

JAARVERSLAG

2023



<u>Inhoud</u>	<u>Blz.</u>
Voorwoord van de voorzitter	2
Technische commissie Hardlopen	3
De wandelsectie	4
Over onze leden	6
De barcommissie	10
Communicatie naar de leden	12
De Roadie	14
Geuzendag Zoetermeer	15
De 3Plassenloop	22
Een vereniging doe je met elkaar	23
Verantwoording	24

Dit jaarverslag is tot stand gekomen met input en medewerking van: Marc van het Bolscher, Ellen van Luenen, Hans Rolff, Mirjam Korse, Jaop Dorsman, Ben Brinkel, Curly van Wijk, Conny Boots, Wim Bras, Michael Jurriaans, Jacques van Male, Theo Houtman, Edwin Adams en Elly Burgering

Voorwoord van de voorzitter

Een jaarverslag is een terugblik op het afgelopen jaar. Wat mij dan opvalt is dat er zoveel leden zijn die zoveel tijd steken in de club. En er daardoor een sportieve en gezellige vereniging van maken. Afgelopen jaar (en ook in 2024) hebben we gesprekken gevoerd met leden over het beleidsplan. Die gaan vooral over de toekomst van de vereniging. Steevast worden twee zaken aangehaald; naast de kwaliteit van de trainingen (en de trainers) wordt de gezelligheid van de vereniging en van het clubhuis genoemd. In Zoetermeer is er geen andere hardloopvereniging met een eigen clubhuis. Dat is uniek en dat moeten we koesteren. Een mooi onderwerp om in het beleidsplan op te nemen.

Beleidsplan

In 2023 zijn we begonnen met de ontwikkeling van het beleidsplan. Via de gemeente hebben we ondersteuning gekregen van het NOC*NSF. Mark van der Kaaij helpt ons bij het organiseren van enkele bijeenkomsten met leden waarbij het vooral gaat om de vraag hoe zij de toekomst van de vereniging zien en wat we kunnen doen om dat te realiseren. Dat levert leuke discussies op en ook goede ideeën. Het beleidsplan zal in 2024 door de leden worden vastgesteld.

Clubgebouw

Met een clubgebouw is het eigenlijk net als met een eigen huis. Je moet tijdig investeren om te voorkomen dat er later problemen ontstaan en er grotere investeringen nodig zijn. Dat doen de mensen van de stichting ESWAS voor ons. Afgelopen jaar zijn er zonnepanelen op het dak gelegd en is de buitenboel geschilderd. Het ziet er weer prachtig uit.

NoordAaPolderloop (NAP)

Ook in 2024 gaat de NAP helaas niet door. Wij horen nog steeds van leden dat het zo jammer is dat de NAP niet meer georganiseerd wordt. Dat vinden wij ook. Sterker nog, wij zouden er graag naast het hardloponderdeel een wandelevenement bij willen organiseren. Alleen kunnen we dat niet doen zonder vrijwilligers. Wij zijn daarom op zoek naar een lid dat als coördinator van de NAP de kar zou willen trekken. Zij/hij krijgt daarbij alle steun van het bestuur, niet alleen in woord maar ook in daad.

Vrijwilligersenquête

In 2023 zijn we begonnen met de leden te vragen naar hun kwaliteiten, opleiding, ervaring die mogelijk relevant zijn voor de vereniging. Ook wordt gevraagd naar de voorkeuren van de leden en hoeveel tijd zij wellicht zouden kunnen inzetten. Ook in 2024 gaan we hier mee door. In combinatie met het beleidsplan kunnen we leden gericht gaan vragen om zich in te zetten voor de vereniging.

Sponsors

Ook in 2023 zijn we gesteund door onze sponsors:

- Starshoe Zoetermeer
- Spark Fysiotherapie

- Reijke Schoonmaakdiensten
- Lex van Wijk Hoveniers
- van Rijn Stuc, tegel en onderhoudswerk.

Met alle sponsors is gesproken over hun betrokkenheid bij de vereniging. Een gesprek dat in 2024 aan de hand van het beleidsplan wordt voortgezet. Wij willen hun betrokkenheid in de toekomst vergroten. Daarvoor is een actief sponsorbeleid nodig. Daar willen we in het beleidsplan de basis voor leggen.

De sponsors leveren een belangrijke bijdrage aan de vitaliteit van de vereniging. Wij zijn hen daar dankbaar voor.

Technische commissie hardlopen

Er zijn het afgelopen jaar weer verscheidene veranderingen geweest in ons trainerscorps. Er is een assistent trainerscursus verzorgd, waardoor het (assistent-) trainerscorps is versterkt met een grote groep assistent-trainers. Wat we wel zien is dat de groepen 6 en 7 nog steeds een tekort aan assistent-trainers hebben.

En in 2023 is Victor Roumimper, trainer van Groep 5, geslaagd voor de cursus BasisLoopTrainer3 van de atletiekunie en later in 2023 is Skitz Fijan, trainer van groep 6, begonnen aan dezelfde cursus.

Heel fijn dat we er met Victor en Skitz (inmiddels ook geslaagd) weer twee extra door atletiekunie gecertificeerde trainers bij hebben.



Helaas zien we ook dat door blessures twee belangrijke trainers hun fysieke begeleiding activiteiten hebben moeten verminderen. Etienne den Toom kan helaas groep 1 niet meer begeleiden, de assistent-trainers nemen zijn fysieke trainer taken over. Gelukkig blijft Etienne wel de andere belangrijke taken uitvoeren, zoals het coördineren van de schema's samen met Elleke Visser, waarbij de focus van Etienne voornamelijk ligt op de schema's van de groepen 1 tot en met 4 en die van Elleke op de schema's van de groepen 5 tot en met 7/8. Etienne en Elleke en de trainers van groepen 4 en 5 hebben daarnaast gezorgd voor een betere aansluiting van de schema's van de groepen 4 en 5. We bedanken Etienne voor het voortzetten van zijn ondersteuning, ondanks dat het hardlopen even iets minder gaat.

Eind 2023 besloot een grote groep uit groep 3 om te gaan trainen voor de Marathon in Rotterdam, waar Etienne een trainingschema voor opstelde wat uiteindelijk door 8 lopers uit groep 3 en verscheidene groep 1/2 lopers gevolgd werd (met succes, bleek in april 2024, allen hebben de marathon uitgelopen, mede dankzij het trainingschema). De andere trainer die helaas door blessure nu het stokje heeft moeten overgeven aan zijn assistenten is Martin Smit van groep 4. Hij heeft inmiddels een heupoperatie ondergaan en is hard bezig om het hardlopen weer op te pikken. Hij bleef nog wel de schema's en coördinatie verzorgen, inmiddels heeft Martin groep 4 overgedragen aan Ron Koning. Ron heeft besloten om in 2024 een trainerscursus te volgen bij Aart Stigter.

De Geuzenloop clinic werd door trainers ondersteund (onder andere Gonny Verschoor en Wouter Sanders) en leverde naast een paar mooie prestaties tijdens de Geuzenloop Zoetermeer, nieuwe leden op voor de vereniging.

In het najaar heeft een kennismakingcursus hardlopen plaatsgevonden, waarna het overgrote deel van de deelnemers als nieuw lid is ingestroomd. Het trainers team onder leiding van Herman Roosenboom was daar terecht heel trots op. Zij hebben veel aandacht besteed aan het instromen van de cursisten in de bestaande groepen.

Door trainers werd een succesvolle seizoensopening en Nieuwjaars cross georganiseerd. We zijn blij te zien dat er weer steeds meer lopers bij de trainingen aanwezig zijn en dat er ook een verjonging plaatsvindt.

De wandelsectie

De wandelgroepen groeien gestaag. Er zijn in 2023 twee kennismakingscursussen gehouden, waarvan er weer wandelaars zijn ingestroomd. Ook zien we steeds meer hardlopers aansluiten, soms omdat iemand geblesseerd is of stopt met hardlopen, maar ook omdat het gewoon gezellig is om naast het hardlopen te wandelen. Dat is erg leuk, mede omdat daardoor de verbinding tussen wandelaars en hardlopers steeds natuurlijker tot stand komt.

De wandelgroepen lopen zowel in de ochtend als in de avond. Altijd zijn er verschillende tempo- en afstand-groepen. Hierdoor is het mogelijk om veel variatie aan te bieden aan de wandelaars. In 2023 is er naast de maandag-, woensdag- en vrijdag- en zaterdagochtenden en de woensdagavond ook gestart met een wandeltraining op maandagavond. Mooi om te zien dat een steeds grotere groep aansluit op deze avond.

Vierwekelijks hebben we op zaterdagmorgen mooie wandelingen gemaakt en zijn we bijvoorbeeld van Den Haag naar Zoetermeer gewandeld. Ook hebben we rondjes bij de Reeuwijkse plassen gelopen en zijn we de weilanden in de buurt van Moordrecht ingelopen. Verrassend mooi was de wandeltocht van Alphen aan den Rijn naar Zoetermeer en ook de Van Nelle-wandeling in Rotterdam was genieten. De ochtendgroep heeft samen de Hoge Veluwewandeling gedaan.

De wandelafstanden variëren van 8 tot ruim 20 km. Elke keer afwisselende wandelingen, veelal door de wandelbegeleiders zelf uitgezet, die zeer drukbezocht zijn. Met soms onderweg een gezellige koffiestop of koffie uit de kofferbak als afsluiting van de wandeling.

We zien dat een groeiend aantal deelnemers vanuit de ochtendgroep op zaterdagmorgen aanhaakt. Een mooi initiatief was de wandeling 'Rondom Zoetermeer'. Een route van 30 km over de grenzen van Zoetermeer. De opkomst was zeer groot en het was een gezellige dag, waarbij menig wandelaar (-ster) ook zijn/haar eigen grenzen heeft verlegd.



Zeker het vermelden waard: vanuit de wandelgroep is een stevige bijdrage geleverd aan de Geuzenwandeltocht en we hebben op 23 december meegedaan aan de Linschotenloop en Linschotenwandeling. Vanuit de vereniging was een bus gehuurd, waarmee zowel de hardlopers als de wandelaars heerlijk konden reizen. Na afloop genoten we van de traditionele erwtensoep-maaltijd.

Tijdens het wandelen is het altijd erg gezellig en is er tijd voor een praatje met elkaar. Vaak wordt deze gezelligheid doorgezet na afloop van de wandeling in het clubhuis. Deze "derde helft" wordt druk bezocht door een groot deel van de groep. Vanuit de ochtendgroep is er met Pasen en Kerst een brunch georganiseerd die heel druk bezocht werden.

De groep wandelbegeleiders is uitgebreid met Jaap Dorsman, die van het hardlopen is overgestapt naar het wandelen. Door blessures en vakanties is er soms wat geïmproviseerd maar altijd was er voldoende begeleiding om de wandelingen door te laten gaan. Tijdens een etentje in januari is met een goed gevoel teruggeblikt op een mooi wandeljaar 2023. Het etentje werd vanuit de vereniging aangeboden, omdat de wandelbegeleiders ook in dit jaar hebben afgezien van het ontvangen van een vergoeding.



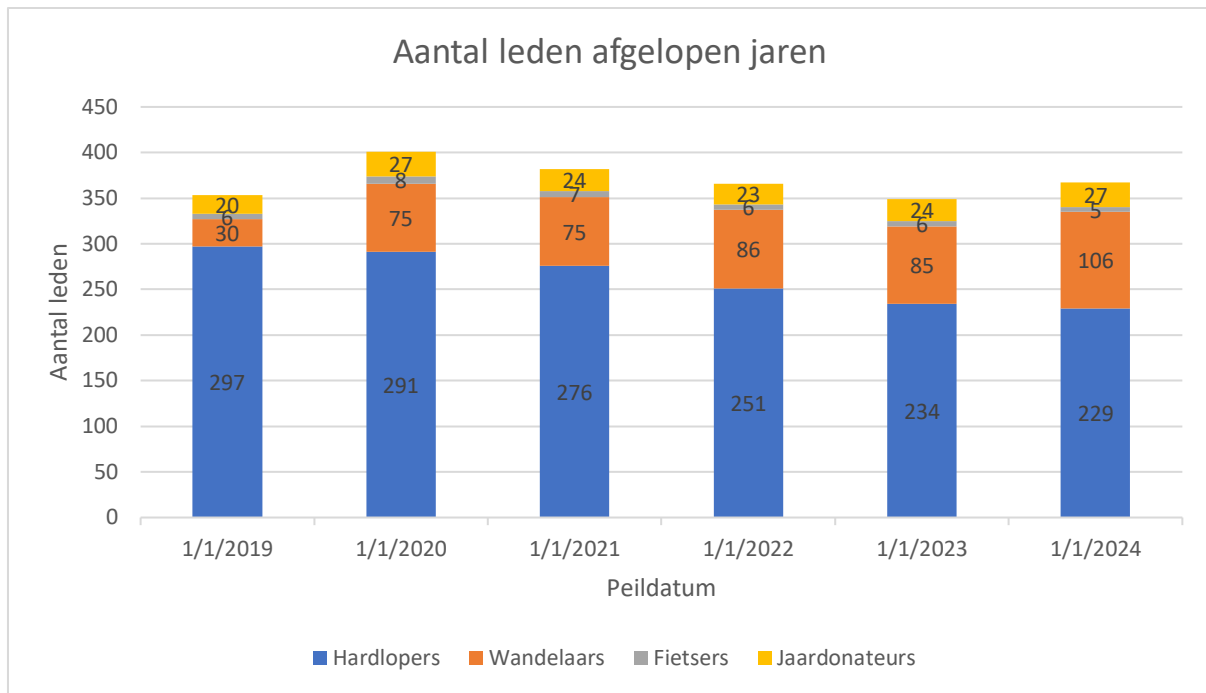
Over onze leden

Jaarlijks doen we een analyse van ons huidige ledenbestand, bijgaand wat gegevens, gebaseerd op de data per 1 januari 2024.

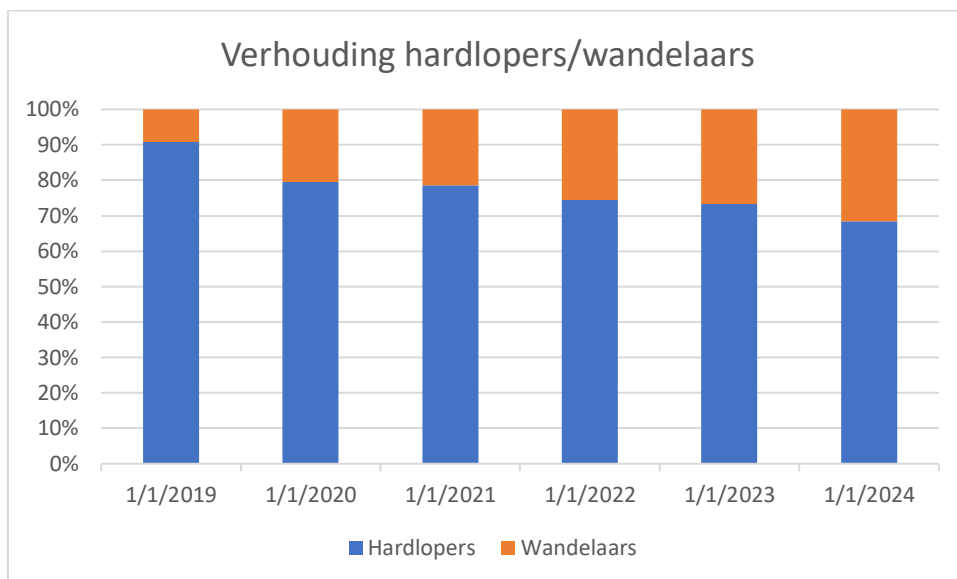
Hardlopers zijn nog steeds de grootste groep binnen onze vereniging. Maar terwijl het aantal is afgenomen, lijkt het zich nu redelijk te stabiliseren.

Het aantal wandelaars is gegroeid de laatste jaren en de donateurs en fietsers vormen een vrij stabiele groep.

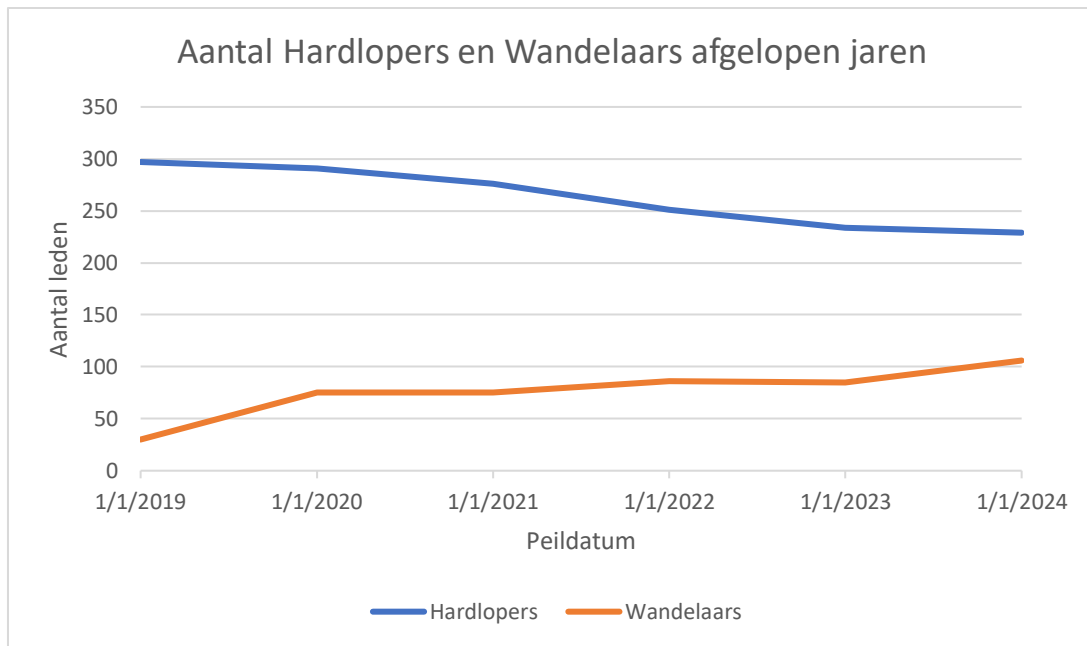
Op 1 januari 2024 hadden we 229 hardloopleden, 106 wandelaars, 5 fietsers en 27 jaardonateurs. In totaal dus 367 betalende leden.



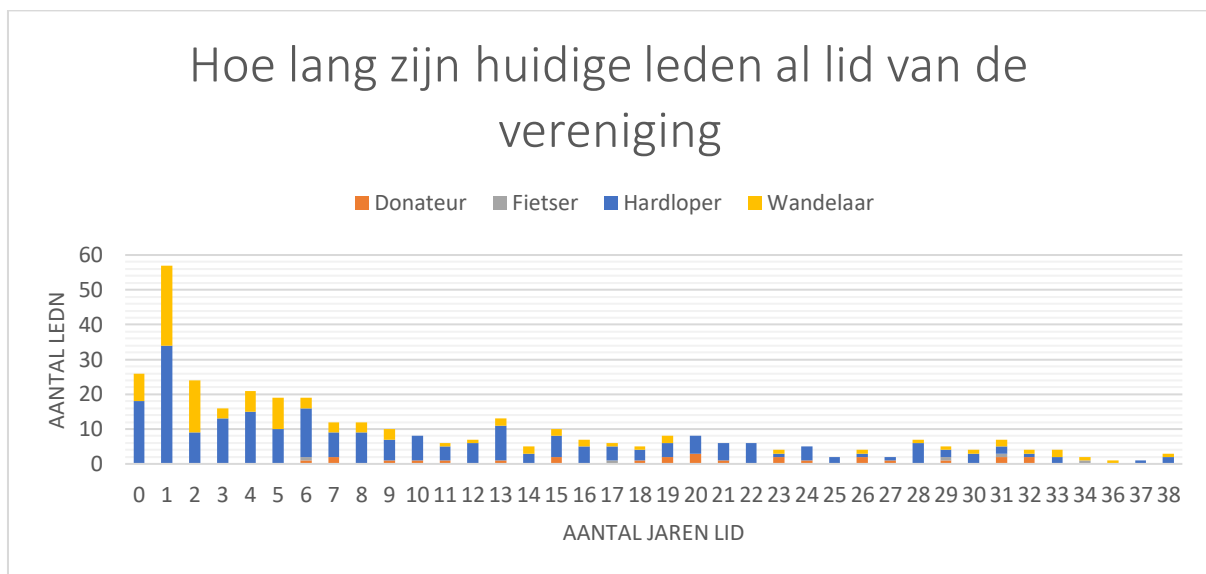
Nog duidelijker zie je de afname van het aantal hardlopers ten opzichte van de wandelaars in onderstaande grafieken.



Waar in 2019 nog 90% van onze leden hardloper was, is dat nu tot onder de 70% gezakt. Daarnaast, maar dat blijkt niet uit de grafieken, zijn er een flink aantal hardlopers, maar ook fietsers, die regelmatig wandelen.

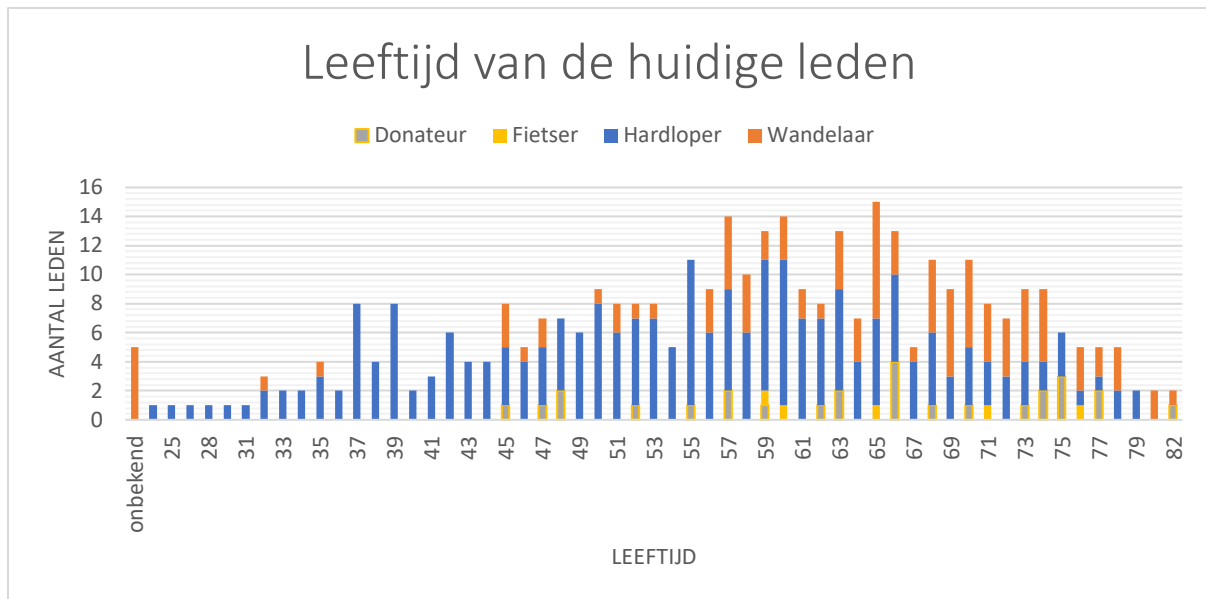


De grafiek lidmaatschapsduur geeft het volgende beeld:

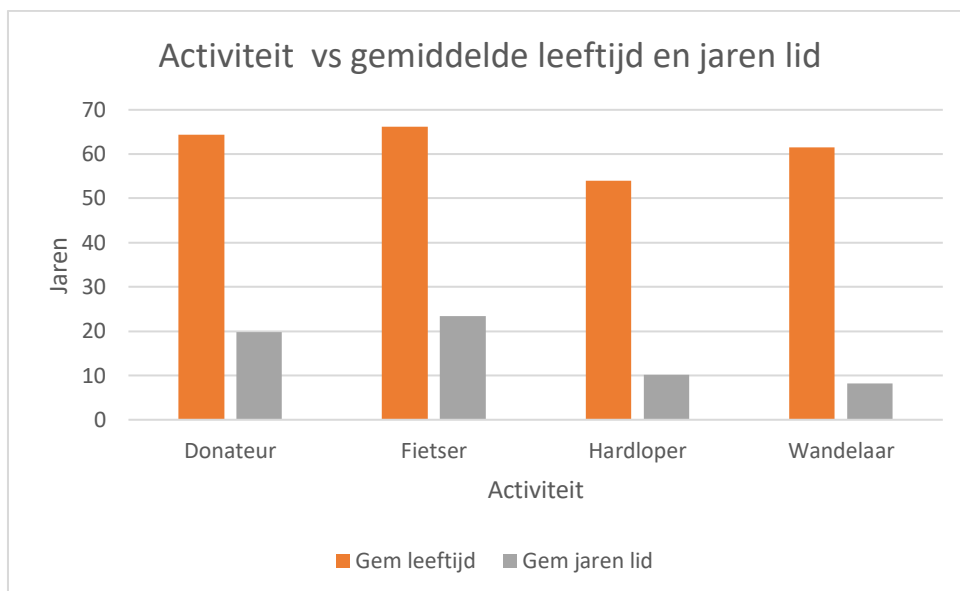


Op dit moment is 41% van onze leden al 10 jaar of langer lid van de vereniging en 20% meer dan 20 jaar. 39% van de leden is 5 jaar of korter lid. De uitdaging zit er vooral in om deze leden vast te houden.

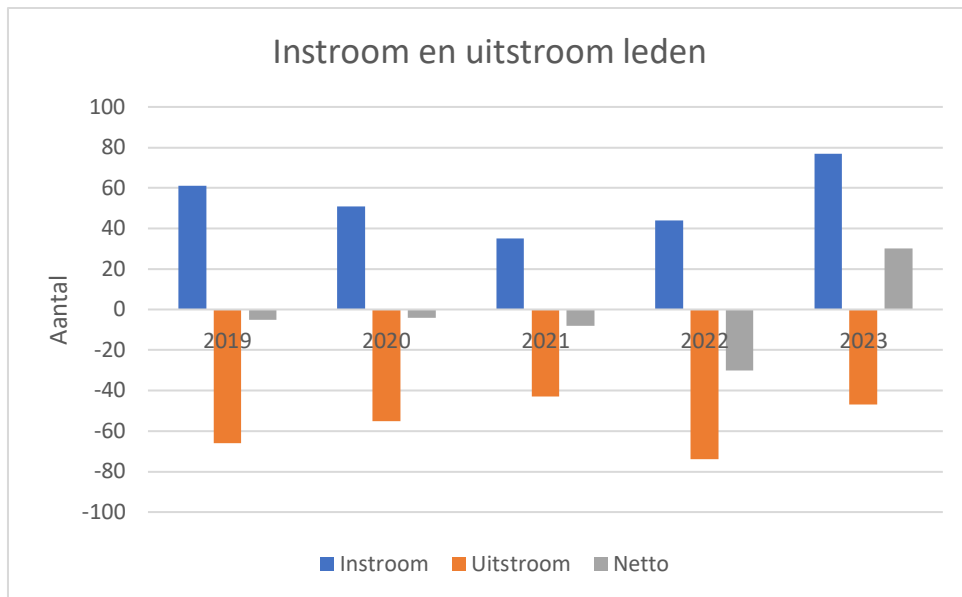
De gemiddelde leeftijd van de leden zat vorig jaar rond de 57 jaar. In de grafiek is duidelijk te zien dat er bij hogere leeftijden meer wandelaars dan hardlopers zijn. De gemiddelde leeftijd van de hardlopers is nu 54 jaar en van de wandelaars 61 jaar.



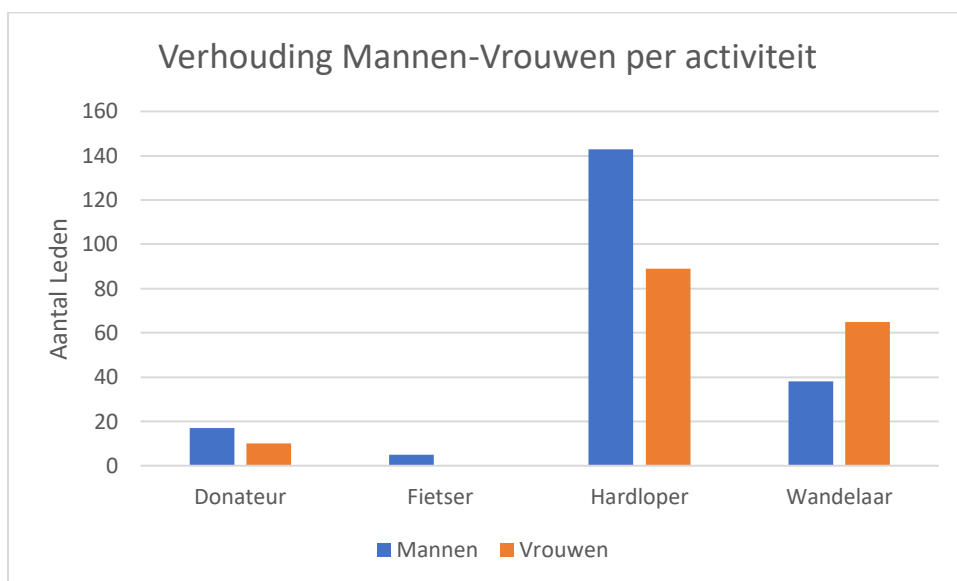
In onderstaande grafiek is te zien dat de donateurs en fietsers gemiddeld de hoogste leeftijd hebben en tevens het langst lid zijn van de vereniging. Te begrijpen omdat dit leden zijn die in de loop van de tijd zijn overgestapt naar fietsen of donateurschap. De wandelaars zijn een relatief jonge loot binnen onze vereniging. Behoudens de hardlopers die zijn overgestapt naar wandelen, is het gemiddeld aantal jaren dat de wandelaars lid zijn het laagste van de activiteiten binnen de vereniging. De gemiddelde leeftijd van de wandelaars ligt dan wel weer boven die van de hardlopers.



Zoals eerder opgemerkt is de uitstroom van leden de laatste jaren, en met name in 2022 hoog. Per saldo verliezen we al een aantal jaren achter elkaar leden, daar staat tegenover dat de instroom van leden op peil is. Zelfs in de coronajaren was er instroom, echter de uitstroom was groter dan de instroom. In 2023 hebben we per saldo een ledenwinst geboekt.



Uitdaging voor de vereniging is hoe we naast het werven van nieuwe leden, onze leden vast kunnen houden.



De barcommissie

In 2023 was er een toename van de verhuur van het clubhuis door leden; in 2023 is het clubhuis elke maand wel een keer verhuurd aan een lid. Natuurlijk blijven er nog genoeg dagen over om nog meer te verhuren.



De feestdagen werden in 2023 ook geboekt voor de verhuur, soms zelfs twee feestdagen achter elkaar. Dit waren dan familiefeesten van leden. Het blijkt dat het clubhuis in trek is. In 2023 was ons clubhuis zelfs een trouwlocatie van de dochter van één van de leden. Het clubhuis en de ruimte achter het clubhuis waren een ideale locatie voor een mooi feest en een mooi bruidspaar.

Vanaf dit jaar is er begonnen met het vragen van feedback van huurders. Deze informatie zal worden gefilterd en gebundeld en worden voorgelegd aan de besturen ESWAS en RRZ.

Het jaar 2023 was ook het jaar van het terug halen van een oude traditie. Het feestje op de avond voor Hemelvaart, in combinatie met een open inloopavond voor iedere Zoetermeerder, die het leuk vindt om in groepsverband te lopen of te wandelen, was een groot succes. Het is lang geleden dat het clubhuis zo afgeladen vol was. Veel oude bekenden werden weer gezien, die zich weer helemaal thuis voelden binnen onze club.

Rondom Kerst 2023 was het clubhuis zoals gewoonlijk weer zo mooi versierd dat er werd besloten om nog maar weer een open loopavond te organiseren. Dit om wat extra kerstwarmte te brengen bij mensen die dat niet ervaren en hen zo een beetje in de warmte van de Roadrunners mee te nemen. De Glühwein ging als een malle en de currywürst werd gretig gegeten. Voor 2024 zou het misschien nog wel een beetje uitgebreid kunnen worden. Heel veel dank aan de leden die ons clubhuis elk jaar zo warm en mooi versieren met kerst. Dit jaar hadden jullie jezelf overtroffen en met deze speciale avond werd een echt kerstgevoel gecreëerd.

Het was in 2023 nog steeds een uitdaging om genoeg openers en sluiters te vinden voor de loopavonden. Er hebben zich er weer een paar aangemeld en met wat flexibiliteit is het

weer gelukt om de elke loopavond en zaterdagochtend het clubhuis open en dicht te krijgen. Maar het houdt nog steeds niet over en er wordt nog gezocht naar een goed alternatief en/of een paar extra openers en sluiters.

Dit jaar was er weer een aanwas van barmedewerkers. Barmedewerkers met jonge, frisse ideeën en plannen. De nieuwe medewerkers zijn van de jonge aanwas in de club en dat maakt dat er een verjonging achter de bar is. Of dit ook tot gevolg heeft dat de baromzet weer gaat stijgen en de mensen langer blijven hangen is nog even gissen. Maar laten we hopen dat de verjonging en de stijging van de omzet zich door blijft zetten in 2024.

Al met al kijkt de barcommissie terug op een mooi een warm 2023 en wordt er uitgekeken naar een succesvol en gezellig 2024.

Communicatie naar de leden

Binnen de loop- en wandelgroepen zijn verschillende Whatsapp-groepen actief. Die worden door de trainers gebruikt om informatie over de training te delen. Daarnaast zijn er verschillende groepen die ook updates, foto's en andere berichten plaatsen in de groepschats. Ook worden in de gesloten groep RRZ op Facebook vaak berichten geplaatst. Deze groep kent inmiddels 512 leden, waarvan er een aantal inmiddels dus niet meer lid zijn.

Ons eigen clubblad is vorig jaar 3 keer uitgebracht. Elke keer weet de hoofdredacteur weer een mooie editie uit te brengen met wetenswaardigheden over onze vereniging en de leden.

Het bestuur informeert de leden voornamelijk via de Roadie e-mail. Dit is een effectief middel om de leden te informeren; gemiddeld wordt 80% van deze mail geopend. Daarnaast is de website een belangrijk platform voor onze leden en geïnteresseerden. Over het jaar 2023 hebben in totaal 7279 unieke gebruikers de website bezocht.

Paginatitel en schermklasse ▾		+	↓ Weergaven	Gebruikers
			34.053	7.279
			100% van totaal	100% van totaal
1	Road Runners Zoetermeer		7.986	3.147
2	3Plassenloop – Road Runners Zoetermeer		3.352	1.299
3	Inloggen als lid – Road Runners Zoetermeer		2.142	457
4	Clubblad – Road Runners Zoetermeer		1.195	631
5	Informatie lidmaatschap en aanmelden – Road Runners Zoetermeer		1.066	530
6	Kennismakingscursus wandelen – Road Runners Zoetermeer		1.037	712
7	Kennismakingscursus Hardlopen – Road Runners Zoetermeer		888	615
8	Geuzenloop Zoetermeer – Road Runners Zoetermeer		739	546
9	ALV2023 – Road Runners Zoetermeer		720	285
10	3Plassenloop Zoetermeer – Road Runners Zoetermeer		713	386

De uitslagen van de 3Plassenloop leveren maandelijks veel verkeer op, maar ook de kennismakingscursussen zijn populair.

Voor deze cursussen zetten we advertentiecampagnes in op Facebook. Hierdoor wordt op alle Meta platformen (Facebook, Instagram en Messenger) het bericht geplaatst, met een link naar onze website. Dit levert voor de verschillende campagnes voor de wandelcursus in het voorjaar en najaar, de hardloop kennismakingscursus in het najaar en de Geuzenloop clinic de volgende resultaten op:

Leeftijd	Geslacht	Weergave	Bereik	Weergaven
65+	Alles		7.992	22.539
	Vrouw		5.016	13.855
	Man		2.960	8.630
	Niet-gecategoriseerd ⓘ		16	54
55-64	Alles		8.320	22.624
	Vrouw		5.512	14.366
	Man		2.784	8.183
	Niet-gecategoriseerd ⓘ		24	75
45-54	Alles		5.440	14.043
	Vrouw		3.360	8.570
	Man		2.064	5.373
	Niet-gecategoriseerd ⓘ		16	100
35-44	Alles		2.784	7.168
	Vrouw		1.504	3.870
	Man		1.264	3.234
	Niet-gecategoriseerd ⓘ		16	64
25-34	Alles		1.048	2.463
	Vrouw		480	1.216
	Man		568	1.237
	Niet-gecategoriseerd ⓘ		—	10
18-24	Alles		80	204
	Man		72	81
	Vrouw		8	122
	Niet-gecategoriseerd ⓘ		—	1
Totale resultaat 24 / 24 rijen weer			25.665 Accountcentrum-accounts	69.041 Totaal

Het bereik van deze campagnes was ruim 25.000 gebruikers in de omgeving van Zoetermeer, die bijna 69.000 keer een advertentie hebben gezien.

De populariteit onder de verschillende leeftijdsgroepen is in lijn met de leeftijdsopbouw van de vereniging zelf. In totaal heeft dit 1.808 kliks op de link naar de website opgeleverd.

Adverteren kost geld; aan advertenties op online media is 161 euro uitgegeven. Dit bedrag is lager dan de kosten voor adverteren in het streekblad.

Er is ook via de lokale pers geadverteerd, zowel in de krant als op lokale online platformen.

De Roadie

In 2023 is de Roadie 3 keer verschenen in april, augustus en november. Het magazine omvat rond de 30 pagina's. Er is veel aandacht voor clubactiviteiten zoals de 3Plassenlopen, nieuwjaarsloop, opening seizoen, kennismakingscursus en Geuzendag met de Geuzenloop

en Geuzenwandeltocht. Ook was er aandacht voor het 35-jarig bestaan van de vereniging.



De drie uitgaven van de Roadie in 2023

In de Roadies staan artikelen in over wandelen, lopen in het algemeen, gezondheid, en activiteiten van leden die in en buiten de vereniging om gebeuren zoals weekendjes weg, individuele en groepsdeelname aan wedstrijden zoals Linschoten en CPC, wandeltochten, fietstochten en andere uitjes.

Een vaste rubriek zijn de uitslagen en clubrecords. Deze worden verzameld vanuit het wedstrijdresultaten systeem waar leden zelf hun resultaten kunnen vastleggen en deels door het naspeuren van de resultaten door Ruud van Zon, die dit ruim 20 jaar onder zijn hoede heeft.

Er is veel aandacht voor het belang van de vrijwilligers en leden die een bijzondere inspanning verrichten voor de vereniging.

Op de voorlaatste pagina is altijd ruimte voor de rubriek Leuk. Waarin een lid in een aantal korte statement zegt wat er zo leuk is aan sporten en sporten bij de club in het bijzonder. Het is een doorgeef-rubriek waarbij het lid aangeeft wie er in het volgende nummer centraal staat.

Het magazine bevat veel foto's en heeft een energieke en actieve uitstraling.

Geuzendag Zoetermeer

Geuzenloop

Eén van de grootste activiteiten in 2023 was voor onze vereniging de organisatie van de Geuzenloop. Het was wederom een groot succes. De editie van 2023 was alweer de 19^e editie.

We kwamen in januari 2023 bijeen voor een leuke aftrap waarbij we pizza's bakten. Het kernteam bestond uit oudgedienden en nieuwelingen. Arie Perfors, Victor Roumimper, Olga Kuiper, Eugenie Hofwijks, Arno Disser, Anne-Marie Lolkema, John Suiker, Laurens van den Splinter en Sandra Blauw brachten hun ervaring van vorige edities in. Erik van Leeuwen, Sjors van den Broek, Thijs van het Bolscher en Ben Brinkel versterkten het team. Cindy Spinders en René van der Spek richtten zich in 2023 op de organisatie van de Geuzendag.

Vooraf bepaalden we wat we wilden bereiken. We wilden vooral dat de organisatie van de loop leuk zou zijn. Het is immers een vrijwilligersorganisatie. Verder wilden we dat de Geuzenloop van 2023 een groot succes zou worden. Het moest organisatorisch perfect zijn en we hadden als doel om 1.200 deelnemers te krijgen. Dat zou geen record zijn, maar we zouden er wel een dalende lijn mee ombuigen. Ten slotte wilden we vernieuwen. De eerste vernieuwing kwam al met de introductie van een scrum board, Trello. Tot op heden was de actiepuntenlijst een groot spreadsheet, maar met het gebruik van Trello kon iedereen de voortgang van de acties documenteren, waardoor er altijd een goed gedocumenteerde en actuele status van acties was. Ook konden we hiermee acties aan elkaar doorgeven.

Vol enthousiasme gingen we aan de slag. De inschrijving werd voorbereid, de vergunning werd aangevraagd, sponsors werden bezocht en de vrijwilligers werden geworven. Ook werd weer een clinic georganiseerd door Gonny Verschoor en Wouter Sanders.

Al snel kwamen we erachter dat we deze Geuzenloop niet door het Balijbos konden lopen, omdat Staatsbosbeheer dan groot onderhoud zou uitvoeren. Daar konden we nog wel omheen plannen, door de halve marathon door de nieuwe Driemanspolder te leiden. Spannender was het onderhoud aan de fietserstunnel onder de A12 bij Nutricia. Die wordt door alle volwassenlopen gebruikt en die tunnel werd gerenoveerd. Op papier zou de renovatie begin september afgerond zijn, maar al snel werd dit half september, terwijl we op 24 september daar met onze lopers doorheen zouden gaan.



We ontdekten al snel dat we synergie konden bereiken door intensief met de Geuzenwandelaars op te trekken. Door aandacht voor beide onderdelen te vragen versterken we elkaar. De posters voor de Geuzenloop waren al gedrukt, maar we spraken het voornemen uit om volgend jaar een gezamenlijke poster te maken.

Voor de editie 2023 probeerden we blinde lopers te interesseren voor het hardlopen en wandelen. We bezochten Running Blind organisaties in de omgeving, maakten een praatje met blinde hardlopers en wandelaars en probeerden hen met een brief in braille over te halen om deel te nemen aan de Geuzenloop of het Geuzenwandelen.

De laatste vernieuwing was de introductie van een afterparty, op de woensdag na de loop. We wilden daarmee op een leuke manier deelnemers kennis laten maken met de Road Runners. Ook was dit het moment om de vele vrijwilligers te bedanken.



Hoe dichterbij de loop kwam, hoe beter we op elkaar waren ingespeeld. We hadden nog posters over en Sjors en Ben kwamen op het idee om die op de aanplakzuilen te plakken. Ook werd goed gebruik gemaakt van de mailing. Elke keer als een mailing uitging keken we vol spanning naar het effect op de inschrijvingen. Daarbij hadden we het geluk dat het weer in die periode uitstekend was. Het was zelfs zo goed, dat wedstrijden in de weken ervoor vanwege de warmte afgelast werden.

Op de dag van de loop kwam alles bij elkaar. Het was stralend weer, prachtig zonnig, maar niet te warm. Hierdoor was er een feeststemming.

Uiteindelijk telden we 1325 deelnemers. Veel meer dan onze doelstelling van 1200 deelnemers. Sommige afstanden waren op een paar startnummers na uitverkocht.



Naast de vele persoonlijke records werd er op de 10 kilometer bij de mannen een parcoursrecord gelopen. Colin Bekers scherpte de tijd aan naar 32:06. Nixon Fernandes raakte hierdoor zijn parcoursrecord kwijt, maar wist wel de eerste plek te bemachtigen op de halve marathon met een snelle tijd van 1:10:43. Het team van Looplekker won voor de derde keer op rij de Teamrun en zij mochten de wisselbokaal houden.

Op de 5 kilometer ging de winst naar Frankrijk. Zowel bij de mannen als bij de vrouwen wonnen lopers met een Franse nationaliteit.

Niet alles lukte. Zo konden de scholencompetitie en de bedrijvencompetitie beter bezocht worden. Ook waren er, ondanks onze inspanningen, geen deelnemers van Running Blind. De afterparty was echter een groot succes en die houden we er zeker in.

Ten tijde van het schrijven van dit artikel is de organisatie van de editie voor 2024 al gestart. Een jubileumeditie, waar we een groot feest van gaan maken. We kijken er nu al naar uit.

Geuzenwandeltocht

Met prachtig wandelweer hebben jong en oud genoten van een van de drie Geuzenwandeltochten. Families met kinderen deden onderweg rebusopdrachten en speelden oudhollandse spelletjes tijdens de 6 km tocht.



Actieve wandelaars werden verrast door het natuurschoon dat Zoetermeer en het Bentwoud rijk is. Wat mooi dat sommigen uit de regio Haarlem waren gekomen om hier hun wandelhobby te beoefenen! En wat knap dat er zelfs kinderen in de basisschoolleeftijd waren die de wandeltocht van 15 km probleemloos uitliepen!



Al met al een zeer geslaagde dag met meer dan 250 enthousiaste wandelaars.

Puntje van aandacht voor de volgende keer is de bewegwijzering van de routes. Die was dit jaar helaas niet feilloos. Daarom zal de organisatie daar in het nieuwe jaar extra energie insteken.

De 3Plassenloop

De drie Plassenloop is een prestatie-loop die niet meer weg te denken is uit het scala van loopevenementen in Zoetermeer. De loop bestaat uit een gecertificeerde afstand van 5 km rondom de Zoetermeerse-, Benthuizer- en Noordhovense plas.



Elfmaal wordt deze loop per jaar georganiseerd op de laatste zondag van de maand, waar bij toerbeurt 26 vrijwilligers klaarstaan om dit evenement in weer en wind te begeleiden. Zonder deze inzet zou deze prestatie-loop beslist niet mogelijk zijn. De septembermaand wordt overgeslagen, vanwege de ook door ons georganiseerde Geuzenloop te Zoetermeer. We zouden elkaar in dat geval in de wielen rijden. Het aantal deelnemers bij de drie Plassenloop lijkt af te nemen, wat de discussie deed ontstaan om deze loop wat minder vaak te organiseren. Uiteindelijk is iedereen het erover eens om dit evenement op de gebruikelijke voet voort te zetten.

Voorafgaand aan de loop op de laatste zondag van de maand wordt op de donderdag in het Streekblad een publicatie geplaatst. Wat het effect hiervan is, is helaas niet goed te meten. Naast deze publicatie staat de drie Plassenloop in de agenda van de Atletiek Unie om een breder publiek aan te kunnen spreken in de regio. Kijkt men naar het lopersveld, dan blijken veelal dezelfde lopers aanwezig te zijn na een herinneringsmail vanuit de club.

Sinds november 2023 beschikt de drie Plassenloop over een nieuwe sponsor: Van Rijn Onderhoud. Daardoor is het mogelijk dit evenement te blijven organiseren. Door de

sponsoring hebben we nieuwe startnummers kunnen kopen en het heeft ons een financiële rugdekking gegeven, waar we hem erg dankbaar voor zijn.
Mede door de drie Plassenloop wordt Road Runners Zoetermeer positief op de kaart gezet.

Een vereniging doe je met elkaar

Als aan de leden wordt gevraagd wat zij belangrijk vinden, noemen zij niet voor niets naast sportiviteit en ambitie de gezelligheid bij onze mooie club.

Het jaar start met de Nieuwjaarsloop en -receptie en eindigt met de busreis naar de Linschotenloop inclusief feestelijk onthaal bij terugkomst en een fijne kerstsfeer.
En daar tussenin is er altijd wel iets leuks te vieren.

In 2023 bestond RRZ 35 jaar, waarvoor een brede feestcommissie een mooi jubileumfeest heeft voorbereid waar ook de oud-leden voor werden uitgenodigd.

Ook aan het kleinere wordt gedacht: de Paasbrunch, het feestje in de bar de avond voor Hemelvaart, de seizoenopening en nieuw dit jaar: de Geuzenafterparty.

De barbemensing komt met mooie initiatieven en er zijn er vele initiatieven vanuit de groepen: mensen gaan met elkaar naar wedstrijden, wandelevenementen, loopjes op locatie en er worden reisjes in binnen- en buitenland georganiseerd. Spontaan ontstaan er fiets- en loopgroepjes en werkt men samen om bijvoorbeeld het beweegpark netjes te houden.
Hier kunnen we van genieten en trots op zijn.

Binnen de vereniging weet je dat je veilig en verantwoord kunt sporten, word je een betere loper, kan je elkaar inspireren, uitdagen en van elkaar leren, maar ook genieten van het sociale aspect, het samenzijn. Niet zelden zien we bij RRZ nieuwe vriendschappen ontstaan.
Laten we hier met elkaar zuinig op zijn!



Oprichter en oud-voorzitter Bert Bos met zijn vrouw

Verantwoording

En dan is er altijd wel iets wat niet is genoemd; excuses daarvoor!

Foto's zijn altijd leuk in een verslag. Helaas is de bronvermelding hiervan niet gelukt. Ook is niet altijd aan de mensen gevraagd of zij op een foto in het jaarverslag willen staan.

Bezwaar? Meld het dan! Het is een digitaal verslag; wij zullen de foto zo snel mogelijk vervangen/verwijderen.