

Beleidsplan Loopgroep Codac 2023-2026



CONCEPT

Inhoud

Voorwoord	2
De vereniging	3
Historie	3
De vereniging anno nu	3
Kernwaarden	4
Onze visie en missie	4
Huidig beleid en evaluatie	5
Interne / externe analyse (SWOT)	7
Nieuw beleid en uitvoering	8
Bijlage: Uitkomsten enquête	13

CONCEPT

Voorwoord

Beste lezer,

Voor u ligt het beleidsplan 2023-2026 van de Loopgroep CoDac, als hardloop en wandel vereniging met trainingslocaties in Coevorden en Dalen. Loopgroep CoDac is in 1985 opgericht en bestaat inmiddels ruim 35 jaar.

Als vereniging richten wij ons voornamelijk op zowel het recreatief als sportief hardlopen en wandelen waarbij we een omgeving creëren waarop een ieder op zijn eigen niveau kan presteren en waarbij het loopplezier voorop staat. Daarmee is “Loopgroep Codac is DE loopgroep voor Coevorden en Dalen waar gezelligheid en prestatie samen gaan”.

Het vorige beleidsplan dateert alweer van enige tijd geleden (2010 en actualisatie in 2016). Mede daarom is het goed om opnieuw de koers en de inzet te bepalen.

Zonder al te ver naar het recente verleden te kijken hebben we te maken gehad met een uitzonderlijke periode in 2020-2021 vanwege de Covid-19 pandemie. Ter bestrijding van de pandemie golden er vergaande maatregelen. Onderdeel van deze maatregelen was de beperking van het in groepsverband sporten, waardoor het in deze periode niet mogelijk was om gezamenlijk te trainen en dan wel met een beperking van het aantal mensen. Dit is getracht zo goed mogelijk op te vangen door het digitaal aanbieden van het trainingsprogramma voor het wandelen en hardlopen. Gelukkig ligt de Covid-19 pandemie inmiddels achter ons ondanks dat Covid nog steeds aanwezig is.

Onze loopgroep heeft de afgelopen jaren te maken gehad met een daling van het aantal leden, veroorzaakt door verschillende factoren waaronder verhuizing, vergrijzing, overlijden en Covid-19. In dit beleidsplan wordt er dan ook in belangrijke mate aandacht aan ledengroei en ledenbehoud. Daarnaast willen we als vereniging onderzoeken op welke vlakken we de samenwerking met andere verenigingen kunnen zoeken met als doel om elkaar te versterken.

Het beleidsplan geeft als vereniging richting waar we naar toe willen gaan, welke doelen hierbij horen en op welke manier we deze willen bereiken. Een belangrijk onderdeel hierin is de uitkomst van de in augustus 2022 gehouden enquête onder de leden. In het hoofdstuk nieuw beleid en uitvoering is zo goed mogelijk getracht de uitkomst van de enquête te vertalen naar nieuw beleid en hierbij passende doelen. Om de geformuleerde doelen te bereiken is de hulp van de leden en vrijwilligers nodig, samen kunnen we zorgen voor de verdere ontwikkeling van de vereniging.

Namens het bestuur.

De vereniging

Historie

Al ruim 35 jaar is loopgroep Codac DE loopgroep in Coevorden en Dalen voor recreanten en recreatieve wedstrijdlopers waar gezelligheid en prestatie samen gaan.

Loopgroep Codac zorgt voor ontspannen (hardloop)trainingen die onder leiding staan van gediplomeerde trainers. Het doel is dat iedereen op z'n eigen niveau deel kan nemen aan de trainingen.

Het stimuleert en motiveert om samen met andere hardlopers en wandelaars aan je conditie te werken en je grenzen te verleggen. Dat kan competitief maar hoeft niet. Het gaat ons vooral om het sociale aspect van gezamenlijk bewegen. Je voelt je geestelijk en lichamelijk fit en dat maakt het hardlopen tot een schitterende sport voor iedereen.

Sinds 2019 bestaat de mogelijkheid om sportief te wandelen onder begeleiding van een wandelcoach. Het is een wandeltraining met een verantwoorde trainingsopbouw. Als activiteit zit het tussen wandelen en hardlopen in.

De vereniging anno nu

De loopgroep kent op het moment van schrijven van het beleidsplan ongeveer 70 leden, waarvan ongeveer 50 hardlopers en 20 wandelaars.

We beschikken over drie gediplomeerde hardlooptrainers en één wandeltrainer (volgens de richtlijnen van de Atletiek Unie / Wandelbond).

Het bestuur bestaat uit een voorzitter, secretaris, penningmeester en webmaster/PR beheerder.

De trainingen vinden 2 keer in de week plaats op de vaste trainingslocaties, voor de hardlopers op de maandagavond en woensdagavond en voor de sportief wandelaars op woensdagavond en zaterdagochtend. Voor de hardlopers wordt er in de zomerperiode 1 keer per maand getraind in de Doaler Tuun op de woensdagavond.

De training locaties voor het hardlopen zijn de Wulp in Coevorden (maandagavond) en Sportpark 't Grootveld in Dalen (woensdagavond). De trainingslocaties voor het sportief wandelen zijn 'Sportpark 't Grootveld in Dalen (woensdagavond). In de winterperiode word er gestart vanaf de Burgemeester Wessels Boerschool in Dalen (woensdagavond) en de Parkschool in Coevorden (startlocatie zaterdagochtend).

Kernwaarden

Bij onze vereniging staan de volgende kernwaarden centraal.

- **Recreatief en sportiviteit**
Of je nou recreatief wilt hardlopen, wandelen of meer prestatiegericht, het kan beiden. Niet het doel op zich is van belang maar het loop- en of wandelplezier is hetgeen wat telt.
- **Sociaal**
Het sociale aspect binnen onze vereniging vinden wij belangrijk, dit draagt bij aan het hardloop- en wandelplezier en draagt daarmee bij aan het welbevinden van onze leden.
- **Veilige omgeving**
We dragen zorg voor een veilige omgeving voor onze leden waarin een ieder op zijn of haar eigen niveau kan deelnemen aan de hardloop- en sportief wandeltrainingen.
- **Iedereen telt mee**
We zijn allemaal verschillend, maar er is in ieder geval één ding dat ons met elkaar verbindt, de interesse voor het hardlopen en of sportief wandelen. Wie je ook bent, hoe jong of oud je ook bent, op welk niveau je ook hardloopt of sportief wandelt bij ons telt iedereen mee.

Onze visie en missie

De visie die onze vereniging heeft is *'De gelegenheid bieden aan onze leden om fit te worden of te blijven door middel van beweging'*.

Dit doen wij door invulling te geven aan onze missie *'Door onze leden in staat te stellen deel te nemen aan een recreatieve en sportieve loopgroep' waarbij we meer mensen op een sportieve, verantwoorde en vooral plezierige manier in beweging willen brengen*". Hierbij is het sociale aspect een van de drijvende krachten achter Codac'.

Huidig beleid en evaluatie

Het huidige beleid was erop gericht om van CoDaC een volwaardige loopclub te maken met behoud van haar eigen unieke karakter en identiteit (2010-2014).

We mogen stellen dat dit gelukt is. CoDaC heeft zich ontwikkeld in een volwaardige loopgroep waarbij naast de aandacht voor hardlopen er een sportief wandelgroep binnen de vereniging is geïntroduceerd.

Vanuit eerdere beleidsplannen is aangegeven dat de (huidige) inzet gericht zal zijn op:

Individualisering van trainingen (periodeschema)

Er is voldoende aandacht voor de individuele wensen en behoeften van de leden in de vorm van de mogelijkheid om buiten de reguliere trainingen om persoonlijke begeleiding te krijgen in de vorm van persoonlijk trainingsschema met als doel persoonlijke doelen te verbeteren.

Trainingsaccommodatie Dalen/Coevorden

Op de locatie Coevorden moeten we de komende jaren rekening houden met uitbreiding van industrie en bedrijvigheid. Door de aanleg van de nieuwe rondweg en de uitbreiding van onder andere Jarola (de Wildkamp) kan dit tot meer verkeersbewegingen leiden. Hierop kan actie vereist zijn in de komende periode. Voor de locatie Dalen is de ontwikkeling van een nieuwe Omnibaan aan de orde. Hierbij moeten we rekening houden met eventuele tijdelijke verhuizing naar een andere locatie mocht de ombouw naar een Omnibaan aan de orde komen.

Informatievoorziening (doorontwikkeling website)

Aan de website is een kalender toegevoegd waarmee activiteiten worden aangekondigd. Daarnaast zal er meer via whatsapp worden gecommuniceerd. Het doel is om 1 centrale app voor heel Codac te gebruiken voor zowel hardlopers en wandelaars. Dit om eventuele miscommunicatie te voorkomen. Hierin willen we een beleid volgen voor alle leden.

Soort vereniging

Codac is en blijft een vereniging waarin loopplezier en sportiviteit de boventoon voeren. Prestaties zijn hiervan onderdeel maar geen doel op zich

Jaarplanning/kalender

Hier wordt opnieuw invulling aangeven binnen dit beleidsplan.

Kleding/tenues vernieuwd (huisstijl CoDac)

Ieder jaar is er de mogelijkheid om nieuwe kleding (na) te bestellen. Het streven is om deze mogelijkheid in het voorjaar te bieden.

Trainingen/begeleiding

Tijdens de trainingen zal meer worden ingezet op persoonlijke begeleiding. De tijd van een standaard programma voor iedereen ligt achter ons en zal worden omgezet naar de mogelijkheid van een meer individuele aanpak. Naast de reguliere training zal er een mogelijkheid komen om individuele wensen kenbaar te maken en zullen onze trainers proberen hier een juiste invulling aan te geven. Ook zullen er thema-trainingen buiten de reguliere trainingstijden worden georganiseerd.

Clinics

In het verleden zijn er diverse Clinics gegeven zonder een overweldigend resultaat. Hier zal niet direct meer op worden ingezet.

CONCEPT

Interne / externe analyse (SWOT)

Een SWOT-analyse, ook wel sterkte-zwakteanalyse genoemd, laat in een oogopslag zien waar kansen liggen voor de vereniging en wat extra aandacht vraagt. SWOT staat voor strengths, weaknesses, opportunities en threats. In een SWOT-analyse (sterkte-zwakteanalyse) worden sterktes en zwaktes van een organisatie aan de kansen en bedreigingen gekoppeld. Met behulp van dit model kan een goede strategie worden bepaald.

In onderstaand overzicht staat de SWOT-analyse van CoDaC omschreven.

	Positieve factoren	Negatieve factoren
Interne herkomst	Sterkten <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sfeer ▪ Gekwalificeerde en ervaren trainers ▪ Goede naam/naamsbekendheid ▪ Recreatief en prestatiemogelijkheden ▪ Locatie ▪ Financieel gezond 	Zwaktes <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ledenopbouw ▪ Onderlinge samenhang tussen wandel- en hardloopteam
Externe herkomst	Kansen <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fitheid en gezondheid worden steeds belangrijker ▪ Populariteit hardlopen en wandelen blijft stijgen ▪ Goedkope en laagdrempelige sport ▪ Clinics om voor een doel te trainen ▪ Sportbeleid gemeente 	Bedreigingen <ul style="list-style-type: none"> ▪ Vergrijzing binnen het ledenbestand. ▪ Concurrent loopgroepen en sportscholen ▪ Online aanbod van wandel en hardloop begeleiding ▪ Sporters willen mogelijk niet aan een vast tijdstip 'gebonden' zijn voor de trainingen. ▪ Niet tijdig kunnen vinden/opleiden van (hulp)trainers

De sterkte-zwakteanalyse dient in dit beleidsplan als middel om de positie, de koers en de strategie van onze vereniging te bepalen.

Nieuw beleid en uitvoering

In het onderstaande nieuwe beleidskader staan de doelen geformuleerd die we als vereniging in de periode 2023 t/m 2026 willen bereiken, hoe we deze willen bereiken en op welk moment we deze doelen in voornoemde periode (2023 t/m 2026) willen bereiken.

Leden(bestand)

Werving nieuwe leden

Wat willen we bereiken als vereniging?

Binnen de tijdsperiode van 2023 t/m 2026 willen we zorgen voor groei van het ledenaantal naar 100 leden eind 2026. Waarbij de doelstelling is om het aantal leden voor het sportief wandelen te verdubbelen ten opzichte van het huidige ledenaantal voor het onderdeel sportief wandelen.

Wat gaan we daarvoor doen?

Het organiseren van jaarlijkse startclinics en clinics voor een specifiek doel voor zowel het hardlopen als sportief wandelen hebben in het verleden niet het gewenste resultaat behaald. Actieve PR via Social Media en gerichte advertenties in regionale media. Ook gerichte trainingen voor een bepaald doel of gezamenlijke elementen met als doel leden te werven zijn meer van toepassing.

Wanneer gaan we dat doen?

Vanaf het voorjaar van 2023.

Wat gaat het kosten?

De geschatte kosten bedragen € 400,- tot € 800,- per jaar.

Verbetering samenhang hardlopers en wandelaars

Wat willen we bereiken als vereniging?

Het verbeteren van de onderlinge (sociale) samenhang tussen de hardloop- en wandelgroep zodat het voor zowel hardlopers als wandelaars laagdrempeliger wordt om naar elkaars groepen door te stromen en we elkaar beter leren kennen.

Wat gaan we daarvoor doen?

Gezamenlijk startmoment van de woensdagavondtraining en het organiseren van informele bijeenkomsten met een sportief karakter om elkaar beter te leren kennen.

Wanneer gaan we dat doen?

Vanaf het voorjaar 2023.

Wat gaat het kosten?

De kosten zijn afhankelijk van het soort informele bijeenkomsten.

Trainingen/prestaties

Structurele krachttraining tijdens de trainingen

Wat willen we bereiken als vereniging?

Het versterken van de lichamelijke kracht van zowel de wandelaars als hardlopers.

Wat gaan we daarvoor doen?

Het toepassen van structurele krachttraining tijdens de trainingen in overleg met de trainers.

Wanneer gaan we dat doen?

Start zo spoedig mogelijk.

Wat gaat het kosten?

De geschatte kosten bedragen € 500,- per jaar.

Aandacht voor blessurepreventie

Wat willen we bereiken als vereniging?

Het voorkomen van blessures. Er zijn (te) veel blessures onder met name hardlopers. Het voorkomen van blessures, het begrijpen waardoor blessures ontstaan en de behandeling van blessures is een groot aandachtspunt.

Wat en wanneer gaan we daarvoor doen?

Uitleg over het voorkomen van blessures tijdens de trainingen door de trainers. In samenspraak met de fysiotherapeuten een trainingsprogramma opzetten over blessure(preventie) en behandeling. In overleg met de trainers wordt dit in het trainingsprogramma betrokken. Daarnaast wordt er ingezet om een bijeenkomst te organiseren met als thema blessurepreventie.

Wanneer gaan we dat doen?

Start: voorjaar 2023.

Wat gaat het kosten?

De geschatte kosten bedragen € 500,- per jaar.

Trainen voor een specifieke activiteit/doel

Wat willen we bereiken als vereniging?

Samen toe trainen naar een bepaalde wandel- en of hardloopevenement om hier als vereniging aan deel te nemen. Dit stimuleert de individuele prestaties en de samenhang binnen de vereniging.

Wat gaan we daarvoor doen?

Tijdens de reguliere trainingen inspelen op het wandel- en of hardloopevenement en dit te promoten in de media met als doel nieuwe leden aan te trekken.

Wanneer gaan we dat doen?

Start: voorjaar 2023.

Wat gaat het kosten?

Er zijn hieraan geringe kosten verbonden.

(Alternatieve) trainingslocaties ontwikkelen

Wat willen we bereiken als vereniging?

Een (aantal) nieuwe of aanvullende trainingslocatie(s) inventariseren die het wandelen en lopen attractiever maken, rekening houdend met toekomstbestendigheid.

Wat gaan we daarvoor doen?

Inventarisatie van mogelijke nieuwe of aanvullende trainingslocaties door de leden te vragen ideeën aan te dragen en deze door de trainers in afstemming met het bestuur te bekijken naar potentie.

Wanneer gaan we dat doen?

Start: voorjaar 2023.

Wat gaat het kosten?

Hier zijn geen kosten aan verbonden.

Samenwerking

Wat willen we bereiken als vereniging?

Het versterken van de vereniging door eventuele samenwerking met andere verenigingen.

Wat gaan we daarvoor doen?

Onderzoeken op welke vlakken we als vereniging de samenwerking met andere verenigingen kunnen zoeken met als doel elkaar te versterken.

Wanneer gaan we dat doen?

In de loop van 2023.

Wat gaat het kosten?

Hier zijn geen kosten aan verbonden.

Trainers

Werving en opleiding hulptrainers

Wat willen we bereiken als vereniging?

Borgen dat we in de toekomst ook over voldoende wandel- en hardlooptrainers beschikken.

Wat gaan we daarvoor doen?

Leden enthousiasmeren om (hulp)trainer te worden en hiervoor de financiële ondersteuning geven voor het volgen van een verkorte of reguliere cursus voor hulptrainer voor het wandelen of hardlopen.

Wanneer gaan we dat doen?

Start: z.s.m.

Wat gaat het kosten?

Dit is afhankelijk van het type opleiding en het aantal deelnemers.

Informatievoorziening

Jaarkalender/programma

Wat willen we bereiken als vereniging?

Het samenstellen van een jaarkalender met daarop alle relevante data qua trainingen en evenementen met als doel een helder overzicht van de komende activiteiten.

Wat gaan we daarvoor doen?

Het bestuur maakt hiervoor een opzet in afstemming met de trainers.

Wanneer gaan we dat doen?

Start: voorjaar 2023.

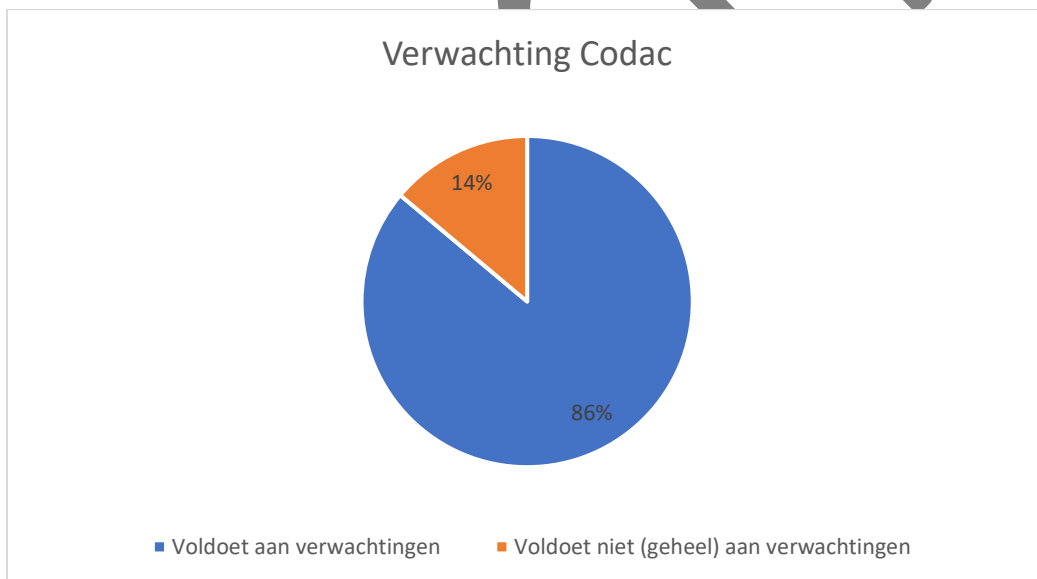
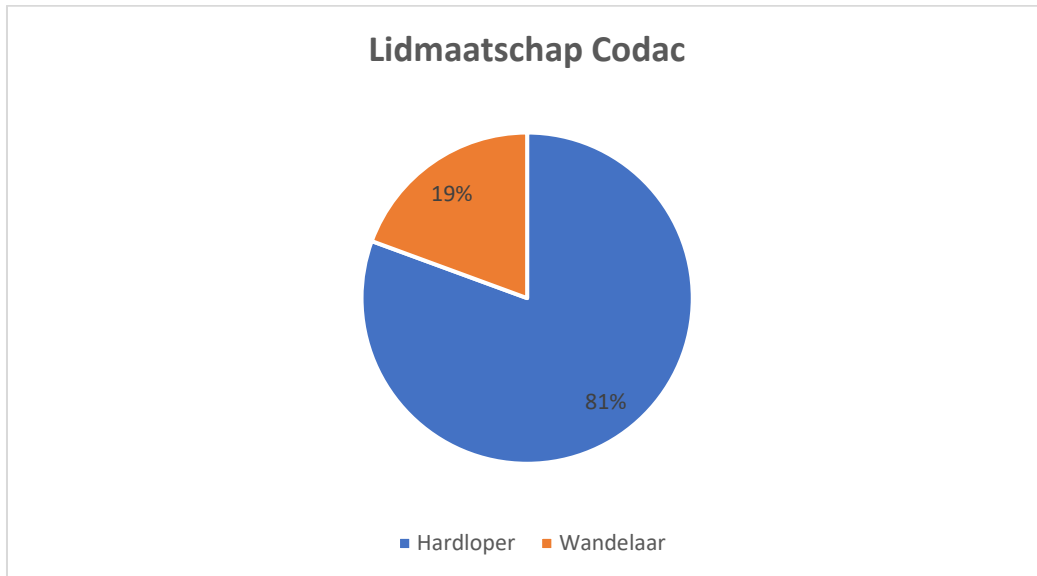
Wat gaat het kosten?

Er zijn geen directe kosten aan verbonden.

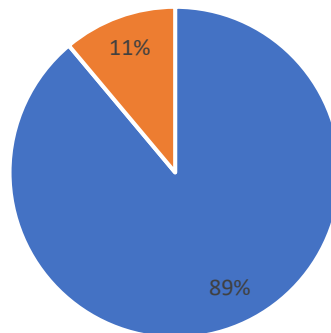
CONCEPT

Bijlage: Uitkomsten enquête

Om de wensen en ervaringen van de leden in kaart te brengen en te betrekken bij het voorliggende beleidsplan is er een enquête samengesteld, waarbij de mogelijkheid is geboden aan de leden om deze in de periode 12-8-2022 tot 1-9-2022 in te vullen.

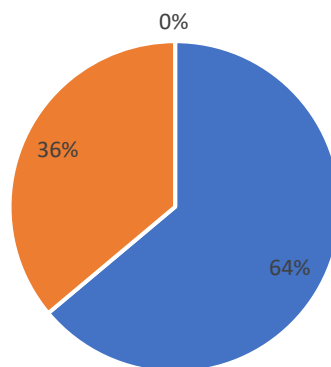


Huidige trainingstijden (19.00-20.15 uur)



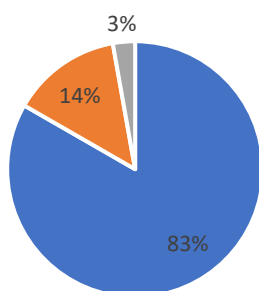
■ Goed ■ Te vroeg of te laat

Omvang ledenaantal over 5 tot 10 jaar



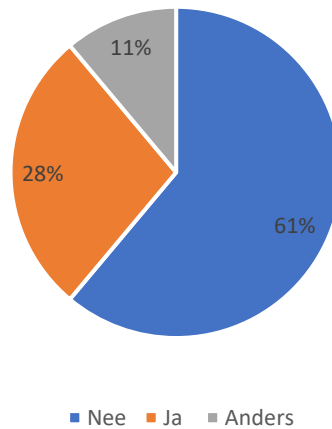
■ Groter ■ Gelijk aan nu ■ Kleiner

Doelstelling Codac de komende 5-10 jaar

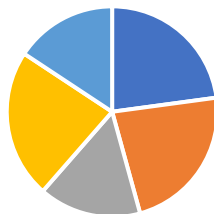


- Een vereniging met hardlopen/wandelen op recreatief en sportief niveau
- Meer- en diverse niveau's binnen een groep
- Een vereniging die zich richt op het verhogen van prestaties

Meer behoefte aan persoonlijke begeleiding



Behoeftte binnen de training



- Structurele krachttraining tijdens de trainingen
- Aandacht voor blessurepreventie
- Meer loopscholing
- Gerichter trainen voor een bepaalde afstand
- Overig/anders

Hoogte contributie

