



Persbericht 28 september 2016

Scholen aan de slag met 15 minuten rennen per dag

## The Daily Mile nu officieel van start in Nederland

**Fittere kinderen door 15 minuten per dag (hard)lopen op school. Dat bereik je met The Daily Mile. Het initiatief dat in het Verenigd Koninkrijk al een groot succes is startte vandaag ook officieel in Nederland. Samen met Erben Wennemars renden de leerlingen van de Rotterdamse Lekker Fit! Basisschool de Toermalijn 15 minuten lang The Daily Mile.**

Erben Wennemars zet zich in Nederland in als ambassadeur van The Daily Mile. *“Ik weet zeker dat veel leerkrachten in Nederland dit gaan oppakken. En het kan op elk moment. Je kunt elke dag wel ergens een kwartiertje pakken. Het geeft ook geen gedoe met omkleden, want de kinderen hoeven geen andere kleding aan”,* aldus Erben Wennemars.

Uit onderzoek\* door het RIVM blijkt dat kinderen per dag te veel stilzitten. Juist door iedere dag 15 minuten te gaan (hard)lopen krijgen kinderen de kans op school meer te bewegen. Hiernaast kan The Daily Mile ook een positief effect hebben op de concentratie, stemming, gedrag en de gezondheid van leerlingen.

### Het begon in Schotland

Elaine Wyllie, voormalig onderwijzeres op een basisschool in Schotland ontwikkelde samen met haar leerlingen The Daily Mile. Wyllie maakte zich zorgen over de slechte fysieke conditie van de vele leerlingen en wilde hier wat aan doen. *“Ik ben enorm enthousiast dat The Daily Mile nu ook in Nederland van start is gegaan. Hiermee is Nederland samen met België een van de voorlopers wereldwijd. Samen werken we zo wereldwijd toe aan een toekomst waarin voldoende bewegen weer gewoon wordt!”*, aldus Elaine Wyllie.

### Steeds meer scholen sluiten zich aan

Iedere basisschool in Nederland kan zich nu registreren op [www.thedailymile.co.nl](http://www.thedailymile.co.nl) en aan de slag gaan met The Daily Mile. Het is heel simpel: fittere kinderen door 15 minuten per dag (hard)lopen op school! en daardoor goed toepasbaar op elke basisschool.

\*Bron: Leefstijlmonitor, RIVM i.s.m. Veiligheid NL en CBS, 2015.

---

### Noot voor de redactie:

#### Over The Daily Mile

Het doel van The Daily Mile is heel simpel: fittere kinderen door 15 minuten per dag (hard)lopen op school! Met Erben Wennemars als ambassadeur willen we dat elk kind de mogelijkheid heeft om op de basisschool of peuterspeelzaal mee te doen aan The Daily Mile. Daarom werkt Jongeren Op Gezond Gewicht als initiatiefnemer van The Daily Mile in Nederland aan een Nederlands Daily Mile-netwerk van scholen, gemeentes, sportorganisaties en andere samenwerkingspartners. Scholen die meedoen aan The Daily Mile registreren zichzelf op [www.thedailymile.co.nl](http://www.thedailymile.co.nl).

Voor persvragen kunt u contact opnemen met communicatieadviseur Marieke Willemsen, tel: 06-10930109 of mail naar: [marieke.willemsen@jogg.nl](mailto:marieke.willemsen@jogg.nl).