

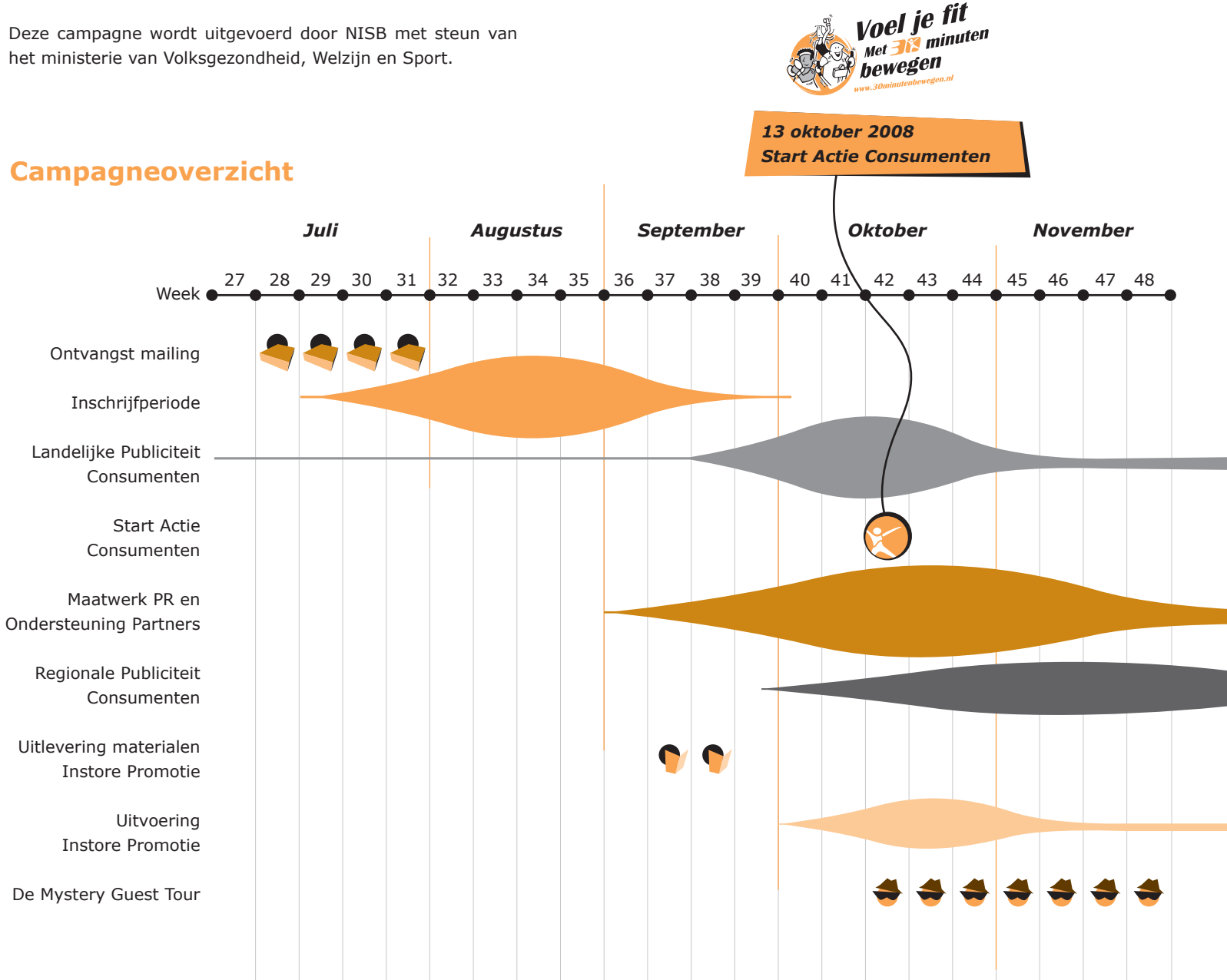
## Kom samen in actie voor fitte Nederlanders

Maak de keuze voor welk pakket u gaat en speel in op veranderende behoeften vanuit de markt. U geeft zich meteen op door het ondertekenen en insturen van de overeenkomst.

Een werkgroep met organisaties uit de fitnessbranche adviseert NISB bij de campagne Voel je Fit met 30minutenbewegen. Dit zijn: FGHS, Fitvak, de VES, Stichting Lerf, Les Mills, Intenz en EFAA.

Deze campagne wordt uitgevoerd door NISB met steun van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

## Campagneoverzicht



## NISB en 30minutenbewegen

Initiatiefnemer van deze actie is het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB). NISB is het Nederlands kennis- en innovatie-instituut dat Nederlanders wil verleiden om meer te sporten en te bewegen, om zo participatie, leefbaarheid en gezondheid in ons land te bevorderen. NISB is de geestelijk vader van de campagne 30minutenbewegen die bijna haar derde jaar ingaat. Met de campagne 30minutenbewegen richt NISB zich op alle Nederlanders met de boodschap om meer te (gaan) bewegen.

NISB voert de beweegcampagne uit in opdracht van het ministerie van VWS. Onder de 30minutenbewegen-campagneparaplu worden verschillende doelgroepgerichte activiteiten ontwikkeld om mensen bewust te maken van het bestaan van de beweegnorm. Tevens worden mensen verleid in beweging te komen, met acties en beweegevenementen in het land.

Denk bijvoorbeeld aan 3 april 2008: ruim 190.000 mensen kwamen toen een half uur lang in beweging in het kader van de recordpoging Heel Nederland beweegt 30 minuten.

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

**30 minuten bewegen**  
www.30minutenbewegen.nl

Een campagne van **NISB** Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen

### NISB

Postadres Postbus 64  
6720 AB Bennekom  
Bezoekadres Heelsumseweg 50  
6721 GT Bennekom  
T (0318) 49 09 00  
F (0318) 49 09 95  
E voeljefit@30minutenbewegen.nl  
W www.30minutenbewegen.nl



**Voel je fit**  
Met **30 minuten**  
**bewegen**  
www.30minutenbewegen.nl

**in het fitnesscentrum!**

**30 minuten bewegen**  
www.30minutenbewegen.nl

Een campagne van **NISB** Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen

**Kom samen in actie voor fitte Nederlanders**

## Het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) introduceert:

### Voel je fit met 30minutenbewegen in het fitnesscentrum

*In de derde week van oktober 2008 start de landelijke campagne "Voel je fit met 30minutenbewegen" in het fitnesscentrum, waarvan NISB initiatiefnemer is, met steun van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. De campagne vindt plaats in fitnesscentra in heel Nederland en wordt ondersteund met landelijke media-aandacht en werving. Een werkgroep met organisaties uit de fitnessbranche adviseert de campagne. Deze organisaties zijn: **FGHS**, **Fitvak**, de **VES**, **Stichting Lerf**, **Les Mills**, **Intenz** en **EFAA**.*

**menzis** is hoofdsponsor van de campagne "Voel je fit met 30minutenbewegen" en heeft tot doel meer Nederlanders in beweging te brengen. Het gaat vooral om de te-weinig-actieven. De Nederlandse Norm gezond bewegen gaat uit van 30 minuten bewegen per dag, minstens vijf dagen in de week. Haalt iemand op geen enkele dag in de week deze norm, dan spreken we van inactiviteit.



### Clémence Ross, directeur NISB

*"Het besef groeit dat ook de fitnessbranche een zeer belangrijke partner is voor het tegengaan van de bewegingsarmoede in Nederland. Overal zijn locaties, het is vaak laagdrempelig met een heel divers aanbod en er is opgeleid kader.*

*Naar ons idee kunnen maatschappelijke doelen prima worden verenigd met ondernemersdoelen.*

*We willen u verleiden om een grotere rol te spelen bij het maatschappelijk vraagstuk van bewegingsarmoede. We hebben ons inmiddels al verzekerd van steun van zeven branchepartijen en komen gezamenlijk met een eerste nationale campagne.*

*De opzet is dat consumenten worden verleid met een beweegaanbod van enkele weken, met een test vooraf en een test achteraf en allerlei interessante aanbiedingen, zoals de StartFitKit. Wij streven naar 400 deelnemende fitnesscentra en 30.000 deelnemers. En dat alles zal zich in dit najaar van 2008 gaan afspelen, met het idee dat we hier de basis leggen voor duurzame verbetering. Beter voor de consument én beter voor de fitnessbranche."*

### Waarom heel Nederland laten bewegen?

40% van de Nederlanders haalt de beweegnorm niet. Vooral bij ouderen, chronisch zieken en de jeugd is de bewegingsarmoede nog steeds te groot. Een groot deel van de Nederlandse bevolking vindt bewegen belangrijk (37%) tot heel belangrijk (52%). Toch overlijden jaarlijks 8.000 mensen vroegtijdig aan de gevolgen van te weinig bewegen. Gebrek aan beweging is naast slechte voeding en roken de grootste risicofactor voor het ontstaan van ziekten.



Overgewicht en te weinig bewegen kunnen leiden tot hart- en vaatziekten, kanker, diabetes, depressie en chronische aandoeningen.

Regelmatige lichaamsbeweging verhoogt de kwaliteit van het leven en kan zelfs de duur van het leven verlengen. Te weinig mensen zijn zich hiervan bewust en daar gaat NISB wat aan doen, samen met lokale partners in de fitnessbranche.

# Waarom is het voor uw fitnesscentrum interessant om deel te nemen?

## 10 redenen om deel te nemen!

- 1 U speelt pro-actief in op veranderende behoeften vanuit de markt
- 2 U profileert daarmee fitness als onderdeel van een actieve levensstijl
- 3 U bereikt nieuwe doelgroepen en dat levert u ledenwinst op
- 4 Ledenwinst betekent meer omzet en inkomen
- 5 U krijgt kennis ter beschikking om beweegactiviteiten ook buiten uw centrum te ontwikkelen
- 6 U lift mee op de publiciteitsgolf van de landelijke campagne "Voel je fit met 30minutenbewegen"
- 7 U krijgt mogelijkheden aangereikt voor lokale en regionale publiciteit en samenwerkingen
- 8 Mede daardoor vergroot u de naamsbekendheid van uw centrum
- 9 Met uw deelname benadrukt u de kwaliteit van uw centrum
- 10 De deskundigheid van uw personeel wordt vergroot door een training

## En 3 maal winst, het gevolg van uw deelname!

- 1 Met uw deelname wekt u interesse op bij potentiële nieuwe klanten. En dat opent perspectieven voor meer inkomsten. Bij een instroom van 24 klanten voor 4 weken bereikt u al het break-even point. Bij 30 initiële inschrijvingen ligt de prognose op jaarbasis bij een gemiddelde maandcontributie van € 30,- tussen de 4.000 tot 5.000 euro aan extra inkomsten!
- 2 De campagne wordt intensief onder de aandacht gebracht van de landelijke media. In de regionale media worden advertenties geplaatst. Deze publiciteitsinspanning overstijgt vele malen de investering die u als centrum doet in de deelname aan de campagne. U krijgt naamsvermelding in advertenties, u wordt vermeld op de landelijke actiewebsite van NISB en u krijgt kwalitatief instore materiaal ter ondersteuning.
- 3 Tussen 13 oktober en eind november kunt u bezocht worden door een van de Mystery Guests. Deze Mystery Guests doen wekelijks nominaties voor centra die nét dat beetje extra doen. Dat kan zijn omdat de klanten zo vriendelijk en zorgvuldig zijn geholpen, of omdat het actiemateriaal goed zichtbaar is neergezet. Kortom, er zijn meerdere criteria waarop wordt beoordeeld. Elke week wordt een winnaar bekend gemaakt die het speciale campagnestokje krijgt uitgereikt.

Kijkt u voor een overzicht op de uitvouwpagina's van deze brochure.

# Samen in actie voor fitte Nederlanders; natuurlijk doet u mee

Het doel van deze mailing is dat alle fitnesscentra in Nederland de deuren openen. Door aan te haken bij de campagne profileert u uw organisatie als centrum dat op innovatieve wijze inspeelt op een belangrijke verandering in de markt: de groei van het aantal mensen dat gezond wil blijven, een bewuste levensstijl nastreeft en ondersteund wil worden met passende en leuke beweegactiviteiten.

## Een dag voorbereiding op de actie

Een of meer afgevaardigden van uw centrum worden voorbereid op de actie en krijgen een aparte training om nieuwe klanten goed op te vangen en te trainen. Deze klanten zijn veelal onbekend met sporten en met het reilen en zeilen in een fitnesscentrum; dus een aangepaste aanpak is aan te raden.

Het trainen van de teamleden zal worden verzorgd door NISB samen met partners uit de fitnessbranche. Informatie over de datum van deze bijeenkomst(en) volgt.

## Het programma

Het "Voel je fit met 30minutenbewegen" programma houdt in:

- een intake
- 4 weken fitnessprogramma op maat afgestemd op de consument
- een evaluatie en een resultaatmeting aan het einde van de 4 weken
- de StartFitKit als tastbare stimulans om te beginnen en te blijven bewegen

## Kortom:

- **Kant-en klaar programma, inclusief inzet van een bekende Nederlander** (Wie? Dat blijft nog even geheim)
- **Campagne in uw eigen regio en fitnesscentrum met ondersteuning van een landelijke media-inzet en nationale website**
- **Promotiematerialen, halffabrikaten en ondersteuning van NISB en VWS**
- **Kans om nieuwe klanten voor uw centrum te werven**
- **Veel eigen initiatief mogelijk. U bepaalt het aanbod, binnen de campagnerandvoorwaarden.**
- **Berekening van de kosten-baten analyse al snel in het voordeel van uw centrum**



## Enquête

Een kleine rondvraag onder representatieve fitnesscentra toont aan dat deze samenwerking tussen overheid en fitnessbranche als zeer positief wordt ervaren. En dat deze gezamenlijke campagne wordt beschouwd als een erkenning voor de branche. Zodat zij echt een bijdrage kan leveren aan een meer bewuste levensstijl en gezondheidsbevordering.

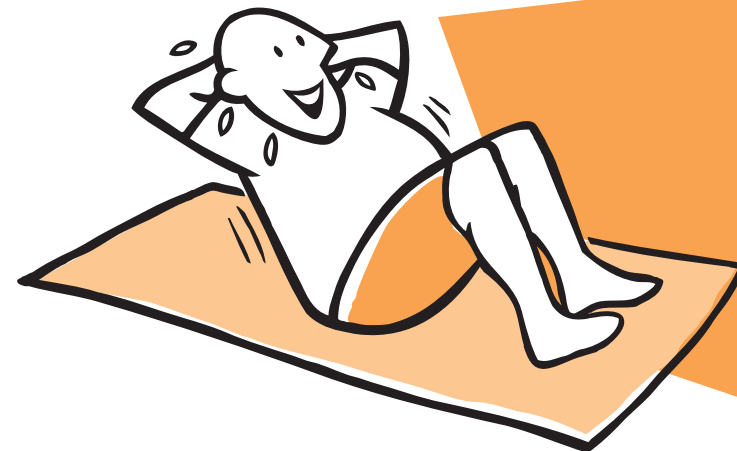




Elk fitnesscentrum kan in principe deelnemen na ondertekening van de overeenkomst (bijgevoegd in deze doos). Inschrijven als deelnemend centrum kan dus nu direct.



"Voel je fit met 30minutenbewegen" is een landelijke partnershipcampagne tussen NISB en de fitnessbranche. NISB voert de beweegcampagne uit in opdracht van het ministerie van VWS.



**5 De Mystery Guest**  
Maakt dat het in uw centrum ook nog eens spannend wordt. Wordt uw centrum een van de 7 winnaars in de Mystery Guest Tour van 13 oktober tot eind november?

In de week van 13 oktober worden in de regionale huis aan huis bladen advertenties geplaatst. De deelnemende fitnesscentra uit de regio worden in die advertenties vermeld. Lezers van de advertentie worden verwezen naar de actiewebsite.

Op [www.30minutenbewegen.nl](http://www.30minutenbewegen.nl) kan per regio gekeken worden welke fitnesscentra deelnemer zijn aan de actie. Vervolgens meldt de deelnemer zich bij het centrum van zijn keuze aan voor een StartFitKit en een beweegprogramma van één maand.

In de campagne naar de consument wordt benadrukt dat het sámen bewegen voor sommige mensen nog attractiever is. Deelnemers worden aangespoord vrienden, familie of buren mee te brengen naar het fitnesscentrum. Deze aansporing zal de instroom van nieuwe klanten zonder twijfel verder stimuleren.

Het campagneteam ondersteunt u desgewenst bij het leggen van contacten met regionale partners die mede streven naar het tegengaan van bewegingsarmoede. Mogelijke partners zijn welzijnsorganisaties, GGD'en en gemeenten met een beweegprogramma.

Het zwaartepunt van de media-aandacht loopt van 13 oktober tot eind november. Begin oktober wordt de campagne pr-matig onder de aandacht gebracht van de landelijke en regionale televisie en radio. De eerste regionale advertentie wordt geplaatst in de week van 13 oktober. U kunt het fitnessprogramma aanbieden tot half december.

| soort:                                                                                                    | Materiaal op USB stick                                                                | A1 poster | Display / folder | StartFitKit | Banieren                                                                              | Nieuwsbrief                                                                           | Advertenties                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Pakket  € 600</b> |  | <b>4</b>  | <b>2 / 100</b>   | <b>20</b>   |  |  |  |
| <b>Pakket  € 400</b> |  | <b>4</b>  | <b>1 / 50</b>    | <b>10</b>   |                                                                                       |  |  |

## De campagne

De StartFitKit is een stimuleringsmiddel om tot bewegen te komen. Een impactvolle en intensieve promotie en publiciteit zorgen voor een hoge bekendheid.