

Goede doel 2021 - Running Blind

Samen hardlopen is leuk en gezond. Running Blind is er voor lopers met een visuele beperking en hun buddy's. Running Blind wil graag helpen de fysieke en mentale conditie van mensen met een visuele beperking te verbeteren, ook in de regio's waar geen groep van Running Blind actief is.



Wat doet Running Blind zoal?

Koppelen lopers en buddy's

Met name voor lopers en buddy's buiten de regio's waar Running Blind reeds actief is, willen we graag ondersteuning bieden bij het koppelen van lopers die een buddy zoeken en buddy's die zich aanbieden. Daarnaast kan iedere loper die een buddy zoekt, en iedere buddy die een loper zoekt, zich aanmelden op de website www.runningblind.nl



Voorlichting

De medewerkers van de Stichting Running Blind komen graag voorlichting geven. Ook is het mogelijk een clinic te geven waarin we zowel de lopers met visuele beperking als de buddy's kunnen instrueren en laten oefenen. Om ziende lopers en potentiële buddy's te laten ervaren wat het lopen met visuele beperking precies inhoudt, beschikken we over verschillende brillen waarmee slechtziendheid kan worden gesimuleerd.

Trainerscursus

De belangrijkste eisen die gesteld worden aan het trainen van lopers met visuele beperking zijn niet anders dan die voor ziende lopers. Daarom zal een trainer moeten beschikken over de juiste certificaten voor het geven van hardlooptraining. Deze certificaten zijn te behalen bij de KNAU. Toch is het ook belangrijk om tijdens de training rekening te houden met de specifieke kenmerken van de doelgroep en het instrueren van buddy's. Op dit moment wordt gewerkt aan een aanvullende cursus van een halve dag, waarin hardlooptrainers de Do en Dont's worden uitgelegd en geïnstrueerd.