

OPTIMIZING A HEALTHY LIFESTYLE BY RUNNING

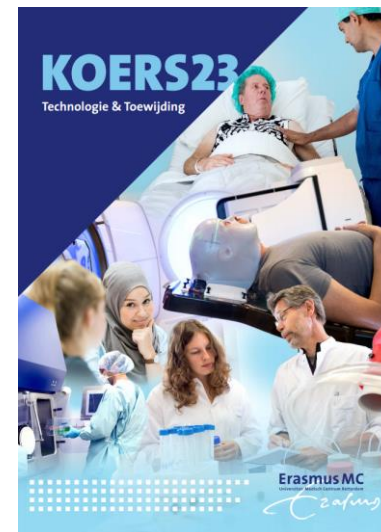
Dr. Marienke van Middelkoop, UHD
m.vanmiddelkoop@erasmusmc.nl

Dr. Robert-Jan de Vos, sportarts en UD
r.devos@erasmusmc.nl

Erasmus MC
University Medical Center Rotterdam

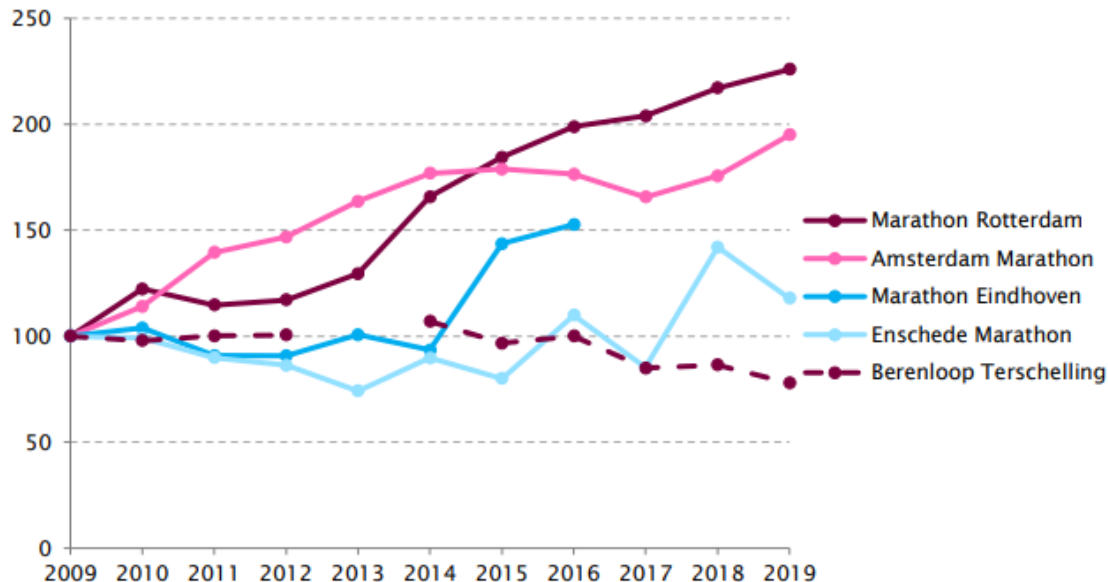


Agenda's, initiatieven en richtlijnen



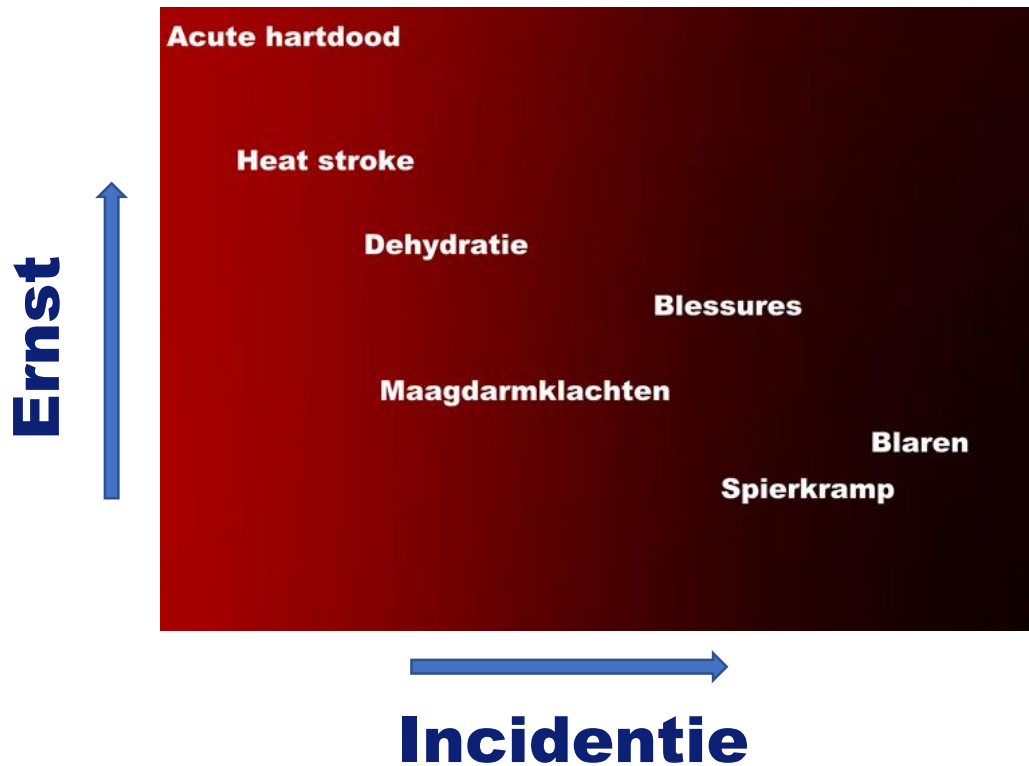
Hardlopen in Nederland

Figuur 3.8 Totaal aantal finishers marathon 2009-2019 naar loopevenement, geïndexeerd (2009=100)

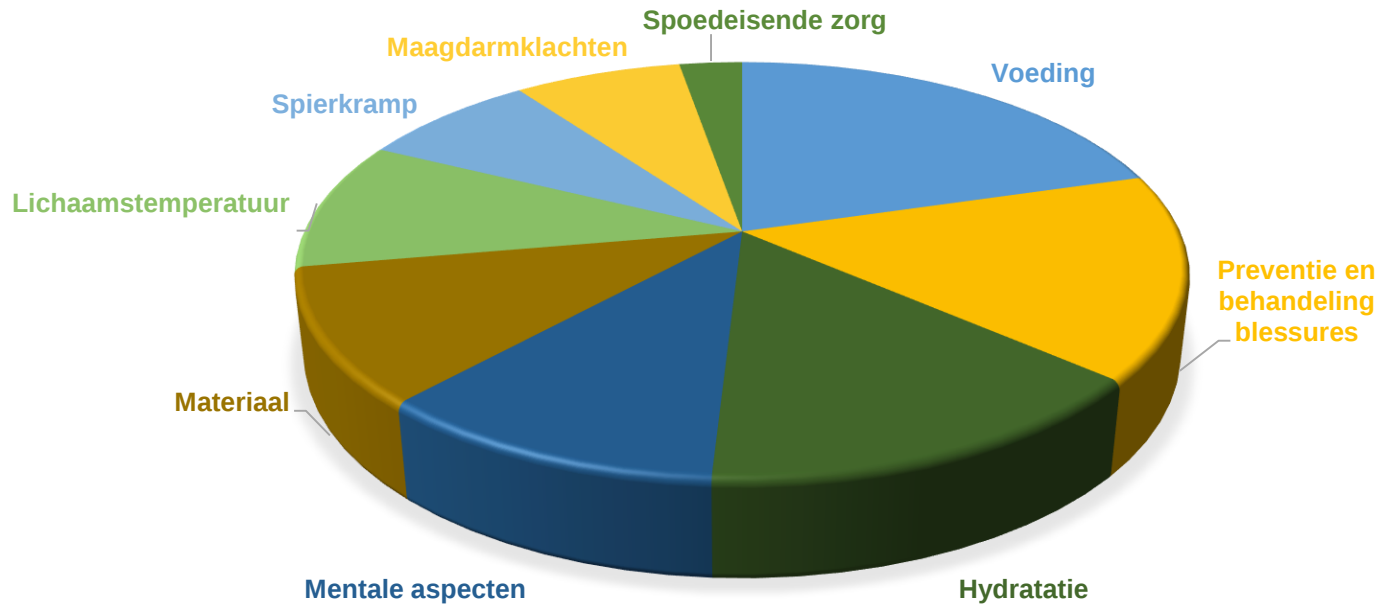


Bron: inschrijven.nl, uitslagen./nl, MYLAPS, 2009-2019. Bewerking: Iwan.nl & Mulier Instituut.

Medische zorg



Wat vindt de hardloper belangrijk?



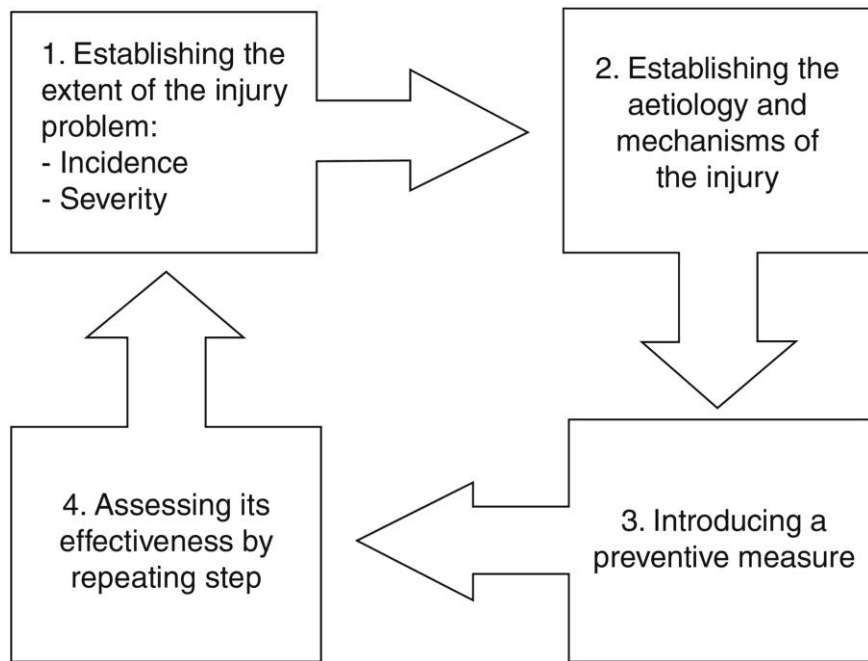
Algemene doelstelling

Door een intensieve samenwerking tussen Erasmus MC, TU Delft en Golazo Sports kunnen we middels het doen van onderzoek een positieve bijdrage leveren aan de gezondheid en presentaties van sporters, en hardlopers specifiek.



Kennisvraag sportblessure preventie

Hoe kunnen we de incidentie van hardloopblessures reduceren?



Plan – hardlooptcohort

Genetica

Technische innovaties

Blessures

**Inzetbaarheid
Zorgprofessionals**

Acute zorg

Voeding

**Hardlopen
toegankelijk voor
iedereen**

Gezonde leefstijl

Prestaties

Erasmus MC

