenstelling groepen bij Toujours Mieux	35
4.2. Samen trainen.....	36
4.2.1. De sportachtergrond van de CrossFitter.....	36
4.2.2. Natuurlijk is CrossFit gelijk	39
4.2.3. Verschil in voorgeschreven gewicht is terecht	44
4.2.4. Niet bij stilgestaan dat CrossFit gemengd is.....	46
4.2.5. Bewust van gender	47
4.3. Het lichaam van de CrossFitter	51
4.3.1. Niet te breed worden, hé?!	52
4.3.2. Nu die baard nog.....	54
4.3.3. De vrouwen doen wild!	55
4.4. Masculiene competitiviteit?.....	57
4.4.1. Je traint voor jezelf maar toch competitief	57
4.4.2. Trainen met pijn	59
5. Analyse	61

5.1. CrossFit en masculiniteit	61
5.2. Gelijkwaardigheidsgevoel versus superioriteit man in CrossFit	64
5.3. CrossFit: een inclusievere sport?	66
6. Conclusie	69
7. Aanbevelingen	71
Literatuurlijst.....	73
Bijlage	75

Samenvatting

Dit onderzoek staat in het teken van de dominante masculiniteit die in sport heerst en de vraag of hier sprake van is in de casus van CrossFit. Volgens verschillende onderzoekers (Anderson, 2010, Kidd, 2013, Messner, 1988) behoort hegemonische masculiniteit, een dominante vorm van masculiniteit die door de groepen in de samenleving in stand wordt gehouden, tot sport. Deze masculiniteit in sport is ontstaan gedurende de industriële revolutie waar sport als middel gold om jongens en jonge mannen onder andere te verharderen (Kidd, 2013). Door deze voorgeschiedenis kent de huidige sportwereld een vorm van hegemonische masculiniteit waarin de atletische en heteroseksuele man als norm geldt (Anderson, 2010, Kidd, 2013). Hierdoor bevinden mannen zich in een keurslijf en worden vrouwen en homoseksuele mannen als inferieur geacht. Dit zorgt voor sociale in- en uitsluiting en beperkt zowel vrouwen als mannen in hun gedrag en voorkeuren (Anderson, 2010, Kidd, 2013, Messner, 1988).

CrossFit is een sport die in het jaar 2000 officieel is gestart en heeft niet de industriële revolutionaire voorgeschiedenis die andere sporten wel kennen. Een ander kenmerk van CrossFit is het gemengde aspect van de sport: vrouwen en mannen trainen samen, in dezelfde groep, in dezelfde ruimte. De meeste sporten zijn, op korfbal na, ontstaan als *single gender activity*. Dit onderzoek heeft gekeken naar het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij geven aan hun sport met een focus op het gemengd trainen van vrouwen en mannen om zodoende te begrijpen of hegemonische masculiniteit een rol speelt binnen deze sport.

Uit deze case studie, waarin participerende observatie en semigestructureerde interviews zijn toegepast, blijkt dat in CrossFit zowel kenmerken van de hegemonische masculiniteit worden bevestigd als worden uitgedaagd. De CrossFitters geven een betekenis van gelijkwaardigheid aan hun sport, doordat iedereen, ongeacht geslacht, leeftijd of niveau, dezelfde bewegingen uitvoert in dezelfde workout, in dezelfde ruimte. Echter, door verschillende organisatorische kenmerken van CrossFit, zoals het verschil in voorgeschreven liftgewicht gedifferentieerd naar geslacht, blijkt masculiniteit een dominante rol in de box in te nemen. Hegemonische masculiniteit blijkt tevens een rol te spelen in het gedrag dat aan vrouwen en mannen wordt toegeschreven door CrossFitters. Dit onderzoek toont aan dat onzekerheid aan vrouwen wordt toegeschreven en mannen krijgen minder of geen ruimte om onzekerheid te tonen. Tevens blijkt dat hoewel mannen de heteroseksuele norm, die tot de hegemonische masculiniteit behoort, uitdagen, zij tevens hun heteroseksualiteit willen benadrukken. Daarnaast is het voor mannen geaccepteerd om hun shirt uit te doen tijdens een training en zijn vrouwen hier beperkter in. Daarnaast worden gespierde en/of krachtige vrouwen als bijzonder en soms als mannelijk geacht, terwijl die kenmerken voor mannen als vanzelfsprekend worden beschouwd.

Hoewel CrossFit niet de industriële revolutionaire voorgeschiedenis heeft en tevens een gemengde sport is, kent de sport hegemonische masculiene kenmerken. Hierdoor zijn vrouwen en mannen gelimiteerd in het gedrag en uiterlijk dat zij vertonen. Desondanks achten CrossFitters hun sport gelijkwaardig en beperken de masculiene kenmerken zowel vrouwelijke als mannelijke CrossFitters niet om hun sport te beoefenen.

1. Inleiding

Dit onderzoek gaat over de kwestie van hegemonische masculiniteit in sport en de vraag of hier sprake van is in de casus van de relatief nieuwe sport CrossFit. Volgens verschillende onderzoekers (Anderson, 2010, Kidd, 2013, Messner, 1988) behoort hegemonische masculiniteit, een dominante vorm van masculiniteit die door de groepen in de samenleving in stand wordt gehouden, tot het veld van sport. Deze vorm van masculiniteit in sport is ontstaan gedurende de industriële revolutie waar sport als middel gold om jongens en jonge mannen onder andere te verharderen (Anderson, 2010, Kidd, 2013). Door deze voorgeschiedenis kent de huidige sportwereld een vorm van hegemonische masculiniteit waarin de atletische en heteroseksuele man als norm geldt (Anderson, 2010, Kidd, 2013). Door deze vorm van masculiniteit en de normen die daar aan verbonden zijn, bevinden mannen zich in een keurslijf en worden vrouwen en homoseksuele mannen als inferieur geacht. Dit zorgt voor sociale in- en uitsluiting en beperkt zowel vrouwen als mannen in hun gedrag en voorkeuren (Anderson, 2010, Kidd, 2013, Messner, 1988).

CrossFit is een sport die in het jaar 2000 officieel is gestart en heeft niet de industriële revolutionaire voorgeschiedenis die vele andere sporten, zoals rugby, hockey en voetbal, wel kennen. Het is daarom interessant om te onderzoeken of hegemonische masculiene kenmerken een rol spelen binnen een sport die in een andere tijdsgeest is ontstaan. Een opvallende eigenschap van CrossFit is, in tegenstelling tot vele andere sporten, het gemengd trainen van vrouwen en mannen en lijkt daarmee een sport die zich zowel op vrouwen als mannen richt. Dit onderzoek heeft gekeken naar het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij geven aan hun sport met een focus op het gemengd trainen van vrouwen en mannen om zodoende te begrijpen of hegemonische masculiniteit een rol speelt binnen deze sport.

Het vraagstuk van dit onderzoek is de samenhang tussen het concept van hegemonische masculiniteit en de casus van CrossFit. In deze theoretische inleiding wordt ten eerste een beeld geschetst over sport en masculiniteit en hoe dit zijn weerslag heeft op sociale processen en verhoudingen in de sport. De tweede paragraaf staat in het teken van de bestaande kennis over gemengd sporten van vrouwen en mannen. Vervolgens ga ik in op voorgestelde veranderingen in sport die de negatieve gevolgen van masculiniteit zouden vermijden. Ten slotte ga ik in op de casus CrossFit.

Sport en masculiniteit

In de huidige samenleving is sport van grote betekenis en het wordt vaak de belangrijkste bijzaak van het leven genoemd¹. Varda Burstyn (1999) vindt de obsessie voor sport zo extreem dat zij het 'a great masculine religion' noemt. Zij stelt dat sport een bevoorrechte positie krijgt toegewezen zonder dat men met een kritische blik ernaar kijkt, net als vele andere instituties (Burstyn, 1999, in: Anderson, 2010:p.1). De normen en tradities van sport versterken en bestendigen noties van hegemonische masculiniteit (Connell, 1995; Sartore & Cunningham, 2009 in Cohen, Melton & Peachey, 2014). Die normen in sport uiten zich bijvoorbeeld in het gegeven dat ultra-masculiene en ultra-competitieve atleten vanzelfsprekend als superieur worden beschouwd (Messner, 2009) en dat sport traditioneel gezien een plek is waar vrouwen slechts een ondersteunende rol behelzen. Wanneer vrouwen wensen te participeren, zou dit binnen de grenzen van 'vrouwensport' moeten gebeuren (Sartore, 2010 in Cohen et al., 2014).

Om de masculiniteit die gepaard gaat met sport te begrijpen, is het belangrijk om naar de oorsprong van sport te kijken. De meeste sporten zijn ontstaan onder de specifieke sociale omstandigheden van de industrialisatie in Groot Brittannië (Kidd, 2013). In die tijd ontstond de sociale splitsing tussen wat het betekent om een vrouw of een man te zijn (Cancian, 1987 in Anderson, 2010). Het werk van vrouwen (thuis) was onbetaald en ongezien en mannen werkten lange dagen in koude en gevaarlijke ruimtes. Hierdoor leerden mannen hun liefde te tonen via hun werk en vrouwen deden dit via emotionele expressie en huishoudelijke efficiëntie (Anderson, 2010,p.27). De afwezigheid van een vaderfiguur, de dominante rol van vrouwen in het leven van kinderen en de toenemende politieke en sociale vooruitgang van vrouwen waren redenen om aan te nemen dat jongens zwak, zachtaardig en daarmee 'vrouwelijk' werden (Anderson, 2010,p.28). Tevens zouden deze zaken leiden tot homoseksuele kinderen. De gender-paniek die hierdoor ontstond, leidde tot een betekenis van het man-zijn dat het tegenovergestelde was van de zachtaardige kenmerken die aan vrouwen en homoseksuele mannen werd toegeschreven. Eric Anderson (2010,p.29) stelt dat 'what it meant to be a heterosexual man (..) was to be unlike a woman'. Sport werd als middel ingezet om de vervrouwelijking en homoseksualisering van jongens tegen te gaan (Anderson, 2010, p.29).

De gewenste masculiniteit van jongens werd eind negentiende eeuw voornamelijk via instituties als de publieke school, universiteit en privé club beoefend (Kidd, 2013). Jongens en jonge mannen zouden door sport fysieke en mentale taaierheid, gehoorzaamheid voor gezag en teamloyaliteit ontwikkelen. Deze eigenschappen waren gewenst om hen voor te bereiden op het bedrijfsleven, de politiek en het leger (Kidd, 2013). Sport zou jongens en jonge mannen 'vermannelijken' en 'verharden' (Kidd, 2013). Daarnaast was sport ook nuttig voor het

¹ <http://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/column-xl/item/96809/>
<http://www.sportgeschiedenis.nl/2014/07/15/sinds-1898-is-sport-de-belangrijkste-bijzaak-van-het-leven.asp>

onderhouden van de macht van mannen over vrouwen (Anderson, 2010, p.29). Vrouwen werden moedwillig uitgesloten in sport (Kidd, 2013). Vrouwen kregen geen faciliteiten en programma's, mannen dreven de spot met hun pogingen tot sport en bedreigden hen met spookgedachten dat sport bij vrouwen zou leiden tot een slechte gezondheid (Kidd, 2013). De notie dat vrouwen zwakker zijn en de bescherming van mannen nodig zouden hebben, benadrukt de relatief kleine biologische verschillen tussen vrouw en man (Anderson, 2010). Door de afwezigheid van vrouwen werd sport een middel om de bestaande mannelijke banden in de sociale klassen te versterken (Kidd, 2013) en gold sport als een onbetwist bewijs van de superioriteit van mannen over vrouwen en het recht van de masculiene overheersing (Anderson, 2010,p.29).

Volgens Bruce Kidd (2013) is het nalatenschap van de ontwikkeling van sport in hedendaagse sporten nog steeds waarneembaar. Dit uit zich onder andere in de verminderde sportkansen en carrières van vrouwelijke atleten. Mannen zouden twee maal zoveel kansen en toegang tot publieke middelen hebben voor sport (Kidd, 2013). Daarnaast is de aandacht in de media ongelijk (Fink, 2015). Hoewel vrouwen participeren in recordonderdelen en recordprestaties behalen, reflecteren de marketing, promotie en mediaverslaggeving dit gegeven niet. Wanneer de media wel aandacht creëert voor vrouwelijke atleten ligt de focus op hun fysieke verschijning, vrouwelijkheid en/of heteroseksualiteit en niet hun prestaties (Fink, 2015). Jennifer Carter (2005) stelt dat de verouderde stereotypen over vrouwen het moeilijk maken om gelijkheid in sport te bereiken. De huidige samenleving blijft bevestigen dat 'women are supposed to be pretty, feminine, home-loving, and rather weak. They are not expected to be plain, muscular, strong and dedicated to sporting careers' (Langely, 1990 in Carter, 2005). Dit uit zich tevens in de verschillende behandeling van vrouwen en mannen in sportmedia waardoor de [stereotype] mannelijke macht en privilege in de samenleving blijft behouden (Fink, 2015).

De patriarchale aard van en ongelijkheid in sport kan ook nadelig zijn voor mannen. Door de bepaalde vorm van kracht en zelfbewustzijn die mannen wordt aangeleerd, kunnen mannen zich volgens Kidd (2013) minder verbinden met emotioneel begrip en vaardigheden van emotionele ondersteuning. Kidd (2013) stelt dat sport mannen leert om hun innerlijke gevoelens en die van hun naasten te negeren. In sport, waar de hegemonische masculiniteit de norm is, worden mannen geacht honderd procent heteroseksuele gevoelens en gedrag te vertonen en zich constant als heteroseksueel te bewijzen (Anderson, 2010,p.106). Homoseksueel en vrouwelijk gedrag maakt een man verdacht van homoseksueel zijn en door homofoob gedrag te vertonen bewijst hij niet homoseksueel is (Curry, 1991 in Anderson, 2010,p.106). Dit limiteert mannen om zich bezig te houden met iets wat toegewezen is aan vrouwen (Pollack, 1998 in Anderson, 2010,p.106). Dit betekent dat mannen emotie,

mededogen en het vertoon van kwetsbaarheid, zwakheid en angst moeten voorkomen (Messner, 2002 in Anderson, 2010,p.106). Op jonge leeftijd wordt mannen geleerd om niet om hulp te vragen, zwakheid te verbergen en angst te vermommen. Jongens leren dat zij moeten vechten als zij worden uitgedaagd en hun lichaam moeten opofferen omwille van het team. Deze mechanismes stoppen mannen in een keurslijf en beperken hen (Anderson, 2010,p.108).

In sport krijgen externe doelen, zoals overwinningen en records, een hogere waardering dan intrinsieke waarden. Hierdoor wordt het lichaam als een instrument beschouwd en veroorzaken atleten fysieke en psychologische blessures voor zichzelf en anderen. Atleten worden aangemoedigd om elkaar als vijanden te zien, ondanks dat zij elkaar nodig hebben om het spel te spelen. Competitie en agressiviteit kunnen volgens Kidd (2013) behulpzaam zijn in het winnen van een race, maar kunnen tevens het behouden en aangaan van goede relaties bemoeilijken.

Gezamenlijke sporten

In sport komt het veel voor dat vrouwen en mannen apart van elkaar deelnemen aan de activiteit, zoals aparte dames- en mannenteams in voetbal of gescheiden trainingsuren van het vrouwenhockeyteam en het mannenteam. Bijna iedere bestaande sport is ontstaan als een *single gender activity*, met uitzondering van korfbal. Naast korfbal bestaan tegenwoordig meerdere gemengde sportactiviteiten. Het is interessant om te verkennen wat momenteel bekend is over gemengd sporten.

Messner (2007 in Cohen et al. 2014) benadrukt het belang van gemengde activiteiten in het volgende citaat:

'A positive, proactive change would be to create more nonsex-segregated activities for children (including coed sports). Integrated activities can give boys the opportunity to experience girls in ways that build respect for their abilities, and will foster the development of new beliefs about girls' "interest" in sports and possibly their rights to equal opportunities (2007, p. 177).'

Het samenbrengen van vrouwen en mannen in sport zou dus kunnen leiden tot positieve veranderingen. In de praktijk blijkt dat wanneer vrouwen en mannen gezamenlijk sporten, de originele regels van de sport worden aangepast uit de overtuiging dat vrouwen gereguleerde voordelen nodig hebben om een gelijkwaardig speelveld te creëren (Cohen et al., 2014). Tevens krijgen deelnemers van gemengde sporten posities toegewezen die 'passen' bij hun gender, zoals '*helper-positions*' voor vrouwen (Wachs, 2002; van Bottenburg en Vermeulen, 2011). Daarnaast zijn de participatieaantallen hoger bij mannen dan vrouwen in coed (vertaling: gemengde) sporten (Henry & Comeaux, 1999 in Cohen). Uit bovenstaande

voorbeelden blijkt dat ook in gemengde sporten de superioriteit van de mannelijke atleet tot uiting komt.

Volgens Maarten van Bottenburg en Jeroen Vermeulen (2011) hielp het gemengde karakter van korfbal niet mee aan de (wereldwijde) verspreiding van de sport. Korfbal werd afgeschilderd als een *sissy* sport, omdat mannen samen met vrouwen sportten. Als gevolg van religieuze overtuigingen dat gemengd sporten onbehoorlijk zou zijn, vormden voornamelijk vrouwen van lage komaf teams om korfbal te spelen. Korfbalteams met louter mannen beperkten zich tot plekken als jongensscholen en (single-sekse) legerkampen en zodoende kreeg korfbal een feminien karakter (van Bottenburg & Vermeulen, 2011).

Gemengde sporten zijn volgens Faye Wachs (2002) een afwijking binnen de context van moderne sporten. Zij stelt dat sport oorspronkelijk een ruimte creëert waar mannen de fysieke superioriteit van alle mannen over vrouwen en hegemonische mannen over gemarginaliseerde mannen kunnen illustreren. Deze traditionele opvattingen leiden in de omgeving van coed sporten, waar beide genders aanwezig zijn, tot een paradoxale situatie (Wachs, 2002). De mannen hebben de vrouwen immers nodig om de sport te kunnen beoefenen.

De bestaande gender opvattingen beïnvloeden het plezier en succes van de deelnemers aan sport. De stereotypen en lagere verwachtingen van vrouwen zorgen voor barrières om deel te nemen als gevolg van verminderd zelfvertrouwen (Wood & Garn, 2014). Uit het onderzoek van Zach Wood & Alex Garn (2014) blijkt dat coed sporten het potentieel hebben om een negatieve nadruk te creëren op de bekwaamheid van vrouwen. Cohen et al. (2014) hebben een positiever onderzoeksresultaat en beweren dat gemengd sporten kan leiden tot het bagatelliseren van competitiviteit en het creëren van een focus op inclusiviteit. Uit onderzoek naar zwerkbal (Cohen et al. 2014) blijkt dat die sport, die door vrouwen en mannen volgens dezelfde regels wordt beoefend, bijdraagt aan positieve coed ervaringen die vervolgens leiden tot vermindering van stereotypering en een grotere wens voor inclusiviteit en gelijkheid. Tevens zouden vrouwen meer zelfvertrouwen en trots ervaren. Tegenwoordig maakt het unieke gemengde karakter van korfbal de deelnemers juist trots en heeft de sport zich als een bourgeois familie sport ontwikkeld (van Bottenburg & Vermeulen, 2011). Volgens Cohen et al. (2014) is het belangrijk dat regels en *game play* (de tactische aspecten van een spel) geen voordelen genereren voor een bepaald geslacht. Hierin ligt een overeenkomst met het onderzoek van Wood & Garn (2014). Zij stellen dat het aanpassen van de regels vaak niet nodig is om een gelijkwaardige sportomgeving te creëren.

Veranderingen in sport

Sporten zoals voetbal, rugby en hockey vinden hun oorsprong in de industriële revolutie. Zoals hierboven beschreven zijn hier nadelige effecten mee gemoeid. Kidd (2013) en Anderson

(2010) suggereren veranderingen in sport door te voeren om het inclusiever en minder schadelijk te maken. Om te beginnen stelt Kidd (2013) dat bepaald woordgebruik als *tomboy* of *sissy* vermeden moet worden, zodat het mannelijke domein niet wordt versterkt. Hij vindt dat men alternatieven voor zulke termen moet vinden en niet meer als beledigende termen moet gebruiken.

Anderson (2010,p.155) stelt samen met McDonagh en Pappano (2008) dat gender-geïntegreerde sport nodig is. In de wereld van mannsport worden mannen gesocialiseerd in een ethos waarin vrouwen gewaardeerd zijn als seksobject, gedevalueerd worden als atleten en masculiniteit gegrond is in tegenstelling tot vrouwelijkheid. Wanneer mannen bekend worden met de ervaringen van vrouwen, adopteren zij bijna allemaal een nieuwe gender strategie die gunstiger oogt voor vrouwen (Anderson, 2010,p.155). Naast dat het mannen zou reformeren, biedt gender-geïntegreerde sport dezelfde sociale training, dezelfde toegang en dezelfde symbolen voor vrouwen. Anderson (2010,p.156) stelt dat 'if women are to compete, equally, with men for social power and prestige, they must break up the boys' network where it is formulates – sport.'

Momenteel is de functie van de meeste georganiseerde sporten om te winnen (Anderson, 2010,p.158). Door deze focus beschouwen coaches en atleten de tegenstander als hun vijand en dit legitimeert hen om (bewust of onbewust, intentioneel of niet) geweld te gebruiken (Anderson, 2010:p159). De structuur van sport produceert de cultuur van sport. Anderson (2010) stelt voor om sport te reorganiseren en dat het primaire doel van sport morele verantwoordelijkheid wordt. Kidd (2013) bevestigt bovenstaande door voor te stellen dat sport niet langer als een gevecht moet worden aanschouwd. Ook stelt hij voor om de regels en daarmee de structuur van sport aan te passen om het veiliger en leerzamer te maken.

Volgens verschillende onderzoekers (Gould & Horn, 1984; Gould, 1987; Smith, Gustafsson, & Hassmen, 2010 in Cohen 2014) verliezen zowel mannelijke als vrouwelijke atleten hun plezier in sport als gevolg van teveel competitiviteit. Om uitval/afvallers van sporters te voorkomen, worden nieuwe of alternatieven activiteiten ontwikkeld die plezier, gezondheid en sociale interactie combineren (Coakley, 2001; Riewald, 2003 in Cohen 2014). Veel nieuwe sporten, zoals roller derby, triatlon en CrossFit, zouden hierdoor toegankelijker zijn voor vrouwen (Pavlidis & Connor, 2015).

Dit onderzoek richt zich op CrossFit en de samenhang tussen hegemonische masculiniteit. Zou deze nieuwe sport, zonder de traditionele geschiedenis van sport, de omschreven masculiene eigenschappen van sport versterken of verzet deze sport zich er tegen? Worden die eigenschappen nu gender-neutraal of mannelijk én vrouwelijk? Is het typisch een 'mannen' of 'vrouwen' sport, zoals boksen versus kunstrijden? Zouden daarnaast de voorgestelde

veranderingen in sport, zoals het woordgebruik, het gemengd trainen en de competitieve structuur zichtbaar zijn in CrossFit en daarmee als minder schadelijk worden beschouwd zoals Anderson (2010) en Kidd (2013) stellen? Om deze vragen te kunnen beantwoorden, ga ik in onderstaande paragraaf in op de casus van CrossFit.

De casus CrossFit

CrossFit is een fitness fenomeen dat in het jaar 2000 werd opgericht. De eerste CrossFit-box werd in Santa Cruz, Californië in de Verenigde Staten van Amerika geopend door de oprichters Laura en Greg Glassman. CrossFit refereert aan de term 'box' in plaats van sportschool (*gym*) om de onafhankelijkheid van de filialen te representeren en is tevens een teken van verzet tegen de *global gym* mentaliteit (Knapp, 2015). Aanvankelijk werd CrossFit ontworpen als een programma om *functional fitness* te promoten. Tegenwoordig is het getransformeerd tot een wereldwijde, multidimensionale, miljoenenindustrie die zichzelf promoot als *the sport of fitness* (Dawson, 2015). In zestien jaar is CrossFit uitgegroeid tot een sport met meer dan 12.000 filialen wereldwijd, waarvan de meeste (7.313) in Amerika². *Anytime fitness*, de grootste fitness franchise ter wereld, heeft 2.700 filialen wereldwijd en houdt de groei van CrossFit niet bij (Daley, 2014). Die groei komt volgens Bobbi Knapp (2015) mede door de toenemende belangstelling voor de CrossFit Games die in 2007 werden geïntroduceerd waar één vrouw en één man de titel *Fittest on earth*³ kunnen winnen. Deze Games krijgen veel media-aandacht en bereiken een groot publiek waardoor veel mensen kennis maken met CrossFit.

CrossFit gaat uit van een basis filosofie die focust op functionele bewegingen met een hoge intensiteit binnen een bepaalde tijd. De CrossFit programma's pogen om competenties te ontwikkelen die men in het dagelijks leven nodig heeft. Alle leden van een box doen dezelfde *workout of the day* (WOD) met de mogelijkheid tot aanpassing (*scalen*), zoals het verminderen van de intensiteit, wanneer zij niet aan de voorgeschreven bewegingen kunnen voldoen. WOD's bestaan uit een serie van bewegingen die kracht, uithoudingsvermogen, metabolische conditie en vermogen behelzen. Veel filialen bedenken hun eigen WOD's naast de benchmark WOD's, betreffende *The Girls* en *The Hero* workouts, die door CrossFit *headquarters* bedacht zijn. De benchmark WOD's fungeren als meetmiddel om de progressie van leden zichtbaar te maken (Glassman, 2003).

CrossFit vestigingen noemen hun trainingsfaciliteiten boxen, zowel als metafoor voor de minimalistische inrichting van de ruimte als dat veel faciliteiten een grote open box zijn (Knapp, 2015). De afwezigheid van spiegels is kenmerkend voor CrossFit boxen en volgens Knapp (2015) kan die afwezigheid bijdragen in het ontmoedigen van hegemonische masculiene

² <https://map.crossfit.com/>

³ <http://games.CrossFit.com/about-the-games>

uitingen, zoals de zelfregulatie om te voldoen aan ideale femininiteit en heteroseksualiteit (Johnston, 1998 in Knapp, 2015). In de box worden alleen de kleedkamers als *sexed spaces* aanschouwd door CrossFitters en is de trainingsruimte een ruimte waar geen onderscheid in gender plaatsvindt (Knapp, 2015).

Hoewel de WOD als kans gezien kan worden voor competitiviteit tussen leden, menen CrossFitters voornamelijk met zichzelf te strijden om iedere keer beter te worden. Desondanks kunnen CrossFitters met elkaar concurreren in georganiseerde competities, die zowel door CrossFit *headquarters* worden georganiseerd, zoals de CrossFit Open en de Games, als door onafhankelijk organisatoren (Madliger, 2015). In sommige competities bestaat de mogelijkheid om als gemengd duo of team deel te nemen. Ook in Nederland zijn verschillende CrossFit evenementen, zoals de Lowlands Throwdown waar atleten uit Nederland, België en Luxemburg de titel 'fitste persoon van de lage landen' hopen te bemachtigen⁴.

Een terugkerend aspect in artikelen over CrossFit is de sterke (online) gemeenschap (Bjellquist, 2015, Knapp, 2015, Madliger, 2015, Dawson, 2015, Khun, 2013). Dit gevoel van gemeenschap zou voort komen uit verschillende aspecten. De website CrossFit.com werd in 2001 gelanceerd zodat de websitebezoekers van WOD's werden voorzien. Tegenwoordig wordt van ieder filiaal verwacht dat zij een website hebben waarop hun leden kunnen reageren op de WOD's en andere informatie (Knapp, 2015). Tevens brengt CrossFit een gratis *journal* uit die de organisatie ziet als *the modern manual of fitness and health*⁵. T.J. Murphy (2012, in Dawson, 2015) stelt dat de sociale structuren typisch voor CrossFit boxen op een bepaalde manier reeds gevestigde instituties in de maatschappij vertegenwoordigen. Volgens hem is CrossFit een kerk zonder de religieuze dimensie. Marcelle Dawson (2015) stelt dat, naast het religieuze aspect, onder andere de gedeelde taal en zware fysieke uitdagingen, eetstijl en kledingkeuze belangrijke kenmerken zijn die de sociale structuren van CrossFit vormen. De meeste CrossFitters beschouwen hun regime niet alleen als iets wat zij doen, maar als iets wat zij zijn. Deze *sense of community* zou een sleuteleigenschap zijn van het succes van de sport (Dawson, 2015). Volgens Ken Reed (2014) schuilt hier het gevaar in dat die gemeenschap voor groepsdruk kan zorgen waardoor CrossFitters hun fysieke beperkingen kunnen overschrijden met ernstige blessures als gevolg. Hierin kan een overeenkomst gevonden worden met de beschrijvingen van Anderson (2010) over sport. Hij stelt dat blessures *violence against one's own body* zijn en dat overmatig letsel in sport zo gewoon is, dat het een geaccepteerd aspect van sport is geworden (Anderson, 2010,p.71). De *laissez-faire* houding jegens blessures lijkt ook terug te komen in CrossFit. Glassman, de oprichter

⁴ <http://www.strongfitcommunity.nl/CrossFit-nederland/>

⁵ <http://journal.CrossFit.com/start.tpl>

van CrossFit, schrijft op de CrossFit website dat zij een bepaalde therapie hanteren voor blessures, namelijk STFU, wat staat voor *shut the f**k up* (Reed, 2014).

CrossFit verkondigt dat inclusiviteit inherent zou zijn aan de sport. Zo staat op de website van CrossFit.com dat de programma's *are designed for universal scalability making it the perfect application for any committed individual, regardless of experience*⁶. Het inclusieve karakter is volgens Knapp (2015) voornamelijk waarneembaar in de zichtbaarheid van vrouwen bij de CrossFit Games, op de CrossFit website en in de afzonderlijke boxen. In de box die zij onderzocht, werden dominante ideeën over vrouwen, mannen en gespierdheid uitgedaagd (Knapp, 2015). Tevens concludeert Knapp (2015) in haar onderzoek met betrekking tot het CrossFit Journal dat het tijdschrift de grenzen van ideale femininiteit en hegemonische masculiniteit doet verschuiven. Cheryl Madliger (2015) is kritischer en stelt dat CrossFit de objectivering van het vrouwenlichaam in stand houdt. Zij stelt dat in CrossFit kracht wordt geassocieerd met schoonheid, dus wanneer vrouwen zich sterk voelen, voelen zij zich mooi en empowered. Hierdoor wordt de 'juiste' vorm van vrouwelijkheid wederom gedefinieerd als iets waar schoonheid een noodzakelijk onderdeel van uit maakt. Dit is uiteindelijk een voortzetting van de objectivering van vrouwen en hun lichamen (Madliger, 2015). Ook Dawson (2015) stelt dat de representatie van gender en *body ideals* binnen de CrossFit gemeenschap vol tegenstrijdigheden zit.

CrossFit is een moderne en hard groeiende sport. Uit bovenstaande uiteenzetting van de casus CrossFit kan worden opgemaakt dat de sport interessante uitdagingen van de hegemonische masculiniteit vertoont. De trainingsruimte die als gender neutraal wordt beschouwd door CrossFitters en het inclusieve karakter dat geclaimd lijkt te worden en geuit wordt in de zichtbaarheid van vrouwen (Knapp, 2015). Tevens zouden participanten van CrossFit voornamelijk met zichzelf in competitie zijn en niet met anderen. Daarnaast lijken aan de hegemonische masculiniteit conformerende aspecten te spelen binnen CrossFit, zoals de objectivering van het vrouwenlichaam waar Madliger (2015) naar verwijst. Zou hegemonische masculiniteit toch een rol kunnen spelen binnen deze sport ook al is deze in een ander tijdperk ontstaan?

1.1 Doelstelling

Deze studie gaat over de hegemonische masculiniteit die in sport heerst en de vraag of hier sprake van is in de casus van CrossFit. CrossFit is een sport die sinds het jaar 2000 officieel bestaat. De sport draagt daardoor niet de historische last van hegemoniale masculiniteit die vele andere sporten, zoals rugby, hockey en voetbal, wel kennen. Een ander opvallend kenmerk van CrossFit is het gemengd sporten: vrouwen en mannen trainen samen, in dezelfde

⁶ <http://www.CrossFit.com/cf-info/what-is-CrossFit.html>

groep, in dezelfde ruimte. Tevens bestaat in CrossFit de mogelijkheid om als gemengd duo of team deel te nemen aan (sommige) CrossFit wedstrijden. De meeste andere sporten zijn, op korfbal na, ontstaan als *single gender activity*. CrossFit positioneert zichzelf als een sport met een inclusief karakter door de mogelijkheid om een workout aan te passen (*scaling*) zodat ieder toegewijd individu de sport kan beoefenen (Knapp, 2015). Door de hier genoemde eigenschappen van CrossFit die afwijken van het hegemonische masculiene beeld van sport is het doel van dit onderzoek om inzicht te generen in het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij geven aan hun sport met een focus op het gemengd trainen van vrouwen en mannen om zodoende te begrijpen of en hoe hegemonische masculiniteit van betekenis is in deze sport.

1.2 Onderzoeksvraag

De genoemde doelstelling leidt tot onderstaande hoofd- en deelvragen.

Hoe verhouden het gedrag van CrossFitters in een box en de betekenissen die zij geven aan hun sport met een focus op gemengd sporten zich tot hegemonische masculiniteit in sport?

Om bovenstaande onderzoeksvraag te beantwoorden, zijn de volgende deelvragen opgesteld.

- Hoe is gemengd sporten georganiseerd in CrossFit?
- Welke betekenissen geven CrossFitters aan gemengd sporten?
- Welke betekenissen geven CrossFitters aan het lichaam?
- Hoe manifesteert masculiniteit zich binnen CrossFit?
- Hoe werkt de habitus van CrossFitters door in het veld van CrossFit in verhouding tot hegemonische masculiniteit?

1.3 Relevantie

Maatschappelijke en organisatorische relevantie

Hoewel de sportparticipatie van vrouwen en mannen in 2015 gelijk was en dit als bijzonder werd gekenmerkt, omdat in eerdere metingen vrouwen minder sportten dan mannen⁷, lijkt ongelijkheid in de sport nog altijd een struikelblok. Elling (2012) stelt bijvoorbeeld dat hoewel sport allang geen 'mannenzaak' meer is, er nog winst te behalen is voor zowel vrouwen als mannen in sport. Tegenwoordig wordt sportdeelname als een zinvolle vrijetijdsbesteding voor iedereen gezien ongeacht leeftijd, sekse, fysieke gesteldheid et cetera en deze normen en waarden weerspiegelen zich in sportbeleid (Elling, 2012). In de sport zijn de mogelijkheden voor vrouwen en mannen nog niet gelijk en zijn in- en uitsluitingsmechanismen impliciet. Elling

⁷ <http://sport.nl/artikelen/2015/06/uniiek-mannen-en-vrouwen-sporten-precies-evenveel>

(2012) stelt daarbij dat men in de maatschappij de emancipatie als voltooid aanschouwd en daarom blijft beleids- en onderzoeksmatige aandacht nodig voor genderrelaties en ontwikkelingen in de sport.

In Nederland genieten vrouwen en mannen gezamenlijk onderwijs, werken zij gezamenlijk op de arbeidsmarkt en bekleden functies in de politiek. Zodoende hebben vrouwen en mannen met elkaar te maken in verschillende settingen in de samenleving en zijn scheidingen naar gender minder of niet waarneembaar. Echter, in veel sporten is een dergelijke scheiding duidelijk waarneembaar, zoals de segregeerde competities, indelingen van teams, prijzengeld en mogelijkheden om professioneel te sporten (Elling, 2012, Channon et al., 2015). De geïnstitutionaliseerde segregatie van vrouwen- en mannensport maakt het lastig om traditionele gender ideologieën uit te dagen (McDonagh & Pappano, 2008 in Channon et al., 2015). De gegenereerde kennis van dit onderzoek naar gemengd sporten in een sport die ontstaan is in de moderne tijd, wordt bijgedragen aan hoe sportaanbod op een sociale gelijke manier kan worden ingericht.

CrossFit is een snelgroeiende sport in Nederland en met kennis over de organisatie van gemengd sporten in CrossFit en de betekenissen die participanten van deze sport daaraan geven, kunnen CrossFit organisaties meer inzicht creëren over de bijdrage van gemengd sporten aan sociale verhoudingen en daarmee het geclaimde inclusieve van hun sport. Daarnaast kunnen andere sportorganisaties, waar gemengd sporten bijvoorbeeld nog geen standaard gegeven is, kennis opdoen over wat gemengd sporten kan betekenen.

Wetenschappelijke relevantie

Over gemengd sporten zijn verschillende onderzoeken verschenen (Cohen et al., 2014, Wood & Garn, 2014, Channon et al., 2015, Knapp, 2015). Deze onderzoeken hebben zich voornamelijk gericht op de Amerikaanse sportcontext. Daarbij namen deze onderzoeken geen kwalitatief, etnografisch perspectief in. De wetenschappelijke relevantie van dit onderzoek uit zich in de focus die het inneemt op de Nederlandse context van CrossFit. Momenteel zijn nog geen Nederlandse, kwalitatieve onderzoeken gepresenteerd waar het gemengd sporten van CrossFit in centraal staat. Daarnaast is het etnografische perspectief van dit onderzoek een relevante meerwaarde, omdat binnen CrossFit de gemeenschap een belangrijke rol speelt. Dit perspectief heeft de mogelijkheid geboden om dicht bij de gemeenschap te staan en diepe betekenissen van CrossFitters te achterhalen.

Begrippen

Gemengd trainen: wanneer gesproken wordt over gemengd trainen wordt bedoeld op het gezamenlijk trainen van vrouwen en mannen in CrossFit in dezelfde ruimte, in dezelfde groep op hetzelfde tijdstip.

CrossFit Open: een wereldwijde CrossFit competitie waar alle CrossFitters in de wereld aan mij kunnen doen. Vijf weken lang worden workouts online gepost door CrossFit *headquarters*. Deelnemers kunnen deze workouts in hun eigen box uitvoeren en hun scores uploaden via een website. Deelnemers betalen twintig dollar om mee te mogen doe.

In bijgaande tabel staan nog enkele CrossFit termen toegelicht.

TERM	DEFINITION
AMRAP	“As Many Rounds/Reps As Possible”; a type of workout in which an exerciser attempts to complete as many rounds or reps of an exercise or exercises in a given amount of time
Benchmark WOD	One of several workouts CrossFit places emphasis on as ways to benchmark performance and improvement if repeated at irregular intervals as a WOD
Box	An affiliated CrossFit gym
EMOM	“Every Minute On the Minute”; a type of workout in which some exercise(s) is performed each minute
Fran	One of “The Girls;” a workout in which 21, then 15, then 9 reps of thrusters (a compound exercise that combines a clean, a front squat, and a push-press) with 95 pounds for men or 65 pounds for women and pull-ups are performed for time
Hero WOD	A workout dedicated to a fallen member of military or service personnel
No-rep	An attempt at a repetition deemed insufficient against the movement standards required
Oly	Olympic weightlifting
Pre-bok	Referring to the period of time before the sponsorship agreement before CrossFit, Inc. and Reebok (i.e. before 2011)
Rx	“As prescribed”; an amount of weight or movement standard to which individuals aspire towards
Tabata	A set of intervals where 20 seconds of work is alternated with 10 seconds of recovery eight times through
The Girls	A set of Benchmark WODs; workouts with women’s names ¹⁸
WOD	Workout of the Day

Table 1: Explanation of the CrossFit Terminology

2. Theoretisch kader

In dit hoofdstuk ga ik in op hegemonische masculiniteit als theoretische concept om dit later te kunnen gebruiken om inzicht te krijgen hoe dit zich verhoudt tot het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij geven aan hun sport. Ten tweede ga ik in op de theorie van Bourdieu over habitus en veld om de legitimiteit van hegemonische masculiniteit te kunnen begrijpen.

2.1 Hegemonische masculiniteit

Het concept van hegemonische masculiniteit wordt in verschillende academische velden ingezet om onderzoek te doen naar mannen en masculiniteit (Connell, 2005). In het opkomende veld van sportsociologie werd het concept bijvoorbeeld gebruikt om begrip te ontwikkelen voor de populariteit van *body-contact sports* en homofobie en geweld in sport (Messner en Sabo, 1990 in Connell, 2005). Connell (2005) stelt dat het concept van hegemonische masculiniteit als een kader kan dienen voor veel onderzoek naar mannen en masculiniteit en dat het sekserol-theorie en categoriale modellen van patriarchaat vervangt. Het concept van hegemonische masculiniteit is niet bedoeld als alles-omvattende-verklaring of voornaamste reden van iets. Men zou het eerder als een middel kunnen zien om een bepaalde dynamiek in sociale processen te grijpen (Connell, 2005). Dit concept is relevant voor dit onderzoek, omdat masculiniteit in sport een grote rol speelt met betrekking tot sociale processen. CrossFit is een moderne en gemengde sport, in tegenstelling tot de meeste sporten die zijn ontstaan tijdens de industriële revolutie, en daarom is het interessant om te onderzoeken of de masculiene eigenschappen die als nalatenschap van de initiatie van sport zijn ontstaan, aanwezig zijn in CrossFit en welke rol deze mogelijk spelen. In de volgende alinea's ga ik in op het concept hegemonische masculiniteit waarbij ik eerst hegemonie uiteenzet om deze vervolgens te koppelen aan masculiniteit.

Hegemonie is een concept dat refereert aan een bepaalde vorm van dominantie waarin de heersende klasse haar positie legitimeert en de acceptatie – zo niet regelrechte steun – van de lagere klassen veilig stelt (Gramsci, 1971 in Anderson, 2010,p.101). In een hegemonische cultuur zijn de waarden van de bovenklasse de vanzelfsprekende waarden en identificeert *the working class their own good with the good of the bourgeoisie* (Anderson, 2010,p.102). Hierdoor draagt de arbeidersklasse bij aan het in stand houden van de status quo in plaats van daar tegen in opstand te komen. Door hegemonie voelt het voor achtergestelde mensen vanzelfsprekend en natuurlijk dat zij niet tot het dominante ideaal horen en lijkt het alsof de heersende ideeën hun eigen ideeën zijn (Anderson, 2010,p.102).

Volgens Anderson (2010) is de basis van het hegemonische concept dat al onze ideeën en overtuigingen, alles wat wij als goed en slecht beschouwen in de samenleving, sociaal geconstrueerd is en daarmee relatief. Onze overtuigingen en waarden zijn aangeleerd en de

manier waarop wij onszelf waarnemen, wordt daardoor beïnvloed (Anderson, 2010,p.102). De kracht van de hegemonische theorie is terug te vinden wanneer de onderdrukte groep verlangt naar de associatie van de dominante groep, zelfs wanneer zij nooit volledig en gelijkwaardig onderdeel kunnen uitmaken van die groep (Anderson, 2010,p.104).

De aspecten van hegemonie worden zelden onderworpen aan een kritisch tegengeluid. Anderson (2010) stelt dat sport bijvoorbeeld niet kritisch geëvalueerd wordt, omdat sport hegemonisch gezien als 'goed' wordt beschouwd. Desondanks is geen enkel hegemonisch systeem volgens Anderson (2010) 'naadloos' en zijn er altijd geluiden van verzet tegen welke dominante sociale boodschap dan ook, zoals vrouwen die voetballen ondanks dat dit nog steeds als mannensport wordt beschouwd (Elling, 2012).

Masculiniteit kan opgevat worden als een sociale positie bestaande uit een set van praktijken. De effecten van deze praktijken, die door het collectief worden belichaamd, op individuen, relaties, institutionele structuren en wereldwijde relaties van dominantie zijn tevens onderdeel van die sociale positie (Connell, 2000 in Schippers, 2007). Met andere woorden, masculiniteit is sociaal geconstrueerd en daar worden bepaalde handelingen en gedragingen aan toegeschreven, zoals beschreven in de inleiding van dit onderzoeksverslag. Raewyn Connell (1995) definieert hegemonische masculiniteit als de *the configuration of gender practice which embodies the currently accepted answer to the problem of the legitimacy of patriarchy, which guarantees (or is taken to guarantee) the dominant position of men and the subordination of women* (Connell, 1995, in Schippers, 2007). Met andere woorden, hegemonische masculiniteit formeert de acties en gedragingen die worden toegeschreven aan gender en representeert daarmee de legitimering van een samenleving waarin mannen dominant zijn en garandeert zo de dominante positie van mannen over vrouwen. Alle mannen ondervinden hier voordeel aan, ook als zij die hegemonische masculiniteit niet bereiken. Halverwege de jaren tachtig werd hegemonische masculiniteit gezien als een patroon van uitvoering, dat wil zeggen de dingen die wij doen, die de dominantie van mannen over vrouwen toe staat (Connell, 2005). Deze vorm van masculiniteit heeft (onbewust) de voorkeur in sociale structuren, zoals in de institutie van sport (Anderson,2010). De hegemonische masculiniteit werd in het politieke, sociologische onderzoeksveld niet als 'normaal' beschouwd, aangezien slechts een klein deel van de mannen hiertoe behoort (Connell, 2005). Echter, de hegemonische masculiniteit is normatief en daarmee de meest eervolle manier van het man-zijn. Het 'verplicht' non-hegemonische mannen zichzelf te positioneren ten opzichte van deze norm (Connell, 2005).

Hoewel het moeilijk is (en wellicht onmogelijk) om een model van hegemonische masculiniteit op te stellen, tracht Anderson (2010) dit te doen door vier regels van dominante masculiniteit te gebruiken van psycholoog Robert Brannon (1976): 1) geen mietjes gedoe; 2) superioriteit

uitstralen; 3) geen zwakte tonen en 4) het de ander moeilijk maken. Het man-zijn in de hegemonische vorm van de hedendaagse cultuur is om het tegenovergestelde van homoseksuele gedragingen en handelingen te tonen (Anderson, 2010, p.106). Ook is de vandaag de dag masculiniteit gebaseerd op de patriarchale tegenstelling van vrouwelijkheid, waardoor mannen 'verwijfdheid' vermijden, omdat dit wordt geassocieerd met homoseksualiteit (Anderson, 2010). Om de masculiene hiërarchie te bestijgen, is louter het vermijden van homoseksuele en vrouwelijke handelingen niet genoeg. Men moet tevens toegeschreven eigenschappen bezitten, zoals een atletisch uiterlijk, en men moet zich gedragen volgens bereikte eigenschappen, zoals beter zijn dan andere mannen. Anderson (2010) concludeert dat hegemonische masculiniteit mannen omschrijft die onder andere heteroseksueel, atletisch en aantrekkelijk zijn en hun masculiene gedragingen die overeen komen met de regels van Brannon (1976).

Een toevoeging aan het concept van hegemonische masculiniteit die Connell (2005) voorstelt is de masculiene belichaming. Lichamen spelen een rol in sociale actie door het afbakenen van sociale inhoud – het lichaam participeert in het genereren van de sociale praktijk (Connell, 2005). Om belichaming en hegemonie te begrijpen, is het belangrijk om te begrijpen dat lichamen zowel objecten als middelen (vertaald uit Engels: *agents*) van de sociale praktijk zijn. Ook is het belangrijk dat huidige onderzoekers die het concept van hegemonische masculiniteit hanteren, de democratisering van gender relaties en het afschaffen van machtsverschillen als mogelijkheid erkennen en niet alleen de reproductie van de hiërarchie (Connell, 2005).

2.2 Habitus en veld

Zoals hierboven beschreven voelt hegemonische masculiniteit aan als een vanzelfsprekend gegeven en worden de aspecten van hegemonie zelden onderworpen aan een kritisch tegengeluid (Anderson, 2010). Met de theorie van habitus en veld zou gesteld kunnen worden dat hegemonische masculiniteit is gehabituliseerd en stelt niemand ter discussie hoe het veld wordt gebruikt. Door deze twee theoretische concepten te koppelen in dit onderzoek, kan gekeken worden hoe de habitus van CrossFitters doorwerkt in het veld van CrossFit en hoe in dit veld wel of niet hegemonische masculiniteit zichtbaar is. In de volgende alinea's ga ik in op habitus en veld van Bourdieu om dit concept uiteindelijk te gebruiken om het gedrag van CrossFitters beter te begrijpen.

Volgens Pierre Bourdieu (1990) maken mensen deel uit van een veld waarin hun habitus bepalend is voor wat zij doen. Dit veld waarin mensen zich volgens Bourdieu in bevinden, is een domein in het sociale leven met eigen regels van organisatie, dat posities genereert en de daarmee geassocieerde acties ondersteund (Calhoun, 2012, p:330). CrossFit kan als sociaal veld gezien worden waarin CrossFitters hun eigen gedragsregels en afspraken hebben en

daarmee een bepaalde sfeer, cultuur en veiligheid creëren. In zo'n sociaal veld nemen mensen, net als spelers in een spel/sport, verschillende posities in. De acties die mensen ondernemen in een veld, ziet Bourdieu als een resultaat van de strijd tussen meerdere pogingen van positie-inname (Calhoun, 2012, p.330). De positie-inname wordt bepaald door het kapitaal dat men meebrengt het veld in. Bourdieu onderscheidt drie soorten kapitaal: materieel (geld, goederen), sociaal (familie, netwerk) en cultureel kapitaal (kennis, vaardigheden). In deze studie vraag ik mij af welke relaties zichtbaar zijn en welke verschillende kapitalen uit de theorie van Bourdieu herkenbaar zijn.

Zoals in de vorige alinea beschreven, is de habitus van mensen bepalend voor wat zij doen. De habitus verwijst naar *embodied knowledge*, de kennis die mensen uit voorgaande ervaringen hebben geleerd en de basis waarop men improviseert in nieuwe situaties. Uitgaande van de habitus worden sociale groepen geformeerd, aangezien degene met gelijksoortige posities in de sociale structuur dezelfde habitus zouden hebben (Calhoun, 2012, p.329). Tevens wordt de habitus als verbinding gezien tussen de posities die iemand inneemt in een veld en de acties die bij deze positie horen. Dit betekent bijvoorbeeld een CrossFit-trainer die op basis van zijn kennis en erkende diploma een bepaald aanzien en daarmee positie heeft in het veld van CrossFit.

De habitus stelt mensen in staat om acties te ondernemen en is tegelijkertijd beperkend voor het gedrag. Het functioneert niet als een set strikte regels betreft wat men wel of niet moet doen, wel of niet leuk moet vinden, maar de habitus werkt eerder als losse richtlijnen waarvan mensen zich niet perse bewust zijn. De habitus representeert de wijze waarop mensen neigen de wereld waar te nemen, te waarderen en naar te handelen. Op basis van wat werkt of wat niet, wat goedkeuring of afkeuring verkrijgt, ontwikkelt men een karakteristieke manier in het genereren van nieuwe acties, het improviseren van stappen in het spel van het leven (Calhoun, 2012, p.329). Met de habitus komt de vanzelfsprekendheid die mensen ervaren met betrekking tot de wijze waarop hun wereld in elkaar zit, met alle bijbehorende sociale verschillen, in hun denken, oordelen en handelen en daarmee hun wereld reproduceren.

Met de theorie van het veld, de acties die actoren daarbinnen ondernemen en de habitus biedt Bourdieu een handvat om de dynamische relatie tussen structuur en actie te begrijpen (Calhoun, 2012, p. 328). CrossFit kan gezien worden als een veld waarin bepaalde normen en waarden gelden die zich onderscheiden van andere sporten. De personen die zich in dit veld begeven, dienen zich aan de expliciete en impliciete regels te houden om goed te kunnen functioneren en sociaal geaccepteerd te worden. In dit onderzoek is deze theorie van meerwaarde om inzicht te krijgen in het organiseren van het gemengd sporten, oftewel de

sociale structuren binnen CrossFit en de betekenissen die CrossFitters daar aan geven en de acties die zij daar op ondernemen.

Samenvatting theoretisch kader

Het vraagstuk van dit onderzoek staat in het teken van hegemonische masculiniteit die volgens verschillende onderzoekers (Anderson, 2010, Kidd, 2013, Messner, 1988) in sport heerst en de vraag of deze vorm van masculiniteit te herkennen is in het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij toekennen aan hun sport. Het theoretisch kader genereert verschillende inzichten in relatie tot dit vraagstuk. Onder andere om hegemonie te herkennen, kan gekeken worden of er sprake is van een dominante groep binnen het veld van CrossFit die een positie inneemt die wordt geaccepteerd en gesteund door ondergeschikte groepen. Ook kan gekeken worden naar de af- of aanwezigheid van kritische tegengeluiden jegens de dominante sociale boodschap. De hegemonische masculiniteit formeert de acties en gedragingen die worden toegeschreven aan gender en legitimeert daarmee een samenleving waarin mannen dominant zijn en garandeert zo de dominante positie van mannen over vrouwen. Binnen dit vraagstuk zal gekeken worden of mannen en de masculiene norm een dominante positie innemen over vrouwen. Tevens wordt in dit onderzoek het model van hegemonische masculiniteit dat Anderson (2010) beschrijft gebruikt met de toevoeging van lichamelijke van Connell (2005).

De vanzelfsprekendheid van en gebrek aan kritiek in hegemonische masculiniteit kan via de theorie van Bourdieu over habitus en veld onderzocht en verklaard worden. Binnen dit vraagstuk wordt gekeken naar de uitingen en gedragingen van CrossFitters in het sociale domein van CrossFit en de regels van organisatie die daarbinnen gelden.

3. Methodologie

Dit hoofdstuk beschrijft de gehanteerde methoden in het onderzoek. Hierbij ga ik ten eerste in op het soort onderzoek dat deze studie betreft, namelijk kwalitatief onderzoek. Vervolgens beschrijf ik de motivatie om een case studie uit te voeren om inzicht te genereren in het gedrag van CrossFitters en betekenissen die zij toeschrijven aan hun sport. In de derde en vierde paragraaf worden participerende observatie en semigestructureerde interviews die als onderzoeksmethoden in deze studie zijn toegepast. Tevens ga ik in op mijn positie als onderzoeker en welke invloed dit heeft gehad op het onderzoek. Ten slotte zet ik mijn wijze van data-analyse uiteen.

3.1 Kwalitatief onderzoek

Dit onderzoek naar de manifestatie van hegemonische masculiniteit in CrossFit betreft een kwalitatief onderzoek. Kwalitatief onderzoek (veldonderzoek) is gericht op het beschrijven, interpreteren en verklaren van gedragingen, ervaringen en beleving van een bepaalde onderzoeksgroep terwijl de natuurlijke omgeving van de participanten zo min mogelijk wordt verstoord (Boeije, 2009, p. 253). Het uitgangspunt van kwalitatief onderzoek is dat mensen handelen op basis van de zingeving, oftewel betekenis, die zij aan hun omgeving geven. In het kwalitatieve onderzoeksveld worden de betekenissen en gedragingen van mensen beschreven om zodoende hun sociale werkelijkheid te onderzoeken (Boeije, 2009,p:254). In dit onderzoek staat de sociale werkelijkheid van CrossFitters centraal en is getracht deze inzichtelijk te maken. Om het perspectief van deze groep in hun sociale omgeving te kunnen onderzoeken, gebruik ik mijzelf, als kwalitatief onderzoeker, als instrument om data te verzamelen. Dit heb ik gedaan door een etnografische case studie uit te voeren.

3.2 Case studie

Deze case studie gericht op de sport CrossFit heeft plaats gevonden bij de Nederlandse CrossFit box 'Toujours Mieux' (fictieve naam). Volgens Yin (2013, in Edwards & Skinner, 2009,p.202) is een case studie een empirisch onderzoek dat een hedendaags fenomeen bestudeert binnen een echte context, voornamelijk wanneer de grenzen tussen het fenomeen en de context niet duidelijk zichtbaar zijn. In een case studie draait het om het plaatsen van onderzoekfenomenen in hun context. Dit kan een fysieke, sociale, historische en/of economische setting van de case zijn. Met deze case studie wordt het gedrag van CrossFitters en de betekenissen die zij toekennen aan hun sport met een focus op gemengd trainen inzichtelijk gemaakt om zodoende te begrijpen of en welke rol hegemonische masculiniteit speelt in deze sport.

Ik heb voor een case studie gekozen, omdat deze onderzoeksmethode de kans biedt om gedetailleerde informatie over meerdere subjecten in relatie tot een gebeurtenis, cultuur of individu te analyseren en daarmee een diepgaand begrip te ontwikkelen omtrent de karakteristieken van de case om zodoende nieuwe inzichten te genereren (Edwards & Skinner, 2009,p.202). Om echt iets van hegemonische masculiniteit te zien in een CrossFit box, is het van belang om diep en intensief de context in te duiken. Een case studie biedt deze mogelijkheid.

Dit onderzoek betreft een instrumentele case studie. Volgens Edwards en Skinner (2009,p.206) kijkt een instrumentele case studie naar de 'waarom' vraag en bevat het een hoger analyiseniveau en conceptualisatie dan een beschrijvende case studie. Instrumentele studies onderzoeken een specifiek fenomeen binnen een afzonderlijke case. Deze studie focust zich op het fenomeen van hegemonische masculiniteit binnen CrossFit in de box *Toujours Mieux* en analyseert daarvoor het gedrag en de betekenissen van de participanten.

In een case studie wordt meestal gebruik gemaakt van kwalitatieve methoden van dataverzameling en -analyse zoals interviews, observaties, gebruik van documenten en geschreven materiaal (Edwards & Skinner, 2009,p.209). Ik heb gebruik gemaakt van participerende observatie en semigestructureerde diepte-interviews. Aangezien ikzelf het primaire instrument van dataverzameling ben, breng ik mijn eigen subjectiviteit en interpretaties van de realiteit in dit onderzoek. Deze kunnen de lezers helpen om hun eigen realiteit of interpretatie van de case te creëren (Edwards & Skinner, 2009,p.210).

3.3 Participerende observatie

Een klassieke wijze van dataverzameling in veldonderzoek is etnografisch onderzoek oftewel participerende observatie (Boeije, 2009,p.265). Observatie omvat het systematisch noteren en vastleggen van handelingen en gedragingen (zowel verbaal als non-verbaal), gebeurtenissen en objecten in sociale of werk setting binnen het onderzoeksveld (Edwards & Skinner, 2009,p.103). Ik heb gekozen om participerende observatie te gebruiken als onderzoeksmethode, omdat ik als onderzoeker direct deel kan nemen aan (een deel van) het sociale leven van CrossFitters en zodoende inzicht verkrijg hoe zij hun gemeenschap vormen (Boeije, 2009,p,264). Dit resulteerde in een observatieperiode van drie maanden waarin ik heb geobserveerd en geparticipeerd bij *Toujours Mieux*. Ik was minimaal vier avonden in de week aanwezig tijdens alle avondlessen. Deze startten om 18:00u en eindigden om 22:30u. Van de vier trainingen op een avond, participeerde ik meestal in de laatste les. Dit had voornamelijk als doel om mijzelf onderdeel te maken van de setting die ik onderzocht, in dit geval de CrossFit box *Toujours Mieux*. Ik wilde voelen en meemaken wat de CrossFitters doorstaan tijdens een training. Op deze manier trachtte ik real-life activiteiten te ervaren samen met de participanten

van het onderzoek om de betekenis van gebeurtenissen te verzamelen (Edwards & Skinner, 2009,p.104). De CrossFitters van Toujours Mieux zijn via een Facebookbericht op de hoogte gebracht van mijn aanwezigheid als onderzoeker.

Tijdens de observatieperiode heb ik notities gemaakt over mijn waarnemingen binnen Toujours Mieux waarbij ik mij focuste op de ruimte en het materiaal waar mee werd getraind en de interactie tussen vrouwen en mannen, mannen en mannen en vrouwen en vrouwen. Tevens heb ik een aantal foto's gemaakt ter ondersteuning van mijn waarnemingen. Gedurende de observaties lette ik op taal, uiterlijk, gedragingen en houdingen. Deze notities werkte ik vervolgens uit in Word om later deze gegevens te categoriseren en coderen (Boeije, 2009,p:269). In deze gegevens zijn CrossFitters geanonimiseerd door hun namen aan te duiden met 'X'.

3.4 Interviews

Om inzicht te krijgen in de betekenissen die de participanten van dit onderzoek geven aan CrossFit met een focus op gemengd trainen in de CrossFit box Toujours Mieux, zijn semigestructureerde interviews afgenomen. Edwards en Skinner (2009,p.106) noemen interviews een van de meest effectieve methode voor sportmanagement onderzoekers. Het semigestructureerde interview werkt met een schema die de richting van het interview bepaald zonder bepaalde bewoording en volgorde. Hierdoor ontstaat ruimte voor flexibiliteit, sociale interactie, verkenning van ideeën en biedt de kans op respondenten te observeren in face-to-face interactie. Het interview focust zich op de subjectieve ervaringen van de respondenten (Edwards & Skinner, 2009,p.107).

De topics van de interviews zijn gebaseerd op de waarnemingen van de participerende observatie en eerder onderzoek naar gender en CrossFit (Knapp, 2015). De topics zijn: (sport)achtergrond, verwachtingen, ervaringen en veranderingen. De topiclijst is in de bijlage bijgevoegd. De interviews zijn met audioapparatuur op een mobiele telefoon opgenomen en vervolgens anoniem verwerkt. De namen van de geïnterviewde CrossFitters zijn vervangen met pseudoniemen.

Na anderhalve maand van participerende observatie ben ik overgegaan tot het selecteren van participanten en houden van interviews. Op basis van een aantal factoren zijn de participanten voor dit onderzoek geselecteerd. In totaal zijn negen personen die verbonden zijn aan de CrossFit box Toujours Mieux geïnterviewd. Hierbij is gelet op de vrouw-man verhouding en zijn vijf mannen en vier vrouwen geïnterviewd. De eigenaar en één van de trainers zijn op basis van hun functie binnen die box geselecteerd. Zij hebben een belangrijke rol in hoe CrossFit georganiseerd is in de box. Dit zijn beide mannen. Naast geslacht is gekeken naar de leeftijd van de deelnemers, welke uiteen loopt van begin twintig tot begin vijftig. Voor deze

diversiteit is gekozen, omdat uit de observaties bleek dat diverse leeftijdsgroepen deel uitmaken van de gemeenschap van *Toujours Mieux*. Tevens is gekeken naar hoge of lage frequentie van trainen, wel of geen onderdeel van de competitorsgroep (groep binnen *Toujours Mieux* die vijf keer in de week trainen met een intenser trainingsprogramma met als doel deel te nemen aan competities) en of zij gedrag hebben vertoond of uitingen hebben gedaan in contrast of in overeenstemming met kenmerken van hegemone masculiniteit.

3.5 Positie van de onderzoeker

Zoals eerder aangegeven is de onderzoeker in een kwalitatief onderzoek zelf een onderzoeksinstrument (Boeijs, 2009). Het is daarom belangrijk om mijn achtergrond te schetsen, aangezien dit van invloed is op de studie. Voor dit onderzoek nam ik deel aan vier trainingen in de week. Hoewel ik niet eerder aan CrossFit heb deelgenomen in een officiële CrossFit *affiliate*, was ik enigszins bekend met de sport en de bewegingen doordat ik soortgelijke groepslessen in een reguliere sportschool had gevolgd. Hierdoor kon ik snel de bewegingen oppakken en gunde mij dit ruimte om te observeren. Deze groepslessen werden als concurrerend voor *Toujours Mieux* beschouwd door de leden en hierdoor was ik geregeld een mikpunt voor grappen hierover. Doordat men grappen met mij kon maken hierover, werd ik snel opgenomen in de groep.

Als heteroseksuele, blanke vrouw in dit onderzoek naar hegemone masculiniteit in een gemengde sportsetting kon ik vrij gemakkelijk aansluiting vinden bij de vrouwen in de box, doordat ik soepel mee kon praten in hun gespreksonderwerpen. In de interactie met mannen kon ik observeren hoe hun houding en gedrag is jegens vrouwen.

3.6 Analyse van data

Tijdens het verzamelen van de observatiedata heb ik de gegevens getranscribeerd en geanalyseerd om zodoende mijn observaties in de resterende tijd van de observatieperiode aan te scherpen. Hetzelfde geldt voor de transcriptie en analyse van de interviews. Tevens heeft de transcriptie en analyse van mijn observaties geholpen in het vormen van de topiclijst voor de interviews.

Kwalitatief onderzoek gaat over de betekenis die mensen geven aan bepaalde situaties en zodoende staat de belevingswereld van de participanten centraal (Verhoeven, 2011,p,301). Om die betekenissen en belevingswereld van de CrossFitters in de verzamelde data te herkennen heb ik ten eerste de teksten kritisch gelezen om thema's van aan- of afwezigheid van hegemone masculiniteit te herkennen. Vervolgens ging ik over tot open, axiaal en selectief coderen. Hierbij heb ik gebruik gemaakt van het software programma MAXqda.

4. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de empirische resultaten van de participerende observaties en de semigestructureerde interviews uiteengezet. Deze resultaten representeren de antwoorden op drie deelvragen van dit onderzoek, respectievelijk hoe gemengd sporten is georganiseerd in CrossFit, welke betekenissen CrossFitters geven aan gemengd sporten en welke betekenis CrossFitters geven aan het lichaam. Ten eerste wordt een introductie gegeven van wat CrossFit bij de *Toujours Mieux* inhoudt en hoe het gemengd trainen wordt georganiseerd. Vervolgens gaat het hoofdstuk in op hoe CrossFitters met deze organisatie omgaan en de thema's die spelen rondom gemengd trainen en het lichaam. Het hoofdstuk sluit af met over de vorm van competitiviteit die binnen de box gecreëerd wordt.

4.1. De organisatie van gemengd sporten bij CrossFit *Toujours Mieux*

4.1.1. Een training bij CrossFit *Toujours Mieux*

Bij CrossFit *Toujours Mieux* zijn, naast de eigenaar, twee CrossFit level 1 trainers in de box werkzaam. Level 1 is het eerste niveau van het CrossFit-trainerschap. Tevens loopt een Sport en bewegen student stage. In totaal zijn dus vier mannen trainers in de box. De eigenaar is verantwoordelijk voor de zogenoemde *programming*, wat het creëren van de trainingen in de box inhoudt. Een training bij *Toujours Mieux* bestaat uit verschillende onderdelen, respectievelijk een warming-up, skill, Workout of the Day (WOD), extra werk en een cooling down. Het is gebruikelijk dat de trainers iedereen begroeten, afwisselend met een high five of een knuffel. Zij beginnen de training stipt op het hele uur (bijvoorbeeld 18:00) en positioneren de groep voor het whiteboard dat aan de muur hangt. Zij leggen aan de groep uit wat de WOD is en hoe de verschillende onderdelen (warming-up en skill) daarmee in verhouding staan. De CrossFitters krijgen in het begin van de training weinig tot geen ruimte om te kletsen door een hoog tempo van oefeningen. Tijdens het extra werk en de cooling-down maken de leden wel praatjes en grapjes met elkaar.

In de box is verschillend materiaal aanwezig om workouts mee te doen. Zo zijn er onder andere stangen (bars) waar gewichten aan worden gehangen, medicine balls (variërend van drie tot negen kilogram) en springtouwen (in verschillende lengtes). In de bars lijkt een onderscheid te zijn in vrouwen- of mannenbars. Dit wordt duidelijk in mijn observatie van de warming-up op dinsdag 29 maart waarbij de groep werd gevraagd een bar te pakken.

In groep drie zat ik als onderzoeker (V) samen met vijf mannen en drie vrouwen. Eén van de mannen is een nieuwe jongen waarvan de meeste mannen onder de indruk waren, van zijn capaciteiten. De trainer vroeg hem naar voren te stappen om een

oefening voor te doen. T: ik gebruik jou even als demogirl. Daarop zei hij: demo boy dan toch? T: nee iedereen is demo girl.

Bij het pakken van de bars, pakte de nieuwe jongen een vrouwen bar (ik weet ook niet wat het verschil is) en de trainer zei dit: X. dat is een vrouwenbar. Hierop zei X.: ik was toch ook demogirl? Deze grap werd gewaardeerd want er werd hardop om gelachen. (Observatie, 29/03/2016)

Een workout bestaat meestal uit verschillende bewegingen die niet iedereen zoals voorgeschreven kan uitvoeren. Wanneer dat het geval is, spreekt men in de box over *scaling*. Het aanpassen van de gewichten of van de beweging is voor CrossFitters een optie. Een voorbeeld hiervan is

De WOD was een zogenoemde AMRAP: as many rounds as possible. In dit geval moesten we in vijftien minuten zoveel mogelijk rondes van negen deadlifts, twaalf push ups en vijftien box jumps doen. Een manier van scalen was om de push ups op een houten box te doen. (Observatie, 19/02/2016)

Veel workouts hebben een tijdselement. Hierbij wordt een digitale klok aan de muur gebruikt. De klok kan op- en aftellen en voordat de workout begint, telt de klok tien seconden af en piept bij de laatste drie seconden.

Aan het einde van de WOD wordt door de trainer aan iedereen gevraagd wat de tijd was wanneer zij klaar waren met de workout of welk gewicht zij hebben gehaald wanneer de workout in het teken stond van een maximaal gewicht tillen. De initialen van de deelnemers worden op het whiteboard gezet samen met de scores die de CrossFitters zelf opnoemen. Wanneer een persoon de workout zoals voorgeschreven heeft uitgevoerd, krijgt diegene de letters 'Rx' voor haar of zijn naam. De leden kunnen kiezen om extra werk te doen, wat betekent dat zij nog extra krachtoefeningen doen naast de WOD die zij reeds hebben uitgevoerd. De cooling-down wordt verplicht gesteld door de trainers. Gedurende de observatieperiode is het opgevallen dat de CrossFitters gedurende deze twee fases van de training meer kletsen. Daarbij valt op dat zowel gemengde interactie plaatsvindt als dat vrouwen naar vrouwen en mannen naar mannen elkaar toetrekken.

4.1.2. Taal bij CrossFit Toujours Mieux

Wanneer de trainers de klok inschakelen en daarmee de tien seconden aftellen activeren, roepen zij het volgende: 'geef elkaar een air high five, zet je war face op en slaak een strijdkreet.' Dit roepen alle trainers bijna altijd voor iedere workout. (Observatie, 23/03/2016).

De trainers vragen soms leden om bepaalde bewegingen, zoals een stretch, voor te doen. Hierbij gebruiken zij de term 'demo-girl'. Zowel vrouwen als mannen worden gevraagd om

Wanneer dit met behulp van een partner gebeurt, raken de CrossFitters elkaar aan wat op mij een vrij intieme indruk maakte, aangezien men veel in elkaars persoonlijke ruimte komt. Deze oefeningen werden zowel gemengd als door personen van dezelfde sekse uitgevoerd.

De CrossFitters van *Toujours Mieux* trainen in gemengde groepen, hoewel er meer mannen trainen dan vrouwen. In de ruimte is weinig onderscheid in gender te bemerken op de toiletten na. Louter bij de bars wordt een onderscheid gemaakt in vrouwen- of mannenbar. De trainers spreken de groep steevast aan met “guys” ondanks dat vrouwen deel uit maken van de groep. Tevens wordt iedereen, vrouw of man, *demo-girl* genoemd bij het voordoen van bewegingen. De volgende paragrafen staan in het teken van thema’s die bij *Toujours Mieux* spelen rondom het gemengd trainen.

4.2. Samen trainen

Deze tweede paragraaf staat in het teken van hoe CrossFitters omgaan met de structuur en organisatie van hun sport zoals beschreven in de vorige paragraaf. Deze paragraaf gaat dieper in op die organisatie van CrossFitters door de betekenissen die CrossFitters toekennen aan het gemengd trainen uiteen te zetten. Allereerst gaat 2.1 in op de achtergrond van de CrossFitter om een beeld te kunnen vormen van waar de CrossFitter vandaan komt. Vervolgens gaat 2.2 in op waarom CrossFitters vinden dat er gelijkheid is tussen vrouwen en mannen in hun sport. Het derde thema zet de betekenissen die CrossFitters toekennen aan bestaande verschillen tussen vrouwen en mannen uiteen. Thema vier gaat in op de vanzelfsprekendheid die CrossFitters toekennen aan het gemengd trainen. De laatste deelparagraaf geeft weer hoe en wanneer CrossFitters zich bewust zijn van hun gender in een gemengde setting.

4.2.1. De sportachtergrond van de CrossFitter

Aan iedere deelnemer van dit onderzoek is gevraagd wat hun sportachtergrond is voordat zij aan CrossFit begonnen. Deze achtergronden lopen uiteen hoewel fitness een overeenkomstig detail vormt in hun verhaal. Tevens valt op dat veel personen die zijn geïnterviewd voor dit onderzoek eerder met zowel vrouwen als mannen hebben gesport. Dit was zowel in georganiseerd verband, zoals korfbal en volleybal, als ongeorganiseerd, zoals wielrennen. Het gemengd sporten vond voornamelijk plaats op jongere leeftijd. Chyna en Sara hebben fitnessgroepslessen gevolgd, zoals aerobics en steps. Zij vertelden dat weinig tot geen mannen te hebben meegemaakt in die groepslessen en moesten hierbij grinniken. Volgens hen pasten de mannen er toch niet echt bij. Emily, Lauren en Garret geven aan zeer fanatiek te zijn geweest in fitness en vinden dat daar een vrij duidelijke scheiding merkbaar was tussen wat de vrouwen en wat de mannen deden. Garret gaat hier uitgebreid op in

Ja, uhm. Nou ja in het begin van hoe ik het in de sportschool veel heb gezien. In de sportschool is het vooral dan kom je binnen en dan heb je het krachthonk en in het krachthonk daar staan mannen. En vrouwen zitten op de cardio apparaten en die doen af en toe uh.. dit is trouwens heel gegeneraliseerd hoor. Die gaan cardio-en en die doen dan een paar oefeningetjes van kracht op die apparaten en dan niet het krachthonk in met de bars en de dumbbells, maar echt gewoon lekker de apparaten die ervoor zijn en die sluiten dan voor af met cardio en dan zijn hun klaar en waar de mannen de hele tijd met kracht blijven en niet eens omkijken naar de cardio. Nou, kijk dat is een beetje zoals hoe het gaat in de sportschool. Tuurlijk heb je een variatie waarbij sommige vrouwen ook echt naar het krachthonk toe komen, maar je ziet in de sportschool dat mannen veel meer hun plekje innemen in het kracht en vrouwen veel meer hun plekje innemen in het cardio wat wellicht te maken heeft met mannen die denken dat ze sterk moeten zijn, omdat dat het generale beeld is van de man en vrouw vinden dat ze slank moeten zijn en dan cardio doen. Dat wordt in een sportschool vaak wel beaamd.

De ervaringen van de CrossFitters is dat in fitness bepaalde handelingen en ruimtes toegeschreven worden aan een bepaald gender. Mannen doen gewoonlijk kracht in het krachthonk en vrouwen kiezen voor cardio. De CrossFitters geven aan dat iedereen in CrossFit hetzelfde doet, namelijk dezelfde training en dat zou het gelijk maken. De vergelijking van CrossFit met voorgaande ervaringen in fitness lijkt een rol te spelen in het gelijkwaardig beschouwen van de sport CrossFit.

De deelnemers van dit onderzoek zijn op verschillende manieren bij CrossFit terecht gekomen. Velen maakten via vrienden of kennissen kennis met de sport en probeerden het vervolgens uit. Een enkeling zag het via de media en heeft zich na aanleiding van een tv-programma aangemeld voor een proefles. Veel van de respondenten vertelden dat zij ook vrienden en/of familieleden mee hebben genomen om kennis te maken met CrossFit. Volgens Dave moet men een aantal drempels overwinnen voordat zij zich aanmelden voor CrossFit en blijven komen.

Eén, zeker nu, vooroordelen. Weet je, je moet mensen hier krijgen, van tevoren hebben mensen een heleboel bezwaren: ik ben niet fit genoeg, het is niks voor mij.. uh, waarvan dat de twee meest voorkomende zijn. Wat heel goed werkt is [...] dat andere mensen zeggen van: bullshit, kom nou gewoon, want dit is juist iets voor jou, weet je wel en voor sommige mensen is het ook niks, ja prima. Kijk, CrossFit werkt voor iedereen, maar is niet voor iedereen, maar het kan wel voor iedereen zijn.. Sommige mensen kunnen er bijvoorbeeld ook niet tegen als ze dingen niet kunnen. Dus bijvoorbeeld als zij niet Rx kunnen en een ander wel. Dat zit ze dan zo dwars, dat ze dan maar liever stoppen. Dan komen mensen

binnen en dan kunnen ze niet in één keer perfect snatchen en dan zien ze mensen die daar twee, drie jaar tijd in hebben geïnvesteerd en dan denken: dat wil ik ook kunnen in één keer, ja dat kan niet en ja dan geven ze op. Maar ik weet gewoon dat wat wij hier doen gewoon voor iedereen werkt, maar je moet hier komen, je moet over een bepaalde drempel heen, want het kan best wel steil zijn die leercurve met al die nieuwe movements en die coach die streng is en 'oh my god de warming-up lijkt wel een training op zich' en uh als je daar doorheen bent dan weet je wel.. Je ziet ook veel mensen die denken: nee dit is niks voor mij en die gaan dan toch die basic lessen doen op één of andere manier en dan krijgen ze er gewoon plezier in. Zelfs mensen, weet je wel, die denken het is niet voor mij, toch kan het voor hun zijn. Vandaar die laatste: het kan wel voor iedereen zijn, maar ja

Het mag duidelijk zijn dat de deelnemers van dit onderzoek gebleven zijn bij de sport. Een aantal geven aan dat zij de eerste keer CrossFit als zwaar ervaren. Rich geeft aan

Ik ga het doen. Heb ik zes keer een basic-les gedaan en uh, het voelde ook alsof ik werkelijk totaal werd afgemaakt, maar dat was ook omdat ik een hele slechte conditie ondertussen had

Ook Matt, Dave, Sara en Lauren geven aan dat hun hele lichaam pijn deed en elke keer tot het gaatje gaan. Bijna alle respondenten geven aan dat zij de afwisseling in de sport aantrekkelijk vinden en dat zij daardoor blijven komen. Matt zegt bijvoorbeeld

Nou ja, ook wel weet je, dat joggen gaat stagneren en je merkt dat je met de sportschool ook niet zoveel hebt van die setjes doen en je rondes afmaken, dan was ik wel geprikkeld, misschien is dit wel een manier om het leuk te houden. Vooral het feit dat hij zei: het is nooit hetzelfde.

Wat opvalt aan de antwoorden van vrouwelijke respondenten is dat zij onzeker waren in het begin. Zij vonden het spannend om in de ruimte te zijn waar de mensen van de les ervoor hun cooling-down deden en bij het zien van het gewichtheffen bedenken dat zij dat niet konden. Het zijn van een 'meisje' lijkt hier ook een rol in te spelen. Lauren zegt bijvoorbeeld:

Uh, ja dat is hetzelfde als met die onzekerheid. Weet je, je begint ermee en uiteindelijk merk je al heel snel dat je gewoon heel welkom bent daar en dat is het gevoel dat zij jou geven en dan kan ik daar ook heel snel in verder in mee gaan. Bijvoorbeeld in het begin was het wel lastig, want dan kwam ik in een les en dan was het enigste meisje en dan dacht ik van: nou ja, oké... maar ja dat duurt eventjes, niet heel lang en uh, dat maakt nu gewoon echt niet meer uit. Maar soms kan het denk ik als meisje-zijnde best wel ongemakkelijk voelen denk ik.

De ervaringen in de sportschool lijken CrossFitters mee te nemen in hun beoordeling van gelijkheid binnen CrossFit aangezien zij terugkomen op het duidelijke verschil in handelingen en ruimte tussen vrouwen en mannen binnen fitness. Hoewel CrossFit vooroordelen beklijft, menen de deelnemers dat de sport evengoed voor iedereen is en daarmee een gelijkwaardige sport. Een overeenkomst die CrossFitters betreft in hun ervaringen met de sport is de pijn die zij ervaren en de afwisseling die zij positief waarderen ten opzichte van andere sporten. Een interessant verschil bij de start met CrossFit tussen vrouwen en mannen is dat vrouwen aangeven onzekerheid te ervaren in het begin, terwijl mannen hier niet over spreken.

4.2.2. Natuurlijk is CrossFit gelijk

In dit onderzoek is gevraagd hoe de participanten de gelijkwaardigheid van gender in CrossFit ervaren. Geen van de respondenten geeft aan ongelijkheid te ervaren en dit als probleem te zien. Bijna alle respondenten denken geruime tijd na voor zij antwoordden om vervolgens aan te geven dat zij de sport gelijkwaardig vinden, ondanks dat er verschillen zijn. Sara zegt hierover

Ja, je doet het allemaal samen, wat ik zeg, niet alleen mannen-vrouwen, ook de verschillende mensen... Het is, het kan allemaal bij elkaar en iedereen doet het op zijn eigen manier, tenminste op zijn eigen manier... op zijn eigen gewicht en wat je aan kan en er wordt gewoon gekeken wat past bij jou.

Volgens hen maakt het in CrossFit niet uit wat jouw geslacht, leeftijd of achtergrond is, iedereen traint op haar of zijn eigen niveau. CrossFitters lijken het lastig te vinden om te bedenken hoe CrossFit gender neutraler georganiseerd kan worden, aangezien zij het gelijk vinden en geen ongelijkheid ervaren. Ben maakt een punt betreft de gelijkheid tussen vrouwen en mannen binnen CrossFit door een verschil tussen een vrouw en een man te erkennen. Hij zegt hierover

Ik durf met 100% zekerheid te zeggen dat bij ons in de box geen enkele vrouw anders wordt behandeld als een man. Nee, dat neem ik even terug. Ik durf met 100% zekerheid te zeggen dat een vrouw niet anders wordt behandeld als een man, behalve als ze iets heeft wat alleen een vrouw kan hebben, weet je zoiets als ongesteldheid of zwangerschap. Ja, weet je daar moet je je gewoon aan aanpassen. Dat ligt dan aan de situatie en niet aan je gender.

Het is opvallend te noemen dat Ben met zijn laatste uitspraak ongesteldheid of een zwangerschap niet aan gender toe lijkt te schrijven maar dat hij dit aan een situatie vindt liggen.

4.2.2.1. *We doen allemaal hetzelfde*

De CrossFitters lijken gelijkwaardigheid tussen vrouwen en mannen vanzelfsprekend te vinden en de voornaamste reden die zij hiervoor noemen is omdat zij ervaren dat iedereen 'hetzelfde' doet, ondanks dat iedereen op een ander niveau traint. Met hetzelfde doelen zij op de activiteiten en bewegingen die zij tijdens een training doen. Chyna geeft het volgende voorbeeld

Uh, ja want iedereen is gewoon anders. De één kan de snatch heel goed en de ander kan de clean veel beter en de één kan wel de handstand tegen de muur met opdrukken en de ander zou het heel graag willen, maar die kan het gewoon niet. Omdat z'n armen nog niet sterk genoeg zijn en dat is gewoon.. een ander zou het nooit kunnen, omdat die gewoon de bouw niet voor heeft

Wanneer de CrossFitters naar gelijkheid of verschil tussen vrouwen en mannen in de box werd gevraagd, bleek een terugkerend antwoord dat zij vinden dat veel verschillende mensen aan de sport doen en dit als positief ervaren. De deelnemers van het onderzoek noemen het leuk wanneer zij met verschillende soorten mensen kunnen trainen. Door in te gaan op het gegeven dat zij met veel verschillende personen te maken hebben, lijken zij minder waarde te hechten aan de gemengde vorm (vrouw-man) van training.

4.2.2.2. *Welkom voelen*

Het gevoel van gelijkwaardigheid tussen vrouwen en mannen dat de CrossFitters ervaren, wordt door hen toegeschreven aan het welkom voelen in de box. Dit gevoel wordt volgens hen veroorzaakt doordat zij tijdens het trainen door anderen worden aangemoedigd, de trainers vragen hoe het met hen gaat en iedereen elkaar begroet. Wanneer Lauren gevraagd werd of zij nog iets kwijt wilde over CrossFit en gelijkheid tussen vrouwen en mannen zei zij:

Uhm, ja, nou ja ik vind in ieder geval niet dat er zo'n groot verschil is tussen mannen en vrouwen of dat daar een verdeeldheid in is, absoluut niet, je voelt je harstikke welkom daar, of je nou een man of een vrouw bent, jong of oud, het is gewoon echt, heel toegankelijk.

In de box is het gangbaar om elkaar te begroeten met een high five. Deze begroeting heeft de eigenaar sinds de oprichting van de box geïnitieerd met een achterliggende gedachte.

Ja, ik wil graag dat iedereen elkaar kent en elkaar als gelijken ziet. Dus uhm, als ik zie van, maar dat is misschien ook weer streng, maar als ik een nieuw iemand zie, dan zeg ik van: joh guys stel je even voor of geef 'm een high five.

Als onderzoeker speelden deze elementen mee in mijn welkome gevoel. Iedereen begroette mij, vaak met een high five, soms met een combinatie van een traditionele handenschudgroet

en een high five en de trainers noemden mij (net als alle leden) bij mijn voornaam. Op vrijdag 26 februari kreeg ik bij het weggaan na de training een knuffel van één van de trainers.

Ik ging eerder naar huis dan dat de laatste twee klaar waren. Ik ging iedereen een high five geven en bedanken voor de avond. Iedereen gaf me vrolijk een high five terug en zei 'goed gedaan, tot de volgende keer'. Toen ik bij één van de trainers kwam, deed hij zijn hand omhoog voor een high five, bedacht zich en opende zijn arm om een knuffel te geven: 'wij geven knuffels hier'. Ik gaf hem een knuffel en bedankte hem. (Observatie, 26/02/2016)

Volgens Garret zorgen de knuffels voor gelijkheid. Hij zegt hierover

Uh, wat ik zelf heel mooi vind om te zien, is bij het gedag zeggen, bij CrossFit is het heel normaal dat je elkaar een knuffel geeft. Dat is zowel bij de mannen als bij de vrouwen is dat vaak geweest. Wat ook wel weer voor die gelijkheid zorgt zeg maar.

Een paar weken later op dinsdag 15 maart staat in mijn observaties dat ik door iedereen van de vierde groep werd begroet met een knuffel. Deze knuffels dragen voor mij bij aan een welkom gevoel, want hierdoor voelde ik mij onderdeel van een groep. Echter, niet iedereen in de box begroet elkaar met een knuffel, waardoor niet iedereen op gelijke (dezelfde) wijze wordt begroet.

4.2.2.3. *One of the guys*

Zoals in paragraaf 1.2 is beschreven, worden de deelnemers van de trainingen door alle trainers aangesproken met 'guys'. De geïnterviewde CrossFitters waren zich hier onbewust van en de meesten vonden het grappig dat ik dit in de interviews ter sprake bracht. 'Guys' wordt door de CrossFitters als een algemene term beschouwd en niet gender gerelateerd. Door iedereen 'guys' te noemen, wordt volgens hen het gevoel van 'one of the guys' zijn gecreëerd. Lauren zegt hierover

Wel dat ze het zeggen, maar niet dat ik dan denk: ik ben een meisje. Ik uh ik zie 'guys' als een voor mannen en vrouwen. Ja, grappig dat je het zegt. Zo, uh ja ik voel me dan 'one of the guys' ofzo ja nee daar ben ik niet bewust mee bezig.

Het valt de CrossFitters niet op dat de term 'guys' voor zowel mannen als vrouwen wordt gebruikt. Het aanspreken van een gemengde groep met een mannelijke term kan duiden op een heersende mannelijke norm.

Het groepsgevoel dat volgens de CrossFitters gecreëerd kan worden door de term 'guys', lijkt door de trainers ondermijnd te kunnen worden. Uit het interview met Sara komt het volgende voorbeeld naar voren

Nou, laatst zei [de trainer] in ene keer 's morgens: ja er komt nog wel een vrouw hoor, want uh.. Dus ik zeg: wat bedoel je nou? [De trainer zei] Ja, dat je niet denkt dat je alleen bent. Haha, ik zeg: nou dat boeit me helemaal niet hoor.

Uit dit voorbeeld blijkt dat het de trainer opvalt dat Sara de enige vrouw is en hij vond dit benoemingswaardig. Hij lijkt ook de behoefte te hebben om Sara gerust te stellen door haar te vertellen dat er nog een vrouw bij komt. Gedurende de observatieperiode van dit onderzoek bestonden de groepen vaker uit louter mannen of meer mannen dan vrouwen. Het kwam sporadisch voor dat in een groep meer vrouwen participeerden dan mannen. Dit kwam bijvoorbeeld voor op dinsdag 15 maart

Groep twee bestaat uit vier vrouwen en één man. De trainer zegt tegenover de groep: 'het is ladies night en jij [man] mag erbij zijn.' (Observatie, 15/03/2016).

Met deze opmerking lijkt de trainer de situatie als gunstig voor de man te beschouwen en benadrukt tevens gender in de groep. Met het benadrukken van gender wordt op verschil geduid en daarmee lijken de verschillende gender niet gelijk aan elkaar.

4.2.2.4. *Vrouwen doen niet onder voor mannen?*

Uit verschillende uitspraken van de deelnemers van dit onderzoek kan worden opgemaakt dat zij CrossFit vinden bijdragen in het bevorderen van gelijkheid tussen vrouwen en mannen. Volgens Dave zou CrossFit bevrijdend zijn voor vrouwen, omdat

je in principe gelijk bent aan mannen. En uhm, en dat mannen jou ook als gelijken zien. Eén van de meest gehoorde klachten, ook in de 'normale' sportschool: ik voel me zo bekeken. Dat is gewoon niet met CrossFit, want er is helemaal geen tijd voor. Je bent gewoon keihard bezig met je eigen workout. Ja, tuurlijk uh ja mannen en vrouwen voelen zich nu eenmaal aangetrokken tot elkaar, dus ja als je allemaal bezweet bent en je kleding half uittrekt, ja tuurlijk kijk je dan naar elkaar. Maar dat is ook oké snap je. Haha, dat is gewoon prima, weet je wel. Ik denk vooral dat er met mannen met respect wordt gekeken naar vrouwen in CrossFit. Zo van: holy shit weet je die chicks gaan gewoon net zo hard als wij OF harder weet je wel. Dat is gewoon fantastisch. En ik denk dat dat ook voor vrouwen fantastisch is. Kijk, vrouwen die voetballen, alle mannen doen er lacherig over, uh, weet je wel bij CrossFit, nee totaal niet. Alleen maar 'good for you' weet je wel of 'oh shit, kijk haar squaten' of ja. Het is echt gewoon een andere mindset.

Ten eerste kan gezegd worden dat Dave zijn bewondering voor vrouwen in CrossFit uitspreekt. Door te stellen dat vrouwen in principe gelijk zijn aan mannen en mannen vrouwen als gelijken zouden zien in CrossFit, lijkt Dave de mannen als de norm te zien waar vrouwen zich gelijk

aan kunnen wanen. Door daarnaast te stellen dat mannen vrouwen respecteren wanneer zij hetzelfde of meer doen dan mannen, lijkt het alsof een vrouw daarmee aan de norm van de man moet voldoen om respect te krijgen voor haar prestaties. Dit lijkt Dave te bevestigen met zijn uitspraak over vrouwenvoetbal, aangezien hij dit minderwaardig vindt aan het voetbal dat mannen spelen.

Samen met Dave geven andere deelnemers van dit onderzoek aan dat CrossFit voor iedereen is, ongeacht geslacht, leeftijd of niveau, waardoor vrouwen niet onder zouden doen voor mannen. Emily zegt hierover

Ik denk juist dat CrossFit in gender equality wel vooruitstrevend en bevorderlijk is, ook voor de positie van de vrouw. Uh, omdat het nu ook steeds normaler wordt dat vrouwen sterk zijn en veel liften en dat ze eigenlijk niet onderdoen voor mannen en ja het wordt steeds normaler dat je als vrouw ook gewoon sterk bent en een beetje gespierd bent inderdaad.

Door te stellen dat vrouwen niet onder zouden doen voor mannen, lijken mannen de norm te vormen waar vrouwen niet voor onderdoen. Hiermee lijkt voornamelijk gezegd te worden dat vrouwen gelijk zijn aan mannen en niet dat vrouwen en mannen gelijk zijn aan elkaar.

4.2.2.5. De huisvrouwen

Uit de observatiedata en interviews kan worden opgemaakt dat men binnen de box een groep vrouwen onderscheidt door hen aan te duiden als 'de huisvrouwen'. Op donderdag 25 februari deed ik de volgende observatie terwijl ik aan de picknicktafel bij de ingang van box zat te observeren.

Eén van de trainers kwam tijdens de tweede groep naar mij toe en fluisterde: iedere donderdag om 19:00 is het huisvrouwen-uurtje. Dan komen de meeste dames, een vast groepje, die veel met elkaar kletsen. (Observatie, 25/02/2016).

In de periode van observatie ben ik meerdere keren geïnformeerd over het 'huisvrouwen-uurtje' of over de 'huisvrouwen' die komen trainen. Door deze groep te benoemen en zo te onderscheiden, lijken CrossFitters deze als bijzonder te kenmerken. Niemand heeft groepen onderscheiden als 'carrière vrouwen', 'huisvaders' of 'studenten'. Daarbij is het lastig te achterhalen welke kenmerken men onder de huisvrouwengroep schaaft, aangezien de vrouwen banen hebben en daarom niet als traditionele 'huisvrouw' die niet werkt.

4.2.2.6. Ik schrok wel van haar

Naast de groep vrouwen die als huisvrouwen worden omschreven, lijken de deelnemers van het onderzoek een groep vrouwen te onderscheiden waar zij van onder de indruk zijn. Eén van de deelnemers nam deel aan een CrossFit evenement waarbij men in gemengde teams

werd ingedeeld. De meeste teams bestonden uit twee vrouwen en twee mannen, op één team na waar drie vrouwen en één man deel van uitmaakten. Eén van de vrouwen gaf aan teleurgesteld te zijn dat zij in het team met drie vrouwen zat, omdat zij bang was minder te presteren dan andere teams. Zij zei hierover

Ik vond het gewoon jammer, puur omdat iedereen het wel had en wij niet. Maar uiteindelijk ben ik daar helemaal niet meer mee bezig geweest en ik schrok ook wel een klein beetje van haar hoor want uh ik zag dan bijvoorbeeld eentje die had toes-to-bar niet zo heel goed kon, toen dacht ik oh nou ja als het de rest van de ding maar goed komt. Toen ging ze liften, toen dacht: mhaa okeeee. Eigenlijk voelde ik me zelfs een klein beetje de under-dog, dus uh ja haha nee uiteindelijk geen last van gehad.

Ook over sommige vrouwen in de box wordt op een soortgelijke manier gereageerd. Sara zegt bijvoorbeeld

Het is misschien wat makkelijker bij te houden, maar ook niet alle vrouwen hier moet ik zeggen haha, er staan af en toe een paar naast me die van elastiek zijn haha maar nee daar sta ik niet van te kijken: oh ik sta hier als vrouw alleen

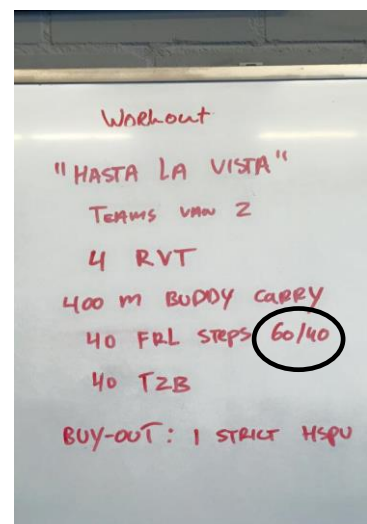
Hoewel CrossFitters aangeven dat vrouwen niet onderdoen voor mannen, waarmee de mannelijke norm bevestigd lijkt te worden, zijn zij op zodanige manier onder de indruk van vrouwen dat zij van haar schrikken en dit benoemingswaardig vinden.

4.2.3. Verschil in voorgeschreven gewicht is terecht

Tijdens observaties die ik deed vooraf de trainingen, schreven de trainers de training (warming-up, skill, WOD, extra werk en cooling-down) op het whiteboard. Wanneer men gewichten gebruikte in een workout, vermeldden de trainers welk gewicht de vrouwen en welk gewicht de mannen zouden moeten gebruiken (liften). Dit wordt het Rx gewicht genoemd. In de box wordt het voorgeschreven gewicht dus gedifferentieerd naar geslacht. Een voorbeeld hiervan is te zien op bijgevoegde foto waarbij het voorgeschreven gewicht voor mannen 60 kilo en voor vrouwen 40 kilo is.

Het vrouwengewicht was ten tijde van de observatieperiode altijd lager dan dat van de mannen. De CrossFitters zeggen het verschil in de voorgeschreven gewichten terecht en logisch te vinden. Emily zegt hierover:

Uhm, ik vind dat wel terecht vind ik. Kijk, een man is altijd iets sterker dan een vrouw. En uhm, het heeft ook met, liften heeft ook wel weer met body weight te maken en een man is toch vaak wat zwaarder dan een vrouw en dan is het ook makkelijker om te



liften. En uhm, ja sommige mensen vinden dat soms een beetje oneerlijk, dat er juist teveel verschil tussen zit maar ja, ik vind het wel terecht.

Net als Emily geven de andere participanten aan dat zij vinden dat mannen over het algemeen sterker zijn dan vrouwen en dat dit wetenschappelijk bewezen zou zijn. Hoewel CrossFitters mannen vanzelfsprekend sterker zeggen te vinden, zeggen zij ook dat sommige vrouwen sterker zijn dan mannen en vrouwen vrij zijn om een hoger gewicht te kiezen mits de techniek goed blijft. Dave zegt dat het verschil in gewicht

de enige concessie [is] die er zowat gedaan wordt, dat de gewichten aangepast worden en ja, dan zijn vrouwen, net zo sterk. Maar bijvoorbeeld zo'n workout als Murph, met alleen maar rennen, pull ups, push ups en squats, Sam Briggs die verslaat gewoon, 50, 60, 70% van de mannen. Ja dat is gewoon.. ja.. Dat vind ik echt vet.

Dave lijkt hier bewondering uit te spreken over dat een vrouw een groot deel van de mannen verslaat in een bepaalde workout. Meerdere respondenten hebben soortgelijke bewondering uitgesproken voor de prestaties van vrouwen in CrossFit. Dit is tevens iets wat ik zelf heb ervaren tijdens trainingen. Een voorbeeld hiervan was de workout op dinsdag 24 mei waarbij men in tweetallen de workout moest uitvoeren. De groep bestond, naast mij als vrouw, uit zes mannen welke uiteindelijk werd opgedeeld in een tweetal en drietal mannen. Ik vormde een tweetal met een man. Het gewicht dat ik kon liften, lag een stuk lager dan het gewicht van de man en ik maakte minder herhalingen dan hij. Na de workout en bij het opruimen van de materialen gaf één van de andere mannen aan dat hij echt respect voor mij had en sprak zijn bewondering uit over mijn uitvoering van de workout. Ondanks dat mijn liftgewicht en herhalingen lager waren dan van mijn partner, kreeg ik complimenten en uitgesproken respect. Het lijkt hierdoor alsof een prestatie van een vrouw meer bijzonder wordt gevonden dan van een man. De onderstaande uitspraak van Lauren over het uitvoeren van een Rx workout lijkt dit tevens te representeren

Ja, tuurlijk het is ook knap als een man het doet, maar ja ik vind het ook echt super knap als een vrouw dat doet. Ik, uh, denk dat een vrouw minder snel een Rx WOD kan doen, dan een man, en uh ja dat vind ik wel stoer.

De CrossFitters van dit onderzoek geven aan dat zij het verschil in gewicht voor een workout terecht vinden aangezien zij mannen vanzelfsprekend sterker vinden dan vrouwen, ondanks dat niet alle mannen sterker zijn dan vrouwen. Hoewel het gewicht bij vrouwen lager ligt, lijken de prestaties van vrouwen meer bijzonder gevonden te worden en daarmee lijkt een prestatie van een man vanzelfsprekend. Zodoende lijken zij onderscheid te maken in waardering voor prestaties per geslacht.

4.2.4. Niet bij stilgestaan dat CrossFit gemengd is

De meeste respondenten geven aan van tevoren niet stil gestaan te hebben of CrossFit gemengd was qua gender. Sommige gingen er vanuit dat het gemengd was en zeggen hier geen problemen mee te hebben. De één noemt het normaal om met vrouwen te trainen, de ander vindt het ook wel aantrekkelijk. Het gemengde aspect van CrossFit was niet iets wat Matt zich afvroeg bij zijn start aan de sport. Lauren geeft aan dat zij van tevoren wel het gevoel had dat CrossFit een mannending is. Zij zegt hierover

Uhm, ja, maar uh, uhm, ik had altijd wel het gevoel dat het meer een mannending was. En uh, uh, ik heb CrossFit Toujours Mieux ook van tevoren gevolgd op Instagram en dan ben je toch een beetje stiekem aan het zoeken naar vrouwen en dan zie je dat er niet heel veel zijn, want ik weet nog wel, er was daar zo een meisje [X], die ken je niet, die heb je niet meer gezien, zij was toen het enigste meisje toen ik daar begon. Uhm, dus ja ik wist wel dat het een mannen- en vrouwensport was, maar ik had wel het gevoel dat het meer een mannensport was.

Het gemengde karakter van CrossFit lijkt geen punt van aandacht te zijn geweest bij het starten van de sport voor de deelnemers. Hoewel die vanzelfsprekendheid van het gemengd sporten hieruit opgemaakt kan worden, kan ook worden gezegd dat CrossFit toch meer als een mannensport beschouwd wordt.

4.2.4.1. *Gezellig, die vrouwen*

Bij het ingaan op het gemengde karakter van CrossFit reageren de respondenten in eerste instantie hetzelfde. Het gezamenlijk trainen van vrouwen en mannen beschouwen zij als normaal. Sommige respondenten reageerden verbaasd op mijn vraag hoe zij het vonden om met vrouwen of met mannen te sporten, waardoor het lijkt alsof zij dit als vanzelfsprekend ervaren. Wat opvalt aan de woordkeuze bij het omschrijven van het gemengd sporten is dat de mannelijke respondenten het 'niet erg' vinden om met vrouwen te trainen. De vrouwelijke respondenten omschrijven het gezamenlijk sporten eerder als 'leuk'. Het lijkt hierdoor alsof de CrossFitters de man als norm zien, want het is als man niet erg als vrouwen met hen sporten en vrouwen geven aan het leuk te vinden om bij de mannen te sporten. Desondanks geven mannen aan het ook 'prima' en 'gezellig' te vinden om met vrouwen te trainen. Rich zegt hierover

Prima. Dat vind ik van alle sporten. Ik zou het alleen maar saai vinden als er alleen maar kerels zouden sporten.

De vrouwelijke CrossFitters die deelnamen aan dit onderzoek spraken positief over het samen sporten met mannen. Mannen zouden meer competitiviteit hebben onderling en Chyna ervaart

dit als leuk en iets waar zij om kan lachen. Volgens haar trainen vrouwen individueeler en juttten mannen elkaar op, iets wat zij leuk vindt om te zien. Ook Emily en Lauren lijken het trainen met mannen als iets positiefs te beschrijven. Zij zeggen zichzelf meer te pushen door de andere insteek die mannen volgens hen hebben.

Mannen hebben toch een andere insteek, zo van: niet zo zeiken, hup, pak die bar op. [lacht].
Ja, ik vind dat wel chill, gewoon een relaxte sfeer. (Emily)

Sara lijkt zelfs enigszins de voorkeur te geven aan het trainen met mannen.

Haha ik zeg: nou dat boeit me helemaal niet hoor. Ja, ik ben in een mannengezin opgegroeid dus er waren hier altijd mannen over de vloer, ik weet niet beter. Ik uh, nee ik heb daar nooit moeite mee gehad. Ik heb ook altijd veel, heel veel vrienden, jongensvrienden. Wat ik al zeg [..], ik had wel vriendinnen, maar ik was altijd eigenlijk gemakkelijker bij de jongens. Meiden zijn altijd zo kritisch op elkaar haha

CrossFitters zeggen het gemengd trainen van vrouwen en mannen als normaal te beschouwen en lijken daarbij verschillende betekenissen toe te kennen aan het trainen met een vrouw of een man waarbij de mannen het niet erg en gezellig vinden om met vrouwen te trainen en vrouwen de andere insteek van mannen op prijs stellen.

4.2.5. Bewust van gender

De CrossFitters geven verschillende antwoorden op de vraag wanneer zij zich bewust zijn van hun gender in de box. De één is zich bewust wanneer een groep gemengd is, een tweede is zich altijd bewust van zijn gender en een ander zegt zich er niet mee bezig te houden. De overeenkomst tussen de antwoorden van de respondenten is de prestatie die gekoppeld wordt aan deze vraag. De meeste geven aan zich bewust te zijn van hun geslacht wanneer het op prestaties aankomt. Hierbij gaan vrouwen in op hun 'mindere' prestatie ten opzichte van mannen. Chyna zegt bijvoorbeeld

Haha bewust ben.. uhm, niet perse dat ik bewust ben van dat ik een vrouw ben, maar wel dat ik soms nog een beetje slap ben en dat ik bepaalde dingen niet durf. Mannen durven denk ik gewoon wat meer. Mannen denken meteen hup gaan haha

Hoewel Chyna aangeeft dat zij zich niet perse bewust is van haar gender, gaat zij wel in op haar (gebrek aan) kracht en het niet durven van dingen. Hierdoor lijkt zij wel de koppeling te maken tussen het zijn van, in haar geval, een vrouw en prestatie. Deze koppeling lijkt tevens terug te komen in het antwoord van Lauren.

Uhm, nou ja dat is vooral als je in een les bent waarin je de enigste vrouw bent en misschien twee mannen ofzo en dat je echt ziet dat zij gewoon harder gaan, dan weet je van jezelf,

ik kan dat gewoon echt niet bijhouden. Dan ben je je ervan bewust dat je een vrouw bent. Net zoals dat, we moesten laatst alleen maar gaan hardlopen en dan zie je twee jongens die dat gewoon in 23 minuten hebben gedaan en dan denk ik: wauw weet je en daar moet je echt een man voor zijn denk ik dan haha. Ik was dan wel de snelste vrouw volgens mij, maar uh, er zat nog zeven minuten verschil in, dus dat is nog best wel veel.

Dit bewustzijn van gender komt voornamelijk terug wanneer CrossFitters in tweetallen oefeningen uitvoeren. Hier ga ik op in, in onderstaande deelparagraaf.

4.2.5.1. In tweetallen: toch liever met eigen geslacht

In de box worden soms onderdelen van de training in tweetallen of meerdere personen uitgevoerd. Op basis mijn observatie van donderdag 17 maart lijken CrossFitters de tweetallen in te delen op basis van kracht.

Bij de bench presses werden de groepen opgedeeld in tweetallen (omdat er niet genoeg materiaal is voor iedereen). De tweetallen lijken te worden ingedeeld op kracht; de trainer vroeg wat de PR's (persoonlijke records) waren van iedereen en daarop deelde hij het in. De dames gingen bij elkaar. In de groep was veel interactie over de PR's van iedereen. (Observatie, 17/03/2016).

Ondanks dat de tweetallen gevormd werden op kracht, bleef er verschil in de krachtprestaties van de verschillende atleten in een tweetal. Als gevolg hiervan moesten zij plates (de gewichten) op en af wisselen om allebei dezelfde inspanning te bereiken. Dit op en afwisselen zou ook kunnen wanneer een vrouw en man samen gaan. Toch lijkt hier de voorkeur niet naar uit te gaan, omdat het verschil te groot is. Desondanks komt het ook voor dat vrouwen en mannen samen gaan, ook op dit onderdeel. Op dinsdag 24 mei stond een buddy workout op het programma. Ik was de enige vrouw in de groep en ging samen met een man de workout uitvoeren. Bij het bankdrukken verwisselden wij constant het gewicht, zodat wij beide de beweging konden uitvoeren.

Een ander onderdeel waarbij de groep in tweetallen verdeeld kan worden, zijn mobiliteitsoefeningen. Hierbij worden de spieren en gewrichten middels oefeningen klaar gemaakt voor de training en WOD. Deze oefeningen komen op mij over als intieme handelingen waarbij de CrossFitters elkaar aanraken en in elkaars persoonlijke ruimte komen. Uit mijn observatie van dinsdag 29 maart blijkt dat de CrossFitters daar ook grapjes over maken.

Bij een mobiliteitsoefening lag een man op de grond, op zijn rug met zijn armen onder hem. De trainer steunde in een plankpositie op zijn schouders en de man op de grond moest zijn heupen omhoog brengen zodat hij zijn schouders zou stretchen. Een man aan de kant

maakte daar een lacherige opmerking over: ziet er goed uit [naam van trainer]. De trainer zei hierop: 'ja hè, ik zou ook nog push ups kunnen doen, maar dan wordt het wel erg ongemakkelijk.' (Observatie, 29/03/2016).

De mobiliteitsoefeningen was een onderwerp dat terug kwam in de interviews waarbij de vraag werd gesteld hoe deze werden ervaren. Uit de antwoorden van de CrossFitters kwam naar voren dat zij wel liever kiezen met wie zij de oefeningen doen. De trainers lijken ook vaak die ruimte te geven. Dit kan opgemaakt worden uit mijn observatie van de warming-up op woensdag 23 maart.

De trainer zegt: 'zoek een leuke partner waar je deze oefening mee kan doen'. De trainer gaat op de andere trainer zitten die op zijn buik op de grond ligt. De zittende trainer pakte de armen van de onderste trainer en trekt zijn bovenlichaam omhoog in een stretch. Ik maak oogcontact met een vrouwelijke lid en die geeft mij een blik van: nou dat gaat m niet worden die oefening. Een beetje lacherig. Diezelfde blik gaf ze bij de stretch van de abdominal area met de kettlebel. (Observatie, 23/03/2016).

De meeste respondenten zeggen dat het geslacht van de partner niet uit maakt in de mobiliteitsoefening. Het lijkt hen meer uit te maken dat de persoon waarmee zij gaan een bekende is. Emily geeft het volgende aan:

Ja, weet ik niet. Ik had wel eentje een keer, dat was een hele aparte stretch, toen moest ik dus samen met een meisje die ik niet echt kende en toen had ik wel zoiets van: oké, waarom kunnen we niet zelf kiezen? Maar ik weet niet of dat er meer aan lag dat zij een meisje was of dat ik haar niet echt kende, want als je iemand niet echt kent, dan is het al anders wanneer die jou aanraakt dan iemand die je wel kent.

Ondanks dat de respondenten zeggen dat het hen niet uitmaakt welk geslacht iemand heeft in het kiezen van een partner voor een mobiliteitsoefening, lijken CrossFitters toch de voorkeur te geven aan iemand van hetzelfde geslacht. Ten tijden van mijn observaties kwam het minder voor dat vrouwen en mannen gezamenlijk de mobiliteitsoefeningen uitvoerden. De reden die zij hiervoor geven is de gelijke kracht van de partners. Matt zegt bijvoorbeeld:

Ja uh,... ik kies wel met wie ik het doe denk ik. Maar sowieso ook eigenlijk wel qua kracht want als ik bijvoorbeeld de liezen moet stretchen en ik zou bijvoorbeeld met weet ik veel [naam van vrouwelijk lid in de box] ga, die duw je misschien gewoon omhoog, omdat zij zo licht is. Dus ik ben eigenlijk wel met een andere man.

Zowel de vrouwelijke als de mannelijke respondenten geven aan dat zij zich kunnen voorstellen dat deze oefeningen voor vrouwen ongemakkelijk kunnen zijn. Hoewel Emily zegt er zelf geen problemen mee te hebben, noemt ze het wel een nadeel dat zij vaak de enige

vrouw is. Garret geeft aan dat wanneer hij een mobility oefening samen met een vrouw uitvoert, hij extra oplet. Hij zegt:

Ik vind het niet erg om dat met een vrouw te doen, helemaal niet erg zelfs, maar ja ik geef denk ik wel de voorkeur aan de man en ik denk precies om de reden die ik net zei, gewoon omdat ik niet, ik wil niet dat die persoon het gevoel geven dat ik één of andere viezerik ben zeg maar dat zou ik heel vervelend vinden. Dus ja, ik ben me er absoluut bewust van op dat soort momenten.

Lauren lijkt bovenstaande uitspraak van Garret te bevestigen met haar volgende uitspraak.

Nee. Ik heb wel soms dat ik dat met een man moet doen die ik nog niet zo heel goed ken, dat ze heel voorzichtig zijn ofzo, dat merk ik dan wel.

Het gedrag van mannen betreft deze oefeningen is verschillend wanneer zij dit met mannen of vrouwen doen. Zoals net beschreven gedragen zij zich jegens vrouwen voorzichtig. Hoewel zij aangeven het soms met een man ook als ongemakkelijk te beschouwen, maken zij hier juist grappen over. Garret gaat hier op in

Dan denk je: hooo, ja... als ik nu maar niet iets aanraak wat zij onprettig vindt. Dus je bent je veel meer bewust van iemand op dat moment en ik denk dat je daar veel meer ruimte moet respecteren bij een vrouw dan dat je dat bij een man doet. Bij een man ga je bij wijze van spreken nog even naar dat plekje toe om het voor de grap te doen zeg maar. Maar bij een vrouw, ja ik ben er heel voorzichtig mee.

Mannen die elkaar minder goed kennen en gezamenlijk oefeningen moeten uitvoeren, waarbij zij elkaar aanraken, lijken hun heteroseksualiteit te benadrukken. Dit doen zij door subtiele homofobe opmerkingen te maken en de opmerking 'dat is gay' is een gangbare uitspraak in de box. Uit een observatie van vrijdag 15 april waarbij ik een drietal vormde met twee mannen merkte ik het volgende op.

Bij het extra werk moet één persoon op een bankje gaan liggen en een ander moet erboven op gaan zitten om te zorgen dat de ander er niet afvalt bij het uitvoeren van de oefening. Eén man begint en de andere man gaat op hem zitten. Hij heeft teveel last van zijn rug en stopt, hij maakt de oefening niet af en blijft wel bij ons in de buurt staan om te kletsen. De andere man gaat en ik ga op zijn benen zitten, maar ik ben te licht om hem goed tegen te houden. Ik vraag of de andere man het over wil nemen. Hij zegt: het gaat tegen mijn principes in, maar vooruit. Hij lachte hier wel bij en deed het vervolgens wel. (Observatie, 15/04/2016).

Ook Chyna merkt deze grappen op en zegt die grappen ook wel te waarderen omdat ze er om kan lachen. Wel geeft zij ook aan dat een opmerking over een gemengd tweetal de sfeer negatief kan beïnvloeden.

Nou, omdat het eigenlijk, omdat niemand er zeg maar een opmerking over maakt. Iedereen blijft gewoon, je krijgt dat als opdracht en je doet het en that's it. Niemand zal er een woord over hebben. Want kijk als één iemand een gemene opmerking maakt, dan maak je iedereen onzeker en dan wil je bijvoorbeeld niet meer met een jongen bijvoorbeeld die stretch doen. En als iedereen gewoon zijn ding doet, voor de rest geen commentaar levert, dan maakt het je niet uit.

CrossFitters zijn zich verschillend bewust of onbewust van hun gender tijdens het trainen in de gemengde setting van de sport. Wanneer het op prestaties en samenwerkingsoefeningen aankomt, lijken de CrossFitters zich het meest bewust te zijn. Vanuit de observaties kan worden opgemaakt dat er binnen de participanten een voorkeur bestaat voor een partner van het eigen geslacht, maar dat gemengde tweetallen ook gebruikelijk zijn. Ongemak in een situatie waarbij mobiliteitsoefeningen gedaan worden, wordt verschillend vermeden. Mannen gedragen zich voorzichtig wanneer zij met vrouwen samen gaan en zij lijken hun heteroseksualiteit te benadrukken met grappen wanneer zij samen met andere mannen gaan.

4.3. Het lichaam van de CrossFitter

Een groot thema dat voortkomt uit de data is de betekenis dat het lichaam heeft voor de CrossFitter. Het lichaam lijkt een belangrijke rol in te nemen voor CrossFitters. De meeste van hen zijn met CrossFit begonnen, omdat zij een afgetraind lichaam nastreven, verwachten vet te verbranden en een beetje mooi in vorm willen komen. Zowel vrouwen als mannen willen er goed uitzien. Sara definieert haar betere tijden met het hebben van een strakker lichaam voordat zij kinderen kreeg. Garret bleef nadat hij begonnen was met CrossFit een tijd lang fitnesssen, omdat hij de spieren die hij had gekweekt niet kwijt wilde. Uit onder andere deze reacties kan worden opgemaakt dat zij er goed uit willen zien en een getraind lichaam nastreven. Ook uit mijn observatie vooraf de warming-up van de training op vrijdag 8 april komt naar voren dat de vorm van het lichaam er toe doet.

De ene man laat aan een andere man zijn buik zien en die kijkt goedkeurend. De eerste zegt: 'toen ik hier kwam, had ik wel een beetje een 'belly'. Vervolgens knijpt de andere man in zijn buik. (Observatie, 08/04/2016).

Naast deze overeenkomst, komt uit dit onderzoek een verschil naar voren in de beleving van lichamelijke van vrouwen en mannen. In paragraaf 3.1 ga ik in op de betekenissen die worden toegeschreven aan het lichaam van een vrouw in CrossFit. Vervolgens ga ik in 3.2 in

op welke manier het mannen lichaam wordt gewaardeerd door CrossFitters. Ten slotte ga ik in op het gedrag en de houding van CrossFitters met betrekking tot het uittrekken van het shirt in een training.

4.3.1. Niet te breed worden, hé?!

De CrossFitters koppelen de gespierdheid van het vrouwenlichaam aan het zijn van een CrossFit-vrouw. Zij zou gespierder zijn dan de gemiddelde vrouw. De vrouwelijke CrossFitters uit dit onderzoek krijgen vaak van anderen te horen dat zij niet te breed moeten worden, waarmee hen wordt verteld dat zij niet te gespierd moeten worden. Onder de participanten lijkt verdeeldheid te bestaan over de waardering die zij toekennen aan gespierde vrouwen. Zowel vrouwelijke als mannelijke CrossFitters uiten positieve waardering over gespierde vrouwen en geven aan dat zij het mooi vinden en met plezier naar kijken. Emily zegt hierover:

Ja, maar ik denk dat elke vrouw dat heeft. Je bent daar gewoon bang voor, dat mannen dan denken: uhhhhh, maar uh ja, ik heb steeds, zeg maar, die grens verlegd van wat ik te gespierd vind ofzo. En uh, ik vind nu juist wel wat moois hebben en ja, het is ook gewoon, het is ook hard werken en dat zie je er ook in terug. Het is meer dan gewoon spieren.

De reden waarom CrossFitters de gespierdheid mooi vinden, lijkt samen te hangen met de betekenis die zij aan die gespierdheid geven. De zichtbare spieren geven voor hen weer waar de vrouwen qua prestatie toe in staat zijn en die prestaties verdienen respect. Zo zegt Dave het volgende over wat hij van gespierde vrouwen vindt.

Ik snap wel dat sommige mensen dan denken van, zoals die vrouwen er dan uitzien: ja, niet aantrekkelijk. Maar dan denk ik: ja daar gaat het ook helemaal niet om. Als uh, zij trainen gewoon keihard, ze wijden hun hele leven aan hun sport en omdat zij, weet je, die toewijding die ze hebben en hun lichaam mee hebben, weet je wel, zien zij er zo uit en kunnen zij zulke prestaties leveren. Daar heb ik alleen maar respect voor en ik zou het echt niet erg vinden als mijn vriendin er zo uit zou zien. Het hoeft ook absoluut niet, maar ik zou het ook niet vervelend vinden.

Doordat CrossFitters de gespierdheid van een vrouw koppelen aan de prestatie waar zij toe in staat is, lijkt dit een legitimerende reden van haar gespierdheid aangezien het niet perse tot het schoonheidsideaal behoort. Waar Emily aangeeft haar grens te verleggen van wat zij mooi vindt qua gespierdheid, lijkt zij het vrouwenlichaam te verbinden aan schoonheid. Dave lijkt de gespierdheid voornamelijk te koppelen aan de prestaties en de toewijding aan hun sport, hoewel hij tevens eindigt met opmerking over het uiterlijk van een vrouw.

Sommige vrouwelijke respondenten geven aan de gespierdheid bij vrouwen soms overdreven te vinden en daarmee niet meer vrouwelijk en tot het mannelijke aan toe. Chyna zegt bijvoorbeeld:

Nou ik volg, ik kijk wel eens op Instagram, echt bij die CrossFit dingetje en dan zie je echt van, echt, echte CrossFit vrouwen dat zijn bijna bodybuilders. En dat vind ik echt lelijk. Dat vind ik echt lelijk. Ze mogen wel een beetje gespierd, maar niet dat je zulke spierballen hebt en hele dikke, gespierde bovenbenen, dat vind ik echt niet..

In de interviews met vrouwelijke CrossFitters gaan zij in op de reacties uit hun omgeving. Zij geven aan dat verschillende mensen zeggen dat de vrouwen op zichzelf moeten passen met die zware gewichten, 'normaal' moeten doen en niet te breed moeten worden. Deze genoemde reacties benadrukken bovenstaande normatieve uitspraak van Chyna. Uit een informeel gesprek met een vrouwelijk lid van Toujours Mieux tijdens haar cooling-down op maandag 22 februari kan dit worden opgemaakt.

Na de eerste WOD gaf ik de dame die ik van de vorige keer herkende een compliment over haar clean. Daarna raakten we aan de praat. Zij vertelde dat toen zij haar ouders vertelde dat ze aan CrossFit deed en op een filmpje liet zien wat CrossFit is, maakte haar vader de opmerking: 'als je maar niet zo zulke schouders krijgt hoor!' Ik vroeg haar wat ze daarvan vond. 'ja ik wil dat zelf ook niet.' waarom dan? 'Ja ik ben al best wel groot en ik word snel gespierd en ik wil wel vrouwelijk blijven'. Ze was gaan CrossFitten, omdat ze al heel lang niets had gedaan en ook niet verder kwam met hardlopen/bootcamp. Ze vindt het belangrijk om lekker in haar vel te zitten en op haar tempo te sporten. Ze vindt dat ze daar de ruimte voor krijgt bij deze box. (Observatie, 22/02/2016).

Hieruit kan worden opgemaakt dat ook binnen CrossFit gespierdheid als mannelijk kan worden ervaren en dat men een negatieve, esthetische waardering kan toeschrijven aan de gespierdheid van een vrouw. Deze waardering lijkt te verschillen met die van het mannenlichaam. Geen van de mannelijke CrossFitters sprak over reacties uit hun omgeving dat zij niet te breed moeten worden. Tevens worden zij niet uitgesproken stoer gevonden omdat zij deze sport doen, waar vrouwen deze expliciete toekenning wel krijgen. Garret geeft bijvoorbeeld aan dat hij vrouwen die aan CrossFit doen 'badass' vindt en Lauren omschrijft vrouwelijke CrossFitters als stoer en denkt dat het voor vrouwen toch een grotere stap is om deel te nemen aan CrossFit. Wanneer de deelnemers van dit onderzoek ingaan op mannen die aan CrossFit doen, gebruiken zij woorden als 'normaal' en 'zij zijn er super goed in'. Hiermee lijkt het meer bijzonder gevonden te worden dat vrouwen aan CrossFit doen dan mannen.

In CrossFit lijkt het lichaam van een vrouw gewaardeerd te kunnen worden om de gespierdheid, omdat die gespierdheid gerelateerd wordt aan de prestaties waartoe zij in staat is. Desondanks lijkt gespierdheid toch meer aan mannen toegeschreven te worden, waardoor gespierdheid geen gender neutrale toekenning krijgt. Dit lijkt samen te hangen met de waardering die de omgeving van de CrossFitter toekent aan gespierde vrouwen.

4.3.2. Nu die baard nog

Het mannenlichaam lijkt een andere betekenis te krijgen dan het lichaam van de vrouw. CrossFitters keren herhaaldelijk terug in hun antwoorden op het breed zijn of breed worden. Daarbij komt dat mannelijke CrossFitters gezichtsbehaaring als positief beschouwen. Dit blijkt uit de grappen die worden gemaakt over het gebrek aan gezichtsbehaaring en men lijkt meer onder de indruk van een man wanneer deze ook een baard heeft. Eén respondent brengt zelfs gezichtsbehaaring ter sprake wanneer hij over zijn eerste kennismaking met CrossFit verteld.

Uhm. Apart. Ja. Ik kende [de eigenaar] niet en ja, je komt binnen en destijds was [de eigenaar] ook best wel mager, had ie nog een mindere baard en was hij echt ook nog niet zo goed als dat ie nu is en ja hij was pas begonnen, hij moest nog veel leren.

In mijn observatie van zaterdag 2 april van het CrossFit evenement dat door verschillende mensen van de box was georganiseerd, komt de waardering van de gezichtsbehaaring van mannen terug. Tevens blijkt hieruit dat zware gewichten een hoge waardering krijgen.

Bij één van de WOD's moesten de atleten zelf kiezen welk gewicht zij zouden liften. De Rx man uit mijn team ging voor 80kg. Hij was de enige die dit deed, de andere mannen hadden lichtere gewichten gekozen. Een vrijwilliger van het event ging bij ieder team kijken of ze klaar waren. Hij zag de bar van mijn teamgenoot en zei: 'ga je daarmee liften? Hoeveel is dat? 80kg? Nice, I like it' en hij gaf mijn teamgenoot een box. Terwijl hij wegliep, zei hij: 'nu nog meer een baard laten groeien'(de vrijwilliger heeft zelf een flinke baard, de Rx man een ongeschoren gezicht). (Observatie, 02/04/2016)

Naast de gezichtsbehaaring wordt het lichaamsgewicht van mannen vaak benadrukt. Hierbij lijkt hoe zwaarder, hoe beter het mantra. In de box vragen mannen geregeld aan elkaar hoeveel zij wegen. Op vrijdag 26 februari kwam één van de mannelijke leden naar mij toe nadat ik hem had gevraagd naar zijn ervaring van de workout.

Later kwam hij naar me toe en zei: ik weeg echt geen 58kg hoor. Dat kon ik totaal niet plaatsen en hij zei: 'ja, daar hadden jij en [twee anderen] het toch net over? Dat ik maar 58kg weeg'. Hier had ik het met niemand over gehad, maar ik had wel [twee anderen] horen kletsen met elkaar, ik stond ernaast, maar ik was geconcentreerd op de heat die bezig was. Ik zei hem dat ik niet wist waar hij het over had en hij zei: 'oh, oh, ik dacht dat

jij daar ook bij was'. Ik vroeg hoeveel weeg je dan? 68kg. Het kwam op mij over dat hij onzeker is over zijn gewicht en wilde laten blijken dat hij zwaarder is dan over hem werd gezegd. Ik probeerde hem gerust te stellen dat het mij niet uitmaakt hoeveel hij weegt, dat 68kg harstikke goed klinkt en hij het goed gedaan had. Toen liep ie weer weg. (Observatie, 26/02/2016).

Binnen CrossFit lijkt een breed, gespierd en zwaar lichaam de norm waar mannen naar streven. Daarbij komt het aanzien van een bepaalde hoeveelheid gezichtsbehaaring en het liften van zware gewichten.

4.3.3. De vrouwen doen wild!

In de box worden vooraf of tijdens bijna iedere workout shirts uitgetrokken. Ten tijden van de observatieperiode van dit onderzoek hebben voornamelijk mannen hun shirt uit gedaan en heb ik één vrouw haar shirt uit zien trekken. Het lijkt ongepast om tijdens de workout het shirt aan te houden en wanneer de workout is afgelopen alsnog het shirt uit te doen. Uit mijn observatie van donderdag 25 februari waarbij drie mannen deelnamen aan de WOD, blijkt dat hier opmerkingen over verwacht kunnen worden.

Tijdens de workout deden twee mannen hun shirt uit. Na afloop moesten zij met een lacrossebal de cooling-down doen, toen deden die twee hun shirt weer aan en de derde zijn shirt uit. Hier werden opmerking over gemaakt door [de trainer en een ander lid]: je hoort je shirt tijdens de workout uit te doen, niet daarna. (Observatie, 25/02/2016).

De CrossFitters van Toujours Mieux zijn niet verbaasd dat mannen hun shirt vaker uittrekken dan vrouwen. Zij denken dat mannen minder onzeker zijn over hun lichaam dan vrouwen en dit zou de voornaamste reden zijn dat voornamelijk mannen hun shirt uittrekken. Door deze reden te geven, lijkt het uittrekken van het shirt te worden beschouwd als iets wat iemand met een bepaald niveau van zelfvertrouwen doet. Deze zelfverzekerdheid lijkt door verschillende uitspraken toegeschreven te worden aan mannen. Echter, ook mannelijke CrossFitters geven aan niet of niet vaak hun shirt uit te willen trekken in verband met hun postuur.

Een andere reden die door verschillende deelnemers van het onderzoek werd gegeven waarom mannen makkelijker hun shirt uit doen dan vrouwen is dat mannen dit gewend zouden zijn om te doen, zoals op het strand in de zomer. De CrossFitters zeggen het als normaler te beschouwen dat mannen hun shirt uit doen dan vrouwen. Hiermee lijkt een norm gesteld te worden waarbij mannen de vrijheid krijgen om een workout zonder shirt uit te voeren.

In de interviews geven de CrossFitters aan het prima te vinden wanneer mensen hun shirt uit doen, waarbij alleen Rich aangeeft het om hygiënische redenen liever heeft dat mensen hun shirt aanhouden. Hoewel zij aangeven geen problemen te hebben met mensen die hun shirt

uitdoen, trekken niet alle CrossFitters zelf graag hun shirt uit. De deelnemers die wel hun shirt uittrekken, vonden dit de eerste paar keren dat zij dit deden wel raar. Hieruit kan worden opgemaakt dat het voor hen niet de norm was om het shirt uit te doen tijdens het sporten voordat zij begonnen met CrossFit.

Aangezien slechts één vrouw haar shirt uit doet, observeer ik weinig opmerkingen betreft deze handeling. Tijdens de laatste workout van de CrossFit Open op vrijdag 25 maart viel mij het volgende op

De workout werd in verschillende groepen uitgevoerd. Ik zat in de tweede groep en in de groep voor mij zat de andere vrouw die meedeed aan deze open workout. Zowel zij als een aantal mannen hadden van tevoren hun shirt uit gedaan. Ik besloot om tijdens mijn heat ook van tevoren mijn shirt uit te doen. Ik zei tegen de vrouw: ik doe ook gewoon mijn shirt uit. Zij: ja, gewoon doen. Toen ik dat deed, maakte een man de opmerking: 'whoa, de vrouwen doen wild. Allebei hun shirt uit.' Hij was de enige, andere mannen grinnikten een beetje. Over de mannen werd niks gezegd en hij werd ook niet gecorrigeerd. (Observatie, 25/03/2016).

Door de opmerking werd het uitdoen van het shirt van de vrouwen erkend en als opvallend beschouwd. Hiermee lijkt een andere waarde rondom het uittrekken van het shirt door vrouwen gehecht te worden dan bij mannen. Dit gegeven lijkt tevens terug te komen in de interviews waar de CrossFitters aangeven het begrijpelijk te vinden dat het voor vrouwen minder voor de hand ligt om het shirt uit te doen. Vrouwen zouden het uiterlijk belangrijker vinden en een vrouw zou zich pas bloot geven wanneer zij lekker in haar vel zit. Ook zouden vrouwen zich bekeken voelen waardoor zij hun shirt niet of minder snel uittrekken. Wat opvalt aan de antwoorden is dat zij uit zichzelf beginnen over dat vrouwen het vervelend zouden vinden dat mannen of mensen hun shirt uit doen. Rich zegt over het uit doen van de shirts het volgende:

Rich: Ik vind het er niet bij passen en bij hier vind ik het er ook niet echt bij passen. Ik zou me kunnen voorstellen dat mensen zich eraan kunnen storen

Interviewer: waarom zouden zij zich eraan storen?

Rich: Nou, ik kan me voorstellen dat sommige vrouwen denken: waarom moet dat nou? Waarom moeten die mannen hier nou half naakt hier rond lopen? En uh ja en misschien ook niet, ik weet het niet.. ik vind het vanuit hygiënisch uh

Ongemak wordt door CrossFitters voornamelijk aan vrouwen toegeschreven en niet aan mannen.

De voornaamste reden die door de participanten wordt gegeven om het shirt uit te doen, is omdat men het heel warm krijgt tijdens de workout. Niemand ontkent dat de lichaamstemperatuur stijgt waardoor het legitiem gevonden kan worden om het shirt uit te doen. Tevens worden grappen gemaakt over het uittrekken van het shirt. Garret zei bijvoorbeeld dat men het shirt uittrekt in CrossFit

[...] om het lichaam te laten zien wat je gecreëerd hebt.. Ik denk het ook trouwens, dat mensen het doen om dat het kan. En als ze echt een mooi lichaam eronder hebben, om dat te laten zien. Uh het heeft ook wel de reden.. het is ook wel de cultuur ervoor.

Het uittrekken van het shirt lijkt voornamelijk aan mannen toegeschreven te worden binnen *Toujours Mieux*. De reden hiervoor ligt volgens de CrossFitters bij de onzekere gevoelens van vrouwen. Wanneer vrouwen wel hun shirt uittrekken, wordt dit opgemerkt en kunnen daar opmerkingen over verwacht worden, terwijl dit bij mannen minder het geval is.

4.4. Masculiene competitiviteit?

Uit de data blijkt dat in de box op verschillende manieren competitiviteit gecreëerd wordt door CrossFitters, aangezien sommige CrossFitters competitiviteit ontkennen en anderen juist hun competitieve instelling willen benadrukken. In paragraaf 4.1 ga ik in op deze tegenstelling. In 4.2 schrijf ik over het trainen met pijn.

4.4.1. Je traint voor jezelf maar toch competitief

De CrossFitters geven aan met hun eigen doelen en op hun eigen niveau te trainen in de box. Daarbij zeggen zij voor zichzelf te trainen en zichzelf niet met anderen te vergelijken. Chyna zegt bijvoorbeeld:

Omdat ik gewoon liever op mijn eigen niveau sport. Ik houd er gewoon zeg maar niet zo van om van die grote getalen hetzelfde te moeten doen, je gaat je dan vergelijken met iemand, dat vind ik bij sporten gewoon niet belangrijk, niet bij deze sport.

Zoals eerder benoemd, wordt iedere workout Rx op het whiteboard geschreven door de trainers. De reden dat zij voorgeschreven gewichten en bewegingen gebruiken is dat zij hiermee de mogelijkheid creëren om aanpassingen (*scaling*) aan te bieden. Doordat na afloop van een training de scores van iedereen op het bord worden geschreven, kunnen leden zich vrij gemakkelijk met elkaar vergelijken. Ondanks dat CrossFitters aangeven wel te kijken naar de scores van anderen, willen zij zichzelf niet vergelijken met die scores, aangezien zij vinden dat iedereen om haar of zijn eigen niveau traint. Toch lijkt vergelijken een rol te spelen binnen CrossFit aangezien daar competitiviteit lijkt te heersen. Chyna geeft bijvoorbeeld aan zichzelf niet te vergelijken met anderen, maar lijkt zichzelf tegen te spreken door wel benieuwd te zijn hoe anderen het hebben gedaan die tegelijkertijd met haar gestart zijn met CrossFit. De

CrossFitters geven aan competitie te ervaren, maar op een leuke manier. Matt zegt bijvoorbeeld hierover:

Uh, ik weet niet... laatst volgens mij, [een mannelijk lid] tegen nog iemand, zaten echt tegen elkaar op te beaten en uh alles. Maar wel met zo'n lach [maakt gebaar dat het een grote lach was] en één van de twee is dan klaar, ik weet niet meer wie die andere was, dan gaat [hij] gewoon aanmoedigen om te zorgen dat het ook lukt. Dat zie ik wel vaak.

Volgens Matt is de competitiviteit die heerst binnen Toujours Mieux gezond, omdat men het de ander gunt om prestaties te bereiken. Ook Emily gaat hier op in.

Het is niet, je hebt zeg maar natuurlijk altijd wel zo'n onderlinge competitie, zeker met de wat betere atleten, maar dat is gewoon op een leuke manier, dan dat je, niemand wil iemand anders zien falen ofzo.

Tevens zijn er CrossFitters die spreken in termen van winnen en verliezen. Over competitiviteit tussen vrouwen en mannen gaf Garret een voorbeeld in zijn onderstaande quote.

Ja die wil ik ook verslaan. Maar niet meer dan dat, minder zelfs, het doet me minder. Waarom? Het is niet mijn, niet de competitie waar ik in zit. Vrouwen hoeven nooit, nou niet nooit want in teams kan je soms met twee geslachten hebben, maar ik vind individuals veel leuker en daarin zal ik waarschijnlijk nooit een vrouw tegenkomen in mijn competitie. Dus doet het minder met me, maar ik wil net zo graag een vrouw verslaan die weet die ongeveer hetzelfde doet in een bepaalde workout, ik vind het ook niet leuk als die me verslaat maar het doet minder met me als het een man is.

De competitiviteit bij Toujours Mieux uit zich onder andere in de uiting van de beste willen zijn en de wens van CrossFitters om te participeren in georganiseerde wedstrijden. Lauren geeft bijvoorbeeld aan

Ja. Ja. Dat zou ik echt wel willen, maar ik weet dat ik daar nu nog niet ben, of ik daar ooit zou komen... niet met drie dagen in de week CrossFit. En uh ja dan zou ik dat echt wel meer moeten doen. maar het lijkt me wel echt super cool om dat een keer mee te maken. Ja absoluut.

In CrossFit lijkt competitiviteit een vorm aan te nemen waarbij de deelnemers zelf het idee hebben niet competitief te zijn, maar zichzelf wel te vergelijken met anderen. Tevens kunnen CrossFitters de ruimte nemen om in winnen-verliezen termen te denken, ondanks dat zij anderen goede prestaties gunnen.

4.4.2. Trainen met pijn

Volgens Reed (2014) bestaat er een laissez-faire houding jegens blessures in CrossFit. Greg Glassman, de oprichter van CrossFit, schrijft op de CrossFit website dat zij een bepaalde therapie hanteren voor blessures, namelijk STFU, wat staat voor '*shut the f**k up*' (Reed, 2014). CrossFitters zouden dus niet moeten zeuren over blessures, waardoor zij weinig ruimte krijgen om hun lichamelijke klachten te erkennen. De CrossFitters van Toujours Mieux geven in hun interviews aan pijn te ervaren tijdens trainingen. Zij doelen hier in eerste instantie op dat zij tijdens de trainingen hard moeten werken om de fysieke uitdagingen te volbrengen en de achteraf ervaren spierpijn. Wanneer de deelnemers van het onderzoek over blessures spreken, zien zij CrossFit als een middel om blessures te voorkomen. Zo geeft Chyna de volgende reden waarom zij aan CrossFit doet.

Ja, in ieder geval sneller en sterker worden ter voorkoming van blessures en ook omdat ik ook gewoon, ik wil gewoon mijn 5k binnen de 30 minuten kunnen rennen en beroepsmatig ook gewoon om sterker te worden. ik werk zeg maar, ik moet een goede houding hebben in mijn beroep dat je ook sterker, je gewoon sterk blijft in je rug.

De manier waarop de trainingen zijn ingedeeld, respectievelijk met een warming-up en cooling-down, wordt door de CrossFitters als positief beschouwd, aangezien zij hiermee de kans op blessures kleiner achter. Lauren zegt over haar algemene ervaringen met CrossFit het volgende:

Ja, heel positief, heel positief. Ik vind, de aandacht die ze vooraf besteden aan, voordat je eigenlijk zo'n workout doet, ik zag dan wel eens die workouts staan en dan dacht ik van: ja oké.. dan doe je die workout en dan? Dan stond er soms maar vijf minuten en dan denk ik ja, vijf minuten, en de rest van de tijd dan?! Het feit dat er zoveel tijd wordt besteed aan warming-up, cooling-down, dat uh dat vind ik wel echt belangrijk. Dat maakt CrossFit leuk omdat je toch minder blessuregevoelig bent en ik wil niet zeggen dat je helemaal geen blessures meer kan krijgen, want tuurlijk die heeft iedereen, maar uh het verminderd het absoluut wel.

Hoewel in CrossFit actief blessures geprobeerd worden te voorkomen, lijken blessures als onoverkomelijk en vanzelfsprekend te worden beschouwd. Die vanzelfsprekendheid komt terug in Lauren haar antwoord, waar zij het natuurlijk vindt dat iedereen blessures oploopt. Door die vanzelfsprekendheid lijken blessures en pijn normaal. Pijn lijkt zelfs positief gewaardeerd te kunnen worden, zo blijkt uit mijn observatie tijdens het CrossFit event op zaterdag 2 april dat door mensen van Toujours Mieux werd georganiseerd ten tijden van mijn veldwerk. Ik nam deel als atleet aan dit event en had mijn hand opengehaald.

Tijdens de eerste WOD heb ik mijn hand opengehaald. Dit komt door de wrijving met de bar in het rek waar ik de bewegingen 'toes to bar' deed. Dit wordt een 'rip' genoemd. Het bloedde en ik was dus op zoek naar een pleister en liet aan een aantal leden van de Toujours Mieux mijn 'rip' zien om te laten zien waarom ik een pleister nodig had. De reacties kwamen vrij overeen: 'ah naar; dikke rip; je eerste rip; een mijlpaal je eerste rip; eigenlijk mag je nu pas officieel meedoen aan CrossFit, show me your scars.' Het kwam hierdoor over alsof de rip als iets pijnlijks en tegelijkertijd als iets positiefs werd gezien. (Observatie, 02/04/2016).

De leden van de box passen hun workout aan wanneer zij blessures hebben en daardoor de bewegingen in de workout niet als voorgeschreven kunnen uitvoeren. Het trainen met pijn lijkt iets wat onderdeel is van de sport waarvan de grens moeilijk bepaalt wordt. Een voorbeeld is de volgende situatie die plaatsvond tijdens het laatste trainingsuur op maandag 18 april waarbij de snatch-beweging het centrale onderdeel van de training was.

De jonge jongen (<18 jaar) probeert een bepaald gewicht te snatchen dat een PR (persoonlijk record) zou zijn. Dit lukt hem en hij gaat vervolgens door met het ophogen van het gewicht. Vervolgens lukte het niet en liet hij de bar achterlangs vallen. De bar raakte zijn rug en hij kreeg daardoor een schram die pijn deed. Hij moest er zelf een beetje om lachen, verder werd er niet echt op gereageerd. Hij ging iets lager in gewicht om toch met een goede snatch te eindigen. Zijn broer zei: 'je moet het halen, anders wordt het lopen naar huis.' Hij redde het niet en kreeg weer de bar op zijn rug en had nu aan de andere kant ook een schram. Ondanks zijn pijn, ging hij door. (Observatie, 18/04/2016).

Hoewel CrossFitters actief blessures trachten te voorkomen middels een uitgebreide warming-up en cooling-down, lijken blessures en pijn vanzelfsprekend.

5. Analyse

De empirische bevindingen uit het resultatenhoofdstuk worden in dit hoofdstuk geanalyseerd aan de hand van het theoretische concept hegemonische masculiniteit en de theorie van Bourdieu over habitus en veld. Zodoende geeft dit hoofdstuk op twee deelvragen, respectievelijk hoe masculiniteit zich manifesteert in CrossFit en hoe de habitus van CrossFitters doorwerkt in het veld van CrossFit in verhouding tot hegemonische masculiniteit. Allereerst ga ik in op de kenmerken van CrossFit en het gedrag en betekenissen van CrossFitters met betrekking tot masculiniteit. Vervolgens ga ik in paragraaf twee in op de tegenstelling tussen het gelijkwaardigheidsgevoel dat CrossFitters ervaren in gemengd sporten, maar dat tegelijkertijd de mannelijke atleet superieur blijkt. Ten slotte analyseer ik resultaten uit dit onderzoek over CrossFit die overeenkomsten en verschillen tonen met de veranderingen die door onderzoekers (Anderson, 2010, Kidd, 2013, Coakley, 2001, Cohen et al., 2014) in de sport zijn voorgesteld om deze inclusiever en minder schadelijk te maken.

5.1. CrossFit en masculiniteit

Zoals in de inleiding beschreven, zijn sport en masculiniteit nauw met elkaar verbonden als gevolg van het doel waarmee sport ten tijden van de industriële revolutie was geïnitieerd, namelijk het verharderen van jongens en jonge mannen en hen zodoende klaar te maken voor het leger, bedrijfsleven en de politiek (Anderson, 2010. Kidd, 2013). De hegemonische masculiniteit die in sport heerst, heeft volgens Anderson (2010) als gevolg dat vrouwen ondergeschikt zijn aan mannen, homoseksuele mannen ondergeschikt zijn aan heteroseksuele mannen en mannen een keurslijf beklijven waardoor zij zich minder kunnen verbinden met emotioneel begrip en vaardigheden van emotionele ondersteuning. CrossFit is in een andere tijdsgeschiedenis ontstaan dan traditionele sporten en claimt als voornaamste doel het fit maken van elk lichaam te hebben. In deze paragraaf wordt gekeken of en hoe masculiniteit zich manifesteert in CrossFit door het geobserveerde gedrag en de gevonden betekenissen van CrossFitters te analyseren.

Uit de resultaten kan worden opgemaakt dat masculiniteit een rol speelt binnen CrossFit en dat het tegelijkertijd wordt uitgedaagd. Dit blijkt bijvoorbeeld uit het taalgebruik in de box. Zowel mannelijke als vrouwelijke CrossFitters worden aangesproken met een mannelijke term ('guys') en iedereen wordt een 'demo-girl' genoemd. Zijzelf lijken hier niet bij stil te staan en zien de termen als genderneutraal. Echter, doordat de trainers in verschillende situaties de genders expliciet benoemen en daar ook een waardeoordeel aanhangen door vrouwelijke CrossFitters gerust te stellen en een mannelijke CrossFitters als gunsteling te beschouwen, worden de verschillende genders als ongelijk aan elkaar gewaand.

In de organisatie van CrossFit worden geen bewegingen toegeschreven aan vrouwen of mannen en mede daardoor geven CrossFitters een betekenis van gelijkwaardigheid aan hun sport. Hierdoor lijkt superioriteit van mannen over vrouwen geen rol te spelen. In paragraaf 2.1. van de resultatensectie wordt beschreven dat vrouwen een bepaalde vorm van onzekerheid ervaren wanneer zij starten met CrossFit, welke wordt gelinkt aan het zijn van een vrouw en de prestaties die geacht geleverd te worden in een training. Ook de aannames van de CrossFitters dat vrouwen onzekerder zouden zijn over hun lichaam en daarom hun shirt niet uit doen tijdens een CrossFit-training, bevestigt dat CrossFitters onzekerheid toeschrijven aan vrouwen. Tevens geven CrossFitters aan dat het elkaar aanraken eerder door vrouwen als ongemakkelijk kan worden ervaren dan door mannen. In hegemonische masculiniteit zijn mannen beperkt in het vertonen van gedragingen en houdingen die toegeschreven worden aan vrouwen (Anderson, 2010). Uit dit onderzoek kan worden opgemaakt dat onzekerheid aan vrouwen wordt toegeschreven en dat CrossFitters als vanzelfsprekend aannemen dat mannen daar minder of geen last van hebben. Hierdoor kunnen mannen weinig of geen ruimte ervaren om hun onzekerheden te tonen.

De masculiene norm manifesteert zich opvallend in de beredenering van CrossFitters met betrekking tot de reden waarom CrossFit gelijkwaardig is. Hoewel zij pogen om de gelijkwaardigheid tussen vrouwen en mannen te benoemen, lijkt de masculiene norm eerder te worden bevestigd aangezien CrossFitters stellen dat vrouwen in principe gelijk zijn aan mannen en dat vrouwen niet onder doen voor mannen. Hier lijkt hegemonische masculiniteit een rol te kunnen spelen, aangezien de masculiene norm onbewust wordt voortgezet. Wanneer vrouwen overeenkomsten tonen aan deze norm, zoals een zeer gespierd uiterlijk of uitermate krachtige prestaties, worden zij als bijzonder opgemerkt en voldoen zodoende niet aan de norm.

Uit dit onderzoek blijkt dat CrossFitters kracht, breed/gespierd zijn en competitiviteit voornamelijk toeschrijven aan mannen. Tevens wordt het uittrekken van het shirt als een handeling voor mannen gezien. Hier kan geredeneerd worden vanuit de habitus (Calhoun et al., 2012) aangezien CrossFitters stellen dat mannen dit gewend zouden zijn om te doen, bijvoorbeeld op het strand in de zomer. Het veld van het strand is anders dan van CrossFit aangezien CrossFitters die hun shirt uitdoen tijdens een training het de eerste keren als raar ervaren. Het uitdoen van het shirt tijdens een training was geen onderdeel van hun habitus en doordat de normen in het sociale veld van CrossFit het toestaan om het shirt uit te doen tijdens een training, wordt de habitus beïnvloed tot een punt waarbij het voor bepaalde CrossFitters normaal wordt om het shirt uit te trekken.

Bij het ingaan op vrouwen en CrossFit neemt het uiterlijk van de vrouw een centrale plaats in de betekenissen. Hierin kan een overeenkomst gezien worden met wat Fink (2015) stelt over wanneer media aandacht creëren voor vrouwelijke atleten. In deze aandacht ligt een focus op hun fysieke verschijning, vrouwelijkheid en/of heteroseksualiteit in plaats van hun prestaties als gevolg van de dominantie van mannen in sport. In CrossFit lijkt die aandacht voor het uiterlijk van een vrouw zowel samen te hangen haar sportprestatie als de waardering van schoonheid en de vrouwelijkheid die daar aan gekoppeld wordt. Waar sommige CrossFitters aangeven gespierdheid bij vrouwen mooi te vinden, omdat het voor de prestaties staat die zij kunnen bereiken, geven anderen aan het onvrouwelijk en tot mannelijk aan toe te vinden. Hieruit kan worden opgemaakt dat CrossFitters de fysieke verschijning van vrouwen aan schoonheid koppelen, gespierd of niet, en dat gespierdheid in sommige gevallen als onvrouwelijk wordt beschouwd en het daarmee aan mannen wordt toegeschreven. Hierdoor kunnen vrouwen beperkte sociale ruimte ervaren om een gespierd uiterlijk te hebben of na te streven.

Uitgaande van de theorie van Bourdieu zou die onvrouwelijke en mannelijke waardering van gespierdheid bij vrouwen voort kunnen komen uit de habitus van mensen die vanuit verschillende velden actief is. Het zou aannemelijk zijn dat in het sociale veld van CrossFit de gespierdheid van een vrouw algemeen geaccepteerd is, aangezien dit inherent is aan het doel van CrossFit. Uit dit onderzoek blijkt dat dit niet het geval is en dit zou verklaard kunnen worden doordat CrossFitters op basis van hun *embodied knowledge*, de kennis die mensen uit voorgaande ervaringen hebben opgedaan en de basis waarop men improviseert in nieuwe situaties (Calhoun, 2012,p:329), een bepaalde waarde toekennen aan de gespierdheid van vrouwen. CrossFitters bevinden zich in verschillende velden, waar CrossFit er één van is. Dit veld alleen bepaalt niet de habitus van alle CrossFitters betreffende de waardering van een gespierd vrouwenlichaam.

Waar het blijkt dat voor vrouwen een (zeer) gespierd lichaam niet volledig geaccepteerd en onwenselijk is, is voor mannen homoseksueel getint gedrag onwenselijk. Dit lijkt samen te hangen met hegemonische masculiniteit waardoor mannen 'verwijfd' gedrag, dat met homoseksualiteit wordt geassocieerd, moeten vermijden. (Anderson, 2010, p:106). Uit dit onderzoek blijkt dat mannelijke CrossFitters hun heteroseksualiteit benadrukken met subtiele homofobe grappen en door de opmerking "dat is gay" herhaaldelijk te gebruiken. Naast het vermijden van 'verwijfd' gedrag, speelt volgens Connell (2005) het lichaam een belangrijke rol binnen de hegemonische masculiniteit aangezien het lichaam participeert in het genereren van de sociale praktijk. Het brede, gespierde, zwaarwegende en bebaarde lichaam dat zware gewichten kan tillen, dat door mannelijke CrossFitters wordt nagestreefd, is een terugkerend gespreksonderwerp en komt overeen met het atletische lichaam dat Anderson (2010) aan

hegemonische masculiniteit koppelt. Desondanks helpen mannelijke CrossFitters elkaar in de box, moedigen zij elkaar aan, waarderen zij elkaars prestaties, geven zij elkaar knuffels en raken zij elkaar aan. Met deze gedragingen dagen zij de masculiene norm uit.

Anderson (2010) stelt dat competitiviteit in sport kan leiden tot het veroorzaken van fysieke en psychologische blessures bij atleten. CrossFitters zijn bekend met pijn en in de box zijn blessures niet ongewoon. Desondanks blijven CrossFitters doortrainen, maar doen zij dit op een aangepaste wijze. Pijn lijkt vanzelfsprekend en zelfs positief gewaardeerd te kunnen worden. Hoewel in CrossFit onderlinge competitiviteit te vinden is, lijkt deze voornamelijk gericht op de CrossFitter zelf; zij zijn in competitie met zichzelf en willen zij zelf steeds beter worden.

Concluderend aan de hand van het model van hegemonische masculiniteit dat Anderson (2010) heeft opgesteld gebaseerd op vier regels van masculiniteit van Robert Brannon (1976)⁸ ga ik in op masculiniteit in CrossFit. Op basis van dit model en de resultaten van dit onderzoek kan gesteld worden dat hegemonische masculiniteit deels aanwezig is binnen CrossFit. CrossFitters trainen met pijn en moedigen elkaar aan om door te gaan, maar spenderen tegelijkertijd veel tijd aan het voorkomen van blessures door de manier waarop zij hun warming-up en cooling-down uitvoeren. Een breed, gespierd en bebaard mannenlichaam krijgt binnen CrossFit een superieure uitstraling samen met het tillen van zware gewichten, maar CrossFitters stellen ook dat iedereen op haar/zijn eigen niveau traint. In CrossFit moedigen de atleten elkaar aan en lijken zij competitiviteit te creëren op een niveau dat als prettig wordt ervaren in plaats van als een onplezierige strijd zoals Cohen et al. (2014) stellen. Hoewel subtiele homofobe 'grappen' worden gemaakt en de opmerking "dat is gay" gangbaar is, raken mannen elkaar aan tijdens CrossFit, helpen zij elkaar en geven zij elkaar en vrouwen knuffels. Zodoende lijkt de masculiene norm uitgedaagd te worden, maar wanneer een grens bereikt wordt, lijken mannen in CrossFit hun heteroseksualiteit te willen benadrukken.

5.2. Gelijkwaardigheidsgevoel versus superioriteit man in CrossFit

Wachs (2002 in Wood & Garn, 2014) stelt dat sport oorspronkelijk een ruimte creëert waar mannen de fysieke superioriteit van alle mannen over vrouwen en hegemonische mannen over gemarginaliseerde mannen kan illustreren. In de box lijkt op het toilet na geen ruimte toegewezen toe te worden aan een bepaald geslacht waardoor het als een gemengde ruimte functioneert. Tevens doet iedereen in die ruimte dezelfde workout en dat draagt voor CrossFitters bij aan het gevoel van gelijkwaardigheid tussen vrouwen en mannen binnen hun sport.

⁸ 1) geen mietjes gedoe, 2) superioriteit uitstralen, 3) geen zwakte tonen en 4) het de ander moeilijk maken

Veel CrossFitters komen uit het veld van fitness in de sportschool en geven aan daar een duidelijk onderscheid te ervaren in ruimte en handelingen toegeschreven aan geslacht. Op basis van deze voorgaande ervaringen, aldus hun habitus (Calhoun et al., 2012), lijken CrossFitters hun waardering toe te kennen aan gemengd sporten in CrossFit. Doordat zij in fitness een duidelijk onderscheid ervaarden, schrijven zij gelijkwaardigheid tussen vrouwen en mannen direct toe aan het gemengd trainen in dezelfde ruimte en dezelfde workouts.

In sporten waar vrouwen en mannen gemengd aan deelnemen, worden vaak de originele regels van het spel aangepast in de overtuiging dat vrouwen een gereguleerd voordeel nodig hebben om gelijkwaardigheid te creëren (Cohen et al., 2014). Het gereguleerde verschil tussen vrouwen en mannen in CrossFit uit zich in de voorgeschreven gewichten. Het vrouwengewicht is altijd lager dan dat van mannen waarmee de superioriteit van de kracht van de man over de vrouw wordt benadrukt. De CrossFitters vinden dit verschil terecht en logisch, aangezien zij vinden dat mannen over het algemeen sterker zijn dan vrouwen. Hiermee hebben zij lagere verwachtingen van vrouwen iets wat volgens Wood & Garn (2014) een potentieel gevolg is van gemengd sporten. Hoewel door CrossFitters zelf wordt gezegd dat CrossFit bijdraagt aan het normaliseren van sterke vrouwen, vinden zij het vanzelfsprekend dat vrouwen minder presteren, onzekerder zijn en zich eerder ongemakkelijk voelen. Hierdoor dragen zij bij aan het in stand houden van de stereotypering van vrouwen.

Door het verschil in voorgeschreven gewicht achten de CrossFitters vrouwen en mannen relatief even sterk. In de praktijk halen veel CrossFitters deze gewichten niet en komt het voor dat mannen hetzelfde gewicht gebruiken als vrouwen tijdens een workout. Uit dit onderzoek blijkt dat de waardering die CrossFitters toekennen aan de prestaties van vrouwen en mannen verschilt. De prestaties van vrouwen worden als bijzonder en van mannen als vanzelfsprekend beschouwd, ondanks dat sommige mannen minder liften dan vrouwen. Hiermee bevestigen CrossFitters opnieuw de superioriteit van mannelijke atleten.

Gemengd sporten leidt volgens Wachs (2002) tot een paradoxale situatie, omdat mannen vrouwen nodig hebben om de sport te kunnen beoefenen. In CrossFit lijkt hier geen sprake van aangezien iedere atleet voor zichzelf kan trainen en afhankelijkheid zich eerder manifesteert in afhankelijkheid van een trainer. De vrouwelijke CrossFitters lijken de aanwezigheid van en het gezamenlijk trainen met mannen als positief te beschouwen aangezien zij zichzelf daardoor meer pushen. Mannen waarderen de aanwezigheid van vrouwen tot op het niveau dat zij het prima en gezellig vinden. Dit verschil in waardering van elkaars aanwezigheid duidt eerder op een afhankelijkheid tussen vrouwen van mannen dan de veronderstelde afhankelijkheid die Wachs (2002) voorstelt. Hiermee lijkt opnieuw de masculiene norm bevestigd te worden.

5.3. CrossFit: een inclusievere sport?

In de inleiding zijn door verschillende onderzoekers (Anderson, 2010, Kidd, 2013, Coakley, 2001, Cohen, et al., 2014) voorgestelde veranderingen in de sport genoemd. Deze veranderingen zouden sport inclusiever en minder schadelijk maken. Samen met McDonagh en Pappano (2008) stelt Anderson (2010) dat gender-geïntegreerde sport nodig is. Dit is een aspect waar CrossFit aan voldoet, aangezien vrouwen en mannen tegelijkertijd in dezelfde ruimte trainen en dezelfde workouts doen. Hierdoor komen mannen in aanraking met vrouwen, waardoor zij een voor vrouwen gunstigere genderstrategie kunnen adopteren waarin vrouwen niet gewaardeerd worden als seksobject, gedevalueerd worden als atleten en masculiniteit gegrond is in tegenstelling tot vrouwelijkheid (Anderson, 2010). Uit dit onderzoek blijkt dat mannen vrouwen in CrossFit positief waarderen en respect hebben voor hun prestaties als atleten. Door de organisatie en structuur van CrossFit vinden de CrossFitters de sport gelijkwaardig en daardoor zouden vrouwen en mannen gelijke kansen, sociale training en symbolen ontvangen (Anderson, 2010,p:156). Echter, de masculiene norm die binnen CrossFit heerst, zorgt er tevens voor dat vrouwen en mannen beperkt worden in hun gedragingen en uiterlijk in de box.

Zoals eerder aangegeven, zeggen CrossFitters te trainen met hun eigen doelen op hun eigen niveau. Daarnaast zijn er CrossFitters die hun competitieve instelling expliciet benoemen en aangeven beter te willen zijn dan anderen en soms in termen van winnen-verliezen denken. Desondanks moedigen atleten elkaar aan en gunnen zij iedereen het bereiken van hun doelen ook als die prestaties hoger zijn dan hun eigen kunnen. De structuur van CrossFit in een box is er één waarbij men individueel met elkaar in een groep traint. Door deze structuur ontstaat een cultuur waarbij men op zichzelf is gefocust en tegelijkertijd met anderen dezelfde beleving doormaakt en daardoor een band opbouwt. In tegenstelling tot andere sporten, waarbij het gebruikelijk is om een 'tegenstander' als vijand te zien (Anderson, 2010, Kidd, 2013), zien CrossFitters elkaar eerder als teamgenoten.

In CrossFit lijkt ruimte te bestaan waarin participanten zelf kunnen bepalen hoe competitief zij willen zijn. CrossFitters hebben de opties om bij hun eigen doelen te blijven, zich te laten pushen door mede-atleten en trainers om grenzen te verleggen of zichzelf te vergelijken en te positioneren ten opzichte van de prestaties van anderen. Dit laatste helpt een aantal atleten om zichzelf harder te pushen en voor hen betere CrossFit prestaties neer te zetten. Voor anderen werkt dit niet en zij richten zich liever op zichzelf en beleven daar plezier in. CrossFit biedt op deze manier eerder een balans tussen gezondheid, plezier en sociale interactie waar Coakley (2001) en Riewald (2003 in Cohen, 2014) op doelen dan een competitieve strijd waardoor sporters uitvallen bij sport.

Sommige voorgestelde veranderingen zijn zichtbaar in CrossFit, zoals het gemengd trainen en de mogelijkheid om geen competitieve instelling te hebben. Ondanks dat dit leidt tot een positieve waardering en respect voor vrouwen en plezier voor de deelnemers, blijkt uit dit onderzoek dat deze veranderingen niet alle masculiene normen in een sport wegnemen.

6. Conclusie

Deze studie naar CrossFit staat in het teken van de samenhang tussen het concept van hegemonische masculiniteit en de casus van CrossFit. Om deze samenhang te onderzoeken is gekeken naar het gedrag van CrossFitters in een box en de betekenissen die zij toekennen aan hun sport met een focus op het gemengd trainen van vrouwen en mannen. Deze betekenissen en het gedrag zijn in het vorige hoofdstuk beschouwd in het licht van hegemonische masculiniteit en Bourdieu's theorie over habitus en veld om zodoende verdiepend inzicht te krijgen in de betekenis van de verzamelde data. De onderzoeksvraag die centraal staat in dit onderzoek is

Hoe verhouden het gedrag van CrossFitters in een box en de betekenissen die zij geven aan hun sport met een focus op gemengd sporten zich tot hegemonische masculiniteit in sport?

CrossFitters vinden hun sport een gelijkwaardige sport en zij staan positief tegenover het gezamenlijk trainen van vrouwen en mannen in dezelfde ruimte en in dezelfde groep. In eerste instantie zijn zij zich niet bewust van het gegeven dat hun sport gemengd is en geven vervolgens aan het normaal en vanzelfsprekend te vinden om gemengd te trainen. In CrossFit zijn een aantal georganiseerde verschillen naar geslacht waar te nemen, zoals het verschil in voorgeschreven gewicht en materiaal, zoals een bar voor vrouwen om mee te liften. Desondanks ervaren CrossFitters deze verschillen niet als ongelijk.

Hoewel Fink (2015) en Elling (2012) stellen dat vrouwen in sport voornamelijk om hun uiterlijk en niet om hun prestaties worden beoordeeld en veroordeeld, spreken CrossFitters hun bewondering uit voor de inspanning en prestaties die vrouwen leveren en laten deze bewondering tevens actief zien in de box. De mannen in CrossFit lijken ruimte te kunnen nemen om de heteroseksuele norm uit te dagen door elkaar te helpen, aan te moedigen en aan te raken zonder dat het bijdraagt aan hun eigen sportprestatie. Doordat in de box verschillende vormen van competitiviteit aangenomen kunnen worden, beleven CrossFitters hier plezier aan en ontstaat er een vorm van waardering jegens elkaar. Van de negatieve gevolgen waar Anderson (2010) en Kidd (2013) over spreken, zoals het elkaar beschouwen als vijanden of het lichaam gebruiken als instrument waardoor fysieke en psychologische blessures ontstaan, is hier geen sprake.

Daarentegen toont dit onderzoek ook sociale processen aan waaruit kan worden opgemaakt dat de masculiene norm dominant is in CrossFit. Dit uit zich in de taal en woordkeuze van CrossFitters wanneer zij zeggen dat vrouwen in principe gelijk zijn aan mannen en vrouwen niet onder doen voor mannen. Hiermee lijkt de man de standaard waaraan de rest wordt gemeten. Ook de rol die het lichaam speelt in de betekenisgeving van CrossFitters lijkt die

norm te bevestigen. Gespierde vrouwen worden als opvallend, bijzonder en soms als ongewenst beschouwd en dit wordt gekoppeld aan schoonheid. Bij mannen wordt juist een breed, gespierd en bebaard lichaam nagestreefd, wat wordt gekoppeld aan kracht, waarmee de superioriteit van mannen wordt bevestigd. Ook het gegeven dat CrossFitters trainen ondanks dat zij pijn ervaren, toont de aanwezigheid van hegemonische masculiniteit.

Ondanks dat CrossFit een moderne sport is, niet de industriële revolutionaire sportvoorgeschiedenis kent en is georganiseerd als gemengde sport, zijn het gedrag en de betekenissen van CrossFitters met betrekking tot hun sport met een focus op gemengd sporten beïnvloed door hegemonische masculiniteit. Op basis van dit onderzoek kan gesteld worden dat CrossFitters het gemengd sporten normaal vinden. In hun gedrag en betekenissen dagen CrossFitters zowel masculiniteit in sport uit als dat zij masculiene normen in stand houden. Echter, dit belemmert de mensen die aan CrossFit doen niet om deel te nemen aan de sport. CrossFitters schrijven bepaalde gedragingen en handelingen toe aan vrouwen en mannen, waardoor zij zichzelf limiteren in hun gedrag, zoals vrouwen en het uittrekken van hun shirt of het tonen van onzekerheid bij mannen.

7. Aanbevelingen

Uit mijn onderzoek blijkt dat masculiene normen worden uitgedaagd door de organisatie en structuur van CrossFit en in het gedrag en de betekenissen van CrossFitters. Tegelijkertijd heeft de hegemonische masculiniteit in sport invloed op het gedrag en betekenissen van CrossFitters. De deelnemers van deze sport zijn zich niet bewust van deze vorm van masculiniteit en de limiterende werking die het heeft waardoor bepaalde gedragingen en handelingen worden toegeschreven aan een bepaald geslacht. In onderstaande paragrafen geef ik een aantal aanbevelingen gericht op CrossFit organisaties die kunnen bijdragen aan het optimaliseren van een gelijkwaardige sportomgeving voor vrouwen en mannen. Vervolgens sluit ik dit hoofdstuk af met aanbevelingen voor vervolgonderzoek.

Aanbevelingen CrossFit

CrossFit trainers zouden in hun taalgebruik en organisatie van de sport geen nadruk moeten leggen op geslacht. Wanneer een groep CrossFitters uit louter mannen en één vrouw bestaat, draagt het maken van opmerkingen hierover niet bij aan het gelijkwaardig beschouwen van vrouwen en mannen. Desondanks is het voor trainers belangrijk om bewust te zijn van en aanpassingen te treffen voor situaties waar alleen vrouwen zich in kunnen bevinden zoals ongesteldheid en zwangerschap. Door hier rekening mee te houden, kunnen vrouwen net zo goed participeren in CrossFit als mannen.

Tevens zouden trainers in hun taalgebruik (subtiele) homofobe uitingen moeten vermijden en actief seksistische en homofobe uitingen van leden moeten corrigeren om zodoende een sportklimaat te creëren waar iedereen gelijk wordt geacht. Hiermee zenden de organisatoren van CrossFit een duidelijk boodschap naar de leden toe en creëren zij bij hen bewustzijn over hun gedrag.

Het voorgeschreven gewicht in een WOD wordt door veel CrossFitters niet gehaald en zodoende kiezen zij zelf een (lager) gewicht om mee te liften. Door het voorgeschreven gewicht louter te differentiëren naar geslacht, wordt de superioriteit van mannen benadrukt, ondanks dat vrouwen soms meer liften dan mannen. Hoewel door de trainers van de box wordt aangegeven dat de voorgeschreven gewichten dienen als streefgewicht, zouden zij deze gewichten kunnen differentiëren naar kracht en/of ervaring. De CrossFit trainers kunnen bijvoorbeeld drie voorgeschreven gewichten op het bord te zetten waarbij zij een onderscheid maken in een licht, middel en zwaar gewicht. In de toelichting van deze gewichten kunnen zij uitleggen naar welke intensiteitservaring de deelnemers in een WOD moeten streven, zoals het ervaren van een zwaar gewicht of een lichter gewicht om de gewenste intensiteit van de workout te behalen.

Uit dit onderzoek blijkt dat vrouwen onzekerheid kunnen ervaren wanneer zij starten met CrossFit. Zij koppelen die onzekerheid aan het gegeven dat zij vinden dat een vrouw minder krachtig is en de prestaties die geleverd worden in CrossFit. Om als CrossFit organisatie bij te dragen aan het verminderen of wegnemen van die onzekerheid, is het belangrijk dat zij in hun communicatie, bijvoorbeeld via hun website of social media pagina's, zowel vrouwen als mannen laten zien van verschillende niveaus. Hierdoor wordt een boodschap afgegeven waarin centraal staat dat geslacht niet uitmaakt voor de prestatie.

Aanbevelingen vervolgonderzoek

Dit onderzoek betreft een case studie in de CrossFit box *Toujours Mieux*. Uit deze studie blijkt dat binnen CrossFit verschillende vormen van competitiviteit zijn. Hierdoor zien CrossFitters elkaar niet als vijanden zoals dat in andere sporten wel voorkomt (Anderson, 2010, Kidd 2013). Hoewel ik als onderzoeker één CrossFit wedstrijd heb meegemaakt, stond dit event in het teken van een goed doel en was winnen niet het doel. Een toevoeging aan dit onderzoek zou zijn hoe competitiviteit zich in CrossFit competities manifesteert en of en hoe hegemonische masculiniteit hier invloed op heeft. Hoe beschouwen CrossFitters elkaar op de competitievloer, hoe bereiden zij zich er op voor en welke rol spelen blessures/pijn bij CrossFitters die gericht zijn op competities?

De tweede aanbeveling die ik doe voor vervolgonderzoek is het betrekken van social media in de dataverzameling. Zowel CrossFit *headquarters* als CrossFit boxen en (top)atleten van over de hele wereld zijn actief op social media en zenden hiermee sociale boodschappen uit. Tevens hebben deelnemers van dit onderzoek herhaaldelijk aangegeven gebruik te maken van social media en lijken op basis daarvan (gedeeltelijk) hun betekenissen te hebben geformuleerd, bijvoorbeeld betreft gespierdheid en vrouwelijkheid genoemd in §4.3.1. Welke rol neemt social media in het vormen van betekenissen van CrossFitters met betrekking tot de gelijkwaardigheid tussen vrouwen en mannen in de sport? Hoe worden stereotypering van vrouwen en mannen in stand gehouden of uitgedaagd via social media? Hoe heeft dit weerslag op sociale praktijken in een box?

Uit dit onderzoek kan niet worden gesteld of de kenmerken van hegemonische masculiniteit die aanwezig zijn in CrossFit mensen uitsluit van de sport. De participanten van dit onderzoek nemen allen deel aan CrossFit en zijn enthousiast over hun sport. Een toevoeging aan dit vraagstuk is het onderzoeken van mensen die CrossFit hebben geprobeerd en zijn uitgevallen en of hegemonische masculiniteit hier in rol in heeft gespeeld.

Literatuurlijst

- Anderson, E. (2010). *Sport, Theory and social problems. A critical introduction*. Londen en New York: Routledge Taylor & Francis Group
- Bjellquist, C., Perlman, B. (2015). Feminist Self-Care for Higher Education. *The Vermont Connection*. Vol. 36, artikel 4
- Boeije, H., 't Hart, H., Hox, J. (2009). *Onderzoeksmethoden*. Utrecht: Boom onderwijs.
- Van Bottenburg, M., Vermeulen, J. (2011). Local Korfbal versus Global Basketball: a study of The relationship between sports' rule making and dissemination. *Presses Universitaires de France*, Vol. 41 (4), 633-643.
- Calhoun, G; Gerteis, J.; Moody, J.; Pfaff, S. & Virk, I. (2012) *Contemporary Sociological Theory*. Oxford: Wiley-Blackwell
- Carter, J., Cotey, M. (2005) *Gender Equality in Sports*. Verkregen op 26 januari, 2016, via <http://schools.yrdsb.ca/markville.ss/projects/2005cotey/carter/grade12/genderequality.pdf>
- Channon, A., Dahsper, K., Fletcher, T., & Lake, R.J. (2015). *The promise of pitfalls of sex integration in sport and physical culture*. *Sport in Society*
- Cohen, A., Melton, E. N., & Peachey, J. W. (2014). Investigating a coed sport's ability to encourage inclusion and equality. *Journal of Sport Management*, 28(2), 220-235.
- Connel, R.W., Messerschmidt, J.W. (2005). Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. *Gender & Society*, vol 19 (6), 829-859.
- CrossFit.com. (2016). *Official CrossFit Affiliate Map*. Verkregen op 12 januari, 2016, via <https://map.crossfit.com/>
- CrossFit Inc. (2016). *About the games. Finding the fittest on earth*. Verkregen op 12 januari, 2016, via <http://games.CrossFit.com/about-the-games>
- CrossFit Inc. (2016). *Welcome to the CrossFit Journal!* Verkregen op 12 januari, 2016, via <http://journal.CrossFit.com/start.tpl>
- CrossFit Inc. (2016). *What is CrossFit?* Verkregen op 12 januari, 2016, via <http://www.CrossFit.com/cf-info/what-is-CrossFit.html>
- Dawson, M.C. (2015). CrossFit: Fitness cult or reinventive institution? SAGE, *Sociology of Sport*, 1-19
- Edwards, A., & Skinner, J. (2009). *Qualitative research in sport management*. Routledge.
- Elling, A. (2012). Sport: ook een vrouwenzaak. *Raffia*, nr.3, 2012
- Fink, J.S. (2014). Female athletes, women's sport, and the sport media commercial complex: Have we really 'come a long way, baby'? *Elsevier Sport Management Review*, 18, 331-342
- Khun, S. (2013, 9 augustus). The Culture of CrossFit: A Lifestyle Prescription for Optimal Health and Fitness. *Senior Theses - Anthropology*. Paper 1.
- Kidd, B. (2013). Sports and masculinity†. *Sport in Society*, 16(4), 553-564.
- Knapp, B. (2015). Gender Representations in the CrossFit Journal: a Content Analysis. *Sport in Society*, 18 (6), 688-703

- Knapp, B. (2015). Rx'd and Shirtless: An Examination of Gender in a CrossFit Box. *Women in Sports and Physical Activity*. 23, 42-53.
- Leeuw, de J. (2014). Sport, de belangrijkste bijzaak in het leven? Over sport en zingeving. Verkregen op 1 juli, 2016, via <http://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/column-xl/item/96809/>
- Madliger, C. (2015, augustus). Bulky but Still Beautiful: Representations of Healthy Femininity in the CrossFit Narrative. *Electronic Thesis and Dissertation Repository*. Paper 3023.
- Messner, M.A. (1995). Sports and Male Domination: The Female Athlete and Contested Ideological Terrain. *Sociology of Sport Journal*. 1988, 5, 197-211
- Pavlidis, A., Connor, J. (2015). Men in a 'women only' sport? Contesting gender relations and sex integration in roller derby. *Sport in Society*
- Reed, K. (2014). *Too Much of a Good Thing Is Definitely Bad*. Verkregen op 12 januari, 2016, via http://www.huffingtonpost.com/ken-reed/crossfit_b_4666040.html
- Sartore, M.L., Cunningham, G.B. (2009). Gender, Sexual Prejudice and Sport Participation: implications for Sexual Minorities. *Springer Science + Business Media*. 100-113.
- Schippers, M. (2007). Recovering the feminine other: Masculinity, femininity, and gender hegemony. *Theory and society*, 36(1), 85-102.
- Sport.nl. (2015). *Uniek: mannen en vrouwen sporten precies evenveel*. Verkregen op 1 juli, 2016, via <http://sport.nl/artikelen/2015/06/uniek-mannen-en-vrouwen-sporten-precies-evenveel>
- StrongFit Community. (2014). *CrossFit in Nederland*. Verkregen op 12 januari, 2016, via <http://www.strongfitcommunity.nl/CrossFit-nederland/>
- Verhoeven, N. (2011). *Wat is onderzoek?*. Den Haag. Boom Lemma uitgevers.
- Vooren, van de J. (2014). *Sinds 1898 is sport de belangrijkste bijzaak van het leven*. Verkregen op 12 januari, 2016, via <http://www.sportgeschiedenis.nl/2014/07/15/sinds-1898-is-sport-de-belangrijkste-bijzaak-van-het-leven.asp>
- Wachs, F.L. (2002). Negotiating Gendered Rules in Coed Softbal. *Journal of Sports & Social Issues*, vol. 26 (3) 300-316.
- Wood, Z. C., & Garn, A. C. (2014). University intramural sport administrators' perceptions of gender modifications in intramural coed flag football. *Sport, Education and Society*, (ahead-of-print), 1-17.

Bijlage

Topic lijst interviews

- Sportachtergrond
 - o Sportervaring voor CrossFit
 - o Interesse CrossFit
- Verwachtingen CrossFit
 - o Bij start CrossFit
 - o Gemengd sporten
- Ervaringen CrossFit
 - o Algemene ervaringen
 - o Gender dynamieken binnen CrossFit
 - Omgang vrouw – man
 - Typische CrossFit vrouw/man?
 - Verschil M/V gewichten
 - o Invloeden van CrossFit op gender dynamieken
- Aanpassingen in CrossFit
 - o Meer gelijkheid creëren?
- O.b.v. observaties
 - o 'guys'
 - o Shirt uitdoen
 - o Beast mode/gains (= complimenten)
 - o Buddy mobility oefeningen
 - o Whiteboard
 - o Begroetingen
 - o Rx vs. scaled