



NSGK Train de trainer workshop Racerunnen

2 April 2016

Friendship Sports Centre Amsterdam

Op zaterdag 2 april 2016 heeft het Racerunnerteam van VUmc in samenwerking met NSGK voor het eerst een zeer succesvolle Train de trainer workshop georganiseerd vanuit het project "Racerunnen is een sport".



Het project "Racerunnen is een sport" (zie ook www.racerunner.nl) maakt momenteel een snelle groei door als het gaat om het vergroten van sportparticipatie van racerunner-atleten bij atletiekverenigingen in het hele land. Daarnaast maken steeds meer kinderen en jongeren in Nederland kennis met de racerunner bij hun revalidatiecentrum of (mytyl)school.

Een goede aanleiding om een workshop te organiseren, en professionals, ouders en trainers vanuit het hele land kennis op te laten doen op het gebied van training, materiaal (en mogelijke aanpassingen) en de werkwijze van racerunnen in competitieverband. Anderzijds was dit natuurlijk ook de uitgelezen kans om de ruim 35 deelnemers uit verschillende disciplines kennis met elkaar te laten maken en aan elkaar te verbinden!

Speciaal voor deze workshop zijn twee gedreven experts vanuit Schotland uitgenodigd: Peter Drysdale en Janice Eaglesham. Peter stichtte vijf jaar geleden samen met zijn vrouw de eerste racerunningclub in Schotland. Hij is voorzitter van RaceRunning Schotland, lid van het Internationaal Comité RaceRunning en lid van de CPISRA (Cerebral Palsy International Sport and Recreation Association). Peter is de vader van Gavin, een 15-jarige wereldrecordhouder wonend en trainend in Schotland. Janice Eaglesham is al 25 jaar betrokken bij G-atletiek. Afgelopen jaren heeft zij zich gericht op RaceRunning. Daarnaast is zij voorzitter van de Schotse Gehandicaptensport.



De workshop, welke plaatsvond op het prachtige complex van Friendship Sports Centre te Amsterdam, bestond uit twee delen. Tijdens het eerste gedeelte in de sporthal hielden Peter en Janice een zeer leerzame powerpoint presentatie, ondersteund met veel illustratieve film- en fotobeelden. Beide experts gingen in op racerunning als (top)sport in zowel Schotland als internationaal, de doelgroep, het starten van trainingsgroepen en de cijfers als het gaat om trainingseffecten en resultaten bij individuele atleten. Een inspirerende ochtend die vooral een goede inkijk gaf in de al verder ontwikkelde racerunning activiteiten in Schotland, de mogelijkheden van individuele atleten en de nadruk die hier ook op moet liggen. Iedere atleet is uniek en moet ook als dusdanig benaderd worden!



Na de netwerklunch stond de middag in het teken van de praktijk op de atletiekbaan. Zo toonde Peter de instelmogelijkheden van de racerunner, en het gebruik van verschillende zadels en accessoires. Zowel Janice als Peter demonstreerden samen met de 4 deelnemende atleten van Only Friends een training en de verschillende trainingsmogelijkheden.

De dag werd afgesloten met de wens het racerunnen de komende jaren te ontwikkelen tot een (inter)nationale sport waarbij Nederland kan aanhaken bij het al bestaande netwerk van wedstrijden en trainingskampen.

Een inspirerende dag waar zowel de organisatie als deelnemers zeer tevreden over zijn. Een dag om snel te herhalen en het racerunnen in Nederland nog meer op de kaart te zetten!

Sietske, Arnoud en Petra
Het Racerunnerteam VUmc
www.racerunner.nl

