



Beste marathonloper,

Aan de Universiteit Gent (UGent) is men in de Vakgroep Bewegings- en Sportwetenschappen een wereldwijd onderzoeksproject opgestart rond “**Het ontwikkelen van Gepersonaliseerde en Adaptieve Trainingsplannen voor de (recreatieve) marathonloper**”.

Voor wie is dit onderzoek bestemd?

Het onderzoek focust zich op de recreatieve marathonloper, de loper die al eens één of meerdere marathons heeft gelopen, of van plan is dit in de nabije toekomst te doen. Maar competitieatleten zijn uiteraard ook welkom. Zie ook www.smartrunning.coach voor meer info.

Doel van het onderzoek

De onderzoekers willen Adaptieve Trainingsschema's opstellen door specifieke algoritmes te ontwikkelen, en door Artificiële Intelligentie en Machine Learning toe te passen op trainingsgegevens van recreatieve marathonlopers. Dit zijn de gegevens die wij allemaal tijdens een training en/of wedstrijd registreren via onze uurwerken van Garmin, Polar, Suunto, of via software zoals Strava, TrainingPeaks, etc.

Aangezien het een Big Data-project betreft, hebben ze veel gegevens nodig ... gigantisch veel gegevens ... hoe meer hoe liever! Men hoopt over de gegevens te kunnen beschikken van een paar duizend marathonlopers vanuit de hele wereld.

En hopelijk ben jij daar ook bij!

Wat wordt er van jou verwacht?

Omdat we als atletiekfederatie vanuit Vlaanderen een steentje willen bijdragen vragen we je of je bereid bent om deel te nemen aan het onderzoek, en verwachten we twee zaken:

- In de loop van de volgende weken: een eenvoudige vragenlijst beantwoorden (duurt tussen 5' en 10');
- Ergens in de 2^{de} helft van de maand maart 2021, jullie trainingsgegevens beschikbaar stellen voor het onderzoek.

Uiteraard gebeurt alles in overeenstemming met de **GDPR**-regels, en worden al jullie gegevens anoniem gemaakt voor ze verwerkt en geanalyseerd worden. Met andere woorden: UGent kan onmogelijk te weten komen welke gegevens bij welke persoon horen.

Hoe kan je deelnemen?

Ga naar de website www.smartrunning.coach, en klik daar op “ik wil deelnemen”. Je zal dan een paar mails krijgen die je verder op weg zullen helpen. Op de website vind je ook informatie over wat gepersonaliseerde en adaptieve trainingschema's juist zijn, en hoe jouw deelname zal verlopen.

Wat zit er voor jou in als loper?

Naast de cadeaubonnen van Runner's World en Runner's Lab zal je, eens de resultaten van het onderzoek bekend zijn, een beroep kunnen doen op trainingschema's die op gelijk welk moment aangepast zijn aan jouw specifieke situatie. Jouw optimale trainingsload zal steeds aangepast worden waardoor de kans op blessures aanzienlijk zal verkleinen en uiteindelijk ook jouw resultaten op de wedstrijddag beter zullen zijn.

We willen je alvast bedanken voor je deelname, de Vlaamse atletiek speelt daardoor een belangrijke voortrekkersrol in het onderzoek.



SmartRunning

Meer info: Marc De Reu – 0495/24 28 24

MarcDeReu@UGent.be



FACULTEIT GENEESKUNDE EN
GEZONDHEIDSWETENSCHAPPEN