

# The sky is the limit

Ontwikkeling van trail-, mountain- en skyrunning

een partnership van Atletiek Vlaanderen  
en de Vlaamse Klim- en Bergsportfederatie



met de steun van



Trail- en skyrunnen winnen steeds meer aan populariteit, zowel dichtbij huis als in het gebergte. Niet enkel de doorwinterde atleet of bergsporter zoekt het avontuur op, een steeds breder publiek trekt de loopschoenen aan en trekt de natuur in. Tal van events & wedstrijden worden georganiseerd en ook de toeristische sector zet er meer en meer op in met uitgezette routes. Maar niet iedereen is even goed voorbereid en blessures en ongevallen komen regelmatig voor.

De Vlaamse Atletiekfederatie en de Klim- en Bergsportfederatie willen de handen in elkaar slaan om deze – vaak ongebonden – sporters de nodige ondersteuning te bieden opdat iedereen de sport veilig en aangenaam kan beleven. Door de clubs te betrekken willen we trail- en skyrunners aan het verenigingsleven binden zodat ze elkaar kunnen ontmoeten én zich ook op hun beurt inzetten om anderen hun kennis en ervaring mee te geven.

Deze innovatieve samenwerking over de federatiegrenzen heen willen we graag over een lange termijn behouden en samen stappen vooruit zetten, van de opmaak van leerlijnen tot het ontwikkelen van kaderopleidingen en versterken van de clubwerking.

## Van trail naar sky

Atletiek Vlaanderen heeft al een lange geschiedenis in running. De Start2Run activiteiten, opgestart in 2001, blijven lopen in de clubs maar kennen steeds minder interesse.

Clubs zijn zoekend naar nieuwe formules en willen inspelen op de nieuwe tendensen waarvan trailrunnen er één is.

Meer en meer joggers vinden de weg naar de natuur en naar het trailrunnen. We moeten de loopbegeleiders in de clubs dan ook ondersteunen in dit aangepaste aanbod door hen tools aan te reiken om trailrunners beter te begeleiden.

In het berglopen en het ultralopen heeft de Koninklijke Atletiekbond vooral ervaring op internationaal niveau: jaarlijks worden teams uitgestuurd voor Europese- en wereldkampioenschappen. Door de werking in die domeinen uit te breiden (trainingsmomenten) en er meer aandacht te geven (bijscholingen, praktijksessies) hopen we ook op een lager én recreatief niveau méér lopers naar deze disciplines toe te leiden.

Skyrunning is een vrij nieuwe bergsportdiscipline, die begin de jaren '90 als geesteskind van alpinist Marino Giacometti werd geïntroduceerd. Alpiene routes zoals de klim naar de Mont Blanc werden in een sneltempo afgelegd. Intussen is skyrunning een heel afgebakende sport geworden. Het gaat specifiek om berglopen over gebaande paden én ongebaand terrein, op grotere hoogte waarbij 2000m als minimum wordt beschouwd.

Het wijkt af van het klassieke trailrunnen omdat het in een bergcontext plaatsvindt, die qua terrein en omstandigheden toch heel wat extra uitdagingen biedt en meer in de lijn van de bergsportdisciplines ligt dan de pure loopsport. Ook het skyrunnen kan zowel recreatief als competitief beoefend worden.

## Samen versterken

De Klim- en Bergsportfederatie en Atletiek Vlaanderen willen de handen in elkaar slaan om het trail- en skyrunnen te ontwikkelen en staan beide achter deze kernwaarden:

- Avontuur: op eigen kracht trekken we onherbergzame gebieden in en verleggen onze grenzen
- Familie: we delen de passie voor het trail- en skyrunnen en inspireren elkaar
- Veiligheid: we informeren, sensibiliseren, leiden op zodat mensen op een veilige manier de trail- en skyrunsport kunnen beleven
- Duurzaamheid: we houden onze ecologische voetafdruk zo laag mogelijk en motiveren onze leden om hetzelfde te doen



## Doelstellingen

1. De vaak **ongebonden sporters te bereiken** die zich nu aanmelden voor tal van (commerciële) events maar (nog) geen aansluiting vindt bij een sportclub of federatie. Zowel recreatieve als competitieve trail- en skyrunners zijn daarbij ons doelpubliek. Door de expertise van de clubbegeleiders te verhogen en door gericht te informeren betreffende de trainingsmogelijkheden willen we hen naar de clubs toeleiden.
2. **Leerlijnen en didactisch materiaal te ontwikkelen** waarmee we trail- en skyrunners via diverse kanalen (digitale media, lesfiches, workshops, e-learning) kennis & vaardigheden willen bijbrengen. Dit materiaal zal dan ook op lange termijn ingezet worden in de clubwerking en verder verfijnd en verbeterd worden binnen de reguliere werking.
3. Als ondersteuning van de twee bovenstaande doelstellingen willen we ook **netwerk uitbouwen** van:
  - o Clubs die willen inzetten op trail- en skyrunnen
  - o Organisatoren van wedstrijden om ons doelpubliek beter te bereiken
  - o Experts die kennis kunnen aanleveren in functie van het uitwerken van didactisch materiaal
4. **Sportkaders opleiden** die specifieke kennis en vaardigheden rond trail- en skyrunnen op een kwaliteitsvolle manier kunnen overbrengen. Een dergelijke opleiding bestaat momenteel niet.
5. De **clubwerking te versterken** om een activiteiten aanbod te organiseren voor trail- en skyrunners, gericht op een breed publiek van recreatieve en meer competitieve sporters.
6. Een specifieke **werking voor jeugd** opzetten samen met de clubs, die momenteel nog ontbreekt binnen de huidige clubwerking, met gestructureerde trainingsmomenten en inzet op diverse facetten: niet enkel de ontwikkeling als sporter zelf maar ook natuurbeleving, veiligheid en het groepsgebeuren.

## Concrete acties, timing en beoogde resultaten



## Projectcoördinator



Om dit project te coördineren werd een medewerker aangetrokken met expertise in het domein van trainersopleidingen, expertise in het trail- en berglopen én kennis mbt. noden van afstandslopers.

Met **Karen Van Proeyen** hebben we iemand gevonden die op alle vlakken een meerwaarde betekent. Zij zal gedurende 3 jaar dit project mee vorm geven.

Meer info: [karen.van.proeyen@klimenbergsportfederatie.be](mailto:karen.van.proeyen@klimenbergsportfederatie.be)  
- +32 473/ 23 44 12