



## Nieuwsbrief Extra Editie : Virtuele City Hanzeloop



### Succesvol experiment: ruim 500 deelnemers!

#### Virtuele City Hanzeloop een groot succes.

Wat begon als een experiment is uitgelopen tot een onverwacht succes. Begin maart moesten we vanwege de corona-crisis besluiten om de Running Center City Hanzeloop door te schuiven naar 2021. Daarvoor waren we al volop met de voorbereidingen bezig. Zo waren er mooie medailles ontworpen en deze waren al in productie en konden niet meer worden geannuleerd. Bij de vraag "Wat doen we daar dan mee?" kwam Wanda Heimensen met het idee van een virtuele loop. Zij wilde, samen met Anna Hulst, de organisatie wel op zich nemen.

Van het bestuur kregen we meteen groen licht, omdat zij het ook belangrijk vonden om in deze tijd, als vereniging, actief te zijn en ons gezicht te laten zien.

Binnen 4 dagen was alles geregeld, zoals inschrijfmogelijkheid via [inschrijven.nl](https://www.inschrijven.nl), mailing naar oud-deelnemers, persberichten naar de lokale pers, opgave voor de wedstrijdkalender en oproepen via facebook. Deelnemers kregen een maand de tijd om hun loop te doen. Running Center bood aan om als afhaal-loket voor de medailles te fungeren.

Direct waren er positieve reacties en inschrijvingen. Gedurende de gehele periode kwamen de inschrijvingen binnen en de mails met geleverde prestaties. Uiteindelijk sloot de inschrijving op 17 juni met het onverwacht hoge aantal van **ruim 500 deelnemers**.

Uit de vele enthousiaste inzendingen en reacties bleek al snel dat zowel jong als oud - en sportieve combinaties daarvan - deze unieke kans had aangegrepen om aan de virtuele Hanzeloop mee te doen.

De Hanzesporters hebben niet alleen delen van Nederland al hardlopend verkend, maar er is ook buiten de landsgrenzen flink gesport voor zo'n prachtige niet-virtuele medaille.

Hieronder een greep uit de ingezonden reacties:



## Internationaal: Engeland



Phil Davidson uit Preston UK heeft de virtuele 10 km afgelegd, in een Hanzesport shirt.

Phil is een goede bekende van Hanzesport, omdat hij meerdere keren gids is geweest tijdens trainingsweekenden in het Lake District van de LAG groep.



**Philip Davidson**

Today at 7:02 AM

### Virtuele Running Center City Hanzeloop 10k

23:12 5k, 48:26 10k, happy with that in blustery conditions



Distance  
6.23 mi

Avg Pace  
7:46 /mi

Moving Time  
48:26

Elevation Gain  
100 ft



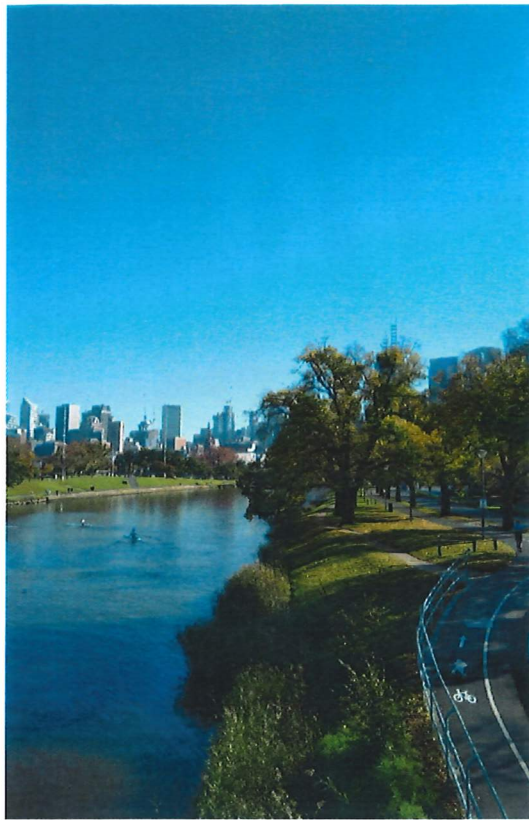
## Internationaal: Australië

"Hoi Hanzelopers,

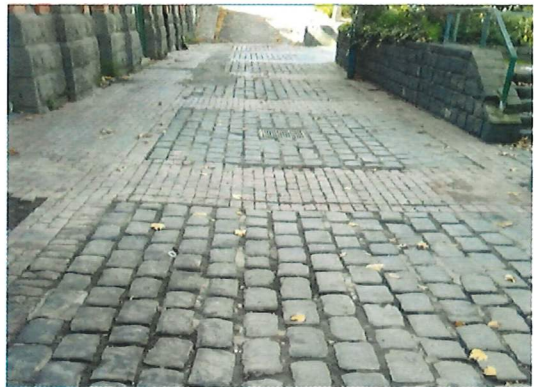
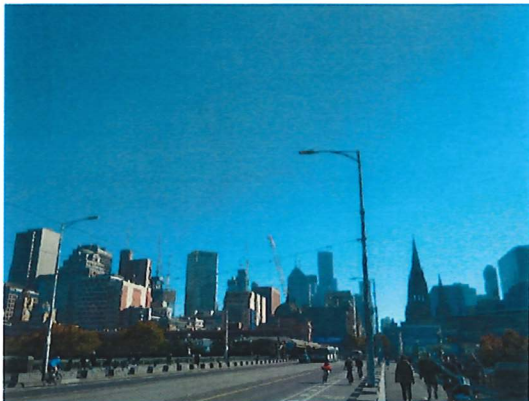
*Hierbij de uitslag van mijn virtual cityrun Zutphen. Ik zit dit jaar in Australië, dus op deze manier was het toch leuk om mee te doen:) Ik heb mijn best gedaan en met fantasie toch wat Zutphense elementen in Melbourne kunnen vinden, met o.a. 'de IJssel', 'de torentjes van Zutphen' en 'de klinkertjes op de markt'.*

*Veel succes, stay safe en bedankt voor de organisatie van deze virtuele race! "*

Anne van Wijngaarden



A screenshot of a mobile application interface for a virtual run. At the top, it shows the time 12:54 and various status icons. Below that, the user's name 'Anne van Wijngaarden' and the time 'Yesterday at 10:17 AM' are displayed. The main title is 'Virtual Cityrun Zutphen', followed by a description: 'Inclusief IJssel met fluisterbootjes, skyline met torens e klinkertjes'. A map of Melbourne, Australia, shows a red-outlined running route that includes 'Carlton Gardens' and 'Sunderland St'. Below the map, performance statistics are listed: Distance 10.00 km, Avg Pace 7:02 /km, Elapsed Time 1:10:21, and Elevation Gain 97 m.



## Nederland

De meeste hardloop-prestaties kwamen toch wel van binnen Nederland, van Oost-Nederland tot aan de duinen. En geregeld werd nog succesvol de eigen grens opgezocht: er zijn namelijk wat PR's gesneuveld.



Hallo,

Vandaag heeft mijn zontje Bongani Waterberg de virtuele run van 1 km gelopen! En ervan genoten ;)

Veel groeten

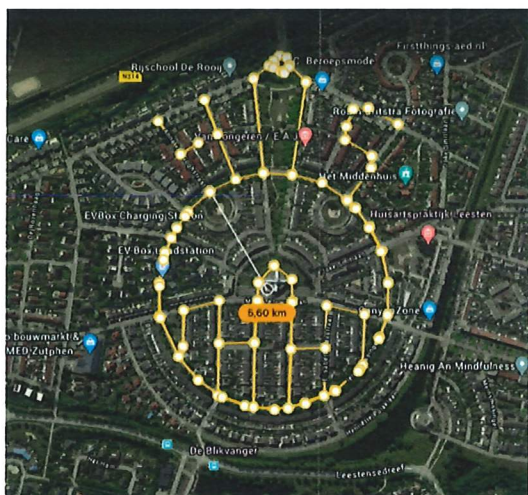
Mije Waterberg



Hoi,

Vandaag hebben mijn zusje en ik de virtuele Hanzeloop voltooid!

Tessa Waterberg



Sommige lopers hebben de CityRun gecombineerd met tekentalent en stratenkennis. Eén inzending viel op: de Hanzesporters hebben de contour gelopen van de CityRun-medaille, compleet met huizen en een toren in het midden. En zelfs de bron van de noodzaak voor een virtuele Hanzeloop wordt op een originele manier vermeld ... (zoekplaatje).

#### Virtuele medaille hanzeloop

Afstand	Tempo	Prestaties
4,97 km	6:36 /km.	5



"Op de valreep hebben mijn dochter en ik ons vandaag ingeschreven voor de virtuele city hanzeloop. Hierbij sturen we jullie onze Strava "virtuele medaille(loop)". De praktijk is wat weerbarstiger dan het plaatje in Google maps voordat we begonnen..... Maar dat mag de pret niet drukken.

Fijn dat jullie op deze manier toch de city run mogelijk hebben gemaakt."

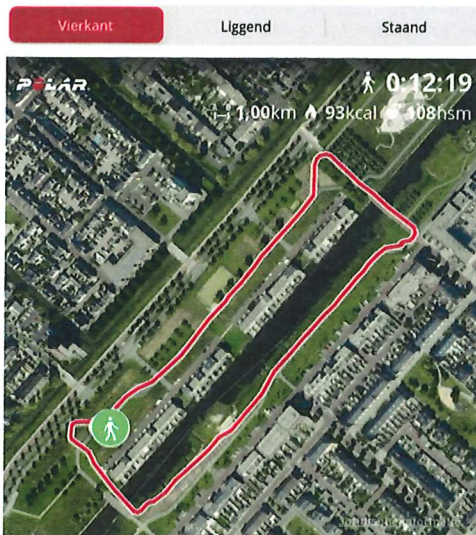
Groetjes,  
Annemieke en Nynke



Vanochtend heb ik in plaats van de Hanzeloop een rondje IJsselbruggen gelopen en vanavond hebben we de Hanzeloop Kidsrun locatie Warnsveld gelopen met vier enthousiaste kids.

Vanavond hebben onze kinderen beide hun eigen hanzeloop gedaan op hun eigen tempo.

Luka Pijnappel heeft er 8:37 minuten over gelopen en Fenna Pijnappel 18:27 minuten.



Vandaag heeft onze tweeling van 6 jaar hun 1 km hardgelopen voor de virtuele run

Brendan Langelaan 5.03,43  
Aimée Langelaan 7.19,58

Parcours heb ik eerder uitgezet

Groetjes  
Ron Langelaan



Abstand	10,01 km	Gem. tempo	4:59 /km.
Bewegstid	49:50	Hoogtelverschil	4 m

Allereerst wat een leuk alternatief voor de City Hanzeloop.

Samen met Erna Niels (cc) hebben we ons ingeschreven en vandaag maar even wat extra gas gegeven voor een 10 kilometer.

Zie in de bijlagen onze gelopen afstanden en tijden. (...)

Met sportieve groet,

Erna Niels & Sanne Witten

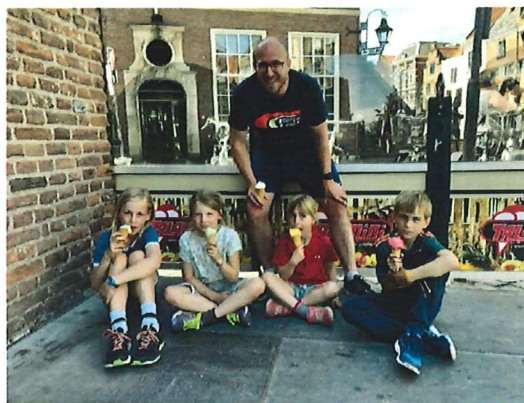


Beste organisatoren,

Bedankt voor de leuke organisatie van deze virtuele run.  
In de bijlagen enkele foto's als bewijs (van mijn pr! :))

Vriendelijke groeten,

Laura Herlfterkamp



Hoi Wanda (en anderen),

Vandaag hebben de Kidsrun gelopen:

Marie van Donk (10) in 3:45

Cato Lenting (9) in 3:53

Philip van Donk (12) in 4:08

Lou van Donk (5) in 5:18.

Na afloop volgens de traditie een lekker ijsje bij Talamini.

Leuk dat het op deze manier toch nog een klein beetje door kon gaan dit jaar!

Groet Joram



"Dag Cees, zullen we morgen iets vroeger gaan lopen? Het schijnt later op de dag slechter weer te worden." Zo stond ik zaterdagochtend op in de wetenschap dat ik om 11.00 uur zou starten met de Virtuele City Hanzeloop. Het was al weer sinds de Achtkastelenloop dat een wedstrijd had gelopen. Nou ja, wedstrijd, voor mij een stok achter de deur dat ik een langere afstand aan één stuk uitloop.

Ondertussen ziek geweest, een voor mij ongewoon zware griep kluisterde mij 2 weken aan bank en bed waarbij spierpijn en vermoeidheid de grootste rol opeisten, nu weer zo'n 6 weken aan het hardlopen, samen met Cees met wie ik een band was gaan vormen. Immers ook hij was ziek geweest en we waren misschien beide wel immuun geworden. Wie zal het zeggen. ►

Om kwart voor 11 deden we wat warming-up oefeningen, waarna we door Cees' echtgenote Margot onder een strak blauwe hemel bij Polbeek werden weggeschoten.

Cees had een parcours uitgestippeld dat ons over bekende paden zou leiden, niet altijd even makkelijk volgens mij, maar dat bleek mee te vallen. Het rulle zand was door de regenval in de week ervoor veranderd in mooie harde stukken.

Nadat ik aanvankelijk stoer de leiding had genomen (jeugdige overmoed speelt ook na je zestigste nog), diende de harde waarheid zich toch aan. Na circa 4 kilometer kwam Cees langszij en dribbelde hij met zijn kenmerkende passen steeds verder van mij weg.

Ondertussen vond ik er maar weinig virtueels aan met deze loop: tussen kilometer 5 en 6 gingen mijn gedachten tussen 'even wandelen' en 'ben je gek? doorlopen!'

Maar op een 10 kilometer is de finish gelukkig nooit echt ver weg, althans zo redeneer ik nog steeds na al die halve (en een paar hele) marathons, en dus doemde de bebouwing achter de Berkel al weer snel op. Dat gaf mij een boost, die nog werd versterkt, doordat Margot en twee van haar Iraanse taalstudenten van het AZC bij Sutfene als heuse supporters mij aanmoedigden en foto's namen, waarop ik waarschijnlijk weer met een lekker vermoeide kop zou staan.

*Na het centrum zuidelings te hebben gerond stormde ik voor de laatste meters de zaadmarkt op en finishte ik na 1 uur en 1 minuut bij Running Center, constaterend dat ik vergeten was op mijn smartphone Strava te starten. Van Ans, moeder van de MiLa's en trouw als altijd, ontvingen we beide een (uiteraard gouden) medaille voor onze getoonde inspanning.*

*Tijdens de welverdiende nazit bij Sultani met onze fans leerde ik Iran op een andere wijze kennen. Dat het noorden mooi groen is en dat je in de stad Rasjt, volgens de taalstudenten culinair centrum van de wereld, heerlijk kunt eten.*

*Het was een mooie loop, een goed initiatief.*

*Organisatie, bedankt!*

*Jan van den Belt*

#### Meer reacties en inzendingen van Hanzesporters:

"Hallo, Ik en de andere atleten hebben toch een wedstrijdje gedaan in de coronacrisis. Ik vond het heel leuk om nog een wedstrijdje te doen. Het was de hanzesport city run. Helaas was het op de baan en niet in de stad. We moesten 2 rondjes bij het wedstrijdje doen het was heel gezellig. Ik train in de A1. Ik vond het helemaal geweldig. Iedereen die mee gedaan heeft kreeg een medaille.

groetjes Ilse

...

"Wel vreemd zo deze loop te doen, maar het was gisteravond prachtig loopweer en Zutphen lag er mooi bij."

...

"Dank je wel! Leuk dat jullie het op deze manier vorm hebben gegeven. Dan heb je toch het gevoel dat je echt ergens voor traint."

...

"Ik heb de virtuele 10km run in Bloemendaal (de Kennemerduinen) gelopen. Was idd mooi met een paar klimmetjes. :-)"

...

"Hierbij mijn uitslag. Een nieuw persoonlijk record, yeah !  
Bedankt, Ik ga de medaille ophalen!"

...

10:21 80%

← **Hardloopsessie**

**David Buist**  
 Vandaag om 09:45

**Virtuele hanzeloop 5KM met m'n 2 supporters**

Afstand	Gem. tempo
<b>5,10 km</b>	<b>5:30 /km.</b>
Beweegtijd	Hoogteverschil
<b>28:04</b>	<b>7 m</b>
Calorieën	Max. hoogte
<b>503 kcal</b>	<b>15 m</b>

Analyse bekijken

Youfone 91% 10:31

← **Run**

**Floor Stefess**  
 Today at 10:04 AM

**Hanzeloop**

Bijna ieder jaar doe ik mee aan de Hanzeloop en toen ik hoorde dat het dit jaar niet door ging vond ik dat wel ontzettend jammer. Zeker ook omdat ik deze samen met een studiegenoot zou lopen en wij toch wel (voor studentenbegrippen) goed aan het trainen waren, te midden van de Enschedese bossen.

Mijn moeder kwam op een gegeven moment met de mededeling dat de Hanzeloop wél door zou gaan, maar dan ieder voor zich. Toen ik de medaille zag was ik helemaal verkocht, ik moest en zou gaan lopen. Zo gezegd zo gedaan. Samen met mijn studiegenoot zijn we beiden gaan lopen, wel op een andere locatie, maar het voelde toch wel een beetje als vanouds. En ja hoor, een paar dagen en behoorlijk wat spierpijn later lag de prachtige medaille bij mij in Enschede in de bus. Hanzesport, bedankt voor het toch door laten gaan van dit fantastische evenement.

## ... Dank je wel organisatie! ...

Bedankt Wanda Heimensen en Anna Hulst voor het organiseren van deze bijzondere loop, voor Hanzesporters van over de hele wereld.

## ...Vanuit de redactie...

Alle schrijvers en schrijfsters heel erg bedankt voor jullie bijdragen. We hebben weer een mooi gevulde nieuwsbrief. Voor de volgende nieuwsbrief geldt; heb je nieuws mail het ons [nieuwsbri@hanzasport.nl](mailto:nieuwsbri@hanzasport.nl)

Blijf gezond, beweeg en tot de volgende nieuwsbrief,

*de redactie*



Copyright © 2020 AV Hanzesport Zutphen, All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).



