



DELFTSE IJS- EN SPORTCLUB BERTUS

opgericht 24 september 1886, aangesloten bij de K.N.S.B.

Beleidsplan
D.I.J.C. Bertus

2015-2018

In dit beleidsstuk wil het bestuur van D.IJ.C. Bertus uiteenzetten wat de doelstellingen voor de komende jaren zijn en waarop deze gebaseerd zijn. Als voorbereiding op deze notitie is eind 2014 een enquête uitgezet onder de leden (respons van 50 leden), heeft een brainstormavond met leden plaatsgevonden en is de notitie besproken op de ALV april 2015.

1. Achtergrond en aanleiding

Maart 2010 heeft het toenmalige bestuur van D.IJ.C. Bertus in een notitie het beleid van de vereniging vastgesteld. Kernelementen in de geschetste toekomstvisie zijn geweest het belang van het sociale aspect van D.IJ.C. Bertus (de leukste hardloopvereniging van Delft en omstreken; "Presteren mag, maar hoeft niet"), geleidelijke groei van het aantal leden, aandacht voor de inhoud en de organisatie van trainingen, structurele en continue promotie van de trimloopjes en het beheer van de ijsbaan. De kerngedachte van destijds is nauwelijks veranderd. We constateren dat er geen sprake is van een substantiële groei van het aantal leden; dit blijft min of meer constant. De trainingen zijn goed gestructureerd en kwalitatief goed. Dit blijkt ook uit de antwoorden van de leden op de vraag "wat gaat er goed?". Veel genoemd wordt de gezellige sfeer en de continuïteit van de trainingen. Er is bij de vereniging een goede mix van mensen die recreatief willen lopen en zij die prestatiegericht willen lopen. Iedereen komt daarbij redelijk aan zijn trekken. Wat betreft de trainingen wordt desgevraagd gemeld dat men behoefte heeft aan meer variatie en meer aandacht voor looptechniek. Bijna de helft van de respondenten vindt het leuk samen voor een wedstrijd/trimloop te trainen en ongeveer een derde vindt het ook leuk andere activiteiten met Bertusleden te doen. Er worden relatief veel opmerkingen gemaakt over de groepsindeling en de doorstroming; hier kunnen we nog verbeteren. In de enquête is tevens geïnventariseerd wie vrijwilliger wil zijn, dit is verder opgepakt en komt in de ALV aan de orde.

Uit de resultaten van de enquête en de ervaringen van het bestuur van de afgelopen jaren komen daarnaast de volgende punten naar voren:

- Er is een goede opkomst op trainingen, er zijn ongeveer 70 a 80 lopers per dinsdagavond (de helft van het totaal aantal leden)
- de keuze om, naast de vaste kern van trainers, verschillende mensen de opleiding tot (assistent)trainer te laten volgen heeft goed uitgepakt; we zijn op dit moment zeer flexibel bij de inzet van trainers voor de verschillende groepen
- de vrijdagavondtrainingen worden georganiseerd voor speciale evenementen (Fit-aan-de start) en worden dan redelijk goed bezocht (20 tot 25 lopers)
- het verloop onder leden is hoog (ongeveer 1/3 per jaar), wat overigens vergelijkbaar is met andere verenigingen
- het werven van nieuwe leden door instroomcursus, projecten, PR, kost veel tijd en energie, om financieel gezond te blijven is handhaven van het aantal leden echter een must
- er is beperkt animo voor niet-hardloop gerelateerde activiteiten zoals de RABO-fietstocht, jaarlijkse BBQ of andere activiteiten
- vrijwilligers rekruteren voor de ijsbaan is lastig

2. Missie, visie, doelen en activiteiten

Missie

Op basis van de geschiedenis, de enquête en de brainstormavond hebben we de missie van D.IJ.C. Bertus als volgt beschreven:

D.IJ.C. Bertus wil, als vereniging, hardlooptrainingen aanbieden voor lopers met een verschillend niveau en ambitie, waarbij kwalitatief goede trainingen en plezier in het lopen centraal staan.

Visie

We willen dat D.IJ.C. Bertus een vereniging is waar:

- ca. 150 tot 200 mensen hardlopen,
- het plezier in het lopen voorop staat;
- zowel de recreatieve- als de meer prestatiegerichte lopers terecht kunnen, omdat de trainingen van kwalitatief hoog niveau zijn en er getraind wordt in verschillende groepen met duidelijk omschreven doelen.

Om de continuïteit van de vereniging te waarborgen willen we een vereniging zijn waar mensen zich mee verbonden voelen, bij willen dragen en deelnemen aan activiteiten die de vereniging uitvoert.

Doelen

Om bovenstaande te bereiken beogen we de volgende strategische doelen:

- We bieden aantrekkelijke trainingen voor verschillende doelgroepen en voor lopers met een verschillend ambitieniveau.
- Het streven is de groepsindeling te optimaliseren en periodiek bijzondere trainingen aan te bieden (workshops en thema's)

Voor de continuïteit van de vereniging steken we energie in het werven en behouden van leden en vrijwilligers en in succesvolle en goed bezocht trimlopen voor de regio. Het streven is de komende 3 jaar te groeien naar 170 leden en de deelname aan trimlopen met 10% te laten stijgen.

We willen de onderlinge binding van de leden versterken. Streven is dat de komende jaren iedereen alle lopers van zijn/haar eigen groep kent, trainers op de hoogte zijn van geblesseerden en verschillende niet-hardloop gerelateerde activiteiten worden georganiseerd.

Activiteiten

Met name in de enquête en tijdens de brainstorm avond zijn tal van ideeën en activiteiten benoemd om bovenstaande strategie te concretiseren.

In onderstaand schema hebben we de missie, visie, strategische doelen en mogelijk activiteiten samengevat.

Missie: D.IJ.C. Bertus wil, als vereniging, hardlooptrainingen aanbieden voor lopers met een verschillend niveau en ambitie, waarbij kwalitatief goede trainingen en plezier in het lopen centraal staan.

Visie: D.IJ.C. Bertus is een vereniging van 150 tot 200 lopers; Wat we belangrijk vinden is:

- plezier in het lopen staat voorop
- zowel voor recreatieve als meer prestatiegerichte lopers
- trainingen van kwalitatief hoog niveau
- trainen in verschillende groepen
- met duidelijk omschreven doelen
- lopers voelen zich verbonden
- lopers dragen bij aan verenigingsactiviteiten

Doelstelling rond trainingen en groepen

Doelstelling wat betreft leden en vrijwilligers en trimloop

Doelstelling wat betreft onderlinge binding

Activiteiten:

- * Groepsindeling verbeteren door stimuleren, adviseren en gezamenlijk trainen
- * Trainingscommissie instellen tbv workshops en bijzondere trainingen
- * Rol van fysiotherapeut verder uitwerken en

Activiteiten:

- * PR versterken door netwerk met pers op te bouwen
- * PR versterken door oa flyer en via veel kanalen aandacht vragen voor activiteiten
- * Deelname en bekendheid trimlopen verhogen
- * Vrijwilligers benoemen en roemen, onderzoek inschrijfmogelijkheid voor activiteiten
- * Samenwerking onderzoeken met clubs en verenigingen, programma's voor scholen en bedrijven
- * Goede doelen loop organiseren en stimuleren
- * Nieuwe leden beter opvangen door oa informatie

Activiteiten:

- * Organisatie Bertus activiteit uitwerken: organisatie vanuit verschillende groepen en keuze mogelijkheid bieden
- * Andere periodieke activiteiten uitwerken: kwartaalborrel, 2 x per jaar activiteit, goede doel lopen, etc.
- * Contact met geblesseerden: laten melden
- * Contact binnen de groepen: sociale media en groepscontact verder uitwerken

3. Uitwerking activiteiten

3.1 Doelstelling rond trainingen en groepen

We willen aantrekkelijke trainingen bieden voor verschillende doelgroepen, het streven is de groepsindeling te optimaliseren en 8 tot 10 bijzondere trainingen per jaar aan te bieden (workshops en thema's)

** Groepsindeling verbeteren door stimuleren, adviseren en gezamenlijk trainen*
Najaar 2015 hebben we 4 groepen die even groot zijn en waarin het niveau van de lopers goed vergelijkbaar is. Basis voor de groepsindeling is een testloop, te organiseren door de trainers. Trainers bespreken met de lopers het niveau en geven aan in welke groep zij het beste kunnen lopen. De uitslag van de testloop wordt weergegeven in afgelegde afstand (geen verdere annotaties) en wordt niet gepubliceerd.

Het feit dat lopers, om redenen als ambitie en behoefte of gezelligheid, vervolgens een keuze maken voor een andere groep, is niet per definitie onwenselijk of onmogelijk. Dit moet echter niet leiden tot groepen die teveel verschillen in niveau en grootte. De trainers zien hierop toe.

** Trainingscommissie instellen tbv workshops en bijzondere trainingen*
Tijdens de ALV april 2015 wordt geworven voor een trainingscommissie bestaand uit 2 (assistent)trainers, een bestuurslid en minimaal twee leden uit verschillende loopgroepen. De opdracht van de commissie is te bedenken in welke vorm, met welke frequentie en door wie trainingen worden uitgevoerd zoals bijvoorbeeld:

- bijzondere trainingen (bootcamp, op locatie, etc),
- looptechniek trainingen,
- trainingen naar loopevenementen.

De trainingscommissie maakt voor september 2015 een agenda en/of een plan voor het seizoen 2015-2016.

** Rol van fysiotherapeut verder uitwerken en uitbouwen*
Na de ALV vindt een gesprek plaats met de fysiotherapeut, een van de (assistent)trainers en een bestuurslid. Besproken wordt onder andere:

- gewenste bijdrage aan warming up en cooling down
- gewenste bijdrage aan (voorlichting over) blessure preventie

De resultaten van dit gesprek worden meegenomen in de plannen van de trainingscommissie en/of door de fysiotherapeut in praktijk gebracht. Voor de volgende ALV vindt een evaluatiegesprek met de fysiotherapeut plaats over de ondernomen acties.

3.2 Doelstelling wat betreft leden en vrijwilligers en trimlopen

Voor de continuïteit van de vereniging blijven we energie steken in succesvolle trimlopen voor de regio en in het werven en behouden van leden en vrijwilligers. Het streven is de komende 3 jaar te groeien naar 170 leden en de deelname aan trimlopen met 10% te laten stijgen.

** PR versterken door netwerk met pers op te bouwen*
Bestuur maakt voor september 2015 inzichtelijk wie per krant/blad contactpersoon is en welke relatie we hiermee hebben. In een telefonische ronde worden de contactpersonen waar de relatie versterkt mee zou kunnen worden benaderd. Gevraagd wordt op welke wijze we de kans op publicatie van stukken van D.I.J.C. Bertus kunnen vergroten en vergemakkelijken. Vervolgens worden de evenementen bij zoveel mogelijk media aangeboden. Bestuur koppelt in de ALV van 2016 terug of dit iets heeft opgeleverd.

** PR versterken door oa flyer en via veel kanalen aandacht vragen voor activiteiten*

Bestuur houdt aandacht voor flyer en bij evenementen en vraagt de leden hierin mee te denken/ mee te werken.

Het bestuur maakt per kwartaal een flyer/poster van alle trimlopen, verspreid deze tijdens de Bertuslopen en liefst bij andere trimlopen in de omgeving (via leden die deelnemen?).

** Deelname en bekendheid trimlopen verhogen*

Zie boven. Doel is iedere trimlopen in minimaal een krant/blad aangekondigd te krijgen.

** Vrijwilligers benoemen en roemen, onderzoek inschrijfmogelijkheid voor activiteiten*
Tijdens de ALV van april 2015 worden inschrijflijsten opgehangen voor:

- Trimloopcommissie
- Activiteitencommissie 2015/2016
- Trainingscommissie
- Klepper redactie

Op deze lijsten worden de huidige vrijwilligers al ingevuld, zodat iedereen ziet wie er allemaal al wat doen.

** Goede doelen loop organiseren en stimuleren*

In overleg met de trimloopcommissie gaat het bestuur, najaar 2015 bespreken of ene van de trimlopen in 2016 omgedoopt kan worden tot 'goede doelenloop'. Indien dit positief besloten wordt, kijken we, wellicht samen met de activiteitencommissie hoe we komen tot een selectie van een goed doel, hoe de PR wordt opgezet en hoe we zoveel mogelijk lopers naar deze loop krijgen.

** Nieuwe leden beter opvangen door o.a. informatie*

Najaar 2015 maakt het bestuur een beknopt plan om nieuwe leden beter te informeren. Dit kan bestaan uit betere schriftelijke informatie, betere mondelinge toelichting, 'maatjes' etc.

** Samenwerking onderzoeken met clubs en verenigingen, programma's voor scholen en bedrijven*

Deze activiteiten kosten veel tijd en energie. We hebben hier als vereniging geen ervaring mee en kunnen niet inschatten wat het rendement is. Het bestuur stelt voor hier nu geen actie op te ondernemen.

3.3 Doelstelling wat betreft onderlinge binding

We willen de onderlinge binding van de leden te versterken. Streven is dat de komende jaren iedereen alle lopers van zijn/haar eigen groep kent, trainers op de hoogte zijn van geblesseerden en verschillende niet-hardloop gerelateerde activiteiten worden georganiseerd.

** Organisatie Bertus activiteit uitwerken*

Op de ALV van 2015 wordt geworven voor de activiteitencommissie 2015/2016. De bedoeling is dat een groepje van 3 a 4 mensen ideeën gaat verzamelen en toetsen voor een of twee activiteiten voor Bertusleden (september en evt. jan/febr). Wellicht kan in een poll op bv Facebook een keuze worden geboden aan de leden. De activiteitencommissie 2015/2016 wordt gevraagd in september een beknopt plan bij het bestuur neer te leggen. De activiteitencommissie organiseert de activiteit(en), ondersteund door het bestuur.

** Andere periodieke activiteiten uitwerken*

Het bestuur vraagt de activiteitencommissie om ideeën voor reguliere activiteiten, zoals een kwartaalborrel. Mogelijke activiteiten worden door de commissie in samenwerking met het bestuur opgepakt en georganiseerd.

** Contact met geblesseerden*

Om zicht te houden op de geblesseerden wordt hen bij iedere nieuwsflits e.d. gevraagd door te geven dat zij geblesseerd zijn. Dit wordt vervolgens aan de betreffende trainer doorgegeven. Deze kan contact houden met dit lid, de groep op de hoogte stellen, zorgen dat er eventueel een kaartje wordt verstuurd door de groep en, last but not least, in de gaten houden of er sprake is van een patroon in het soort en aantal geblesseerden. Bovenstaande geldt per direct.

** Contact binnen de groepen*

Het bestuur ziet het belang en de waarde van het vergroten van het contact binnen de groepen, De mogelijkheden activiteiten op te pakken door het bestuur is echter te beperkt om dit ook te starten. In de ledenvergadering wordt geïnventariseerd of hier vanuit de leden ideeën over zijn en of er mensen zijn die dit willen uitvoeren.

3.4 Quick wins

Met name tijdens de brainstormavond kwamen een aantal suggesties naar voren die we als bestuur op korte termijn konden oppakken en uitvoeren. We gaan/hebben de volgende acties ondernomen:

- bij de route op facebook ook de tempo's van de groepen aangeven
- niveaus van de groepen duidelijker aangeven op website
- stimuleren van gezamenlijke loopjes (via Facebook) en gezamenlijk reizen.
Alle leden worden van harte uitgenodigd om, bijvoorbeeld via Facebook, hieraan bij te dragen.

3.5 Ijsbaan en Onder Ons

<wordt mondeling toegelicht>

4. Mijlpalen en monitoring

In onderstaande tabel zijn de acties voor de komende periode samengevat. Voorstel is om deze tabel in de ALV van 2016 terug te laten komen om te zien en te bespreken waar we op dat moment staan.

Wat	Wanneer
Tijdens de ALV april 2015 worden inschrijflieden opgehangen voor div. commissies, zoals trainingscommissie en activiteitencommissie	april 2015
In de ledenvergadering 2015 wordt geïnventariseerd of hier vanuit de leden ideeën over zijn en of er mensen zijn die dit willen uitvoeren.	april 2015
Na de ALV 2015 vindt een gesprek plaats met de fysiotherapeut, een van de (assistent)trainers en een bestuurslid.	mei 2015
De trainingscommissie maakt voor september 2015 een agenda en/of een plan voor het seizoen 2015-2016.	september 2015
De resultaten van het gesprek met de fysiotherapeut worden meegenomen in de plannen van de trainingscommissie en/of door de fysiotherapeut in praktijk gebracht.	september 2015
Het bestuur vraagt de activiteitencommissie om ideeën voor reguliere activiteiten, zoals een kwartaalborrel.	september 2015
Bestuur maakt voor september 2015 inzichtelijk wie per krant/blad contactpersoon is en welke relatie we hiermee hebben.	september 2015
In een telefonische ronde worden de contactpersonen waar de relatie versterkt mee zou kunnen worden benaderd.	september 2015
De activiteitencommissie 2015/2016 wordt gevraagd in september een beknopt plan bij het bestuur neer te leggen.	september 2015
Najaar 2015 hebben we 4 groepen die even groot zijn en waarin het niveau van de lopers goed vergelijkbaar is.	oktober 2015
In overleg met de trimloopcommissie gaat het bestuur, najaar 2015 bespreken of een van de trimlopen in 2016 omgedoopt kan worden tot 'goede doelenloop'.	oktober 2015
Najaar 2015 maakt het bestuur een beknopt plan om nieuwe leden beter te informeren.	oktober 2015
Het bestuur maakt per kwartaal een flyer/poster van alle trimlopen, verspreid deze tijdens de Bertuslopen en liefst bij andere trimlopen in de omgeving	continue
Doel is iedere trimlopen in minimaal een krant/blad aangekondigd te krijgen.	continue
Om zicht te houden op de geblesseerden wordt hen bij iedere nieuwsflits e.d. gevraagd door te geven dat zij geblesseerd zijn.. geldt per direct.	continue
De activiteitencommissie organiseert de activiteit(en), ondersteund door het bestuur.	2015/2016
Mogelijke activiteiten worden door de commissie in samenwerking met het bestuur opgepakt en georganiseerd.	2015/2016
Bestuur koppelt in de ALV van 2016 terug of dit iets heeft opgeleverd.	april 2016
Voor de volgende ALV vindt een evaluatiegesprek met de fysiotherapeut plaats over de ondernomen acties.	april 2016

Bijlage: Resultaten brainstorm

1a balans recreatief prestatiegericht

is er wel een onbalans?

iets bieden voor beiden

eigen tempo lopen binnen groep

balans is prima

aparte trainingsgroepen

doelen per groep; groep 1 meer prestatiegericht

meer groepen

prestatielopen is 1 groep

prestatielopers meer wedstrijden laten lopen

verkennen uitdaging voor lopers, vb een marathongroep voor duurlopers

recreatief blijven; techniektrainingen, extra trainingen

groep 1 iets sneller maken

1b betere PR voor de vereniging

PR is belangrijk, free publicity in lokale krantjes

meer aandacht voor en exposure voor Bertuslopen en kwartaallopen

opgenomen worden in circuit

goede doelen loop

toekennen aan 1 contactpersoon

netwerk zoeken binnen club

sociale media, aankondiging evenementen en verslagen

mond op mond reclame

samenwerken met sportclubs of andere sportverenigingen (bv ring pass)

naamsbekendheid, website, krant

flyeren tijdens hardloopwedstrijden in de regio

facebook actiever promoten

flyeren tijdens evenementen

sponsoractiviteit 1 2 x per jaar, met zoveel mogelijk leden en veel PR

bij wedstrijden als groep inschrijven

meer adverteren bv bij zwemloop

instroom groepen meer promoten in de krant, facebookpagina, alle leden delen!

netwerken met journalisten

sponsorloop, goed voor aandacht krant etc

4 x per jaar start loopjes in de krant zoals nu

visitekaartjes

1c Vrijwilligers binden

meer bekendheid geven aan wie vrijwilliger is, verlaagt drempel

inschrijfmogelijkheid voor vrijwilligerstaken, bv 1 functie die door meerdere mensen

kan worden ingevuld

inschrijflijs op ALV

partners van leden vragen die zelf niet willen hardlopen maar wel gezelligheid van

Bertus willen meemaken

laten weten waar en wanneer vrijwilligers nodig zijn dmv mail of dinsdagavond

zie enquête

vrijwilligersactief vragen kleine taken beperkte belasting

feedback en waardering, uitje

1 of 2 x er jaar leuke activiteit eventueel vragen aan vrijwilligers wat zij leuk, vinden

1d zorgen dat men langer lid blijft

afvragen waarom iemand bij Bertus komt

tegemoot komen aan behoeftes

aandacht besteden aan mensen
en die inventariseren
vragen waarom iemand stopt en daarop anticiperen
behoeftepeiling onder nieuwe leden
langer in een groep houden
betere groepsbinding
jongerengroep
jaarclub maken
introductie nieuwe leden verbeteren
informatieavond nieuwe leden
bertus moet iets extra bieden
na training en per mail mensen benaderen
meerjarig programma aanbieden of vervolg na instroom
email lijst
facebook per grep
groepen regelmatig mixen
smoelenboek
leden die lang afwezig zijn laten mailen door trainer

2a Trainingen aantrekkelijker

bijzondere trainingen (heuvel, bootcamp, looptechniek, interval
op locatie samen laten trainen
bijzondere trainingen strand, baan, techniek; intekenlijstje
periodiek iets apart
trailrunning

2b Thema's/ workshops

looptraining/ houding
persoonlijke tips/ advies
video
grondoefeningen corestabiliteit
loopscholing vast onderdeel
achtergrond van oefeningen duidelijk maken
wisselen van trainer af en toe
workshops door gasttrainer
trainingscommissie
intekenlijst facultatief
techniek als thema van een extra training
verschillende groepen recreatief/prestatiegericht
assistent trainers inzetten om deel recreatief/prestatie in te zetten

2c geblesseerde begeleiden

aparte groep (met koplopers?)
individuele aandacht van trainer
sportfysio geeft aandacht aan top 3 blessures (workshop/lezing)
aandacht bij klepper, praatje fysio tijdens warming up

3a doorstroming en groepindeling verbeteren

trainers aan schema houden
meer groepengroep 2 met 2 trainers; voorbereiden op groep 1, opvang uit groep 3
samen in verschillende samenstellingen
communicatie van trainers naar personen die niet passen
advies trainers
advies na coopertest
niet forceren

doelstellingen beter onder aandacht brengen

3b onderlinge binding

groepen samen laten trainen

na de training vragen om te blijven hangen

bertusapp

facebook groep/pagina

email groep (doelen/loopjes/blessures

whatsapp groep

smoelenboek

afmelden als je niet komt trainen

kart voor geblesseerden

afmelden bij blessures

4a Goede doelen loopjes en gezamenlijk trainen voor andere lopen

teamelement (roparun)

1 x per jaar organiseren

goed doel combineren met after activiteit

ondersteunen door D.I.J.C. van goede doel met kleding, bijdragen, pr

meer pr geven aan wie dat al doen michel, mariska, marja

Samen trainen naar wedstrijden

regionale naar wedstrijden gaan, op de fiets

4b Niet hardloopergerichte activiteiten

kwartaalborrel na training

leuke aparte trainingen zoals bootcamp

ruim van tevoren communiceren op geschikte dag

3 opties voor uitje waaruit mensen kunnen kiezen, poll op FB

ook trainingsmogelijkheden voor groep 3 en 4 op vrijdagavond

laagdrempelig, afspreken in de kroeg

activiteiten koppelen aan loopevenementen (iedereen komt om te lopen)

winteravondactiviteit, 2 x per jaar iets doen naast hardlopen iets anders bv

puzzeltocht, looptocht in teams, estafettewedstrijden in teams met verschillende

activiteiten bv lopen, fietsen, zwemmen, wandelen

ambassadeurs uit de groepen ipv bestuur

4c nieuwe leden

sponsorloop

bekendheid bertusloop

jongerengroep

programma's voor bedrijven en scholen

sportscholen en verenigingen aanbieden programma