



JAARVERSLAG 2020

Jaarverslag 2020 Bestuur Gooise Atletiek Club

Bezetting bestuur

Leden van het bestuur per 1 januari 2021

Voorzitter	Paul Maas
Secretaris	Jessica Breunesse
1e Penningmeester	Barbara Majoor (tot september 2020)
1e Penningmeester	Bart van den Haak (sinds september 2020)
2e penningmeester	Floris van de Pol
Algemeen lid (LSC)	Vacant
Algemeen lid (Wedstrijdatletiek)	Peter van der Schoot (sinds september 2020)
Algemeen lid (Beheer/faciliteiten)	Aswin Jägers
Algemeen lid (Communicatie)	Vacant

Algemeen

Ook bij GAC heeft de Corona Crisis heeft een groot stempel gedrukt op het jaar 2020. Vanaf maart 2020 moest binnen vrijwel alle geledingen van de vereniging veel geïmproviseerd worden. Dit heeft een forse impact gehad op de club als geheel en op onze functionarissen en vele vrijwilligers in het bijzonder. Het bestuur heeft bijzonder veel waardering voor de manier waarop zij ervoor hebben gezorgd dat onze activiteiten zoveel mogelijk door konden gaan en dat de club, onze sporters in lastige omstandigheden optimaal konden blijven functioneren.

Algemeen ledenvergadering

We hebben de voor- en najaars ALV op aangepaste wijze moeten houden. De ALV van het voorjaar kon pas gehouden worden in september 2020, met een beperkt aantal mensen dat live aanwezig kon zijn. De ALV van het najaar kwam daar in november snel achteraan. Vanwege de ontwikkeling van de pandemie moest deze volledig online georganiseerd worden, wat - hoewel wij er de voorkeur aan geven live te vergaderen - door technische ondersteuning vanuit de communicatiecommissie goed verliep. Traditiegetrouw werden de jubilarissen en atleten die een buitengewone prestatie leverden gehuldigd. Ditmaal werd dat aan de huisdeur of op de baan gedaan. Deze vorm werd zo goed ontvangen dat we overwogen om dit voortaan zo te blijven doen.

Evenementen

In 2020 zijn verschillende evenementen afgelast en sommige zijn doorgegaan in aangepaste vorm, waaronder de Klaverblad Arena Games met alleen junioren. De Klaverblad Maple Leaf Cross, en de Hilversum City Run zijn virtueel verlopen zoals vele andere landelijke loopevenementen in binnen en buitenland. Helaas konden de Klaverblad Voetstappenpad Wandelrally en de Gooise Heide loop niet georganiseerd worden. We willen alle vrijwilligers bedanken voor hun inzet voor zowel GAC als de Hilversum City Run. 1e gesprekken zijn gevoerd m.b.t. het in de toekomst organiseren van de Hilversumse Kennedymars. Verder zijn er regelmatig contacten met de Stichting Atletiekevenementen Hilversum.

Ledenbestand

	2018	2019	2020	2021
1/1	1543	1561	1543	1501
31/12	1609	1628	1558	----

Duurzaamheids- ontwikkelingen

In 2020 werd er een belangrijke investering gedaan ten dienste van de kostenbeheersing en duurzaamheid. De gedateerde baanverlichting werd in oktober vervangen door nieuwe ledverlichting, waarmee de club weer jaren vooruit kan. Deze forse investering was mogelijk door daarvoor gereserveerde sponsormiddelen van hoofdsponsor Klaverblad aan te wenden.

Verbruikt elektra clubhuis en baan

	2018 (KWH)	2019 (KWH)	2020 (KWH)
baan verlichting*	15994	15929	8211
clubhuis	20802	24363	16573
PV teruglevering**	-17125	-15955	-18707
totaal verbruik	19671	24337	6077

*Ledverlichting baan per oktober 2020 gereed gekomen

**Zonnepanelen schoongemaakt in voorjaar 2020

Doelstellingen/projecten 2021

1. Duurzaamheid: uitvoering vervanging douchesysteem, Duurzaamheid en kostenbeheersing op lange termijn zijn thema's. Tariefstelling/kwaliteit lopende contracten nalopen, toegang systeem clubhuis (elektronische sloten)
2. Ledenbehoud en werving: Door de Corona Crisis is het in 2020 niet echt mogelijk geweest om nieuwe leden te werven. Wel is door o.a. de Loopsport gewerkt aan plannen voor 2021 op dit gebied.
3. Sponsoring: Dit is een belangrijke inkomstenbron en we zullen ook steeds weer moeten zoeken naar nieuwe sponsors. Ook extra bord sponsors en andere kleinere sponsors worden gezocht.
4. Afronden wedstrijdathletiek traject beleid en nieuwe organisatie.
5. Vrijwilligersbeleid: Dit heeft onze voortdurende aandacht.
6. Het onderzoek naar de haalbaarheid van een indoor atletiekhal op het Arenapark is verder uitgewerkt in een concreet plan. Uiteraard zal een voorstel tot deelname van GAC hierin t.z.t. aan de ALV worden voorgelegd.

Namens het bestuur

Jaarverslag 2020 Atletiekteam

Bezetting commissie per 1/1/2020

Functie en taken

Voorzitter	Peter van der Schoot (per september.2020)
CWA afgevaardigde	Jessica Breunesse (AI) / Marianne Boelee (AI)
Entree begeleiding	Jessica Breunesse
Coördinator pupillen	John Dankers
Coördinator A-Atletiek	Marianne Boelee (tot november.2020)
Coördinator ABCD junioren, A-Atletiek en Masters	Stéphane Wienneke
Coördinator selectie	Niels Alofsen
Penningmeester	Coen Hulsman
Materiaalbeheer	Aswin Jägers
WOC afgevaardigde	Aswin Jägers

Met de komst van de nieuwe voorzitter is het AT-overleg ingedikt tot een overleg met de voorzitter, coördinatoren pupillen, junioren en selectie. De penningmeester, WOC afgevaardigde en materiaalbeheer zijn beschikbaar als er voor hen relevante onderwerpen op de agenda staan.

De definitieve samenstelling van het AT is onderdeel van het beleidsplan.

Activiteiten/resultaten 2020

Ondanks alle corona maatregelen heeft de wedstrijdathletiek met alle beperkingen goed kunnen trainen. Dit is een groot compliment voor alle trainers, die hebben gezorgd dat dit goed is verlopen. Naast de trainingen heeft het AT beperkt kunnen vergaderen en is in 2020 is het Atletiekteam voornamelijk bezig geweest met de kerntaken:

- Werving trainers
- Indeling van atleten in zo passend mogelijke trainingsgroepen
- Indelen van trainers op zo passend en gewenst mogelijke trainingsgroepen en trainingstijden
- Opleiden van de allround trainers

Beleidsplan

Het AT is druk bezig met de laatste hand te leggen aan het beleidsplan. Het technische beleid is inmiddels vastgesteld binnen het AT. Dit zorgt dat veel discussies en issues uit het verleden afgerond zijn. Door de beperkende maatregelen is het onvoldoende mogelijk geweest om dit goed af te stemmen binnen de wedstrijdathletiek en de andere commissies binnen de vereniging. De doelstelling is om dit in 2021 verder op te pakken en af te ronden.

CWA

Het CWA dat bestond uit wedstrijdathleten van verschillende groepen is door verschillende persoonlijke redenen uit elkaar gevallen. Er is een herstart gepland met een brede afvaardiging vanuit zowel Specialisatie als Allround en Allround Plus. Marianne Boelee en Jessica Breunesse nemen als interim-voorzitter de taken waar tot een nieuwe CWA een feit is.

Materiaal beheer

Afgelopen jaar is het beschikbare budget verdeeld over de wensen vanuit Bootcamp, selectie groepen, allround groepen en wedstrijd materialen. Aangezien de aanvragen meer waren dan beschikbaar budget zijn hierin keuzes gemaakt op basis van prioriteit, beschikbaarheid voor welke groepen leden etc. Dit zal ook voor 2021 niet anders zijn.

Samenwerking tbv gebruiken beschikbare groeps capaciteiten

Het Atletiekteam heeft actief de samenwerking breed binnen de wedstrijdathletiek gezocht om de capaciteit bij de Selectie, de Plus-groepen en de Allround maximaal te benutten zodat leden zo veel mogelijk op de juiste plek zitten en zo langer behouden blijven voor de club en er ruimte ontstaat om nieuwe leden te plaatsen en geen wachtlijsten te hebben. Daarnaast hebben we de groepen zo heringericht dat er ook voor de jongere junioren meer te kiezen valt en er meer op interesse getraind kan worden. Er wordt meer maatwerk geleverd dan ooit. Het gevolg daarvan is dat atleten minder opzeggen en vaker vriendjes en vriendinnetjes uitnodigen om proef te komen trainen. Voorzichtig onderzoek suggereert dat zeker de helft daarvan lid wordt.

Ontwikkeling Indoorhal

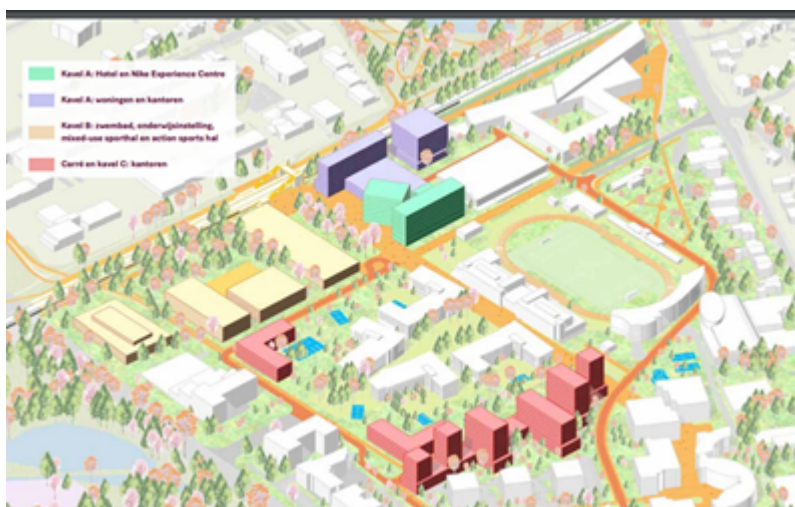


Sfeerimpressie multifunctionele indoorhal

Masterplan Arenapark

Het Arenapark in Hilversum ontvangt dagelijks duizenden mensen die hier komen werken, leren en sporten. Dit kantorenpark is vanaf begin jaren 90 ontwikkeld. Het beslaat zo'n 30 hectare en telt 35 gebouwen en meer dan 50 bedrijven. Ook bevinden zich op deze locatie scholen met een regionale functie en sportfaciliteiten. Toch is dit gebied nog niet af. Diverse percelen liggen braak. Een groot deel van de openbare ruimte is niet aangelegd, of heeft een tijdelijke inrichting. Daarom is het project Masterplan Arenapark gestart. Dit project maakt plannen over de doorontwikkeling van dit gebied tot pakweg 2035. Bij de ontwikkeling van een nieuw masterplan voor het Arenapark ligt de focus op de combinatie van werken, leren en sporten.

Het masterplan is opgedeeld in 3 ontwikkelingskavels A,B, en C. De eerste focus van de ontwikkeling ligt op Kavel B, waarbij sport met het zwembad, actions sporthal en multifunctionele hal dominant aanwezig is



Multifunctionele indoorhal

Vanuit de Gooische Atletiekclub is één van de initiatieven om sport verder te laten is de groei een indoor atletiekhal. In 2019 is besloten door de gemeente om samen met GAC een haalbaarheidsonderzoek in te zetten. In het plan komt duidelijk naar voren, dat deze hal veel meer is dan een trainingshal voor GAC. Door het multifunctionele karakter kunnen veel verschillende partijen gebruik maken van deze hal. Dit betekent dat werken, leren en sporten hier samenkomen. Hierdoor is de hal niet alleen belangrijk voor GAC, maar geeft dit ook een enorme impuls aan sport in heel Hilversum.

Belang indoorhal GAC

In de winter wordt door atleten vaak gebruik gemaakt van indoor atletiekhallen. Het Nederlandse klimaat leent zich niet om 12 maanden per jaar buiten te trainen. Zeker voor explosieve atletiekonderdelen is het gevaarlijk om in koudere omstandigheden te trainen. Spieren reageren anders en de korte krachtexplosies leggen een enorme druk op het lijf van een atleet. Het aantal indoor atletiekhallen in Nederland is beperkt. Er zijn ongeveer 10 indoorhallen en de Hilversumse vereniging moet voor trainen in een indoorhal uitwijken naar bijvoorbeeld Utrecht, Arnhem of Amsterdam.

De Gooische Atletiek Club behoort qua ledenaantal tot de vier grootste atletiekverenigingen van Nederland. Een indoor atletiekhal zou een grote impuls betekenen voor de ontwikkeling van atletiek in Hilversum. Bovendien kan een indoor atletiekhal ook worden gebruikt door Nike, door het MBO College Hilversum, ATC, sportonderwijs en andere atletiekverenigingen in de regio. Tevens is het de bedoeling dat in het pand van de indoorhal ruimte komt voor sportaanverwante zaken zoals een krachtruimte, fysiotherapie, sport diëtetiek en andere aan sport gerelateerde activiteiten.

Daarnaast moet de hal breed inzetbaar zijn voor andere sporten en voor sportonderwijs, zodat een brede doelgroep gebruik kan maken van de hal.

Het haalbaarheidsonderzoek is inmiddels afgerond en wordt met het totale masterplan voorgelegd aan de gemeente. Dit besluit is in juli 2020 in de raad aangenomen, waarbij er nog wel een aantal zaken verder onderzocht moeten worden.

Verdere stappen

Naast het besluit om een multifunctionele indoorhal te realiseren op het Arenapark, is ook het besluit genomen om het nieuwe zwembad te realiseren op het Arenapark. Op dit moment loopt er een onderzoek om te kijken of de indoorhal en het zwembad in één gebouw gerealiseerd kunnen worden. Dit onderzoek moet in de 1^e helft van 2021 afgerond zijn. Kortom er moeten nog wel een aantal stappen genomen worden voordat de indoorhal gerealiseerd is.

Baanrenovatie

Afgelopen jaar is het AT in samenwerking met de beheercommissie, Dick Slootbeek en Henk Milder druk bezig geweest met het plan voor de baanrenovatie. Dit plan is afgestemd met de Atletiekunie en de gemeente. In de plannen is gekeken naar uitbreiding van de ruimte, het verbeteren van de veiligheid, het beter toegankelijk maken van de baan voor atleten met een beperking en een door de atletiek goedgekeurde wedstrijd baan. Dit heeft geresulteerd in een mooi plan waar alle stakeholders als de gemeente, Nike, Roc en de atletiekunie erg enthousiast over zijn. De gemeenteraad moet de plannen goedkeuren en de verwachting is dat begin 2021 de renovatie kan beginnen. Dit betekent wel dat er voor een periode van ongeveer een half jaar uitgeweken moet worden naar andere trainingsmogelijkheden. Hierover zijn we in gesprek met de gemeente en andere atletiekverenigingen.

Jaarverslag 2020 Beheer clubhuis en baan

Bezetting commissie

Functie en taken

Voorzitter	Henny Vos
Penningmeester	Barbara Majoor (ai, tot september 2020)
Penningmeester	Floris v/d Pol (ai, vanaf september 2020)
archivering digitaal	Aswin Jägers
Facilitair manager	Dick in den Berken (tot 24-11- 2020)
Facilitair manager	Henk Milder (vanaf juli 2020 alleen baanzaken en vanaf 24-11 alle taken)
Onderhoudsgroep	Hans Veldmeijer
Bestuur afgevaardigde	Aswin Jägers

De onderhoudsploeg bestaat per januari 2020 uit:

De onderhoudsploeg bestaat per 2020 uit: Henry Swankhuizen, Pieter Wilhelmus, Paul de Wijs, Jack v/d Wijngaard, Kees Jägers, Jos Koekkoek, Henny Vos, Jan-Henry Sonneveld en Nel Draaier.

Activiteiten/resultaten 2020

Door de corona maatregelen is er zo goed mogelijk veilig gewerkt om het noodzakelijk onderhoud te blijven uitvoeren. Hulp is gegeven met het inrichten van het clubhuis en tribune kantine tbv corona eisen.

Dick in den Berken heeft bij de ALV in november na 15 jaar afscheid genomen als facilitair manager in 2020. Henk Milder is zijn opvolger en was gestart in juli al met de baanzaken gestart, waaronder het baanrenovatie traject.

Door waterlekkage van de cv installatie is er schade geweest bij de dameskleedkamer, delen van de schade is te verhalen op de verzekering. Opdracht voor reparatie is gegeven. De geleden schade was:

- Vloercoating beschadigd
- Enkele muren aan de onderkant muren zijn beschadigd

Er is preventief onderhoud gedaan aan de waterinstallatie; alle waterleidingen zijn gereinigd d.m.v. desinfectie

Onderzoek naar vervanging douche systeem is afgerond, investerings toestemming is gegeven bij ALV-voorjaar in september voor dit project en aanschaf LED baanverlichting.

Er zijn verschillende (kleine) werkzaamheden uitgevoerd in en om het clubhuis.

- Divers klein onderhoud en schilderwerk uitgevoerd door onderhoudsgroep en ingehuurd installateurs
- Er is inzet vanuit beheer geweest om de buitenaccommodatie op orde te krijgen
- Afronding overleg inrichting fietsenstalling met gemeente en Nike
- Schilderwerk buiten
- Baanrenovatie plan is geschreven met betrokkenen

- LED verlichting baan is gerealiseerd en betaald door Klaverblad
- Keuring elektrische installatie
- Krachtvloer is uitgezocht en aangebracht, inrichting aangepast aan huidige wensen
- Drinkwater tappunt buitengevel bij de buitentoilet
- Schouw van clubhuis omzetten in meer jaren onderhoudsplanning inclusief financieel beheer

Doelstellingen/projecten 2021

De baan is eigendom van de gemeente en GAC huurt deze via Nike (hoofdhuurder) met een langjarig contract. Volgens het contract heeft GAC een aantal onderhoudsverplichtingen van de baan.

Beheer is bezig met het onderzoeken van de volgende grote zaken. Dit zijn grote investeringen en GAC kan voor deze zaken o.a. een BOSA subsidie krijgen. E.e.a. gaat i.o.m. met de penningmeesters:

- Vervanging douche-installaties
- Materialen gebruikt bij onderhoud

De volgende activiteiten zijn gepland:

- Bijhouden van (onderhoud) contracten met diverse leveranciers.
- Regelmatig reinigen van waterleidingen en monsters laten nemen, Aandachtspunt beheer waterleiding installatie
- Digitaal opslaan contracten en aanbestedingen
- Buitenschilderwerk volgens meerjaren schema
- Binnen schilderwerk
- Dakbedekking inspecties
- Verlichting in diverse ruimtes op beweging schakelaars
- Aanvulling kantine stoelen (eerst afwachten hoe en wanneer kantine weer open kan)
- Uitvoeren klein onderhoud in en rond het clubhuis en baan
- Uitvoeren onderhoudsplan baan/clubhuis
- Verbeteren jaarlijks veldonderhoud en accommodatie i.o.m. gemeente en Nike
- Verhoogde kraan uitlopen wastafels voor waterflesjes
- Onderzoek naar elektronische sloten clubhuis t.b.v. beter beheer
- Verbeterde warmte afzuiging in voorraadruimte kantine

Jaarverslag 2020 Communicatiecommissie

Samenstelling van de commissie per 1 januari 2020

Voorzitter a.i.	Robert Brekelmans
Secretaris	Annette Marcelis
Penningmeester	Floris van der Pol
Algemeen lid - Webmaster	Robert Fey
Algemeen lid - Webmaster	Erik Nieuweweg
Algemeen lid - Website/ Nieuwsbrief	Babette Jonkers
Algemeen lid - Social Media	Hanne de Wachter / Vacature

Inleiding

Het algemene doel van de Communicatiecommissie is het realiseren van een goed functionerende communicatiestructuur, om leden en geïnteresseerden tijdig op de hoogte te stellen over actuele zaken en activiteiten van de vereniging en het stroomlijnen van Communicatie en informatie.

De taken van de Commissie Communicatie vallen uiteen in een aantal aandachtsgebieden: -

- Interne communicatie:

De commissie coördineert de communicatie naar de leden toe. Het is haar taak de communicatie te verbeteren (of transparanter te maken) tussen leden onderling, tussen leden en commissies, tussen commissies en bestuur en tussen leden en bestuur.

- Externe communicatie:

Externe communicatie wordt afgestemd met de commissie. De middelen die de communicatiecommissie hiervoor gebruikt zijn de website, het magazine, kantineschermen, de nieuwsbrief, facebook, twitter, Instagram en overige als prikborden etc.

Activiteiten / taken communicatiecommissie

- Zorg dragen voor het ontwikkelen en uitvoeren van het communicatiebeleid van de vereniging,
- Beheer van de website(s),
- 1x per maand uitbrengen van de digitale nieuwsbrief,
- Viermaal per jaar uitbrengen van magazine voor de leden,
- Beheer GAC-content op kantineschermen,
- Beheer social media GAC Hilversum,
- Het afstemmen van de communicatie op de wensen van de leden, commissies en bestuur,
- Huisstijl verzorgen en bewaken,
- E-mail gebruik verzorgen en bewaken

Wat gebeurde er in 2020

Algemeen - Het jaar 2020 was door de corona maatregelen een bijzonder jaar. Er is meer dan ooit beroep gedaan op de communicatie commissie om bij te dragen aan het informeren van de leden via website, social media en directe mailings. Hieruit zijn een aantal lessen geleerd welke zijn opgenomen in de doelen voor 2021.

Helaas heeft Hanne de Wachter ons moeten verlaten. Haar taak binnen de communicatie commissie was niet meer te combineren met haar werk. Wij danken haar voor haar inzet.

Door het wegvallen van persoonlijk contact op de club, is het dit jaar niet gelukt om de vacature van zowel voorzitter als Hanne haar aandachtsgebied Social Media op te vullen. Het blijkt maar weer dat juist persoonlijk contact met een kopje koffie of thee, essentieel is om mensen te enthousiasmeren voor een functie binnen de commissie.

Nieuwsbrief - De nieuwsbrief is maandelijks vanuit Mailchimp verstuurd. Nog steeds wordt deze gemiddeld door 60 tot 72% van de geadresseerden gelezen. Elk nieuw lid wordt standaard opgenomen in deze nieuwsbrief en maar zeer weinig schrijven zich hiervoor uit.

Kantinescherm - Gedurende de lange sluiting van de kantine is er geen nieuw content geplaatst. Het plan voor uitbreiding naar een extra scherm heeft dit jaar geen prioriteit gehad en is dus niet uitgevoerd.

Magazine - Ondanks dat het contact met de leden door de corona maatregelen moeilijker verliep, heeft Ellen Ruwe met haar redactie toch 4 prachtige magazine weten uit te brengen in 2020. Ook de verspreiding is goed gelukt door creatieve distributie richting de Postcodelopers. Dank hiervoor Saskia Bons en in het bijzonder Ron en Alja Meijer waar de bezorgers terecht konden om hun wijk op te halen.

Social Media - Door het wegvallen van Hanne de Wachter en de druk op de andere commissieleden, is het communiceren via de social media iets op de achtergrond geraakt. We zijn dan ook zeer naarstig op zoek naar iemand die deze taak op zich wil nemen.

Websites - Door de vele berichten omtrent Corona, is de website iets aangepast waardoor bestuurs-mededelingen apart worden getoond naast de andere nieuwsberichten. Ook is er tijdelijk een plek op de homepage gemaakt met een link naar de Corona Protocollen. Het bij één hosting partij onderbrengen van de andere websites, zoals o.a. die van de Arenagames, Voetstappenpad en Mapleleaf Cross, is deels gelukt. Hiervoor is een eigen webserver ingericht waar deze sites heen verhuizen. Er is op deze webserver ook een kopie van de hoofdwebsite gezet waarin we nieuwe functionaliteit kunnen testen.

Doelstellingen/projecten 2021

Kantinescherm- Blijven staan vanuit 2020, het stimuleren van GAC-commissie en bestuur in het plaatsen van berichten op het scherm. Mogelijkheden onderzoeken om tweede scherm te kunnen plaatsen in het clubgebouw.

Optimaliseren website - Ook hier zijn een aantal doelen vanuit 2020 overgenomen omdat ze door de Corona omstandigheden niet zijn uitgevoerd. Het verbeteren van de GAC website blijft punt van aandacht. Gekeken wordt of het publiceren van wedstrijd verslagen door meerdere personen gedaan kan worden zodoende deze sneller op de website te hebben. Er wordt ook gekeken hoe uitslagen ook op mobiele apparaten goed leesbaar blijven. Steeds meer potentiële nieuwe leden zijn niet nederlandsstalig. Daarom wordt er begonnen om pagina's met informatie over trainingsvormen en lidmaatschap e.d. ook in het engels aan te bieden.

Leden Portal - Het is gebleken dat de GAC website erg veel informatie bevat voor verschillende doelgroepen. Hierdoor kunnen mensen die geïnteresseerd zijn om lid te worden soms de juiste informatie niet vinden. Ook tijdens de corona tijd is er veel vraag naar meer interne informatie geweest zoals gegevens van trainers, trainingsschema's etc. Vooral informatie die je eigenlijk alleen ter beschikking wil stellen aan leden. Hiervoor zal verder worden onderzocht of een leden portal oplossing kan bieden. Hierdoor kan informatie welke alleen bestemd is voor leden (contactgegevens trainers, interne documenten als notulen en reglementen etc.) van de hoofd website af. Voor aspirant leden wordt de informatie dan overzichtelijker en voor leden kan gerichtere informatie worden gegeven als er is ingelogd op de ledenportal.

Social Media - Gezien de Social Media een zeer belangrijk medium zijn binnen de totale communicatie binnen GAC en ook naar buiten toe, zal er veel aandacht besteed worden om dit weer goed op de rit te zetten. Er zijn verschillende vormen van Social Media (zoals Facebook, Instagram, Twitter etc) en elke vorm heeft zijn eigen (leeftijds) doelgroep. Daarom zal ook vanuit de (jeugd)wedstrijdatletiek iemand aangetrokken worden.

Jaarverslag 2020 Loopsportcommissie (LSC)

Samenstelling van de LSC december 2020

<u>Algemeen</u>	
Voorzitter	Kees Tabak
Penningmeester	Christine Tamminga
Secretaris	Betty de Wit
Algemeen Lid	Dorine Mulder
Algemeen Lid	Ron Buisman
Coördinator Hardlopen	Saskia Bons
Coördinator Nordiccen	Liene Malsch
Coördinator Sportief Wandelen	Paul de Wijs
Coördinator Startersclinic	Astrid van Haaften
Coördinator Opleidingsteam	Henk van Heemskerk
Coördinator Veiligheid/Reanimatie, Opleidingen SW	Patrick Weening
<u>Evenemententeam</u>	
Coördinator	Kees Tabak
Coördinator Heideloop	Bruno Fermin
Coördinator Voetstappenpad	Bea Alma

Er is momenteel geen vertegenwoordiger van het bestuur binnen de LSC.

Doel en taken van de commissie

In november 2020 waren er 647 recreatieve hardlopers en 216 nordiccers en sportief wandelaars waarmee zij de grootste groep vormen binnen het totale ledenbestand van GAC. De Loopsportcommissie (LSC) vertegenwoordigt deze ledengroep binnen de vereniging. De doelstelling van de LSC is het verzorgen van een gevarieerd aanbod van activiteiten zodat het voor alle recreatieve GAC-leden mogelijk is sport te beoefenen op een passend niveau. De focus ligt hierbij op activiteiten op het gebied van hardlopen, nordiccen, sportief wandelen en bootcamp.

De LSC rekent het tot haar kerntaken om trainingen en (loop)evenementen te organiseren. Verder wil ze een ontspannen, (sociaal) veilige en vooral leuke en plezierige omgeving creëren voor de leden.

Activiteiten en resultaten 2020

Vanwege de Covid19-pandemie zijn er veel activiteiten in 2020 niet doorgedaan, niet gestart of niet afgemaakt.

Er zijn geen loopevenementen gehouden sinds maart 2020.

De Startersclinic die begonnen is in september 2020 is grotendeels onderbroken.

De trainingen zijn zoveel mogelijk, soms in andere vormen en samenstellingen, doorgedaan en gestopt toen er nog maar met 2 personen gelopen mocht worden.

Hardlopen

Hardlopen wordt door GAC gefaciliteerd op een groot aantal niveaus (A t/m F), op veel momenten in de week (de meeste op dinsdag, donderdag en zaterdag, enkele trainingen zijn op woensdag en zondag) en zowel 's morgens als 's avonds. Er kan gekozen worden uit verschillende soorten trainingen: vaartspel, duurlopen en intervaltraining.

In 2020 hebben we veel aanpassingen moeten doen i.v.m. de Corona-maatregelen. Zo werd er gestart op verschillende plekken in Hilversum om de drukte te spreiden en werd er nog maar training gegeven in groepjes van eerst maximaal 10 en later 4 personen. Toen de groepsgrootte werd teruggebracht naar maximaal 2 hebben we besloten om de groepstrainingen te staken.

De trainers proberen zo goed mogelijk contact te houden met hun lopers via e-mail en whatsapp, maar iedereen snakt ernaar om in 2021 weer gezellig samen te lopen, en daarna in de kantine een kopje koffie te drinken (nu gratis voor trainers!).

Startersclinic

In september 2019 is de Startersclinic gestart met 40 deelnemers, waarvan 15 herintreders en 25 nieuwe aanmeldingen. Van deze groep zijn 21 deelnemers gestopt, 10 herintreders, en 11 aspirant-leden.

Vanwege Covid19 is de Startersclinic 2019/2020 vroegtijdig gestopt met fysieke trainingen, wel werden er trainingsprogramma's gegeven via Facebook en Whatsapp. Ook kon er niet afgesloten worden met een deelname aan de Hilversum City Run.

4 Aspirant leden zijn lid geworden, 9 herintreders hebben doorgetraind,

3 Aspirant leden hebben zich aangemeld voor de Startersclinic 2020-2021 en 3 hebben aangegeven voor zichzelf door te zijn gegaan met trainen, maar zijn geen lid geworden.

Ook voor 2020/2021 is er een Startersclinic gestart. Deze groep heeft nog meer hinder gehad van de corona-maatregelen. Er is maar heel beperkt met elkaar getraind, verder worden er trainingsprogramma's gegeven via Facebook en Whatsapp.

De deelnemers van deze Startersclinic hebben een aanbieding gekregen voor een lidmaatschap van GAC of voor het opnieuw starten in de Startersclinic 2021/2022.

Marathongroep

In het seizoen 2019/2020 zijn we weer met een groep deelnemers gestart aan de GAC marathonclinic. Er hebben zich destijds maar liefst 44 deelnemers aangemeld voor de marathonclinic, waarvan 8 nieuwe deelnemers. De marathons van Rotterdam en Rome stonden op de planning voor het voorjaar van 2020 en in het najaar van 2020 stonden de marathons van Amsterdam, Berlijn en New York op de planning.

Corona heeft er voor gezorgd dat de deelnemers niet hebben kunnen deelnemen aan de door hen geplande loopsporevenementen.

Ondanks de onzekere tijd hebben wij als organisatie van de marathonclinic in september contact gehad met verschillende leden van de loopsporcommissie om te overleggen hoe we de marathonclinic voor het seizoen 2020/2021 toch kunnen vormgeven.

Zo zijn wij ook in het najaar van 2020 gestart met de organisatie van de marathonclinic en de bekendmaking van de marathonclinic onder de lopers binnen en buiten de GAC. Dit middels berichtgeving via de website, de GAC nieuwsbrief, de Facebookpagina van de GAC marathonclinic en het lijstje wat er is met Louran van Keulen van de Run2Day winkel in Hilversum.

En ondanks de onzekerheid hebben toch weer 38 deelnemers zich aangemeld voor de marathonclinic waarvan 11 nieuwe deelnemers. Ook de snelste tempogroep heeft dit jaar een grotere opkomst met de deelname van meerdere MILA lopers. Vanwege de steeds meer aangescherpte maatregelen kon er al vrij snel niet meer in groepsverband worden gelopen en zie je dat duo's elkaar opzoeken om toch de afstanden samen te lopen in voorbereiding op mogelijk een moment dat er weer versoepeling komt. Ook zijn er deelnemers die er voor hebben gekozen op een lager pitje te trainen vanwege de onzekere tijd.

Deelnemers kunnen contact zoeken met de trainers die verbonden zijn aan de marathonclinic als er vragen zijn. Ook is er een map op de Google Drive die toegang geeft

voor deelnemers met meer achtergrondinformatie over trainingsopbouw, voeding en marathonvoorbereiding.

Volgend jaar zal er zeker weer behoefte zijn aan een marathonclinic en wij hopen dat wij weer met zijn allen mogen trainen en als groep kunnen trainen richting de mooie loopsporevenementen. Het samen trainen en naar het grote doel toe trainen en samen beleven, maakt de GAC marathonclinic altijd tot een groot succes.

Parkinson project

Het plan om een pilot te starten met trainingen voor mensen met de ziekte van Parkinson is helaas stil komen te liggen, deels door Corona en deels door het niet beschikbaar zijn van de baan op een dag en tijd dat er ook trainers beschikbaar zijn.

Bootcamp

De bootcamp trainingen zijn in 2020 bij de 1^e lockdown deels stilgelegd. De laatste maanden is er weer getraind in een groep van 4 á 5 deelnemers, in wisselende samenstelling, binnen de geldende coronaregels.

Er zijn nieuwe materialen gekocht waaronder enkel/arm gewichten , elastieken en springtouwen met tellers erop .

Er hebben zich enkele nieuwe leden aangemeld maar die hebben vanwege de strenge coronaregels nog niet mee kunnen trainen.

Afgelopen jaar is er ook gezocht naar nieuwe bootcamptrainers, mannelijke of vrouwelijke, maar die zijn tot op dit moment nog niet gevonden.

Nordiccen

Voor de lockdown in maart volgden twee GAC-leden de basiscursus nordiccen. In het najaar zijn er drie basiscursussen gegeven, met elk zes deelnemers. Dit leverde GAC 6 nieuwe leden op, 4 deelnemers waren al lid en 5 deelnemers zijn geen lid geworden. De laatste basiscursus kon niet beëindigd worden voor de tweede lockdown. We hopen dat de 3 niet-leden die daaraan meededen, later weer terugkomen.

In de zomer, toen er wel in kleine groepjes getraind mocht worden, verhuisde de nordicafdeling naar het Spanderswoud, verzamelpunt bij restaurant Robert. Deze startplek bevalt erg goed: er is voldoende ruimte en het Spanderswoud is een ideaal bos om te nordiccen.

Steeds meer trainers waren beschikbaar. Het vergde veel regel om alle groepjes zo in te delen dat iedereen regelmatig aan de beurt kwam in een groepje van ongeveer hetzelfde niveau. Daarnaast werden er dus ook nog drie basiscursussen gegeven. Dank aan alle trainers!

De Wandeltrainersdag ging niet door en ook de bijscholing in het najaar voor de trainers van de GAC, BAV, Zuidwal en Pijnenburg verviel.

Tijdens de eerste lockdown lanceerde Liene Malsch de "nordic-corona-app". Elke week plaatste zij een foto in de WhatsApp-groep, waarbij alle nordiccers zich konden aansluiten. Zo'n 35 nordiccers gingen vervolgens regelmatig op zoek naar de plek waar de foto genomen was, steeds in de omgeving van Hilversum. Ze maakten daar dan een selfie en zetten die ook in WhatsApp-groep. In totaal zijn er 32 zoekplaatjes geplaatst in 2020. Ook in 2021 bleef de WhatsApp-groep heel actief.

Sportief Wandelen (SW)

Ook in 2020 zijn op vijf niveaus (A t/m D + Power Walking) SW-trainingen gegeven op verschillende dagen van de week (dinsdagochtend en -avond, donderdag- en zaterdagochtend). Op maandagochtend wordt training gegeven aan een groep A/B-wandelaars. Aantal trainers in 2020 (stand per 31 december 2020): 13 vast (waarvan 1 voor PW) en 6 (vaste).

Als gevolg van de coronamaatregelen zijn gedurende het jaar protocollen uitgegeven met duidelijke richtlijnen t.a.v. opzet en uitvoering van de (SW-)trainingen. Met enthousiaste inzet van de respectievelijke trainers is het gelukt om de trainingen, gedurende de periodes dat dit

toegestaan was, doorgang te laten vinden. Gebruikmakend van ook alle invaltrainers kon goed ingespeeld worden op de (wisselende) eisen t.a.v. groepsgrootte en startplekken. M.n. het laatste opende de mogelijkheid om, naast het vertrouwde Cronebos, ook trainingen uit te zetten in het Spanderswoud en Corversbos.

De belangstelling voor SW is in 2020 enigszins gestagneerd: In 2020 hebben 16 personen informatie ingewonnen en hebben daarna aan een of meer proeftrainingen deelgenomen, resulterend in 10 nieuwe aanmeldingen. 3 Informanten staan (vanwege corona) "nog in de wacht".

Nordic en SW

Op zaterdag 7 maart 2020, enkele dagen voor de eerste lockdown, vierden de ruim 200 leden van de wandelafdeling het jubileum: 20 jaar sportief wandelen en 15 jaar nordiccen bij GAC. De leden hadden de keuze uit vier activiteiten zoals werken met de boswachter of een excursie met een IVN- of KNNV-gids. Daarna was er koffie met taart in het bos en een toespraak van Friso van Wieringen, bestuurslid, en Kees Tabak, voorzitter van de LSC. Mede dankzij het prachtige weer was het een heel geslaagde ochtend.

Evenemententeam

Vanwege de Covid19 maatregelen konden in 2020 de traditionele GAC- loopjes niet georganiseerd worden; het betreft de Lenteloop, Wasmeerloop, Herfstloop en Sinterklaasloop.

Ook moest worden afgezien van de kerstraining op de ochtend van 2^e kerstdag en de olieballen op oudejaarsdag.

Hetzelfde geldt voor de Klaverblad Voetstappenpad wandelrally van mei en de Gooise Heide-loop eind augustus.

Klaverblad Voetstappenpad

Normaal gesproken vindt de Klaverblad Voetstappenpad Wandelrally plaats op de 3^{de} zondag van mei. Omdat in 2020 ook de Hilversum City Run op deze zondag zou plaatsvinden is de datum van het Voetstappenpad naar voren gehaald.

De nieuwe datum werd zondag 3 mei. De start en finish is ieder jaar in Beeld en Geluid maar vanwege de meivakantie en activiteiten in het museum kon dat in 2020 niet doorgaan. Er zijn nieuwe contacten gelegd met de VPRO. Voor de start en finish mochten er gebruik gemaakt worden van hun gebouw. Ook de parkeerplaats mocht gebruikt worden zodat de deelnemers ook weer gratis konden parkeren. Helaas is er besloten om ook de Klaverblad Voetstappenpad wandelrally af te zeggen vanwege Covid19.

Het contact met de VPRO blijft bestaan, in ieder geval voor het parkeren. En wie weet, misschien wordt er in de toekomst ook nog gebruik gemaakt van het gebouw voor de start en finish.

Opleidingsteam

Door middel van opleidingen willen we de continuïteit en de kwaliteit van de trainingen voor de loopsportafdeling van GAC bewaken. Een onderdeel hiervan is de jaarlijkse opleiding voor nieuwe trainers voor hardlopen.

Deze opleiding is in 2020 al voor het 9e jaar met Niels Alofsen als docent georganiseerd. De opleiding bestaat vanaf 2020 uit 7 workshops, waarbij de 7^e workshop de zogenaamde Proeve van Bekwaamheid (PvB) is.

Daarnaast wordt de kwaliteit bewaakt door regelmatig een bijscholingsprogramma voor de trainers aan te bieden. Ook dat kon niet doorgaan in 2020.

In 2020 hebben 11 hardlopers de trainersopleiding gevolgd. Van deze 11 trainers zijn er 10 aan een of meer vaste groepen gekoppeld en is er 1 gestopt met de opleiding.

Door Covid19 is de opleiding in 2020 niet afgerond. In 2021 moet alleen de PvB nog worden gedaan. De trainers in opleiding hebben, met toestemming, al wel training gegeven in diverse groepen.

De communicatie voor het werven van nieuwe trainers is weer verder aangescherpt met een banner in de hal, informatie op de website en informatie op de schermen in de kantine. In de opleiding van de trainers anticiperen we op wat hardlopers van een vereniging vragen. Geleidelijk voeren we een professionaliseringslag door met meer nadruk op veiligheid en anticiperen op de veranderingen in de opleidingen die de atletiekunie doorvoert. De nieuwe opleiding voor 2020 is inmiddels verder uitgebreid met een extra workshop waardoor de opleiding in 2020 totaal 7 workshops gaat tellen. Daarnaast hebben we voor de trainers in opleiding een GAC Google drive platform gekregen, die de trainers in opleiding ondersteunt bij het voorbereiden van de workshops en biedt tevens de mogelijkheid om terug te grijpen op documenten en filmpjes uit eerdere workshops. Dit alles om hen zo goed mogelijk voor te bereiden op de het trainerschap bij GAC.

Reanimatie

De cursus reanimatie voor trainers wordt sinds 2010 bij de GAC gegeven door Rita Teeuwissen van de Hartstichting, nog steeds tot grote tevredenheid van de trainers. We constateren dat de cursussen reanimatie bij de GAC-trainers ingeburgerd zijn; de aanwezigheidstrouw is onverdeeld groot. Voor de veiligheid in de groepen – maar ook elders in de samenleving – is dat een geruststellend gegeven.

In 2020 is er een basis reanimatiecursus gegeven, onder meer voor de trainers in opleiding. Verder zijn er ook herhalingscursussen gegeven.

Door corona konden niet alle geplande cursussen worden gegeven en zijn de overige cursussen volgens een streng corona-protocol gegeven. Ondanks dit strenge protocol heeft een deel van de trainers aangegeven niet aan de herhalingscursus mee te willen doen vanwege Covid19.

Doelstellingen/ projecten 2021

Evenemententeam

In 2021 zullen zo veel als mogelijk de vaste jaarlijkse loopevenementen georganiseerd worden. Helaas is de Lenteloop al vervallen. Ook voor de overige evenementen zal het van de overheidsmaatregelen afhangen of deze georganiseerd kunnen worden.

Opleidingsteam

In 2021 starten we een nieuwe opleiding voor trainers maar die zal pas kunnen beginnen in het 3^e kwartaal. Alleen op die manier zal de continuïteit van de loopsportafdeling gewaarborgd kunnen worden.

De verbeteringen die in 2021 voor de bijscholing moeten worden doorgevoerd, zijn het structureel jaarlijks geven van bijscholingen met de bijbehorende communicatie en de bijscholingscommissie nieuw leven inblazen. Daarnaast is het noodzakelijk om na de gegeven bijscholing informatie aan de trainers te verschaffen. Het verstrekken van documenten is nagenoeg onmogelijk via de mail in verband met privacy en rechten en we zullen onderzoeken hoe we voor alle actieve trainers een afgeschermd gedeelte op de GAC-website kunnen krijgen.

Op dit platform kunnen we dan documenten delen die van belang zijn voor trainers.

Jaarverslag 2020 Maple Leaf Cross commissie

Bezetting commissie

De commissie bestond in 2020 uit:

Voorzitter	Lourean van Keulen
Secretaris	Niesje Venema
Penningmeester	Remko Groot
Lid	Dina Weening
Lid	Jack van de Wijngaard
Lid	Hans Mol
Lid	Pieter Jongbloed

Doel / Takencommissie

De samenstelling en taakverdeling is het afgelopen jaar niet veranderd. Helaas gooide Corona roet in het eten waardoor we geen fysieke cross konden laten plaatsvinden.

Activiteit en/resultaten 2020

De 73ste editie van de Maple Leaf Cross tussen Laren en Hilversum was dit jaar vanwege de coronamaatregelen geheel anders dan voorheen. Desondanks spreekt de organisatie met 230 deelnemers van een succes.

Om er een coronaproof-editie van te maken konden de deelnemers het virtueel tegen elkaar opnemen, door middel van GPS-registratie. Het parcours was dit jaar met piketpaaltjes aangegeven in het gebied van Goois Natuur Reservaat tussen Sint Janskerkhof en de Orionlaan. Dagelijks werd het parcours gecontroleerd door ons als commissie. Dit was wel nodig omdat er elke dag wel paaltjes verdwenen waren, uit de grond getrokken, verplaatst e.d.

Gedurende negen dagen konden inschrijvers hun gekozen afstand van 2,5; 5 of 10 kilometer lopen. Uit praktische overweging (kosten) hebben we de 7.5 kilometer er uitgelaten.

Ook de kids run hebben we dit jaar niet gedaan omdat er anders 3 parcoursen uitgezet en onderhouden moesten worden. Het alternatief was voor de jeugd, de 2.5 kilometer. Daarbij konden zij kiezen uit verschillende categorieën: hardlopen, wandelen of Nordic walking.

Het idee voor een virtuele cross was snel bedacht. Daarbij werd ook advies ingewonnen bij de Hilversum City Run, die eerder dit jaar al een virtuele wedstrijd organiseerde. "Net als de verhuizing van Anna's hoeve naar Laren, is het ook dit jaar weer gelukt een goed georganiseerde loop neer te zetten", aldus commissievoorzitter Louran van Keulen. "Daarbij zijn we trots op zoveel trouwe fans te hebben die ieder jaar aan de cross meedoen."

Aanvankelijk werd rekening gehouden met vijftig deelnemers. Het werden er dus bijna vijf keer zo veel. Van Keulen: "Fantastisch hoe loopgroepen elkaar hebben geïnspireerd. Ook nieuwe groepen deden mee, zoals voetbalteams die wegens de maatregelen een andere trainingsinvulling zochten." De tien beste lopers krijgen een eervolle vermelding op de website mapleleafcross.nl.

Dankzij diverse sponsors hebben we dit jaar een positief resultaat behaald.

Doelstellingen/projecten 2021

Uitbreiding aantal deelnemers met name wedstrijdathleten en publiek
Handhaving huidige onderkomen
Uitbreiding invitatie beleid wedstrijdathleten
Verbetering bekendheid in de regio met name het omliggende gebied, veel wandelaars wisten niet wat er speelde
Meer jeugd aantrekken d.m.v. contacten met scholen (scholencompetitie herzien?) Op zoek naar sponsors

Jaarverslag 2020 Sponsorcommissie

Bezetting commissie

De commissie bestond in 2020 uit:

Voorzitter	Ben Bus
Secretaris	Tot sept 2020 Caro Baumeister
Penningmeester	Floris van der Pol
Lid voor bordsporing	Henk Milder
Lid voor advertentie sponsoring	Ron Meijer
Lid	

Doel / Takencommissie

Het ontwikkelen en communiceren van een helder sponsorbeleid voor de GAC en het initiëren van nieuwe sponsorinitiatieven.

Het beheren en onderhouden van contacten met bestaande sponsors, het bewaken van de contractuele sponsorafspraken en het acquireren en werven van nieuwe sponsors.

Activiteit en/resultaten 2020

Onze hoofdsponsor Klaverblad Verzekeringen bleek een goede en betrouwbare partner. De sponsorbedragen voor de evenementen, die in de Corona tijd niet fysiek konden worden georganiseerd, zijn ondanks dat toch ontvangen. Onze besprekingen over de vernieuwing van het vierjarige contact dat dit jaar afliep leidden begin 2021 tot een heel positief resultaat, waarmee we de komende vier jaar weer op een uitstekende sponsorbijdrage kunnen rekenen. Daarnaast kregen we toestemming om van het resterende bedrag uit het oude contract de nieuwe LED-verlichting op de baan te financieren.

In het kader van het nieuwe contract is ook begonnen met het beter structureren van de sponsoring van de wedstrijd atletiek selectie teams. De afgelopen jaren hebben GAC-atleten goeddeels zelf de acquisitie van sponsors verzorgd. Met de groep betrokken sponsors is contact opgenomen om deze sponsoring in 2021 onder te brengen in een totaalpakket, waarmee de wedstrijdteams een eigen, professionele en herkenbare uitstraling zullen krijgen. Ook wordt een extra bijdrage geleverd voor het stimuleren van de A-atletiek.

De meeste andere sponsors die via borden langs de baan of advertenties in het GAC-magazine bijdragen aan onze club bleven bereid hun sponsoring te continueren. Er zijn zelfs bordsporingen bij gekomen. De sponsorzuil is een doorslaand succes. Bij betaalde bordsporing op de baan krijgen de betreffende sponsors een vermelding bij de GAC-hoofdingang. In de opzet van de advertenties in het GAC Magazine is meer structuur gekomen.

Met Nike Europe hebben we een doorlopende afspraak gemaakt over de sportkleding voor de trainers. De uitgifte van de Nike-kleding blijven we doen via Run2Day, waarmee we ook een mooie 4-jarige sponsorovereenkomst hebben afgesloten.

In het licht van de genoemde resultaten kunnen we 2020 - qua sponsoring - als een mooi jaar beschouwen.

Doelstellingen/projecten 2021

Projecten die voor 2021 zijn gepland:

- Afronden van het structureren van de sponsoring van de wedstrijd atletiek.
- Ontwikkelen van sponsorinitiatieven ter bekostiging van de ledenwerfactie voor de loopsport na het vervallen van de corona restricties.
- Verbetering van de administratie met betrekking tot de sponsorborden en advertenties in het GAC-magazine.

Jaarverslag 2020 Sport Medische Commissie

Bezetting commissie

De commissie bestond in 2020 uit:

Coördinator Sportfysiotherapeut	Hans Hofman (master sportfysiotherapie)
lid	Jan Pijl (master manueel therapie)
lid	Dik Zeldenrijk (sportmasseur)

Verder werd er assistentie verleend door fysiotherapeuten vanuit de praktijken van Hans Hofman (Fysiotherapie de Hoogh) en Jan Pijl (Fysio Holland, Hilversum)

Doel / Takencommissie

De Sport Medische Commissie (SMC) heeft tot taak de leden van de vereniging zoveel mogelijk te ondersteunen in een blessure vrije deelname aan deze tak van sportbeoefening. Uitgangspunten hierbij zijn preventie, adviezen, voorlichting en zo nodig begeleiding.

Activiteit en/resultaten 2020

Hans Hofman en Jan Pijl hebben, met ondersteuning van medewerkers van de praktijken van Hans en Jan, zoals in de voorgaande jaren de inloopsprekuren verzorgt. Door de Corona vonden een deel van de spreekuren plaats op afspraak. Rond de zomer van 2020 waren de beperkingen rond Corona wat minder en hebben we weer wat intensiever de atleten en recreanten kunnen voorzien van hulp, adviezen en tips. Verder heeft de SMC opnieuw een bijdrage geleverd aan de voorlichting aan de startersclinic en heeft het een bijdrage geleverd aan de trainingen van de marathongroep.

Dik Zeldenrijk heeft zo goed en kwaad als dat ging, naast zijn activiteiten als trainer, wederom de sportmassage verzorgt.

De bijscholingscursussen reanimatie zijn ook in 2020 weer georganiseerd, Verder vonden de BHG trainingen, plaats onder auspiciën van de SMC.

Doelstellingen/projecten 2021

De medische commissie heeft, net als andere commissies binnen de GAC, mee gewerkt aan de ontwikkelingen van het meer jaren beleidsplan van de GAC.

Speerpunten van de SMC zijn:

- Onderzoeken naar de mogelijkheden om te komen tot een specifieke hardlooptroep voor atleten met de diagnose Parkinson. We zijn hiervoor, onder leiding van Siebe Turksma, het netwerk aan het af tasten (Parkinson vereniging; atletiek verenigingen in de regio, etc.)
- Het meer profileren van de SMC, binnen de vereniging, als onderdeel van het meerjarenplan van de GAC Hilversum.
- Het vergroten van de toegankelijkheid van de SMC.
- Het vergroten van de communicatie met de diverse trainers.
- Het screenen van atleten van de GAC
- Het komen tot een goede blessure registratie binnen de GAC.
- Het optimaal gebruik maken van de expertise van de leden van de SMC en deze effectief gaan inzetten bij de blessure hersteltrainingen.

Jaarverslag 2020 WOC

Bezetting commissie

Het WOC bestond tot en met 31 december 2020 uit de volgende leden:

Voorzitter	Aswin Jagers
Penningmeester/ uitslagen junioren en senioren	Marc van Veen
Lid	Stéphane Wienneke
Lid	John Dankers
EHBO-coördinator	Nelleke Dankers
JUCO	John en Nelleke Dankers
Wedstrijd secretariaat	Marc Jordense
Uitslagen pupillen	Brian Steba
Secr. uitwedstrijden AB-jun. sen. en masters	Ingrid van Dijk
Clubrecords junioren C en ouder	Arjan van Harn
Clubrecords junioren D	Jan van Dijk
Clubrecords pupillen	John Dankers

Doel & taken van het WOC

De 'things to do'-lijst van de wedstrijdorganisatiecommissie (WOC) is erg lang. De commissie stelt het jaarlijks wedstrijdprogramma van de vereniging vast en vraagt het aan bij de Atletiekunie. Verder organiseert de commissie de uit- en thuiswedstrijden, coördineert de jury, zorgt voor de accommodatie en het parcours en maakt promotie voor de wedstrijden. Ook coördineert de WOC de competitiewedstrijden, regelt scholing en bijscholing van o.a. juryleden en scheidsrechters, houdt de jaarlijkse ranglijsten indoor en outdoor bij en zorgt voor publicatie daarvan. Verder worden de clubrecords erkend en gepubliceerd en worden eventuele bijbehorende premies uitgekeerd. Tenslotte verzorgt de commissie ook de prijzen die worden uitgereikt.

Beschouwing WOC in 2020

Door alle coronamaatregelen zijn in 2020 veel wedstrijden en activiteiten gecancelled, maar waar mogelijk toch georganiseerd of ondersteund. Hieronder een overzicht:

- Regiocross => seizoen 2019-2020 is volledig doorgegaan en afgerond seizoen 2020-2021 is volledig afgelast
- Clubkampioenschap cross ⇨ eind maart uitgesteld, 12 december alsnog georganiseerd
- Jurycursus 2020 ⇨ afgelast
- Prestatieregistratie GAC atleten ⇨ overdracht pupillen prestaties van Jan van Dijk naar John Dankers, verder business as usual
- Oefenwedstrijd pupillen ⇨ afgelast
- Gooise Onderdeel Wedstrijden ⇨ afgelast, deelnemers van andere verenigingen waren een groot deel van 2020 niet toegestaan
- Gooise Thuis Wedstrijden ⇨ waar mogelijk onder eigen regie van trainers/groepen georganiseerd en door WOC ondersteund: MILA, sprint, horden, polshoog, speer, ver, HSS, hoog, estafette
- Cityrun ⇨ afgelast, door organisatie vervangen door virtuele variant
- Baancompetitie ⇨ afgelast voor alle leeftijdscategorieën
- Klaverblad Arena Games ⇨ historische wedstrijdopzet is -wegens gebrek aan

GAC deelname en ondersteuning- verlaten. Als test is een CD junioren sprintwedstrijd onder de KAG vlag georganiseerd

- Kind-ouder wedstrijd ⇒ afgelast
- Clubkampioenschap baan ⇒ georganiseerd voor pupillen t/m senioren
- Prijsuitreiking jaarprestaties ⇒ centrale prijsuitreiking pupillen in oktober
decentrale prijsuitreiking aan oudere atleten in november
- Maple Leaf cross ⇒ afgelast, door organisatie vervangen door virtuele variant

Doelstellingen & projecten in 2021

- Anticiperen op WOC gerelateerde coronamaatregelen en centraal genomen besluiten inzake wel/niet toegestaan wedstrijdprogramma, competities en activiteiten
- Organiseren of ondersteunen van toegestane initiatieven

