



Jaarverslag

2024



Inhoud

Voorwoord van de voorzitter	3
Sponsoren	4
Technische commissie Hardlopen	5
Technische commissie Wandelen	6
Onze leden	9
Barcommissie	13
Communicatie naar de leden	13
Roadie	15
Geuzendag Zoetermeer	16
3Plassenloop	22
Een vereniging doe je met elkaar	24
De Vertrouwenscontactpersoon	26
Verantwoording	27

Dit jaarverslag is tot stand gekomen met input en medewerking van: Herman Roozenboom, Marc van het Bolscher, Ellen van Luenen, Mirjam Korse, Jaap Dorsman, Ben Brinkel, Carly van Wijk, Conny Boots, Sandra Blauw, Wim Bras, Michael Jurriaans, Jacques van Male, Gijs van Male, Theo Houtman, Edwin Adams en Elly Burgering

Voorwoord van de voorzitter

In 2024 hebben we weer van alles gedaan, al dan niet wandelend, hardlopend of fietsend. En we hebben ervan kunnen genieten. Maar zoals het gaat met een vergrijzend ledenbestand, overlijden er ook (ex) leden. Zo ook onze oprichter Bert Bos. Bij de start van de 10K Geuzenloop is een moment van stilte in acht genomen. In februari 2025 hebben we de Bert Bos Memorial georganiseerd, waarbij het clubhuis is omgedoopt in het Bert Bos Huis. We denken met liefde terug aan Bert en de andere leden die ons ontvielen.

Vrijwilligers

Ook dit jaar gaat onze dank uit naar de vele vrijwilligers in onze club. Zonder hun inzet kan de club niet bestaan. De vrijwilligers zijn de kurk waar de club op drijft. Denk bijvoorbeeld aan de vrijwilligers die elke week achter de bar staan. Ik wil, zonder iemand nadeel aan te doen, een paar vrijwilligers in het bijzonder noemen. Zo zijn in het najaar Diederik Post en Herman van de Hatert door de ochtendgroepen in het zonnetje gezet voor hun inzet om het clubhuis draaiende te houden. In 2024 heeft Ellen van Luenen de redactie van de Roadie overgedragen aan Elly Burgering. Nogmaals heel veel dank aan Ellen!

Beleidsplan

In 2024 hebben we gewerkt aan het beleidsplan. In de ALV van november hebben we de laatste discussie met de leden gehad. Zodat het in de ALV in het voorjaar van 2025 formeel kan worden vast gesteld. Intussen zijn we al begonnen met de uitvoering ervan. Zo zijn de voorzitter en secretaris van RRZ ook voorzitter en secretaris van Eswaz geworden. En zijn we, in bescheiden mate, begonnen met de modernisering van het clubhuis.

Bert Bos Memorial

In 2024 zijn Marcel Dusoswa en Myrthe Koning begonnen met de organisatie van de NoordAaPolderLoop (NAPL). Omdat er heel weinig tijd was is besloten de loop in februari 2025 alleen voor clubleden en introducés te organiseren als de Bert Bos Memorial. En voor de eerste keer ook als wandelevenement. Het was zeer geslaagd met een hoge opkomst. We kijken uit naar de NAPL in februari 2026.

Beweegpark

Het Beweegpark is een initiatief van enkele leden van onze vereniging, maar staat formeel los van de vereniging. Het is een aparte stichting, met eigen inkomsten en uitgaven etc. Er wordt veel gebruik gemaakt van het beweegpark. Soms maakt het beweegpark gebruik van ons clubhuis, bijvoorbeeld als er een dag voor MBO-leerlingen wordt georganiseerd. Wij staan achter het beweegpark, maar omdat het gebruik van het clubhuis soms tot discussie leidde zijn er in 2024 duidelijke afspraken over gemaakt.

Eswaz

In december 2024 zijn de voorzitter en de secretaris van RRZ ook formeel voorzitter en secretaris van Eswaz geworden. Dit is weliswaar geen fusie, maar is het verschil tussen beide organisaties is nog kleiner geworden. In augustus 2025 zullen de vloeren in de douches gerenoveerd worden ook de CV en warmwatervoorziening zijn aan vervanging toe.

Sponsoren

In de loop van 2024 heeft Spark besloten onze vereniging niet langer te ondersteunen omdat zij er onvoldoende meerwaarde in zagen. De andere sponsors zijn ons trouw gebleven:



Starshoe Zoetermeer



Reijke Schoonmaakdiensten



Lex van Wijk Hoveniers



Van Rijn Stuc, tegel- en onderhoudswerk.

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. Wouter Sanders heeft halverwege het jaar groep 1 en 2 overdragen aan Jan van Rijn. Er is een assistent trainerscursus verzorgd, waardoor het (assistent-) trainerscorps is versterkt met een grote groep assistent-trainers. Wat we wel zien is dat groep 7 nog steeds een tekort aan assistent-trainers heeft.

In 2024 is Skitz Fijan, trainer van Groep 6, geslaagd voor de cursus BasisLoopTrainer3 van de atletiekunie en later in 2024 is Ron Koning, trainer van groep 4, begonnen aan dezelfde cursus.

Heel fijn dat we er met Skitz weer een extra door atletiekunie gecertificeerde trainer bij hebben.



Dankzij het beter afstemmen van de trainingen van de groepen 4 en 5, is een stroom ontstaan tussen beide groepen van hardlopers (in beide richtingen).

Een grote groep heeft de Marathon in Rotterdam gelopen, het aanvullende marathontrainingsschema werd uiteindelijk door 8 lopers uit groep 3 en verscheidene groep 1/2 lopers gevolgd en met succes afgerond; allemaal hebben ze de marathon uitgelopen.

Mede dankzij deze succesvolle deelname van een groot aantal hardlopers uit verscheidene groepen bij de marathons (voornamelijk in Rotterdam) in 2024, gaat er in 2025 een recordaantal lopers trainen voor de marathon.

De Geuzenloop clinic werd door trainers ondersteund (Wouter Sanders, Joost Breijer, Victor Roumimper en Ben Brinkel) 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. Na het eindigen van de beginnerscursus lopen de beginners nog 12-13 weken in de overgangsgroep 8. Doel is een 10 km loop en een zachte landing van de lopers in de andere groepen

Door trainers werd een succesvolle seizoen opening en Nieuwjaars loop georganiseerd samen met de wandelaars. We zijn blij te zien dat er weer steeds meer lopers bij de trainingen aanwezig zijn en dat er ook een verjonging plaatsvindt.

De technische commissie hardlopen (TCH), waarin alle hardloop groepen vertegenwoordigd worden door hun trainer, vergadert om de twee maanden om te bespreken hoe het we het hardlopen binnen de vereniging nog beter en leuker kunnen maken.

Voorbeelden van algemene opleiding van ons trainer corps inclusief alle assistent-trainers zijn:

- In het najaar is voor de (assistent)-trainers een (bijscholing)cursus 'Trainingsschema's maken' gegeven door een gediplomeerd trainer van de Atletiek Unie, waar veel trainers en assistent-trainers uit alle groepen aanwezig waren.
- Aan het eind van het jaar zijn er voor alle (assistent)trainers weer 2 Reanimatiecursussen georganiseerd.
- Ook dit jaar is begin november de looptrainers dag in Papendal door (assistent)trainers goed bezocht. Een evenement waar jaarlijks meer dan 1000 hardlooptrainers samenkomen, waar verschillende workshops zijn gevolgd.

Het up-to-date maken van een jaarplan (Jaarplan 2025) is besproken en zal begin 2025 verder uitgewerkt worden door Jan van Rijn, en daarna gepubliceerd worden op de Website.

Technische commissie wandelen

De wandelgroepen blijven gestaag groeien. Er zijn in 2024 twee kennismakingcursussen gehouden. In maart een verkorte cursus, waarbij van de 3 deelnemers 2 lid zijn geworden. In september deden er 17 deelnemers mee, waarvan we 10 deelnemers konden verwelkomen als lid. Ook zien we hardlopers aansluiten, soms omdat iemand geblesseerd is of stopt met hardlopen, maar ook omdat het gewoon gezellig is om naast het hardlopen te wandelen. Hierdoor komt de verbinding tussen wandelaars en hardlopers steeds natuurlijker tot stand.

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 2024 zijn er op de maandag-, woensdag-, vrijdag- en zaterdagochtenden en

de maandag- en woensdagavonden training aangeboden. De maandagavond is daarmee in 2024 een vaste wandelavond geworden

Vierwekelijks hebben we op zaterdagmorgen mooie wandelingen gemaakt. Er ontstaan wat tradities zoals de jaarlijkse wandeling van Den Haag naar Zoetermeer.



(Verjaardag vieren van Jos tijdens de wandeling van Den Haag naar Zoetermeer)

Maar ook de Reeuwijkse plassen, Meijndel, de weilanden rond Hazerswoude zijn weer bezocht. De wandelafstanden variëren van 6 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.

Wederom hebben we 'Rondom Zoetermeer' gelopen. Een route van 30 km over de grenzen van Zoetermeer. Het was weer een gezellige dag, waarbij menig wandelaar (-ster) ook zijn/haar eigen grenzen heeft verlegd.



Rondom Zoetermeer

Zeker het vermelden waard: vanuit de wandelgroep is een stevige bijdrage geleverd aan de Geuzenwandeltocht. Met 613 deelnemers een groot succes! Veel wandelaars hebben meegedaan aan de Linschotenloop en -wandeling. Met z'n allen vroeg in de ochtend met de bus naar Linschoten. Na afloop in een vol clubhuis hebben we genoten van de traditionele erwtensoep.

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 zijn er met Pasen en Kerst brunches georganiseerd die druk bezocht werden.

De groep wandelbegeleiders is stabiel. Door blessures en vakanties is er soms wat geïmproviseerd maar altijd was er voldoende begeleiding om de wandelingen door te laten gaan.



(Gewoon omdat het kan, Kaapse bossen bij Doorn)

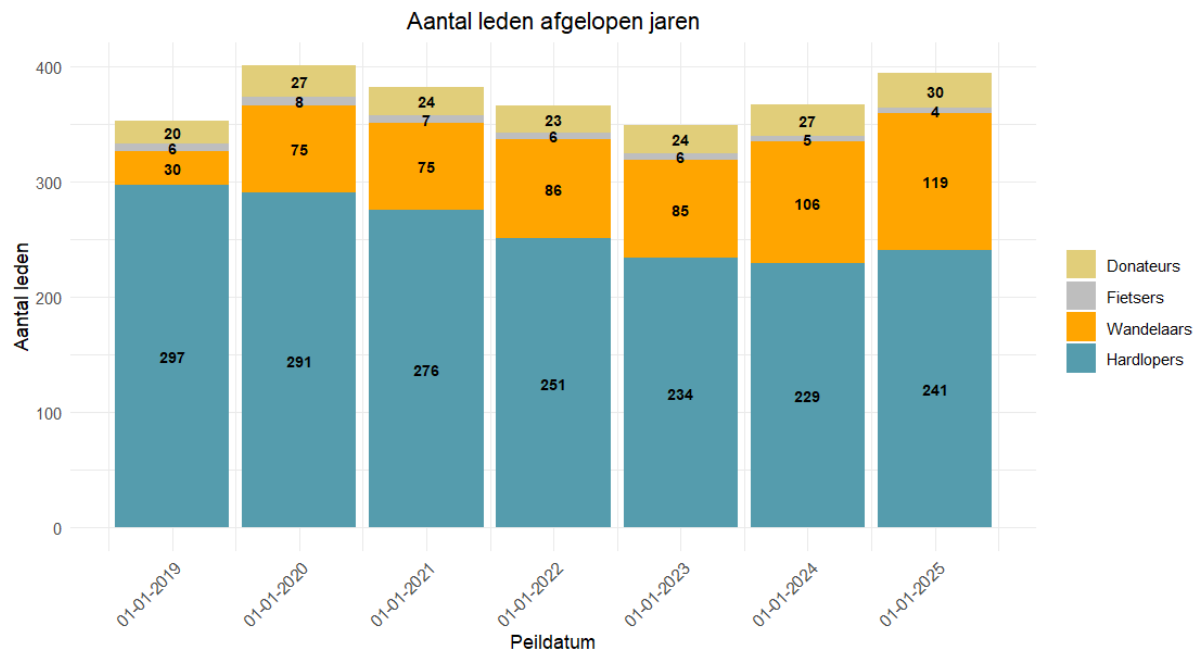
Onze leden

Jaarlijks doen we een analyse van het actuele ledenbestand.
Onderstaande gegevens zijn gebaseerd op de data per 1 januari 2025.

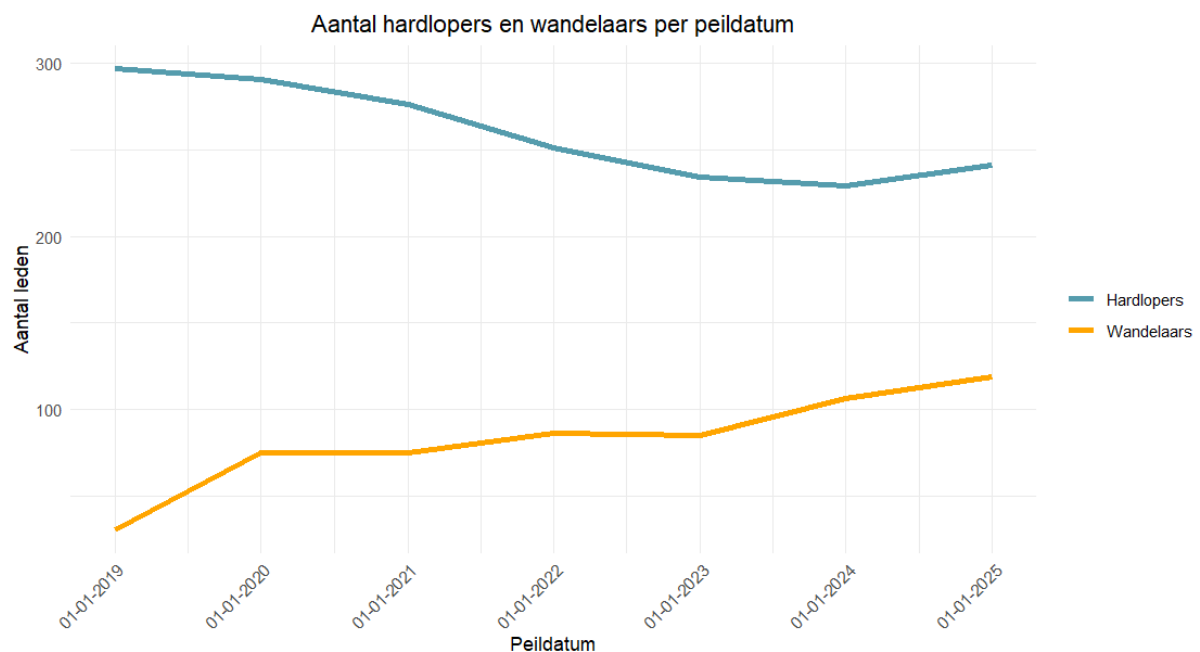
In de eerste grafiek zien we in een oogopslag dat in de groepen donateurs, wandelaars én hardlopers het aantal leden is gegroeid.

Het aantal fietsers daalde van 5 naar 4.

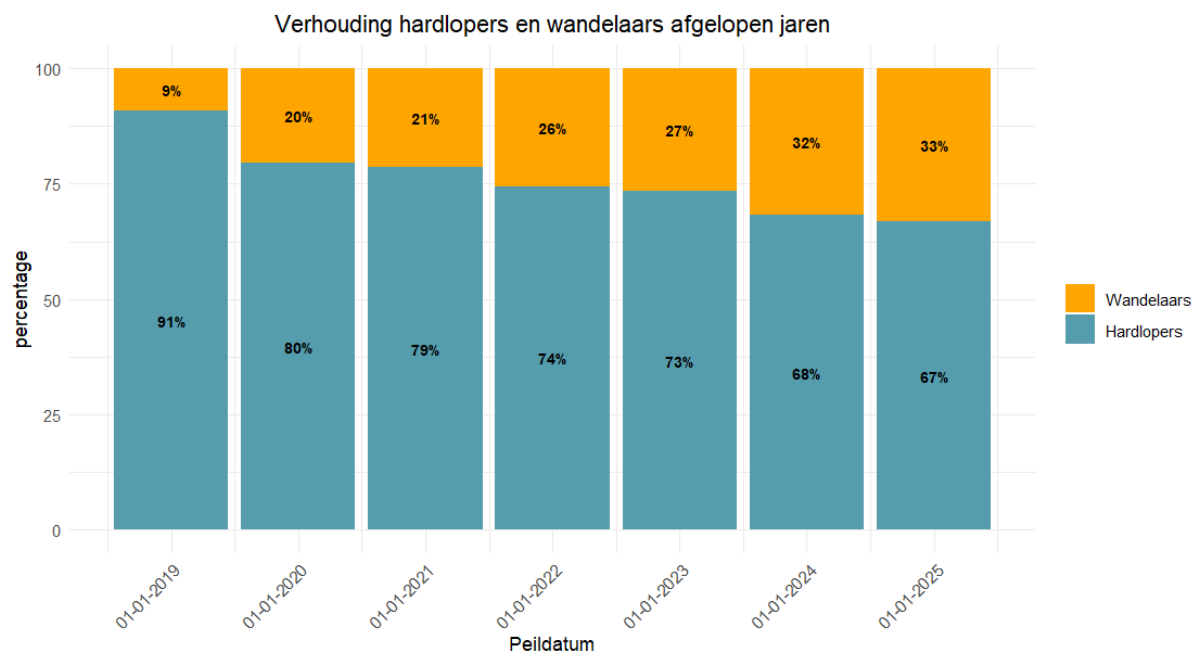
Het totaal aantal leden per 1 januari 2025 was 394. Dat is 27 leden meer dan op 1 januari 2024. En nog maar 7 leden minder dan in het RRZ-topjaar 2020!



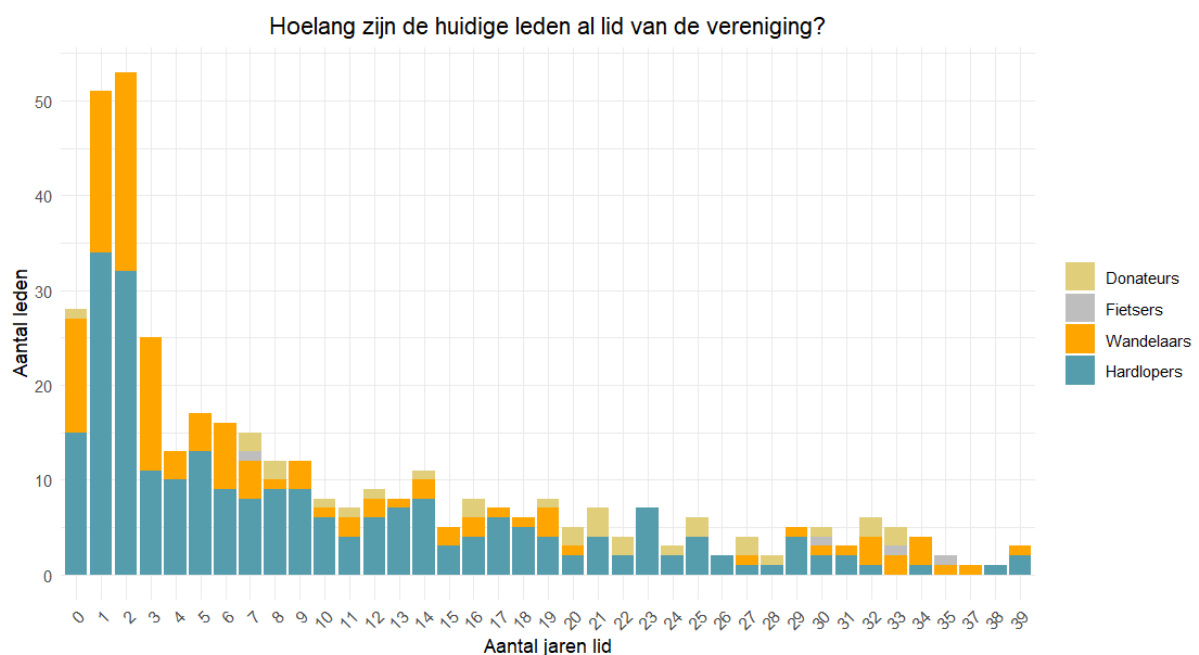
Waar het aantal wandelaars steeg van 106 naar 119, steeg het aantal hardlopers ook, en wel van 229 naar 241. Dus terwijl de stijging van het aantal wandelaars is doorgezet, is de daling van het aantal hardlopers - met 5 leden in 2023 - in 2024 omgezet in een stijging van 12 leden. Dit is mooi te zien in de volgende grafiek.



Nog steeds groeit het aantal wandelaars verhoudingsgewijs iets harder dan het aantal hardlopers, maar in 2024 is dit verschil in groei minder groot dan voorgaande jaren.

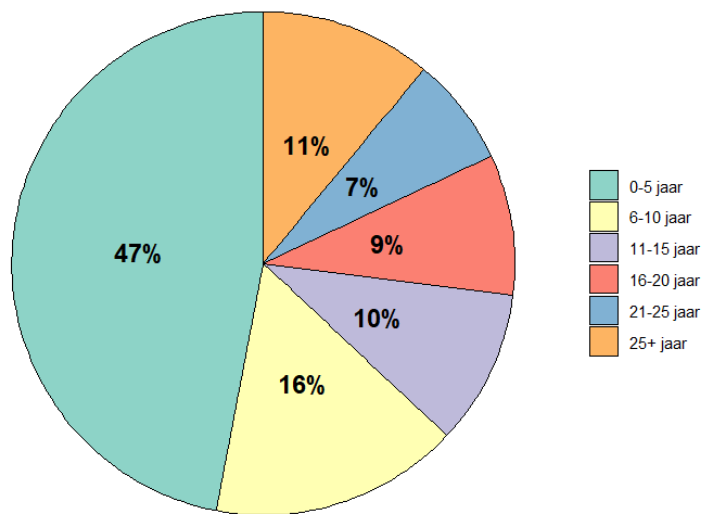


De grafiek lidmaatschapsduur geeft net als in 2023 het beeld van een grote groep leden die korter lid zijn dan 5 jaar. Het blijft een uitdaging om deze leden vast te houden.

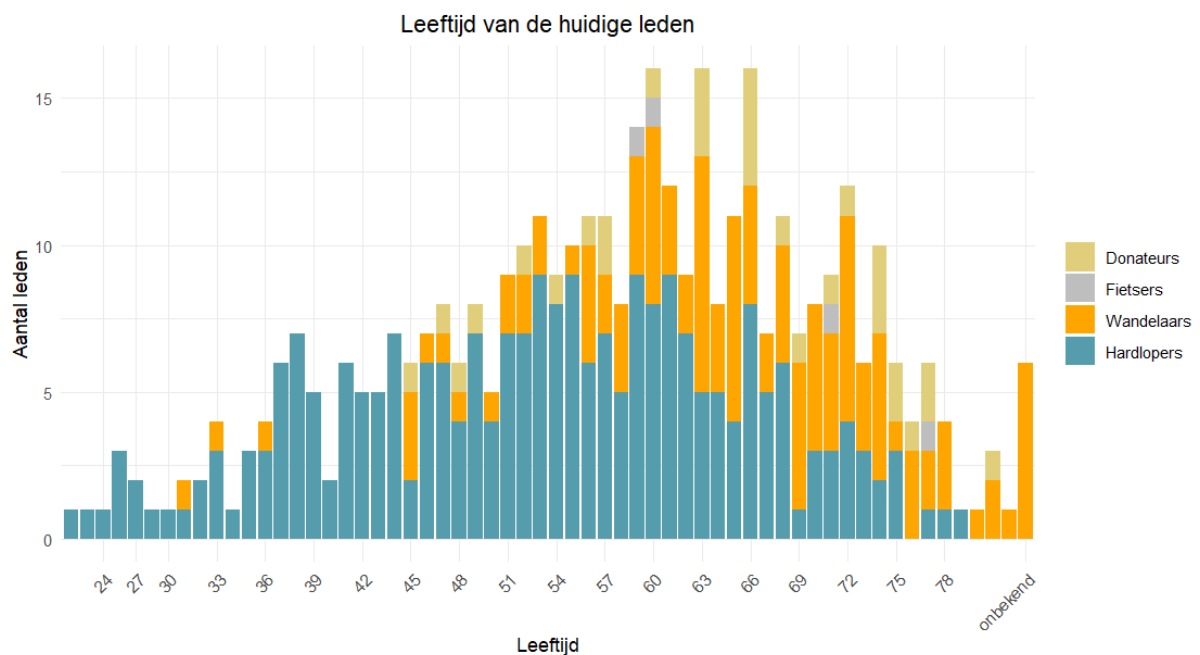


In onderstaande cirkeldiagram is dit nog duidelijker te zien.

Hoelang zijn de huidige leden al lid van de vereniging?



De gemiddelde leeftijd ligt rond de 60 jaar en bij de hoogste leeftijden zijn er meer wandelaars dan hardlopers.



Uitdaging voor de vereniging is om naast het werven van nieuwe leden, onze nieuwe leden vast te houden.

Barcommissie

Het clubgebouw vormt een mooie ontmoetingsplek.

Net als in 2023 werd het clubgebouw in 2024 regelmatig verhuurd aan leden. Het clubgebouw is nog steeds in trek.



Plan was om in 2024 feedback te vragen aan de huurders, om te bezien of daar lering uit getrokken zou kunnen worden. Deze uitvraag heeft niet veel opgeleverd. Misschien doen we het al heel goed?

Het feestje op de avond voor Hemelvaart was weer een geweldig succes, op de Geuzenafterparty was het weer gezellig druk en rondom Kerst werd aan de mensen wederom een beetje warmte van de Roadrunners meegegeven.

Al met al kijkt de barcommissie terug op een mooi een warm 2024 en wordt er uitgekeken naar een succesvol en gezellig 2025.

Communicatie naar de leden

De Roadie is een belangrijk onderdeel van de vereniging en is de manier om de betrokkenheid onder de leden te vergroten. Deze komt drie à vier maal per jaar uit. Na 15 jaar redacteurschap heeft Ellen van Luenen eind 2024 haar laatste Roadie verzorgd. Onder het kopje Roadie doet zij nog een laatste keer verslag over het afgelopen jaar

Om tussen uitkomen van de Roadie informatie met de leden te delen, wordt er een digitale Roadiemail verstuurd. Deze wordt gemiddeld genomen door 80% van de leden geopend/gelezen.

Op de website communiceren we niet alleen voor de leden, maar ook voor de geïnteresseerden.

We hebben inzichtelijk welke pagina's op de website worden bezocht.

Paginatitel en schermklasse ▾		↓ Weergaven	Actieve gebruikers
Totaal		40.099 100% van totaal	16.750 100% van totaal
1	Road Runners Zoetermeer	9.638	5.278
2	3Plassenloop – Road Runners Zoetermeer	4.563	2.727
3	Kennismakingscursus wandelen – Road Runners Zoetermeer	2.502	2.217
4	Inloggen als lid – Road Runners Zoetermeer	2.352	751
5	Informatie lidmaatschap en aanmelden – Road Runners Zoetermeer	1.408	883
6	Clubblad – Road Runners Zoetermeer	1.397	1.119
7	Kennismakingscursus Hardlopen – Road Runners Zoetermeer	1.331	1.176
8	Barrooster en clubhuisagenda – Road Runners Zoetermeer	930	196
9	Hardloopcursus wedstrijden – Road Runners Zoetermeer	858	742
10	Linschotenloop 2024 – Road Runners Zoetermeer	820	768

Vergelijk je deze cijfers met die over 2023, dan zie je een verdubbeling van het aantal actieve (unieke) gebruikers van 7.279 naar 16.750. Ook hier zie je de maandelijkse 3Plassenloop zorgen voor veel verkeer naar onze site.

In 2024 hebben we 4 campagnes op Facebook gevoerd om mensen te interesseren voor onze cursussen: in het voorjaar voor het wandelen, in de zomer voor de Geuzenclinics en in het najaar voor de hardloopcursus en het wandelen. De campagnes worden vanuit Facebook uitgerold, waarbij automatisch ook berichten op Instagram worden doorgeplaatst.

In totaal hebben we 73.441 personen bereikt met ons bericht en daarbij is 2.917 keer geklikt naar de site. Niet bij elke klik komt er ook een deelnemer voor een cursus, maar dit is wel de basis om onze boodschap uit te dragen. De campagnes voor de Geuzenclinic waren relatief het goedkoopst, omdat deze massaal gedeeld is door de leden en ook door het account van de Geuzenloop zelf. In totaal hebben we een kleine 290 euro uitgegeven om reclame te maken voor onze cursussen.

Roadie

De Roadie verscheen in 2024 drie keer; in maart, juli en november. Het magazine omvat rond de 30 pagina's. De Roadie is een waardevolle toevoeging voor de club. In het magazine is aandacht voor aankomende evenementen, terugblikken op evenementen, mijlpalen, achtergrondinformatie over wandelen en hardlopen en bijzondere gebeurtenissen.



Voor en door de leden

Zo was er in 2024 aandacht voor het afscheid van een assistent trainer, een lid die sportpenning heeft ontvangen voor inzet voor het beweegpark, de vaste fotograaf die zijn 200ste 3Plassenloop in beeld bracht en leden die de opleiding basis looptrainer diploma hebben behaald.

Vanzelfsprekend was er ook aandacht voor het overlijden van oprichter Albert Bos en twee (oud)-leden die zijn overleden. Op de voorlaatste pagina is altijd ruimte voor de rubriek Leuk. Waarin een lid in een aantal korte statements 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.

In het laatste nummer van 2024 is een nieuwe rubriek de doeners opgestart waarin vrijwilligers aan het woord zijn. Vaste rubrieken 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 al 21 jaar onder zijn hoede heeft.

Afspiegeling van een actieve vereniging

Er is veel aandacht voor clubactiviteiten zoals de 3Plassenlopen, de memorabele nieuwjaarsloop in de blubber en de kou, de klassieker rond de opening van het seizoen, de

kennismakingscursussen wandelen en hardlopen en de jubileumeditie van de Geuzendag met de Geuzenloop en Geuzenwandeltocht.

Er zijn artikelen verschenen met achtergrondinformatie over hardlopen en wandelen. Artikelen over ouder worden en trainen, het belang van core training en hardlopen en wandelen onder verschillende weersomstandigheden.

De Roadrunners is een actieve vereniging en dat lees je terug in de Roadie in allerlei verslagen en fotoreportages van wedstrijden, georganiseerde wandeltochten of weekenden weg met elkaar. In de edities van 2024 staan artikelen over de circuitrun met deelname in zelfontworpen shirts, deelname aan de Roparun, een sportief weekend in de Ardennen, de smokkelaarstrail in Brabant, de Dutch Mountain Trail in Limburg, de Halve van Leiden, de Marathon van Rotterdam, de Midzomerloop in Bleiswijk en het verslag van het UDJMT-weekend. Dit staat voor Uitrusten Doe Je Maar Thuis. Een initiatief van een aantal actieve dames die elk jaar met elkaar een weekend op stap gaan.

Ook is er aandacht voor leuke wandel en hardloop tips in onze nabije omgeving zoals de Groene kathedraal in Hazerswoude en het Bommelmuseum in Zoeterwoude.

Historie van de vereniging en de Roadie

In 2024 zijn we ook de geschiedenis ingedoken van de vereniging. De eerste aanleiding was de sloop van het gebouw van Muldersport. Dit is de plek waar de Roadrunners zijn begonnen. De tweede aanleiding was het afscheid van de hoofdredacteur van de Roadie na 20 jaar. Een mooie gelegenheid om terug te kijken op het bestaan van 37 jaar Roadie en te lezen hoe het blad is veranderd van een zwart wit stencil naar een kleurrijk magazine (in PDF formaat).

Geuzendag Zoetermeer – een editie om trots op te zijn!

Een nieuwe start

In januari 2024 was de aftrap voor de Geuzenloop en het Geuzenwandelen. Uit de evaluatie van de keer ervoor hadden we al geleerd dat we elkaar zouden versterken als de organisatie van de Geuzenloop en het team van het Geuzenwandelen nauwer met elkaar zouden samenwerken. Het was een nieuwe opzet en we hadden er zin in.

In de eerste periode stelden we ons de doelen:

- We wilden met plezier het evenement organiseren
- We wilden er een succes van maken door groei van het aantal deelnemers en door de 20^e editie van de Geuzenloop te vieren.
- Ook wilden we nieuwe dingen proberen. Met name wilden we de scholenrun een oppepper geven. Ook wilden we vergroenen en het sociale element versterken, al wisten we nog niet hoe.

Hoewel we een ervaren ploeg hadden was het zeker geen routine. De organisatie van de Geuzendag was ermee gestopt, waardoor de overkoepelende zaken, zoals de aanvraag van de vergunning en het beheer van de website bij ons terecht kwam. We zagen het als een nieuwe start, waarbij we het evenement op eigen kracht een succes zouden maken.

Een vliegende start

Vol goede moed gingen we aan de slag. De website werd volledig herzien en we namen een nieuw logo in gebruik, met een hardloper en een wandelaar. Erik van Leeuwen ging op zoek naar sponsors. Dit was aan het begin een uitdaging, maar uiteindelijk had hij de sponsors voor alle afstanden rond en had hij ook de overige sponsors op orde.

Voor de komende twee jaren zochten we een nieuw goed doel.

Vanuit de organisatie van de Geuzenwandeltocht kwam de suggestie om het hospice Zoetermeer hiervoor te benaderen. Na een bezoekje aan deze mooie organisatie werd dit inderdaad als goed doel voor 2024 en 2025 gekozen.



Op 1 mei opende de inschrijving. Onze communicatieman Sjors van den Broek kwam op het idee om de eerste 250 inschrijvers extra korting te geven. Dit werkte geweldig goed. Binnen 3 dagen hadden we dit al bereikt, waardoor we een vliegende start hadden.

Om de scholenrun op de kaart te zetten vonden we een nieuwe sponsor die het evenement wilde ondersteunen. We maakten een poster gericht op de scholenrun en gingen daarmee de middelbare scholen af. Ook verplaatsten we de scholenrun van de 5Km naar de hele mijl.

Om te vergroenen besloten we een houten medaille uit te gaan geven. We hebben nog even overwogen om de medaille optioneel te maken, maar daar zagen we uiteindelijk vanaf. Bij de editie 2023 hadden we geprobeerd om Running blind te interesseren voor de Geuzenloop en het Geuzenwandelen. Dat leverde toen niks op, maar nu werden we door henzelf benaderd. Blijkbaar waren ze ons niet vergeten.

Ga naar de start!

De laatste maanden volgden de werkzaamheden elkaar steeds sneller op. We kregen de gelegenheid om een poster van de Geuzenloop in de swingborden van de Albert Heijn filialen in Zoetermeer te laten plaatsen. Ook hebben we in een kraampje in de Albert Heijn in Rokkeveen gestaan. Albert Heijn sponsorde de drank aan de finish.

Victor Roumimper, Anne Marie Lolkema en Sandra Blauw gingen op zoek naar vrijwilligers. Dit ging goed. Natuurlijk is het altijd een grote klus, maar de bemensing was eerder rond dan de voorgaande jaren.

Arie Perfors had als parcourscoördinator veel werk. Het was al aangekondigd dat in de zomer en herfst van 2024 de eerste Stationsstraat in delen opengebroken zou zijn, maar de detailplanning was niet bekend. We waren met name bang dat op het moment van de loop de opbreking op of kort na de start zou zijn. Uiteindelijk viel dit allemaal mee. Een groter probleem was, dat de route door het Balijbos niet gesnoeid was en dat de tunnel tussen het Westerpark en de Nieuwe Driemanspolder grotendeels open lag, waardoor de auto's over het fiets en voetpad moesten. Het snoeien in het Balijbos lukte nog, maar het was te gevaarlijk om toch door de tunnel te gaan. Daarom heeft Arie een week van tevoren de route aangepast.



Arie zorgde ook voor allerlei andere zaken, zoals de medailles en een handdoek voor de lopers om de 20^e editie te vieren.

Ondertussen was ook weer een Geuzenclinic van start gegaan. Wouter Sanders, Joost Breijer en Kjeld Folst begeleidden dit en ze hadden een leuke ploeg lopers bijeen gehaald.



Eugenie Hofwijks en Laurens van den Splinter verwerkten de inschrijvingen. Vooral de inschrijvingen van de teams waren een hele puzzel. Toen we de startnummers hadden besteld kwamen nog zoveel teaminschrijvingen binnen dat we nog extra startnummers moesten bijbestellen. Een week van tevoren waren we op alle afstanden volledig uitverkocht.

Klaar voor de start

29 september 2024: Race day! De eerste appberichten kwamen om 6 uur 's morgens al binnen. John Suijker en Arno Disser waren al bezig met het uitzetten van het parcours. Ook de wandelaars waren volop actief. De voorbereidingen van de afgelopen periode betaalde zich uit. Het was een geoliede machine. Uiteindelijk waren er meer dan 150 vrijwilligers in actie. We hadden geluk met het weer, waardoor de sfeer opperbest was. We hadden 1984 inschrijvingen, een record voor de Geuzenloop.

De start van de volwassenenlopen was een emotioneel moment. Albert Bos was kort daarvoor overleden en ter nagedachtenis was een team van de nabestaanden aanwezig. Michael Jurriaans, de voorzitter van de Road Runners Zoetermeer, hield een korte toespraak en daarna was een moment stilte. De nabestaanden hadden een team voor de 5 Km opgesteld en een kleindochter van Albert Bos gaf het startschot op die afstand. Al met al was dit een heel waardige wijze om zo de oprichter van onze club te herdenken.

Met twee nieuwe parcoursrecords, blijde mensen met medailles om hun nek, geen incidenten en moe maar voldane vrijwilligers, was dit een editie om trots op te zijn. We kijken uit naar de 21^e Geuzenloop in 2025.

Geuzenwandeltocht

Net als vorig jaar waren de weergoden ons gunstig gestemd op deze 29^e september. Fantastisch wandelweer zorgde voor honderden enthousiaste wandelaars. Bij het uitpijlen van de routes de dagen daarvoor was het weer wel even anders en was een goede regenjas onontbeerlijk.

Op de dag zelf was de organisatie al vroeg uit de veren om met elkaar de finishtent op te zetten en daarna de inschrijftafels in het CKC in gereedheid te brengen. Wat schetste onze verbazing dat de eerste fanatieke wandelaars al rond 08.00 uur in het CKC stonden te trappelen, terwijl de start van de wandelingen gepland was vanaf 09.00 uur ... Gelukkig was er koffie!



Dit jaar werden de wandeltochten (5, 10 (nieuw!), 15 en 25 km) voor het eerst georganiseerd door de Road Runners Zoetermeer (RRZ) en Sportief Wandelgroep Zoetermeer (SWZ) samen. Met een groot succes als resultaat. Jong en oud heeft genoten. Deelnemers kwamen van dichtbij, maar ook van ver. Er kwam zelfs een touringcar vol wandelaars uit Etten-Leur 😊.

Ook veel cliënten van Ipse de Bruggen wisten de weg naar de start van een van de wandeltochten te vinden en zij genoten met volle teugen van spelletjes onderweg, een traktatie en een presentje achteraf.

Al met al een zeer geslaagde dag met zo'n 600 enthousiaste wandelaars. Meer dan een verdubbeling ten opzichte van 2023! Nou, dat schept verplichtingen voor de organisatie van de volgende keer!



3Plassenloop

Eén van de evenementen die terugkomen bij de Road Runners op de laatste zondag van iedere maand is de 3Plassenloop, welke steeds door ongeveer 20 vrijwilligers van de Road Runners wordt bemand.

Alleen in september niet, want dan vindt de Geuzendag plaats, waarbij een groot aantal vrijwilligers, ook die van de 3Plassenloop, belangeloos betrokken zijn.

Het door de Atletiek Unie gecertificeerde parcours van 5 km staat bekend als een veilig, verhard en zeer snel parcours waarop menig loper en loopster zijn Persoonlijk Record heeft kunnen verbeteren. In een schitterende omgeving langs de Zoetermeerse-, Noord Hovense- en Benthuiserplas, met minimale hoogteverschillen.

De 3Plassenloop is inmiddels niet meer weg te denken uit de lijst der activiteiten van de vereniging.



In 2024 werden weer prachtige snelle tijden gelopen tijdens deze prestatie-loop. Bij de heren werd een gedeelde snelste tijd van 16.07 door Michel Vrolijk (december) en door Henk Bregman (oktober) gelopen, een ware prestatie. Bij de dames werd een snelste tijd gelopen van 21.03 door Aukje Spruyt, eveneens een prachtig resultaat.

De 3Plassenloop is en blijft een open prestatie-loop, die voor eenieder toegankelijk is en zich niet beperkt tot leden van de Road Runners. De minimale leeftijd is door het bestuur op 12 jaar gesteld.

Voor de deelnemers van de Kennismakingscursussen is deze prestatie-loop iedere keer weer een mooie proeve van bekwaamheid, als afsluiting van het traject.



Kijken we naar het aantal deelnemers, dan waren de maanden van mei t/m augustus favoriet met gemiddeld 60 lopers. En een uitschieter in november met 52 lopers, vanwege het op het laatste moment afgelasten van een andere loop.

De maanden januari t/m april waren het minst favoriet. Een oorzaak hiervoor waren waarschijnlijk de weersomstandigheden, met lage buitentemperatuur en guur weer.

Via het Streekblad welke wordt bezorgd in de omgeving van Zoetermeer werd iedere keer weer ruchtbaarheid gegeven aan de loop. Iedere donderdag vóór de prestatieloop wordt ze aan de inwoners gemeld.

In 2024 waren wij weer in de gelukkige omstandigheid, dat de 3Plassenloop altijd doorgang kon vinden, waarbij ook de schare aan vrijwilligers altijd aanwezig was om alles in juiste banen te leiden. Zonder hen zijn de diverse activiteiten niet mogelijk.

Dit jaar mochten wij helaas diverse scholen en instanties wat minder begroeten.

	jan	feb	maart	april	mei	juni
Aantal lopers	21	24	14	32	68	50
Snelste tijd heren	19:54	18:23	23:15	19:13	18:33	16:52
Snelste tijd dames	21:49	27:11	24:00	23:23	22:45	21:43

	juli	aug	sept	okt	nov	dec
Aantal lopers	67	55		42	52	15
Snelste tijd heren	16:49	18:06		16:07	16:15	16:07
Snelste tijd dames	21:03	23:01		22:05	24:55	27:48

Overzicht aantal lopers en prestaties 2024

De Vertrouwenscontactpersoon

Binnen onze vereniging wordt veel waarde gehecht aan een veilige en respectvolle omgeving voor al onze leden. Daarom is er een vertrouwenscontactpersoon (VCP) aangesteld, bij wie leden terechtkunnen met vragen, zorgen of meldingen over grensoverschrijdend gedrag, zoals pesten, discriminatie of (seksuele) intimidatie. Hoewel een melding niet anoniem gaat, is het wel zo dat hetgeen besproken wordt tussen de melder en VCP kan blijven.

Onze VCP is Dianne Spanjers, zij is opgeleid voor deze taak.



In het afgelopen jaar is zij een aantal keren benaderd door het bestuur voor een vertrouwenskwestie. Hiervoor is verschillende keren contact geweest tussen het bestuur, een lid van onze vereniging en de VCP en is een artikel gepubliceerd in de Roadie. De vereniging blijft zich inzetten voor een veilige sport- en verenigingscultuur door middel van preventieve maatregelen, zoals de gedragscode voor barmedewerkers en beleid met aandacht voor alle groepen binnen de vereniging. Voor leden die ergens mee zitten of vragen hebben is Dianne bereikbaar via 06-41822588 of vcp@roadrunnerszoetermeer.nl. Uiteraard kan je haar ook altijd even aanschieten wanneer je haar ziet in het clubgebouw.

Een vereniging doe je met elkaar

Zonder vrijwilligers geen vereniging!

Road Runners is een vereniging met veel actieve lopers, wandelaars en fietsers. Veel van deze mensen waren ook in 2024 actief als vrijwilliger, en dat is iets waar we met elkaar zuinig op moeten zijn. Zonder vrijwilligers geen goed onderhouden gebouw, geen gevulde drankkasten en geen zonnepanelen op het dak. Geen trainingen, geen hardloophwedstrijden met bus en erwtensoep, geen vierdaagse-training met napret. Aan een evenement als de Geuzenloop werken minstens 100 leden als vrijwilliger mee, en vaak ronselen ze ook hun puber, de buurman of een vriendin om mee te helpen. De Drieplassenloop draait zonder al te veel poespas iedere maand met een vaste club mensen een gezellige zondagochtendloop in elkaar, en zelfs aan de Noord Aa Polderloop wordt weer gewerkt. Vrijwilligers: ze zijn onmisbaar!



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; al weten we zeker dat er foto's van onze huisfotografen Edwin Adams en Wim Bras bij zijn. 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; de foto zal zo snel mogelijk verwijderend worden.

