



Jaarverslag 2024

Stichting RCVRY RUN

Inleiding

Ook in 2024 heeft de Stichting RCVRY RUN hard gewerkt om haar missie om mensen met en na kanker in beweging te krijgen gestalte te doen slagen. De focus ligt op het opleiden van trainers, de doelgroep te bereiken en om daarnaast verbinding te zoeken tussen 2^e, 1^e en 0^e lijn.

Wat waren de hoogtepunten van 2024?

1. We hebben dit jaar onze doelgroep vergroot, zodat RCVRY RUN er nu is voor iedereen met en na kanker, die samen in de buitenlucht wil trainen. In onze communicatie wordt nu **Recovery RUN** gebruikt met als ondertitel; **sporten en bewegen met en na kanker**.
2. In het voor- en najaar hebben we weer trainers opgeleid, middels de **opleidingsdagen** in Groesbeek. In het voorjaar is een speciale opleidingsdag geweest voor de trainers betrokken bij de Love Life Run van stichting Fight Cancer. Deze dag was bij Ciko'66 in Arnhem. In totaal zijn er 22 nieuwe trainers die ervoor gaan zorgen dat we nog meer landelijke dekking krijgen.
3. Dit jaar zijn er twee **bijscholingsdagen** georganiseerd, om te leren en om elkaar te ontmoeten. Dankzij Anton Schoonderbeek en Quo Vadis konden we gebruikmaken van de locatie in Bunschoten.

De bijscholingsdag in het voorjaar werd benut om naast de algemene zaken ook een actieve body en brain workshop van Holtkampsport aan te bieden. Na een stukje theorie zijn er veel leuke en goed toepasbare oefeningen gezamenlijk gedaan. De trainers kunnen deze spelvormen gebruiken in de trainingen, zodat de cognitie ook wordt getraind. Bij de behandeling van kanker is er vaak sprake van een chemobrein, waarbij er cognitieve problematiek ontstaat.

De bijscholingsdag in het najaar stond in het teken van theorie. Aangezien niet alleen meer training wordt gegeven aan vrouwen met borstkanker stond de bijscholing darm en prostaatkanker op het programma. Daarnaast kwamen Judith Woolschot en Monique Eeftens hun kennis over anti-hormoontherapie delen. Ze zijn verpleegkundig specialisten, ACT coach en makers van de podcast **antihormonologen**. In de podcast serie geven ze veel informatie over hormoongevoelige borstkanker en hoe om te gaan met de verschillende bijwerkingen. Het werd een waardevolle aanvulling voor de trainers.

4. Er zijn **33** Recovery locaties en **36** trainers in Nederland. **Op Zeeland na is er in elke provincie een locatie!** Op sommige locaties zijn meer trainers actief. Zo zijn er 4 trainers die de Recovery RUN Arnhem groep bij atletiekvereniging Ciko'66 bemannen. Een aantal trainers zijn ook te vinden op meerdere locaties. Sommige trainers/locaties zijn nog in de opstartfase. Op dit moment zijn er **22** actieve groepen en hebben we afgelopen jaar **101** mensen met en na kanker kunnen laten trainen.
5. **Kanker te lijf met samen bewegen.** In het weekend van 1 en 2 juni heeft een aantal van onze trainers zich ingezet om het Kanker te lijf event te organiseren. Met de activiteiten wilden we laten zien dat bewegen, sporten en lopen tijdens en na kanker kan en ook gewoon heel prettig is. Gerda in Dordrecht en Els in Beek zetten een prachtig sportief evenement neer op de plaatselijke atletiekbaan, waarbij ontmoeten centraal stond. Nikki koppelde het event in Zoetermeer aan de Ronde van de driemanspolder en Miranda/Alida in Nijmegen zochten de samenwerking met Zeven voor Leven. Zo kon elke trainer op eigen wijze gestalte geven aan het weekend. Hopelijk krijgt dit een vervolg.

6. Landelijke Congressen/netwerken/workshops

- Recovery RUN is aangesloten bij de Beweegalliantie. In zowel het domein zorg als in het domein Vrije tijd delen we kennis en halen we kennis op. Samenwerken is hierbij een belangrijk onderdeel. Miranda is naar verschillende bijeenkomsten geweest afgelopen jaar. De samenwerking met de Beweegalliantie wordt als zeer waardevol ervaren.
- Recovery RUN is stakeholder van het [Nederlandse Kanker Collectief](#). Miranda was aanwezig bij zowel het zomerevent van 24 juni als de winterbijeenkomst van 2 december. Bij deze bijeenkomsten wordt er ook ingezet op samenwerken, maar als kleine stichting blijft het lastig om aansluiting en samenwerking te vinden.
- Op 19 september was Miranda aanwezig bij het Prehabilitatie congres in Nijmegen. Naast de vele interessante lezingen was er ook tijd om te netwerken.
- Bij de V&VN oncologiedagen was Miranda op 19 november aanwezig met een poster. De poster was samen met ziekenhuis Rijnstate ingestuurd en liet de goede samenwerking zien tussen de 2^e en 0^e lijn. Miranda heeft meerdere geïnteresseerden kunnen spreken en kunnen uitleggen wat de samenwerking tussen Rijnstate en Recovery RUN Arnhem inhoudt.
- Net als vorig jaar heeft Miranda op de bijeenkomst op 16 mei van de 'Herstelreis NPSB' bij stichting Tegenkracht vertelt wat het belang van bewegen met en na kanker is. De herstelreis is een traject voor politiemensen die bv door PTSS of kanker zijn getroffen. Door middel van een aantal workshops over bewegen, voeding en mentale weerbaarheid worden ze klaargestoomd voor het einddoel; een zeiltocht in Schotland. Het is mooi om hier weer aan bijgedragen te hebben!
- Bij het Oncomid Kennis en fiets event van 21 september te Utrecht waren 5 Recovery RUN trainers aanwezig! Mooi dat onze trainers graag meer (wetenschappelijke) kennis opdoen. Het thema dit jaar was rehabilitatie, dus interessant voor onze trainers. Miranda, Gerda, Carla, Natasja en Shirley hebben onder andere de presentatie van prof dr Anne May gevolgd. Ook de lancering van de nieuwe beweegwebsite van het wereldkankeronderzoeksfonds werd bijgewoond. Het was een interessante dag.
- Proud Breast Deventer. We werken graag samen bij Recovery RUN. Proud Breast het lifestyle magazine voor vrouwen zonder borsten bestond 5 jaar. Miranda was namens Recovery RUN aanwezig bij de receptie op 28 september.
- Miranda heeft een lezing gegeven op de bijscholing van de Oncologische fitnesstrainers van Start2move op 26 oktober. Net als onze trainers zijn de fitnesstrainers betrokken en enthousiast. Ons memoryspel viel goed in de smaak.
- De jaarlijkse looptrainersdag van de atletiekunie wordt altijd erg goed bezocht. Dit jaar heeft Miranda op 9 november een workshop gegeven over lopen met en na kanker voor de geïnteresseerde trainers. Het grootste deel van de aanwezigen bij de workshop heeft lopers met en na kanker in hun reguliere groepen. Miranda heeft ze handvatten mee kunnen geven wat wel/niet te doen.
- Netwerken is en blijft belangrijk. MOVE NL en het Gelderssportakkoord hadden hun netwerkevents op dezelfde dag in Apeldoorn. Miranda was bij beide events aanwezig.

7. Lokale Congressen/netwerken/workshops

- Healthclub Julien in Lienden bestond in 2024 alweer 35 jaar en vierde dat met een jubileumweek. Tijdens het congres Heel Betuwe Fit op 25 juni heeft Miranda verteld wat drempels zijn om in beweging te komen.
- Op 13 september heeft Miranda een actieve workshop gegeven voor onze samenwerkingspartner IWO, Ik Wil Opvallen voor het goede doel, een vriendengroep uit Apeldoorn. Zij promoten Recovery RUN waar mogelijk via hun shirts, persberichten en evenementen. Als een bedankje voor hun enorme inzet voor Recovery RUN voor en tijdens de Nijmeegse Vierdaagse.
- Jeffrie Janssen en Remco van der Velden waren op 22 september met een stand aanwezig bij de informatiemarkt van de borstkliniek van het Vlietland Ziekenhuis. Er zijn goede contacten gelegd met de revalidatie en oncologie afdelingen.
- Beatrix Tas was op 5 oktober met een stand aanwezig in het Amphia ziekenhuis ter ere van oktober borstkankermaand. Tijdens deze nazorgmiddag voor borstkanker patiënten heeft Beatrix veel geïnteresseerde vrouwen kunnen vertellen wat bewegen met je doet als je ziek bent.
- Op 23 oktober heeft Beatrix Tas Recovery RUN goed vertegenwoordigd in Amsterdam. Tijdens de Pink Ribbon bootcamp van de Midnight runners ter ere van Oktober borstkankermaand heeft zij een podium gekregen om te vertellen waar Recovery RUN voor staat.
- Op 21 november was Gerda Pankras aanwezig bij het regionaal oncologie event in het Albert Schweitzer Ziekenhuis in Dordrecht. In een pitch van 5 minuten heeft zij als ervaringsdeskundige en trainster bij Recovery RUN het belang van bewegen mogen vertellen.

8. Actieve deelnemers.

Hoewel het lopen van een bepaalde afstand niet het doel is van onze Recovery RUN trainingen gaat het vaak zo goed met onze deelnemers dat er aan loopjes wordt deelgenomen. Dit jaar waren onze lopers (en trainers) present bij:

- De Stevens stadscross van 7km op 17 maart te Nijmegen
- De kwartmarathon van de Rotterdam marathon op 14 april.
- De 5km van Molenhoeks Makkie op 20 oktober
- De 7km op de Zevenheuvelennacht in Nijmegen op 16 november
- De 5km van het Rondje Nederland Avondloop in Arnhem op 6 december
- De 3km georganiseerd door het IPSO huis Kennemerland locatie Santpoort

9. Podcasts, tijdschriften, publicaties.

- **Proud Breast.** In het Lifestyle zonder borsten magazine staat Recovery RUN met een advertentie.
- **Vier.** Het blad van de Nijmeegse vierdaagse. De fondsenwervingsactie van IWO was niet onopgemerkt gebleven. Een mooi interview met René Nederhof, IWO en Tanja Liebers, onze voorzitter stond in het magazine met een oplage van 50.000 exemplaren.

10. Wetenschappelijk onderzoek:

Fit4Society, Radboudumc.De Nijmeegse (oud)deelnemers aan Recovery RUN worden geïnterviewd door Elke van Daal: *“Het doel van Fit4Society is om een programma op te zetten waarbij borstkankerpatiënten beter begeleid worden tijdens de behandeling. Met dit programma willen we vrouwen ondersteunen met beweging, stress, voeding en werk, om zo het dagelijks functioneren te verbeteren. Dit onderzoek vormt de eerste stap richting de opzet van Fit4Society. Door middel van interviews met vrouwen die meedoen of mee hebben gedaan aan Recovery RUN, willen wij beter begrijpen welke factoren invloed hebben op sport en beweging tijdens de behandeling voor borstkanker. Deze factoren kunnen zowel belemmerend als ondersteunend zijn. De resultaten van de interviews zullen mede worden gebruikt voor de ontwikkeling van het programma van Fit4Society.”*Het is zeer waardevol dat we onderdeel zijn van dit onderzoek en geeft aan dat er interesse is voor leefstijl bij de diagnose kanker. De interviews zijn afgerond en het wachten is op de resultaten.

11. **Donateurs en fondsenwerving.** Dit jaar hebben we een paar ontzettend gulle donateurs gehad:

- **Jeannine Liebrand** is onze trouwe donateur. Middels een periodieke gift van € 500 heeft ze zich aan Recovery RUN verbonden. Hartelijk dank!
- Net als vorig jaar heeft **Driessen Appendage** ons weer ondersteund met een donatie van € 150. We zijn dankbaar voor de trouwe sponsoring!
- **Triathlonvereniging AV Olympus** heeft voor aanvang van de halve marathon van Sint Anthonis een mooie cheque van € 250 overhandigd aan Monique Thorn, onze trainster in Overloon. Hartelijk dank!
- Donaties bij inschrijvingen voor **het Kanker te lijf met samen bewegen** leverde € 881 op. Dank voor alle donaties.
- **IWO**, Ik Wil Opvallen voor het goede doel, heeft zich afgelopen jaar ingezet om geld op te halen voor Recovery RUN. Dit hebben ze gedaan door o.a. heel veel kilometers te wandelen, statiegeldactie, QRcode actie. De totale opbrengst van al hun acties is € 7.494. Fantastisch!

12. LoveLifeRun.

Fight Cancer is een stichting die geld ophaalt voor onderzoek naar kanker. Een van hun evenementen is de Love Life Run. Bij de LLR lopen (ex) patiënten met hun behandelaars en naasten een 5 kilometer. Onze trainsters Shirley en Natasja hebben de groep In Hilversum 12 weken mogen begeleiden. Carola heeft dat in Leiden mogen doen. Allebei de evenementen waren fantastisch. Heel fijn dat wij daar als Recovery RUN een bijdrage aan hebben kunnen leveren.

Al met al was het een jaar waarin we weer stappen vooruit hebben gezet en weer een beetje dichterbij zijn bij onze missie om mensen met en na kanker in beweging te zetten.

Op naar 2025,

Linda, Tanja en Miranda

Recovery RUN in beeld

Samen met steeds meer enthousiaste Recovery RUN trainers



Recovery RUN in beeld

Samen Kanker te lijf met samen bewegen

RECOVERY RUN
bewegen met en na kanker

**KANKER TE LIJF
MET SAMEN BEWEGEN**

In het weekend van 1 en 2 juni 2024
op meerdere locaties in Nederland

Wandel of loop jij mee?

Het maakt niet uit hoe ver,
hoe lang of hoe hard als je
maar lekker in beweging
komt, met elkaar en je
naasten. >>GRATIS<<
aanmelden via
www.inschrijven.nl

www.rcvryrun.nl

*meer info
en locaties*

**Samen
trainen op weg
naar 1 en 2 juni**
Op meerdere locaties
is het mogelijk een
12 of 10 weken
trainingsprogramma
te volgen
Start in maart
Kosten €65/€54

RECOVERY RUN
bewegen met en na kanker

**KANKER TE LIJF
MET SAMEN BEWEGEN**

2 juni - 11:00 uur
atletiekbaan AV Caesar, de Haamen Beek Limburg

Wandel of loop jij mee?

Het maakt niet uit hoe ver,
hoe lang of hoe hard als je
maar lekker in beweging
komt, met elkaar en je
naasten. >>GRATIS<<
aanmelden via
www.inschrijven.nl

www.rcvryrun.nl

**Samen
trainen op
weg naar 2 juni**
Een 12 of 10 weken
programma wandelen,
powerwalken en/of
hardlopen bij AV Caesar
Start 13 maart en 27 maart
Kosten €65/€54

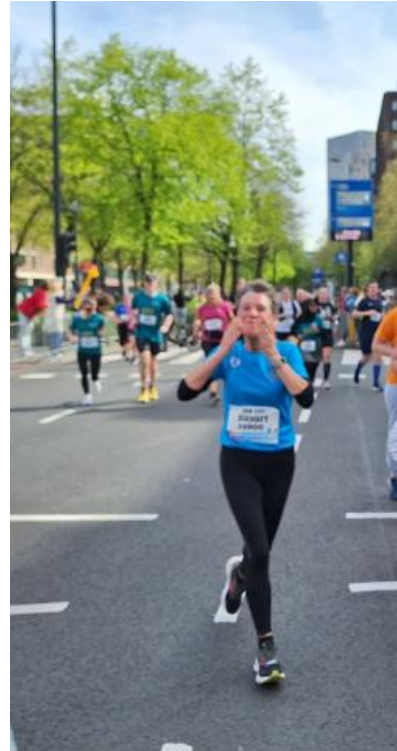
Els Rovers
06-42282403
www.avcaesar.nl
www.rcvryrun.nl

*kijk voor
meer info*



Recovery RUN in beeld

Samen doelen bereiken, lachen, genieten en steunen



Recovery RUN in beeld

Samen leren, kennis delen en stappen vooruit zetten



Recovery RUN in beeld

Samen werken met Fight Cancer en de Lovelife Runs in Nederland



Recovery RUN in beeld

Samen spelen en werken aan cognitie en conditie



Samen buiten in beweging door heel Nederland



Recovery RUN in beeld

Samen naamsbekendheid opbouwen



Recovery RUN in beeld

Samen bewegen bij en met kanker



Recovery RUN in beeld



Recovery RUN in beeld





Jaarrekening 2024

Stichting RCVRY RUN

Molenhoek, 20 juni 2025

INLEIDING

Algemeen

In de jaarrekening is uitgegaan van de bepalingen zoals vermeld in de akte van oprichting en statuten van de Stichting RCVRY RUN. De akte van oprichting en statuten van de stichting zijn op 1 februari 2022 gepasseerd. De stichting is statutair gevestigd te Mook en Middelaar.

Doelstelling

De stichting heeft ten doel het op een medisch verantwoorde wijze bevorderen van lichamelijke beweging bij oncologiepatiënten gedurende en na het behandel- en revalidatietraject, hoofdzakelijk in de vorm van (hard)loop en overige trainingen en lichaams oefeningen, ten einde bij te dragen aan (het herstel van) de mentale fysieke gezondheid van oncologiepatiënten alsmede de kwaliteit van het leven in de ruimste zin.

Boekjaar

Het boekjaar van de stichting is gelijk aan het kalenderjaar.

Miranda Boonstra (directeur-bestuurder)

Linda Medendorp (secretaris)

Tanja Liebers – van Rooy (voorzitter/penningmeester)

INHOUDSOPGAVE

JAARREKENING 2024

Blz.:

I.	Enkelvoudige Balans voor winstbestemming per 31 december 2024	1
II.	Enkelvoudige Winst- en verliesrekening voor winstbestemming over 2024	2
III	Algemene toelichting	3
IV	Toelichting op de enkelvoudige balans voor winstbestemming	5
V	Toelichting op de enkelvoudige en winst- en verliesrekening voor winstbestemming	6
VI.	Overige gegevens	7

HOOFDSTUK I

ENKELVOUDIGE BALANS VOOR WINSTBESTEMMING PER 31-12-2024 (bedragen x € 1,-)

	31-12-2024	31-12-2023
ACTIVA		
Vaste activa		
<i>Materiële vaste activa</i>	0	0
Vlottende activa		
Voorraad	1.470	2.650
<i>Vorderingen</i>		
Debiteuren	150	0
Liquide middelen	<u>31.005</u>	<u>25.562</u>
TOTAAL	<u>32.625</u>	<u>28.212</u>
PASSIVA		
Eigen vermogen		
Overige reserves	27.612	6.985
Resultaat boekjaar	<u>4.658</u>	<u>20.627</u>
	32.270	27.612
Kortlopende schulden		
Schulden aan leveranciers		
Overlopende schulden	<u>355</u>	<u>600</u>
	<u>355</u>	<u>600</u>
TOTAAL	<u>32.625</u>	<u>28.212</u>

HOOFDSTUK II

ENKELVOUDIGE WINST- EN VERLIESREKENING 2024

(bedragen x € 1,-)

	2024	2023
Opbrengsten	23.959	33.392
Inkoopkosten	<u>15.761</u>	<u>10.048</u>
Bedrijfsresultaat	8.198	23.344
Bedrijfslasten		
Algemene kosten	3.290	<u>2.512</u>
Som der bedrijfslasten	<u>3.290</u>	<u>2.512</u>
Bedrijfsresultaat	4.908	20.832
Rentelasten en soortgelijke kosten	-/- <u>250</u>	-/- <u>205</u>
Resultaat uit gewone bedrijfsuitoefening voor belastingen	4.658	20.627
Belasting	<u>0</u>	<u>0</u>
Resultaat na belastingen	<u>4.658</u>	<u>20.627</u>

HOOFDSTUK III

ALGEMENE TOELICHTING

WAARDERINGSGRONDSLAGEN

Algemeen

De jaarrekening is opgesteld in overeenstemming met Titel 9 Boek 2 BW.

De waardering van de activa en passiva en de bepaling van het resultaat berusten op de grondslag van de verkrijgings- of vervaardigingsprijs of nominale waarde, tenzij hierna anders is vermeld. De baten en lasten worden toegerekend aan het jaar waarop zij betrekking hebben.

Resultaat

In het exploitatieresultaat komen tot uitdrukking de baten en lasten voortvloeiende uit de normale bedrijfsuitoefening.

Als baten worden die opbrengsten aangemerkt, die op de balansdatum geïnd of invorderbaar waren; als lasten de kosten die op de balansdatum betaald, verschuldigd of toegerekend waren dan wel waarvoor de verplichting is aangegaan.

Balans

Materiële vaste activa

De materiële vaste activa worden gewaardeerd tegen de oorspronkelijke verkrijgingsprijs, verminderd met daarop toegepaste (lineaire) afschrijvingen, of tegen de lagere bedrijfswaarde. De afschrijvingstermijnen zijn gebaseerd op de verwachte economische levensduur en de verwachte restwaarde.

Voorraden

De voorraad materialen is gewaardeerd tegen de laatst bekende inkoopprijs, of indien die waarde lager is, de marktwaarde

Vorderingen.

De vorderingen zijn gewaardeerd voor de nominale waarde. Voor de verwachte oninbaarheid wordt een voorziening gevormd, gebaseerd op een beoordeling van de individuele debiteuren.

Liquide middelen

De liquide middelen worden gewaardeerd tegen de nominale waarde.

Kortlopende schulden.

De kortlopende schulden zijn opgenomen tegen de nominale waarde.

Winst- en verliesrekening

Bedrijfsopbrengsten en resultaat worden bepaald op basis van historische kostprijs.

De netto omzet betreft de in het verslagjaar ontvangen sponsorgelden en donaties, vergoeding voor de opleiding van nieuwe trainers en het verzorgen van trainingen, promotiekleding, geven van presentaties en workshops en subsidies.

Belastingen

De stichting heeft op 9 februari 2022 een aanvraag beschikking Algemeen nut beogende instelling (ANBI) ingediend. De Stichting RCVRY RUN is erkend als Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI). Een ANBI heeft een aantal belastingvoordelen. Meer informatie over de ANBI status is te vinden op de website van de belastingdienst. De stichting staat geregistreerd in het ANBI register.

HOOFDSTUK IV**TOELICHTING OP DE ENKELVOUDIGE BALANS VOOR WINSTBESTEMMING****ACTIVA****31-12-2024****31-12-2023****Materiële vaste activa**

De stichting beschikt niet over materiële vaste activa.

Vlottende activa

Voorraad promotiemateriaal	<u>1.470</u>	<u>2.650</u>
----------------------------	--------------	--------------

Vorderingen

Debiteuren	<u>150</u>	<u>0</u>
------------	------------	----------

Liquide middelen

Rabobank, rekening-courant	<u>31.005</u>	<u>25.562</u>
	<u>31.005</u>	<u>25.562</u>

PASSIVA**Eigen vermogen**Overige reserves

Saldo 1 januari	6.985	0
Mutaties	<u>20.627</u>	<u>6.985</u>
Saldo 31 december	<u>27.612</u>	<u>6.985</u>

Resultaat boekjaar

Saldo 1 januari	20.627	6.985
Toevoegen resultaat aan overige reserves	-/- 20.627	-/- 6.985
Voorgesteld resultaat boekjaar	<u>4.658</u>	<u>20.627</u>
Saldo 31 december	<u>4.658</u>	<u>20.627</u>

Kortlopende schuldenOverige kortlopende schulden

Trainingsabonnement dubbel betaald	85	85
Bankkosten	20	15
Kosten training	<u>250</u>	<u>500</u>
	<u>355</u>	<u>600</u>

HOOFDSTUK V

TOELICHTING OP DE ENKELVOUDIGE WINST- EN VERLIESREKENING OVER 2024

	2024	2023
Opbrengsten		
Sponsoring en donaties	9.824	28.573
Opleiding trainers	4.240	2.460
Trainingen deelnemers	2.323	1.716
Promotiemiddelen/-kleding	1.562	450
Presentaties en workshops	500	193
Subsidie	5.510	0
	<u>23.959</u>	<u>33.392</u>
Inkoopkosten		
Opleiding trainers	7.439	3.677
Trainingen deelnemers	2.155	2.577
Promotiekosten	3.922	926
Sponsorevenement	354	1.252
Kleding	1.891	1.403
Presentaties en workshops	0	193
Afboeken oninbare vorderingen	0	20
	<u>15.761</u>	<u>10.048</u>
Bedrijfslasten		
Overige bedrijfslasten		
<u>Algemene kosten</u>		
Drukwerk	1.193	647
Porti en verzendkosten	348	148
Contributies en abonnementen	197	35
Vakliteratuur	0	22
Website	222	364
Seminars en symposia	636	870
Reiskosten	644	156
Relatiekosten	43	238
Bestuurskosten	7	32
Totaal	<u>3.290</u>	<u>2.512</u>
Financiële baten en lasten		
<i>Lasten</i>		
Rente- en bankkosten	<u>250</u>	<u>205</u>

VI OVERIGE GEGEVENS

1. Statutaire bepalingen inzake de winstbestemming.
Artikel 2 lid 3 van de statuten bepaalt dat de stichting niet beoogt winst te maken. Het beleid van de stichting dient zodanig te zijn dat de stichting kan worden aangemerkt als een algemeen nut beogende instelling als bedoeld in artikel 5b Algemene wet inzake rijksbelastingen.
2. Voorgestelde bestemming van het resultaat.
Aan het bestuur wordt voorgesteld de winst over het boekjaar ad € 4.658 ten gunste te brengen van de overige reserves.