



Projectbureau Nationale Gezondheidstest
Postbus 411 - 4200 AK Gorinchem
Tel 0344-645601

Datum: 26 juni 2007

PERSBERICHT

De Fitste organisatie van Nederland traint in Brabant **Aannemingsbedrijf wint titel “DE FITSTE van Nederland”**

Bij aannemingsbedrijf Gebroeders van der Steen werkt het fitste team van Nederland. Dit aannemingsbedrijf heeft de wedstrijd ‘DE FITSTE van Nederland’ gewonnen. Zes maanden geleden hebben zo’n 40 teams verspreid over Nederland zich gemeld om met elkaar de strijd aan te gaan om de felbegeerde titel ‘DE FITSTE van Nederland’. Onder de teams waren buurten, organisaties maar ook bijvoorbeeld vrienden- en kaartclubs vertegenwoordigd. De teams zijn zes maanden samen in beweging gekomen met als doel om met het gehele team fitter te worden. De wedstrijd is een initiatief van Projectbureau Nationale Gezondheidstest. Het team dat in zes maanden tijd de meeste fitheidswinst boekte heeft de titel ‘DE FITSTE van Nederland’ gewonnen. De 10 medewerkers van het aannemingsbedrijf Gebroeders van der Steen fietsten zich in zes maanden naar de winst.

Samen in beweging

‘DE FITSTE van Nederland’ is een landelijke wedstrijd met als doel: mensen aan het sporten en bewegen krijgen en werken aan een gezondere manier van leven. Uit TNO-onderzoek in het verleden is naar voren gekomen dat bewegen in een groep gemakkelijker is en stimulerend werkt, dat is de reden dat de nadruk bij deze actie op ‘samen bewegen’ ligt. Teams in de wedstrijd ‘DE FITSTE van Nederland’ hebben zes maanden lang onder professionele begeleiding van een eigen coach in een team aan hun fitheid gewerkt. De teams werkten aan de gezondheid door fitness (groepslessen aerobics en/of circuittraining met cardio en krachttraining), fietsen (spinning, wielrennen of mountainbiken) of Nordic Walking.

Gezond bewegen is meer dan alleen sporten

Iedere deelnemer heeft aan het begin en einde van de wedstrijd een Nationale Gezondheidstest (NGT) ondergaan. Deze test bestaat uit een uitgebreide vragenlijst over leefstijl, een conditietest en bepaling van lengte, gewicht en buikomvang. Het team dat na zes maanden de grootste ‘fitheidswinst’ boekte, is uiteindelijk de winnaar geworden.

Het winnende team bestaat uit 10 medewerkers van aannemingsbedrijf Gebroeders van der Steen uit Berlicum. “Het is een uiteenlopende groep, die zeer gemotiveerd is” aldus coach Betty Schelle van sportinstituut Berlicum. “In zes maanden tijd zijn de medewerkers geen enkele keer niet komen trainen. Iedere week kwamen ze twee keer bijeen om een uur te trainen. De collega’s werken door heel het land en soms zat een grondwerker met een nog vieze werkbreek en werkschoenen op zijn fiets, maar hij was er wel.” Ook de directeur en de enige vrouw van het team, de receptioniste/telefoniste. Schelle: “In zes maanden tijd is niemand afgehaakt. Na afloop van de trainingsperiode heeft het team zelfs besloten door te gaan met sporten, nu zonder winst oogmerk”. De fysieke training door de vaste coach werd ondersteund door zowel voedingsadviezen als ook andere leefstijladviezen.

Wetenschappelijk onderzoek

De organisatie van de Nationale Gezondheidstest is in handen van Stichting Pur Sang en TNO. TNO verricht al jaren wetenschappelijk onderzoek met de data die wordt verzameld via de Nationale Gezondheidstest.

Samenwerking

De beweegprogramma's en testen zijn aangeboden door partijen die onderdeel zijn van het netwerk van Fit!Ned, PróFit People en Stichting Nordic Walking Nederland. De campagne is mogelijk gemaakt en ondersteund door het ministerie van VWS en de Nederlandse Hartstichting.

Noot voor de redactie

Meer informatie over de landelijke campagne 'DE FITSTE van Nederland': www.fitstevannederland.nl

- Voor algemene vragen over de campagne '**DE FITSTE van Nederland**' en contacten met deelnemende coaches: Inge van de Weem, Projectbureau Nationale Gezondheidstest, telefoon 06 - 24587990, e-mail: inge@nationalegezondheidstest.nl
- Voor vragen voor TNO: Yvonne Janssen, TNO Kwaliteit van Leven, telefoon 071 518 16 94, email: yvonne.janssen@tno.nl



Nederlandse  Hartstichting

stichting
PUR SANG



DE FITSTE van Nederland is een initiatief van de Nationale Gezondheidstest en wordt mogelijk gemaakt door het ministerie van VWS en Nederlandse Hartstichting. De uitvoering van de campagne is in handen van Projectbureau Nationale Gezondheidstest bestaande uit TNO (wetenschappelijk onderzoek) en Stichting Pur Sang (organisatie en promotie).