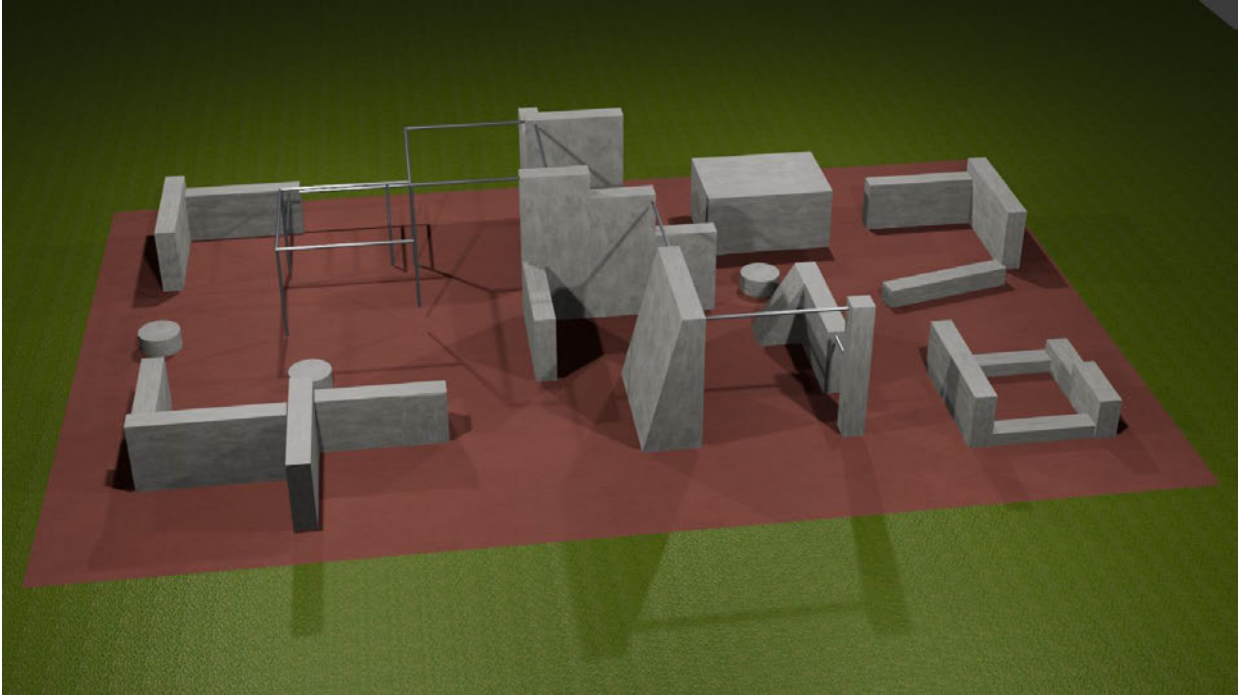


Freerun Park



By: Philip en Dani [REDACTED] ouders en
leerlingen van Progression Academy

Inhoud

1. Inleiding

- Korte introductie van ons team/initiatiefnemers.
- Wat willen wij realiseren? (Een freerun parkje in Purmerend)
- Waarom richten wij ons tot de gemeente?

2. Achtergrond en motivatie

- Wat is freerunnen/parkour?
- Waarom is het belangrijk dat er een plek komt om te freerunnen?
- Wat is nu de situatie in Purmerend?

3. Belang voor de stad en haar bewoners

- Hoe draagt een freerun park bij aan:
 - Gezondheid en beweging van jongeren
 - Sociale verbinding
 - Veiligheid
- Waarom is het juist nu belangrijk?

4. Doelgroep

- Voor wie is het freerun park bedoeld?
- Hoe groot is de groep geïnteresseerden?

5. Samenwerking en draagvlak

- Wie hebben er allemaal aan meegewerkt
- Petitie

6. Het parkje

- Onze tekening met ideeën
- Welke locatie?
- Begroting en leveranciers

7. Slot en oproep

1. Inleiding

Ons doel is om een freerun parkje in Purmerend te realiseren — een plek waar we veilig, creatief en samen kunnen trainen. Niet alleen voor onszelf, maar voor alle kinderen, jongeren en sporters in de stad die willen bewegen en nieuwe dingen willen leren.

We richten ons tot de gemeente omdat we geloven dat dit parkje een echte aanwinst zou zijn voor Purmerend. Met steun en budget vanuit de gemeente kunnen we samen iets bouwen waar de hele buurt baat bij heeft: een sportieve, sociale en veilige plek die jongeren in beweging zet.

2. Achtergrond en motivatie

• Wat is freerunnen?

Freerunnen is een sport waarbij je creatief en vloeiend over obstakels heen beweegt. Denk aan springen, klimmen, rollen en stunts doen. Allemaal met controle en techniek. Je gebruikt je hele lichaam om op een soepele manier van punt A naar punt B te komen, op je eigen manier. Het is niet alleen heel gaaf om te doen en te zien, maar ook supergoed voor je lichaam en zelfvertrouwen.



• Waarom is het belangrijk dat er een plek komt om te freerunnen?

Freerunnen is een sport die je het liefst buiten doet, op speciale obstakels waar je veilig kunt trainen. Zo'n plek maakt het makkelijker en leuker om te oefenen, zonder risico's of gedoe. Je hoeft dan niet op straat, tussen verkeer of op plekken te trainen die daar eigenlijk niet voor bedoeld zijn. Een echte freerun-spot zorgt ervoor dat jongeren vaker gaan sporten, elkaar ontmoeten en zich positief kunnen ontwikkelen zowel fysiek én mentaal.

• Wat is nu de situatie in Purmerend?

Op dit moment is er in Purmerend helaas geen enkele buitenplek die echt geschikt is voor freerunning. Alleen in onze zaal (progression academy) kan nu getraind worden. Dit is natuurlijk niet altijd voor iedereen open. Daarom moeten jongere vaak uitwijken naar andere steden zoals Amersfoort of Eindhoven om daar te kunnen trainen. Dat kost veel tijd, geld en is niet voor iedereen haalbaar. En dat terwijl er in Purmerend zóveel jongeren zijn die deze sport doen of willen uitproberen. Met een eigen freerun parkje in de stad kunnen we die drempel weghalen en de sport veel toegankelijker maken voor iedereen. Kinderen willen vaker bewegen dan we denken, daarom is het belangrijk dat er wel een mogelijkheid is.

“Ik ben 10 en ik zit op freerunnen en ik zou heel graag een leuke baan want anders zit ik op me telefoon of ipad te nixen dus plss een baan !!!!!!!” [REDACTED]

3. Belang voor de stad en haar bewoners

• Hoe draagt een freerun park bij aan de gezondheid en beweging van jongeren?

Een freerun park zorgt ervoor dat jongeren veel makkelijker in beweging komen. Het is gratis, altijd toegankelijk en je hoeft niet eerst lid te worden van een sportclub. Dat

maakt het super laagdrempelig. In plaats van thuis zitten gamen of scrollen, kunnen jongeren lekker naar buiten om te bewegen, te trainen en hun energie kwijt te kunnen. Je traint niet alleen je conditie, maar ook kracht, balans en controle over je lichaam – en dat op een leuke en vrije manier. Zo schreef █████ in onze petitie: “We willen allemaal graag dat kinderen buitenspelen. Hoe fijn zou het zijn dit te stimuleren door een freerunpark aan te bieden. Mijn zoontje freerunt het liefst de hele dag, maar zit vanwege gebrek aan uitdaging ook vaak op de bank. Een freerunpark biedt hem wél die uitdaging, het samenkomen met andere kinderen en het in beweging zijn. Geforceerd laten sporten werkt niet, maar op basis van eigen enthousiasme stimuleren absoluut!”



• **Hoe helpt het met sociale verbinding (ontmoetingsplek)?**

Een freerun park is ook echt een plek waar mensen elkaar ontmoeten. Je traint vaak samen, helpt elkaar en leert van elkaar – ook als je elkaar nog niet kent. Het is een sport die verbindt, omdat iedereen welkom is, of je nou net begint of al gevorderd bent, jong of oud, alle leeftijden komen samen. Zo ontstaat er vanzelf een community, waar jongeren uit verschillende buurten samenkomen, elkaar motiveren en gewoon een fijne plek hebben om zichzelf te ontwikkelen én iets positiefs te doen.

• **Hoe zorgt het voor veiligheid (een plek om legaal en gecontroleerd te trainen)?**

Zonder een echte plek om te trainen gaan freerunners vaak de straat op: trappen, muren, hekjes...

Dat is niet altijd even veilig, en soms ook vervelend voor de buurt. Met een eigen park kunnen we op een veilige en verantwoorde manier trainen, zonder overlast te veroorzaken. Het park wordt speciaal ingericht voor freerunning, met een zachte ondergrond en stevige obstakels, zodat de kans op blessures kleiner is.

Kortom: een freerun park zorgt ervoor dat jongeren gezonder leven, elkaar ontmoeten en op een veilige manier hun sport kunnen doen. Het is goed voor de stad én voor de mensen die er wonen.

4. Doelgroep

• **Voor wie is het freerun park bedoeld?**

Het freerun park is er eigenlijk voor iedereen die graag beweegt of iets nieuws wil proberen. Vooral kinderen en jongeren zullen er veel gebruik van maken, maar ook volwassen sporters en buurtbewoners kunnen er terecht. Of je nou net begint met freerunning of al jaren traint, het park is geschikt voor elk niveau. Je hoeft geen dure spullen te hebben of een sportabonnement te nemen, je stapt gewoon naar buiten

en je kunt beginnen. Het is een sport die je op je eigen manier kunt doen, in je eigen tempo, alleen of met vrienden.

- **Hoe groot is de groep geïnteresseerden?**

We merken dat de interesse enorm is. Alleen al bij onze club hebben we meer dan 200 actieve leden die allemaal regelmatig trainen. Daarnaast hebben we inmiddels al **454 handtekeningen** verzameld van mensen die het park graag willen. En dat groeit nog steeds! In heel Nederland doet er zo een 15% aan urban sport (freerunnen, calisthenics, skaten, streetdance). Onder de jongere t/m 19 jaar heeft 44% afgelopen jaar een urban sport geprobeerd. Na onze laatste schatting doen zo een 50.000 jongere aan freerunnen, niet alleen bij een vereniging, maar ook zelfstandig en dit aantal groeit snel. Dit laat duidelijk zien dat er echt behoefte is aan een plek in Purmerend waar mensen niet alleen kunnen BMXen en skaten, maar ook freerunnen! Niet alleen voor de huidige sporters, maar ook om nieuwe mensen te inspireren om in beweging te komen.

Met een freerun park geef je dus een grote en groeiende groep de kans om te sporten, te groeien en elkaar te ontmoeten in hun eigen stad.



5. Samenwerking en draagvlak

• Wie wij zijn

Dit plan komt niet van 1 persoon, maar van een hele groep die achter dit idee staat. Denk aan coaches, ouders en de kinderen die al op les zitten bij ons. We zijn allemaal betrokken en we zien elke week wel hoeveel plezier het oplevert. Daarom willen we een veilige plek maken waar ze ook buiten de lessen om kunnen trainen.



• Wat we al hebben gedaan

We hebben een video gemaakt waarin we laten zien wie we zijn en waarom we dit parkje zo graag willen. Je ziet daar beelden van hoe we nu trainen en waarom het beter zou zijn als er een vaste plek komt. We hebben ook een petitie opgezet, die is al door 400+ mensen is getekend. (zie bijlage)

In de petitie was ook een optie om een opmerking achter te laten. Ook deze zullen in de bijlage meegestuurd worden.

• Wie ons steunen

We hebben steun van veel verschillende mensen binnen de freerunning community, maar ook mensen die een achtergrond hebben met sport en bewegen, voeding, gezond leven etc. Zo schreef [REDACTED] (TeamNL atleet Freerunning): “Ik onderteken omdat je met freerunnen meestal een andere doelgroep aanspreekt dan op de reguliere sporten. Hierdoor kan je jongeren met weinig geld groeperen en een doel geven. Mij heeft dat in iedergeval wel gedaan.”

Oud-freeruntrainer voor Spurd, [REDACTED]: “Freerun verdient een plek in de openbare ruimte als een van de grootste urban sporten van Nederland terwijl er in vergelijking met skate en calisthenics bijna geen openbare faciliteiten zijn. Steen en beton geven beoefenaars veel andere trainingsmogelijkheden vergeleken met indoor freerun. En iedereen kijkt voor de spectaculaire tricks uit de sport toch vooral naar buiten. In verschillende gemeenten in Noord Holland worden freerun/parkourparkjes neergezet om de jeugd naar buiten aan het sporten te krijgen, zeker nu de beweegarmoede van kinderen en jeugd toeneemt.”

Gewichtsconsulente [REDACTED]: “Ik teken omdat er meer ruimte en beweegmogelijkheden moeten komen die passen bij de interesses van de kids van

2025. Zeker wanneer kinderen steeds meer binnen zitten, computeren etc . Als gewichtsconsulente in Purmerend kan ik alleen maar enthousiast reageren op dit soort acties! Bewegen is zo belangrijk voor kinderen, niet alleen voor nu maar ook voor later. Tevens wil ik de gemeente vragen extra aandacht te hebben voor de veiligheid in de speelgelegenheden voor kinderen, er gebeuren er te veel zeer nare dingen. Dus niet weggestopt in een park. Goed bereikbaar, goede verlichting, zodat het ook veilig blijft voor kinderen om er te bewegen”



6. Het parkje

• Wat voor parkjes zijn er?

Er zijn heel veel verschillende soorten en maten parkjes. De meeste zijn van hard plastic of beton. Onze voorkeur gaat uit naar de leverancier Lappset, zij hebben genoeg variatie in materiaal. Hieronder zie je een voorbeeld van het harde plastic van Lappset.



En hier is een voorbeeld van een betonnen parkje uit Eindhoven.

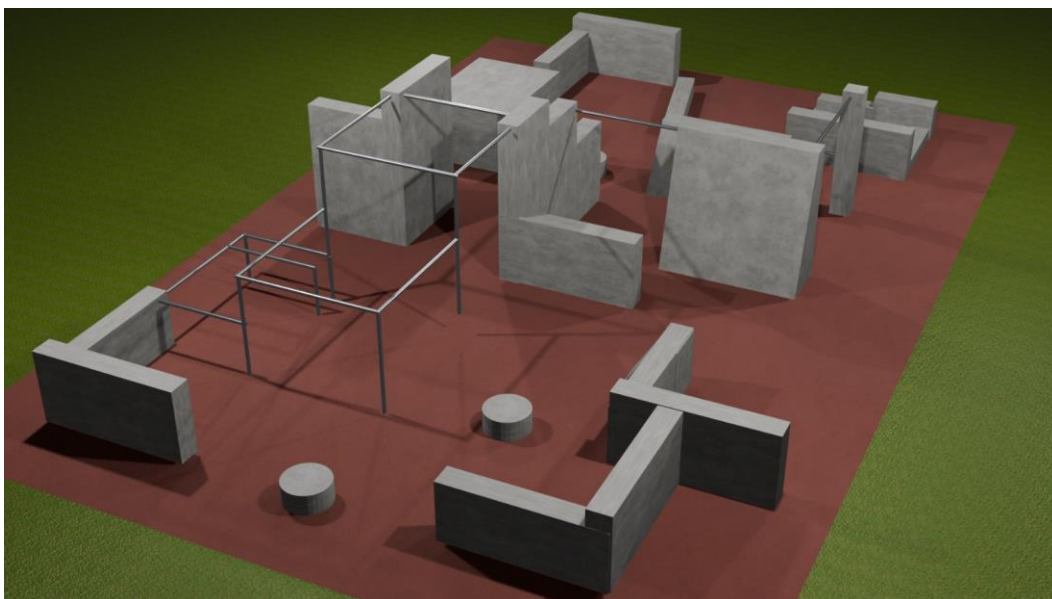
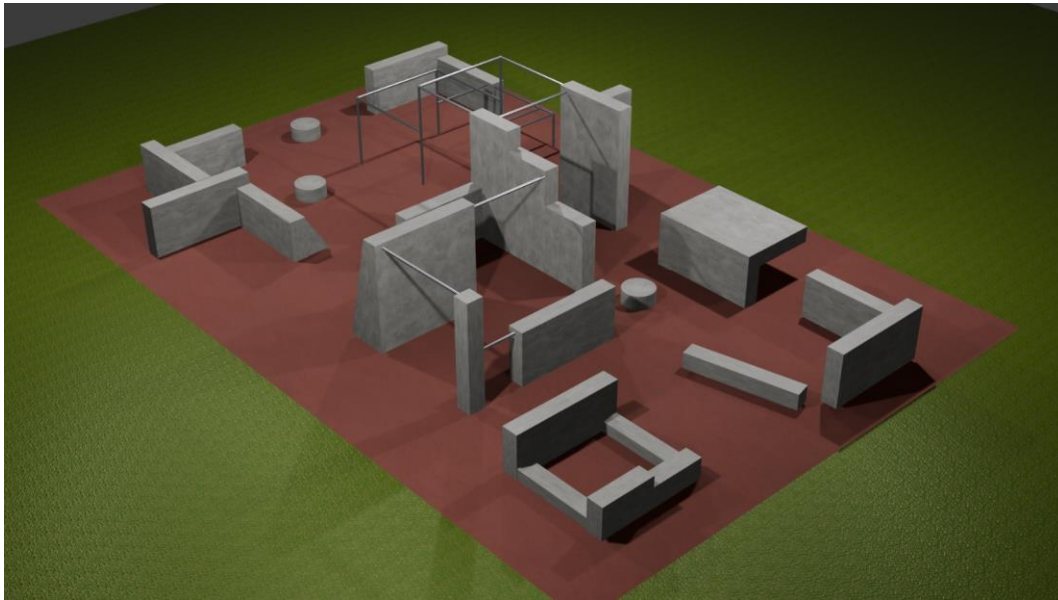


Het beton is wat uitdagender en wat leuker voor de sporter, maar het hard plastic parkje ziet er toegankelijker en speelser uit. Het zou mogelijk een leuke optie zijn om een combinatie te maken van beide.

• De tekening

We hebben een 3D tekening gemaakt met wat voorbeelden van wat wij tof vinden en hoe zo een parkje er uit zou kunnen zien. Er is nu uitgegaan van 10m bij 15m met

verschillende muren, stangen, blokken, hoogte verschillen en vooral veel variatie en uitdagingen, zodat iedereen op eigen niveau kan trainen. Ook hebben we een stangen opstelling erin verwerkt zodat er ook calisthenics beoefend kan worden. Dit is uiteraard nog niets definitiefs, alleen een visueel beeld.



- **De locatie**

Het parkje kan aangepast worden aan de hand van de locatie en het budget. Onze voorkeur gaat uit naar park de driesprong (Purmer-zuid). Hier zijn meerdere open velden. Welk veld het wordt is niet heel relevant. Het kan bij de voetbaldoelen, maar ook bij de speeltuin die nu al staat, of zelfs voor de BSO. Wij kunnen onze tekening aanpassen aan iedere locatie en natuurlijk in overleg met de gemeente.

• Begroting en leveranciers

We hebben contact gezocht met verschillende leveranciers om te kijken wat haalbaar is en natuurlijk wat de beste opties zijn. Voor de ondergrond zijn we erachter gekomen dat je een dempende ondergrond van minimaal 55mm dikte wilt hebben (dit is voor een hoogte van 240cm) met daar bovenop kunstgras.

Philip van Ees (eigenaar progression freerunning) is al bekend bij lappset. Hij is daar extra aan het informeren over de opties en kosten.

Wij willen graag actief betrokken blijven om de gemeente zoveel mogelijk te ondersteunen waar nodig is.



7. Slot

Wij willen de gemeente hartelijk bedanken voor het lezen van ons voorstel en voor de kans om dit initiatief onder de aandacht te brengen.

Met dit freerunpark willen wij een positieve bijdrage leveren aan de gezondheid, creativiteit en sociale verbinding van jongeren in Purmerend. Het is een laagdrempelige manier om sport te stimuleren en jongeren een veilige, inspirerende plek te geven waar ze zich kunnen ontwikkelen.

Wij hopen dat de gemeente net zo enthousiast is als wij, en staan open voor overleg, samenwerking en het verder uitwerken van dit plan.

We denken graag actief mee over de vormgeving, locatie en uitvoering van het freerunpark.

Voor verdere toelichting of vragen zijn wij bereikbaar via onderstaande contactgegevens.

Met sportieve groet,

Philip, Dani [REDACTED]

Philip: [REDACTED]

Dani: [REDACTED]