



# JOGGING CLUB GRIMBERGEN

NIEUWJAARSTOESPRAAK JCG 2019

HOE JOGGERS MOTIVEREN?

Beste joggers,

Voorzitter zijn van een joggingclub is een obsessie.

Het is iets wat je niet los kan laten en waar je voortdurend mee bezig bent.

Jullie hebben er geen idee van hoe dikwijls ik aan jullie denk.

Niet zozeer overdag als ik druk met iets bezig ben, maar meestal 's avonds als het rustig is, in bed net vóór het inslapen.

Tussen de lakens, in mijn pyjama van zijde satijn, denk ik dikwijls aan jullie.

Soms als groep maar soms ook individueel.

Voor diegenen met ondeugende gedachten voeg ik er direct aan toe: mijn gedachten spelen zich altijd af in de context van het joggen: eerst opwarmen, niet te rap, oppassen voor kwetsuren en goed stretchen, .... allemaal zaken U welbekend.

Meer kan ik U daar niet over vertellen want sinds de #MeToo – beweging is dat gevaarlijk.

Voor we het zelf beseffen staat de club in de krant en ben ik voorzitter af.

We moeten voorzichtig zijn

Daarom zal ik ook altijd de knipjes geven in volle licht en in het bijzijn van getuigen.

“En de kussen dan?” zullen sommige deugnieten vragen.

Ook altijd in 't licht, en ook aan de getuigen.

Gewoon, spontaan, uit puur contentement van U te zien.

Net zoals een jonge hond met zijn staart kwispelt als iemand van de familie thuiskomt.

Daar kan dat beestje ook niet aan doen! Dat kan je hem niet afleren.

Alle gekheid op een stokje: wat mij vooral bezighoud is de vraag: hoe kunnen we de joggers bewegen om meer naar het Prinsenbos te komen; hoe kunnen we ze motiveren om te komen lopen?

Dat is een moeilijke vraag!

Vorig jaar had ik een heel motiverende speech gemaakt en heb ik verteld over een uitgebreide wereldwijde medische studie die ik gelezen had.

Het ging over de positieve gevolgen van actief bewegen waar, ik wil het nog eens graag herhalen, joggen de meest efficiënte vorm van is.

Het was een lijvige en ingewikkelde studie vol medisch en statistisch jargon.

Ik heb lang nodig gehad om ze helemaal te begrijpen.

Maar het resultaat van de studie is ongelooflijk positief voor joggers: meer dan 3 jaar gezond langer leven; 40 % minder kans op hart – en vaatziekten; 30 tot 50% minder kans op kanker; uitstel van dementie...

Ik dacht: als nu het Prinsenbos niet vol loopt, dan weet ik het niet.

Maar in de periode daarna liep het Prinsenbos niet vol.

Sterker nog, een paar weken later kreeg ik van één van de joggers de opmerking dat ik onwaarheden had verteld.

In de Libelle stond namelijk dat joggers gemiddeld 3 maand langer leven en geen 3 jaar.

Even brak het zweet en de twijfel bij mij uit. Zou ik me vergist hebben, zou ik me misrekend hebben, zou het medisch jargon en de statistiek in de studie toch boven mijn bescheiden petje zijn geweest?

Ik heb dan de studie en de berekeningen doorgestuurd naar een eminent professor aan de VUB

Kort daarna kreeg ik het bevrijdende antwoord dat hij bij mij geen fout had kunnen vinden.

Dus mensen, als in de toekomst de Libelle en de voorzitter iets anders vertellen ..., geloof dan alstublieft de voorzitter.

Maar ik bleef met de vraag zitten waarom het Prinsenbos niet volliep.

Noodgedwongen kwam ik tot de conclusie dat je met serieuze klap de mensen niet kan motiveren. Zelfs niet de joggers wiens hersenen regelmatig met vers bloed en zuurstof doorbloed worden.

Dat was voor mij een eye-opener: je kan met serieuze klap geen mensen motiveren.

De politici weten dat ook. Daarom doen ze op TV zo graag mee aan shows en spelletjes.

Maar politici weten wel hoe ze mensen moeten motiveren om voor hun te stemmen.

Ik dacht: misschien kan ik wel iets van ze leren.

Van de populistische Vijf Sterren beweging in Italië heb ik geleerd dat mensen graag beloftes horen. Dat er geen geld is om ze uit te voeren willen ze niet horen.

Als wij nu eens zouden beloven om het lidgeld af te schaffen en om elk jaar een groots lustrumfeest te houden... en om gratis jenever te schenken op de kerstmarkt.

Zouden we dan ook populair zijn en zouden we meer leden hebben?

Wel, dat betwijfel ik.

Met feesten kan je joggers misschien lokken, maar niet met geld.

Denk aan de subsidie die je krijgt van de mutualiteit als je sport. Je moet alleen het formulier van de mutualiteit laten invullen door onze secretaris en dat opsturen naar die mutualiteit. Vele joggers laten hun formulier niet invullen en van diegenen die dat toch doen, zijn er nog een belangrijk aantal die ze daarna niet komt ophalen.

Nee, joggers kan je niet lokken met geld.

Een ander voorbeeld hiervan is de knipkaart: 100 keer t.t.z. +/- 700 km lopen voor 12.5 €. Het gaatje is belangrijker dan het geld. Dat is een doordenkertje waar de politiciers nog iets van kunnen leren.

Wat kan er geleerd worden van de Brexit?

Van de Brexit heb ik geleerd dat dat je aan de mensen geen vragen moogt stellen. Ze antwoorden gegarandeerd op de verkeerde vraag en dan heb je pas chaos.

Daarom stellen wij nooit de vraag: welke ronde zouden jullie vandaag willen lopen?

Het zou op de tribune een oeverloos gekibbel worden zoals in het Britse parlement.

Nee, vastberaden en met veel leiderschap stellen wij: vandaag is het de Delhaize.

Dat er dan zijn die persé langs de GB willen lopen om te zien of het daar niet goedkoper is, doet niet ter zake. Dat moet ge als club met een meerderheid aan vrouwen kunnen aanvaarden.

Elke ronde begint en eindigt sowieso in het Prinsenbos en tot nu toe zijn alle joggers altijd teruggekomen. Tot nu toe is er niemand weggelopen uit de club en mogen we stellen dat wij geen Brexit-probleem hebben.

Ik hoor sommigen al vragen: wat hebt ge van Trump geleerd?

Dat is niet zo eenvoudig want Trump zit eigenlijk in een andere situatie.

Hij wil een muur van 5 miljard dollar bouwen om de mensen buiten te houden. Wij willen de mensen binnen houden en stimuleren om naar het Prinsenbos te komen.

Wij willen geen handelsoorlog met China want anders geraken we niet meer aan potjes voor onze kerstmarkt.

Hij is wel sterk in communicatie.

Hij tweet en dat doe ik niet. Misschien moet ik dat wel doen.

Maar ik ben wel meer bescheiden dan president Trump.

Stel U voor dat ik op een zondagmorgen zou tweeten: "ik had een geweldige nacht en ben klaar voor een schitterende dag".. Vandaag ga ik zeker naar de JCG: the greatest joggingclub on earth. Nice and beautiful people and a great president. Jogging first!

Jullie zouden rap zeggen: onze voorzitter jomt naast zijn schoenen.

Nee, ik denk niet dat Trump de joggers in beweging zou krijgen.

Het meest bruikbare dat ik in de voorbije maanden heb gezien is de beweging van de gele hesjes.

Mensen komen in beweging omdat ze kwaad zijn, omdat ze het gevoel hebben dat hun onrecht wordt aangedaan.

Ik wil niet ingaan op de inhoud, maar bij het zien van de beelden op TV heb ik direct gedacht: zo'n beweging kunnen we misschien ook op gang brengen voor het joggen?

Hoe kunnen we dat doen?

Stap 1 : we zorgen voor een gevoel van onrechtvaardigheid : we sluiten het Prinsenbos en zetten een groot plakkaat: verboden te joggen!

Stap 2 : we laten een aantal kwade joggers aan de media vertellen dat ze het onrechtvaardig vinden dat ze niet kunnen joggen en dat ze recht hebben om langer te leven, dat ze geen kanker willen en dat ze niet dement willen worden. Ze zullen blijven protesteren tot ze terug in het Prinsenbos mogen joggen.

De media is verzot op zulke zaken en met zekerheid bereiken we via de krant en de TV meer mensen dan via onze mailing 's.

Gevolg: er komt massaal veel volk naar het Prinsenbos.

Stap 3: wij delen onze oranje vestjes uit, maken al dat volk lid en laten ze lidgeld betalen.

Binnen de kortste keren zijn we niet alleen de beste maar ook de grootste en de rijkste joggingclub van het land.

Dat leek mij een goed idee.

Maar toen ik een paar dagen, tussen de lakens met mijn zijde-satijnen pyjama aan, aan dit alles aan het denken was, vond ik het toch maar een kromme gedachte dat ik de joggers onrecht moest aandoen om ze te motiveren.

Misschien is het verschil tussen politiek en het joggen toch groter dan dat ik eerst had gedacht.

In de politiek kan je iemand in beweging zetten door hem onrecht aan te doen.

In de jogging doe je jezelf onrecht aan als je niet beweegt.

In de politiek kies je voor iemand anders in de hoop dat hij iets in beweging zal zetten.

In de jogging kies je voor jezelf en moet je jezelf in beweging zetten.

Conclusie:

- doe jezelf geen onrecht aan
- kies voor jezelf

en kom lopen.

En als ik U met deze mooie waarheid niet kan motiveren, dan weet ik het niet.