

JAARVERSLAG 2013 STARTERSGROEPEN

Ook dit jaar hebben we weer een drietal startersgroepen gehad. De trainersgroep werd uitgebreid met Marc en de trainingen werden nu dus verzorgd door Joke, Marc, Virginia en mijzelf. Daarnaast hebben Arjo, Judith, Marian (SaVA) en Maarten van Run2Day presentaties verzorgd over Blessures, Motivatie, Kleding (en Schoenen) en Voeding en zo ook de deelnemers voorzien van de nodige informatie.

In januari begonnen we zoals gebruikelijk met onze eigen "Klaar4Start" als voorbereiding op de landelijke "Start to Run". Maar liefst 20 deelnemers dit jaar. Een 10-tal deelnemers heeft in februari meegedaan aan de VIB-loop en de hele groep heeft in de week daarna als afsluiting de testloop gedaan. Een aantal daarvan is begin maart doorgestroomd naar de "Start to Run" en een paar zijn er rechtstreeks doorgegaan naar de groep van Frank.

Begin maart zijn we met de "Start to Run" gestart met een record aantal deelnemers van 27, Tijdens de trainingen bleek al snel dat degenen die eerst de "Klaar4Start" hadden gedaan, toch wat makkelijker de trainingen konden volbrengen. Het grootste gedeelte van de groep voltooide in april echter met succes de testloop.

Begin september, bij de 2^e Start to Run groep hadden we 17 deelnemers, een iets kleinere groep maar zeker zo fanantiek. Het grootste gedeelte van deze groep is, na een succesvolle testloop, doorgestroomd naar de donderdagavondgroep. De beginnersgroep van Frank was n.l. al bijna vol door alle aanwas vanuit eerdere startersgroepen

Het valt me iedere keer weer op hoe enthousiast de deelnemers zijn en hoe je ze vooruit ziet gaan tijdens de cursus. Dat maakt het ook extra leuk om juist deze groepen te trainen.

Anita