

Werkwijzer missie en visie van een praktijk voor Runningtherapie

Inleiding

Wil een runningtherapeut ook officieel als zodanig door de Stichting Runningtherapie geregistreerd worden, dan dient de runningtherapeut in het bezit te zijn van een missie en visie. In de praktijk blijkt dit een lastige vraag. Feitelijk vormen deze twee aspecten de kern van een business-plan. De onderstaande werkwijzer wil op eenvoudige wijze richting geven aan het beantwoorden van deze eis, in het kader van je registratie.

1. Missie

Een missie geeft antwoord op de vraag: 'Waar staan we voor?' In waar je voor staat zeg je iets over wie je bent, hoe je in de wereld staat, wat belangrijk voor je is, wat je kernwaarden zijn. Het woord identiteit past hier.

Tip. Als het goed is, is de korte formulering van je missie je bedrijfsnaam. Leg je bedrijfsnaam uit, waar het voor staat en wat dit over jou zegt, en over de wijze waarop je met mensen (en cliënten) omgaat. Vooral voor mensen die een eigen naam hebben gekozen voor hun praktijk voor RT hebben daarmee een eigen ingang.

Bijvoorbeeld:

Mijn bedrijf heet 'RUN2b - praktijk voor runningtherapie in Leidsche Rijn'. RUN2b, hardlopen om te zijn. Voor mij is hardlopen zo'n wezenlijk onderdeel van mijn leven geworden, dat ik Descartes kan parafraseren 'Ik loop, dus ik besta'. Of anders gezegd, ik ben geboren als hardloper, en gelukkig heb ik ergens in mijn leven hardloopschoenen aangedaan. Hardlopen brengt me tot rust, tot concentratie. Het maakt dat ik me fris en energiek en levenslustig voel. Het maakt me tot wie ik ben geworden. In moeilijke periodes in mijn leven heeft het lopen mij geholpen om er doorheen te komen, om er fris en relativerend naar te kijken. Vandaar, RUN2b, hardlopen om tot jezelf te komen, om te worden die je bent.

2. Visie

Een visie geeft antwoord op de vraag: 'Waar gaan we voor?' In waar je voor gaat druk je je ambitie uit. Je staat in het heden (punt A) en gaat richting de toekomst (punt B). Je missie is als het ware een bril waarmee je naar het heden kijkt. Die waarneming zet je in beweging om iets te veranderen, te bereiken. Wat is dat?

Bijvoorbeeld:

In onze maatschappij zijn we de laatste decennia steeds meer in ons hoofd gaan leven. Met denkwerk verdienen we onze boterham. Het lichaam schakelen we uit. Gaandeweg ontdekken we de nadelige effecten van deze leefstijl. Bewegen wordt steeds meer iets van de vrije tijd, en van een bewuste keuze voor een bepaalde, actieve leefstijl. In de praktijk blijkt het voor een grote groep mensen niet zo eenvoudig om tegen de stroom van de huidige cultuur in tot bewegen te komen en dat ook vol te houden.

RUN2b is een bedrijf dat mensen wil laten ontdekken dat bewegen en een actieve leefstijl goed doet en bijdraagt aan volwaardig mens-zijn. Dat je fitter wordt, dat je beter in je vel komt te zitten. Dat je het leven beter aankunt, omdat je door moeite ergens voor te doen, door trainen weerstand hebt opgebouwd. Dat je hebt leren ontdekken waar je mogelijkheden en waar je grenzen liggen.

Alleen zijn we niet in staat om onze cultuur te veranderen, maar we kunnen wel in onszelf investeren om met de nadelige effecten van onze cultuur om te gaan.

3. Strategie

Naast missie en visie hoort nog een derde vraag. Dat is de vraag naar de strategie, oftewel hoe denk je je doel te bereiken, met inzet van welke middelen breng je mensen tot een actieve leefstijl?

Bijvoorbeeld:

Het belangrijkste middel dat RUN2b inzet om mensen tot een actieve leefstijl te brengen is runningtherapie. De kern is gelegen in een basiscursus van 24 lessen, bij voorkeur te volgen in 12 weken. Voor de twijfelaars is er ook een kennismakingscursus van 6 lessen. De loopsessies vinden bij voorkeur plaats in kleine groepjes van 2 tot 3 personen.

Voor bedrijven, m.n. in het kader van personeelsbeleid en ziekteverzuimpreventie, verzorgt RUN2b ook clinics. Het programma wordt samengesteld in overleg met de opdrachtgever.

Voor de oud-cursisten, die blijven hardlopen, maar het moeilijk vinden het helemaal op eigen kracht te doen zijn er inmiddels 2 loopgroepen. De eerste groep is geschikt voor de meer gevorderde loper. De tweede groep is pas gestart en is voor de beginnende loper.

Voor de werving worden verschillende middelen ingezet. Naast een website, folders en artikeltjes, wordt m.n. nauw samengewerkt met een huisartsenpraktijk en een haptotherapeute. Eén keer per jaar organiseert RUN2b ook samen met een fysiotherapiepraktijk een prestatie-loop, de zogen. Palmpasenspolder-loop.