

Verslag 2^{de} Start-to-Run groep door Rob van Dijen

Op 28 januari jl. de eerste voorlichtingsavond van de tweede Start-to-Run groep. Aanvankelijk zouden we starten met 14 (!) dames maar één van de dames is in november bevallen waardoor we begonnen met 13 loopsters.



Groepsfoto

Meteen de eerste avond hebben we een leuke groepsfoto gemaakt door onze hoffotograaf. De eerste training vond plaats op 4 februari en in de afgelopen weken zijn, naast de gebruikelijke oefeningen / loopscholing, de hardloofstand en hardlooptijd uitgebreid. In de tussentijd zijn er helaas 3 loopsters "door persoonlijke omstandigheden" met de cursus gestopt.

Abrupt einde

We hebben met elkaar vijf trainingen gedaan waarbij de zesde training die gepland stond op 17 of 24 maart de "Start to Finish" loop van 3km had moeten zijn. Je kunt het wel raden... want op 15 maart zag de wereld er opeens helemaal anders uit. Door het Coronavirus werden alle trainingen afgeblazen. We hebben moeten besluiten om de "Start to Finish" loop uit te stellen tot ergens na 6 april.

Whatsapp contact

Gelukkig hebben de deelnemers aan deze cursus de draad zelf opgepakt en kregen we verschillende Whatsapp berichten van mensen die de 3km zelfstandig hebben afgelegd 😊. Met de groep hebben we dus afgesproken dat we na 6 april verder kijken. Tot die tijd hebben wij als trainers een schema opgesteld zodat de leden individueel verder kunnen trainen richting de 5km.

