

Verslag

Aanwezig: Geert Verdoodt (vz), Wim Poelmans, Roland De Bois, Roland Van Daele, Marc Beullens, Betty Autrique, Michael Nicasi, Paula Vanhoovels

Verontschuldigd: Fabienne Truyens



RUNNING&Co

1. Feedback Raad van Bestuur

- Indien de Beleidscommissie financiële middelen wil herbesteden dan moet dit met een dossier gestaafd worden en ter goedkeuring voorgelegd worden aan de Raad van Bestuur.
- Geert stelt voor om voor elke vergadering van de Raad van Bestuur 1 item ter bespreking voor te leggen. Bij elke vergadering van de BC, die telkens één week voor de RvB doorgaat, zal beslist worden welk item dit is.
- Marc Beullens merkt op dat tgv. de AV van de VAL de BC Competitie rapporteerde over het reglement voor wegwedstrijden en vraagt of dit niet eerder onder de BC Recreatie zou moeten vallen gezien het vooral gaat om joggings met deelname van hoofdzakelijk recreatieve lopers. Geert zal dit meenemen naar de volgende RvB.

2. Oproep logistieke ondersteuning en tijdregistratiesystemen van clubs

Nav. een aanbod van AVR werd gesuggereerd om een oproep te lanceren naar al onze verenigingen die een aanbod hebben voor ondersteuning van wegwedstrijden. De feedback wordt uiterlijk 1 mei verwacht en zal nadien verspreid worden naar de verenigingen. De info van Sporttijden zal aan het overzicht toegevoegd worden.

3. Stand van zake project Run4All

Start2mindfulrun werd gelanceerd.

Er is een samenwerking met Marleen Claeys voor

- Het uitschrijven van een handboek voor Start2mindfulrun begeleiders.
- Het uitwerken van een Start2mindfulrun programma
- Het geven van infosessies en praktijkbijscholingen
- Het opleiden van loopbegeleiders tot Start2mindfulrunbegeleider
- Het opleiden van docenten voor de opleiding Start2mindfulrun Begeleider via een coach the coach traject

Timing:

- Infosessies vanaf mei tot half augustus
- Vanaf half augustus: opleidingen voor Start2mindfulrun begeleiders
- Vanaf het najaar: Start2mindfulrun sessies met loopbegeleiders die fungeren als ambassadeurs en waarvan de deelnemers aansluiten als Start2Run lid bij de federatie
- De echte lancering gebeurt tijdens de Running&Co dag van 23/10 waar Koen Naert zal komen spreken over zijn ervaringen met mindfulrunnen

Toekomst:

- Blijvend opleidingen voor loopbegeleiders
- Blijvend Start2mindfulrun activiteiten in de clubs waarbij lopers die nog niet aangesloten zijn bij de federatie kunnen aangetrokken worden.

Projectbijsturing:

Mogelijkheid dat we de werking rond slowrunnen (voorzien vanaf 2022) vervangen door trailrunnen omwille van een stijgende vraag. Hiervoor samenwerken met de klim- en bergsportfederatie kan een optie zijn.

4. Running&Co dag

De accommodatie is vastgelegd, in september wordt een bezoek aan de accommodatie voorzien. Koen Naert werd gecontacteerd betreffende mindfulrunning (plenair deel). Hij zal ofwel fysiek aanwezig zijn ofwel wordt vooraf een interview opgenomen dat kan afgespeeld worden.

Voormiddag - plenair deel:

- Luik ethiek door ICES
- Mindfulrunnen - Koen Naert

Namiddag

- PRAKTIJK Dynamische warming-up en looptechnische oefeningen
- PRAKTIJK Veelzijdig lopen voor jongeren tussen 10 en 15 jaar
- THEORIE Variatie in intervaltraining incl. high intensity interval training (HIIT)
- PRAKTIJK Mindful lopen (Marleen Claeys)
- PRAKTIJK Conditie en running voor 60+-ers (Betty Autrique)
- PRAKTIJK Partneroefeningen voor stabilisatie en beweeglijkheid (Roland De Bois)

Gericht naar bestuurders - voorstellen:

- Ik wil groeien! (met good practices)
- Clubgrade

5. Varia

Coach-the-coach

Ten behoeve van Initiators Running die méér willen of nog met vragen zitten uit de praktijk zullen coach-the-coach sessies opgestart worden. Bedoeling is om rond een specifieke vraag of een specifiek item online te brainstormen in kleine groepen. David Evenepoel is bereid om dit te begeleiden.

Inschrijvingen Start2Run in Alabus

De federatie vraagt om Start2Runners steeds als Start2Runner in te geven, tenzij het competitieleden zijn. Recreanten die dus deelnemen aan Start2Run worden omgezet naar dit statuut. Enkel op die manier is mogelijk om een beeld te hebben van het aantal Start2Runners.

Qua verzekering of kostprijs aan de federatie is er geen verschil tussen het statuut "Start2Run" en het statuut "Recreant".

Project Loopbanen van Sport Vlaanderen

Michel Nicasi meldt dat Sport Vlaanderen gericht naar bedrijfsport een project uitwerkt rond "Loopbanen", zie [Op het werk | Sport Vlaanderen](#). Paula zal verdere informatie opvragen.

Voor de Raad van Bestuur

- Bevoegdheid wegwedstrijden BC competitie - BC recreatie
- Svz Project Run4All - Mindfulrunning