

Blauwdruk 'Meer ruimte voor buitensport'

Maart 2026



#wewinnenveelmetsport



Rabobank





Aanleiding: Sportakkoord II

Achtergronden en doelstellingen

Urgentie

Het aantal mensen dat voldoende beweegt (minstens 150 minuten matig intensieve inspanning per week voor volwassenen) is volgens het RIVM gedaald tot 45%, terwijl de ambitie van de Rijksoverheid is dat dit percentage stijgt tot 75% in 2040. In de Sportagenda 2032 van NOC*NSF is als ambitie vastgelegd dat in 2032 minimaal 12 miljoen mensen (= 75%) minimaal 3x per week sporten en sportief bewegen. Eén op de twee volwassenen heeft overgewicht. Iedere generatie is motorisch beperkter dan die ervoor. Drie op de 10 kinderen speelt vrijwel nooit meer buiten. Sportclubs staan op omvallen. Overgewicht & obesitas kosten ons jaarlijks tientallen miljarden. Bron: Maastricht University 2022

Project Meer Ruimte voor de Buitensport – Convenant [NOC-NSF]

Het project “Meer Ruimte voor de Buitensport” is een initiatief dat mede door NOC*NSF in het leven is geroepen om meer en betere mogelijkheden te creëren voor buitensport in Nederland. In het kader van dit project worden convenanten opgesteld, waarin samenwerkende partijen hun intenties en afspraken vastleggen.

Dit project is onderdeel van Sportakkoord II. Hierin werken sportorganisaties, gemeenten en partners samen om sport en bewegen voor iedereen toegankelijker en veiliger te maken—met extra focus op maatschappelijke waarde, vitale sportaanbieders en een sterke lokale sportinfrastructuur.

Achtergrond van het project “Meer Ruimte voor de Buitensport”

In Nederland staan buitensporten, zoals hardlopen, wielrennen, gravelbiking, bootcampen, mountainbiken, trailrunning en andere niet-

georganiseerde sportvormen, steeds meer in de belangstelling. De behoefte aan vrije, toegankelijke buitenruimte voor sporters is sterk gegroeid—mede doordat sport niet alleen binnen verenigingen plaatsvindt, maar ook steeds vaker individueel en informeel. Tegelijkertijd is de beschikbare ruimte in Nederland beperkt en zijn er steeds meer claims op de ruimte in de stad en in het buitengebied, bijvoorbeeld voor natuur, wonen en infrastructuur.

Doelen van het convenant

Het convenant “Meer Ruimte voor de Buitensport” heeft als belangrijkste doel om sporters meer mogelijkheden te bieden om veilig, verantwoord en toegankelijk in de buitenlucht te bewegen. Dat betekent het vergroten van het aanbod aan sportmogelijkheden, het verbeteren van de infrastructuur (zoals routes, voorzieningen, bewegwijzering) en aandacht voor duurzaamheid en natuurbehoud. Een ander doel is het stimuleren van samenwerking tussen sportbonden, overheden, terreinbeheerders en andere betrokkenen, zodat buitensport een vaste plek krijgt in de ruimtelijke inrichting van Nederland.

Betrokken partijen

NOC*NSF heeft de rol van coördinator en aanjager en werkt nauw samen met sportbonden, gemeenten, provincies, terrein beherende organisaties, natuur- en milieuorganisaties en het Rijk. Samen zorgen deze partijen voor de uitvoering van de afspraken uit het convenant.

Betekenis voor sporters en samenleving

Meer ruimte voor buitensport betekent dat meer mensen kunnen sporten waar, wanneer en hoe zij willen. Dit draagt bij aan een gezondere samenleving, meer beweging en sociale samenhang. Het project speelt daarnaast in op actuele maatschappelijke thema's als leefbaarheid, gezondheid en het verantwoord omgaan met natuur en landschap. Het convenant "Meer Ruimte voor de Buitensport" markeert daarmee een belangrijke stap naar een sportiever en vitaler Nederland, waarin sport in de buitenlucht een vanzelfsprekende plek krijgt.

Probleemanalyse (algemeen)

De 'strijd' om de ruimte wordt in het dichtbevolkte Nederland steeds heviger. Natuur, landbouw, woningbouw, infrastructuur en recreatie hebben allemaal ruimte nodig, maar de ruimte is schaars en dat vraagt om heldere en vaak pijnlijke planologische keuzes.

Het aanbod van groene recreatieruimte is de afgelopen eeuw met 80% afgenomen. Het aantal beschikbare vierkante meters recreatieruimte per inwoner in Nederland is gedaald van 1.700 m² in 1900 naar 308 m² in 2023. In verband met de groei van de bevolking moet er tot 2050 nog circa 66.000 hectare aan recreatieruimte bij komen (dat is 3/4 van de oppervlakte van de Veluwe), zo blijkt uit de recente verkenning van het nationaal toekomstig recreatietekort met de titel 'Meer ruimte voor recreatie'.

Oplossingsrichtingen

Ruimte vergroten: Meer urgentie voor sport en sportief bewegen in planologische trajecten

Sport en recreatie kunnen en moeten integraal meegenomen worden in de ruimtelijke transitieopgaven. Daarin zijn de provinciale omgevingsvisies

heel belangrijk. Denk aan voldoende recreatieruimte/groen bij nieuwe woningbouwprojecten, nieuwe routestructuren in combinatie met groenblauwe dooradering en groene verbindingen in stadsrandzones. Door sport en recreatie te koppelen aan ruimtelijke opgaven ontstaan kansen voor het vergoten van de ruimtelijke kwaliteit van de leefomgeving.

Ruimte slimmer benutten: Creativiteit inzetten voor meervoudig ruimtegebruik

Meervoudig ruimtegebruik biedt kansen voor sport, recreatie en toerisme. Nederland is gebaat bij een toekomst waarbij de ruimtelijke opgaven integraal worden aangepakt en met elkaar in samenhang staan. Daarbij is 1 + 1 niet 2, en ook niet 3, maar '1 + 1 = 1' (citaat Francesco Veenstra, Rijksbouwmeester). Dat houdt in dat één hectare voor recreatie en toerisme en één hectare voor natuur en economie samen één en dezelfde hectare zijn. Ruimte is schaars en waardevol. Daarom zoeken we waar het kan naar mogelijkheden voor slimme functiecombinaties en naar efficiënt ruimtegebruik met behoud van ruimtelijke kwaliteit. Bijvoorbeeld een park bovenop een parkeergarage, groene daken van flatgebouwen die dienen als sportlocaties en tevens hittestress tegengaan en taluds langs snelwegen die als single tracks door mountainbikers gebruikt worden.

Ruimte kwalitatief beter maken: Samen inzetten op natuurinclusieve recreatie

Natuur staat onder druk, zowel kwantitatief als kwalitatief. Sport en sportief bewegen in de buitenruimte zijn zeer verbonden met en afhankelijk van natuur, daarom zal de gezamenlijke inzet moeten zijn om in het kader van natuurbehoud en brede welvaart te streven naar uitbreiding en kwalitatieve verbetering van het natuurareaal, waardoor ook de ruimte voor sport en sportief bewegen toeneemt. Hierin trekken we als sportorganisaties samen op met natuurpartners en overheden.

Dromen, denken en doen: inspiratie, beleid en uitvoering

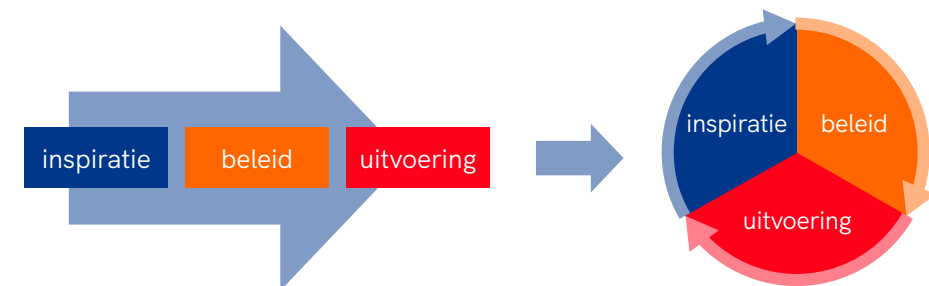
De oplossingsrichtingen zijn vaak beschreven in termen van beleid en planologie. Voor veel mensen geen reden om in beweging te komen en enthousiast te worden. Daarom is de fase van **inspiratie** cruciaal. Veel ruimtelijke uitdagingen zijn niet uniek, ze komen op meerdere plekken tegelijk voor en vaak zijn er al creatieve oplossingen gevonden. Laten we juist inspiratie halen uit projecten die tot voor kort onhaalbaar leken, maar toch gerealiseerd zijn. Zoals de transformatie van de binnenstad van Parijs tot fietsvriendelijke stad of de metamorfose van de Catharijnesingel van betonnen snelweg tot groenblauwe parkroute.

Vooraf in Scandinavië liggen inspirerende voorbeelden op het gebied van sport, vitaliteit en ruimtelijke (her)ontwikkeling. Ook in Nederland zijn er talrijke projecten, groot en klein, die een bijdrage leveren aan een gezondere en attractievere leefomgeving. Het boek 'De fijne stad' van Vincent Luyendijk geeft een mooi overzicht van voorbeelden in binnen- en buitenland. In Nederland is de urgentie groot. Gelukkig weten we inmiddels dat er geen reden is voor pessimisme. Een gezonde, sportieve omgeving ligt binnen handbereik, het kan dus WEL. Voorwaarde is wel dat niet het verkeer, de regels of het geld centraal staan, maar de mens en de natuur. Niet voor de korte termijn, maar voor de lange termijn.

Natuurlijk is ook **beleid** belangrijk. Inspiratie kan leiden tot veranderend beleid en het is cruciaal dat sport en recreatie meer dan voorheen hun stem laten horen bij de inrichting van steden en regio's. Nu nog vaak een sluitpost, zouden sport en recreatie een randvoorwaarde moeten zijn bij alle planologische ontwikkelingen. Gelukkig zien we steeds meer goede voorbeelden, zoals in de provincie Utrecht, waar 'Groen groeit mee' de basis vormt voor nieuwe ruimtelijke ontwikkelingen. In veel regio's wordt

momenteel ambitieus beleid geformuleerd, maar blijft de praktijk nog achter.

Uiteindelijk gaat het om de **uitvoering** van het beleid. 'Practice what you preach'! Sporters en recreanten worden niet (direct) blij van beleid, zij willen op dit punt maar één ding: extra ruimte om te kunnen sporten en bewegen. Daarom is bij de totstandkoming van de convenanten veel aandacht voor verbeteringen in de praktijk. Of het nu gaat om gravelbikeroutes op de Sallandse Heuvelrug en het Twentse Reggedal, de online en offline vitality trails in Leeuwarden of de extra recreatiemogelijkheden op en om het water in Drimmelen/Biesbosch, de recreant en sporter zoeken ruimte om te sporten en recreëren. Zo is de cirkel van dromen (inspiratie), denken (beleid) en doen (uitvoering) compleet. Wat begint als een lineair traject, wordt een circulair (continu) proces van inspiratie, beleidsaanpassingen en uitvoering.

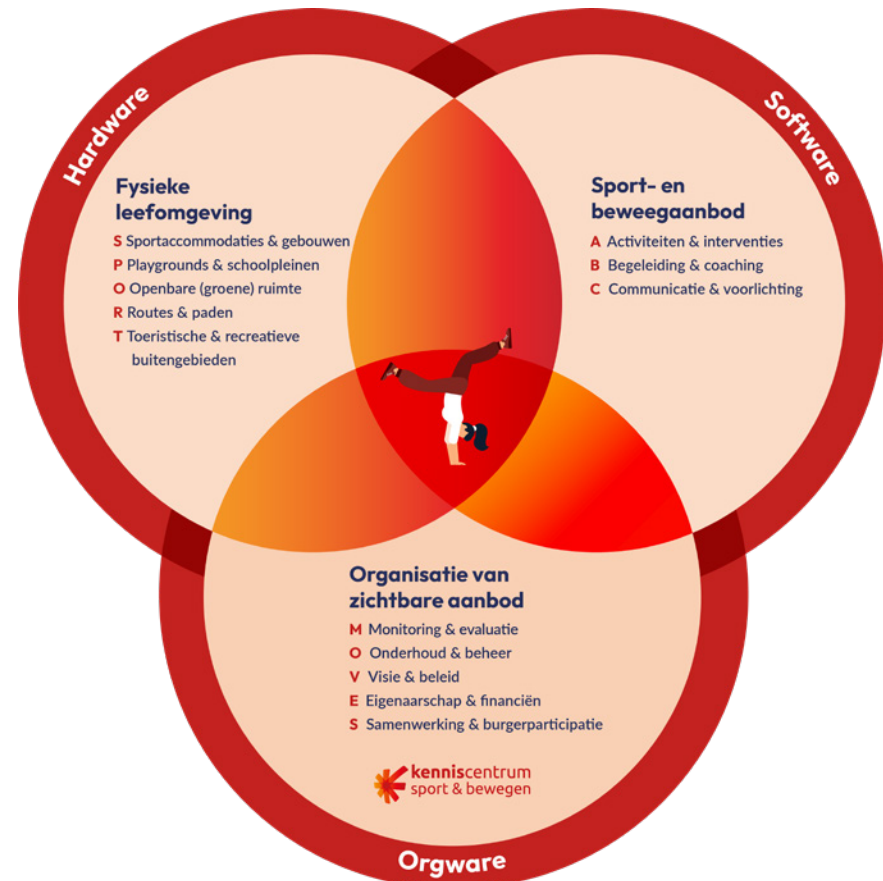


Hardware, software en orgware

Om de doelstellingen van dit project 'Meer ruimte voor buitensport' te realiseren is een combinatie van interventies nodig die samen het resultaat bepalen: fysieke aanpassingen (nieuwe routes, nieuwe voorzieningen), organisatorische aanpassingen (hoe wordt het gefinancierd, georganiseerd en op langere termijn onderhouden) en sociaal-psychologische aanpassingen (hoe motiveren we mensen om meer en langer gebruik te maken van nieuwe routes en voorzieningen). Het Kenniscentrum Sport & Bewegen heeft hiervoor het model van hardware, orgware en software geïntroduceerd.

Vaak ligt het accent op de **hardware**. Voorzieningen, gebouwen en routes worden gerealiseerd, vervolgens wordt het vaak gesubsidieerde project afgesloten. Echter, als er geen aandacht is voor orgware en software, is de kans op succes beperkt. Bij **orgware** gaat het om een stevige organisatie en goede afspraken over onderhoud, beheer en financiën die cruciaal zijn voor borging van de hardware en succes op langere termijn. En uiteindelijk wordt het succes bepaald door de **software**. Worden er activiteiten ontwikkeld, worden er evenementen georganiseerd, worden mensen gestimuleerd om te sporten, is er voldoende begeleiding, worden nieuwe doelgroepen aangetrokken en zijn communicatie en marketing goed verzorgd.

Bron: Kenniscentrum Sport & Bewegen



Werkwijze

Drie voorbeeldregio's :

De keuze van de regio's in dit project is gemaakt op basis van de volgende criteria:

- Verschillen in ruimtelijke uitdagingen en fysieke randvoorwaarden
- Support en beleid van overheden
- Mogelijkheden om initiatieven uit te breiden naar andere regio's (opschaalbaarheid)
- Organisatiegraad en commitment in de regio
- Spreiding over Nederland
- Betrokkenheid van sportorganisaties

Op basis van een eerste verkenning en input vanuit de sportbonden is gekozen voor de volgende drie voorbeeldregio's:

1. **Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal:** landelijke regio met uitdagingen op het gebied van natuurwaarden, landbouw en buitensport
2. **Leeuwarden:** stedelijke regio met ruimtelijke uitdagingen binnen de stad zelf en met de overloop tussen stad en (groene) omgeving
3. **Biesbosch/Drimmelen:** water georiënteerde regio met uitdagingen op het gebied van natuurbeheer en waterveiligheid in relatie tot watersport en recreatie

Werkwijze

De werkwijze was per regio verschillend, maar de volgende stappen zijn in alle trajecten (min of meer) gevolgd:

- Stap 1:** Samenstellen van een projectgroep met vertegenwoordigers van sportorganisaties, natuurpartners, overheden en andere relevante partners met als gemeenschappelijk vertrekpunt 'wat kan er wel'.
- Stap 2:** Samen een gezamenlijke concrete ambitie formuleren die bijdraagt aan de hoofddoelstelling van het project 'Meer ruimte voor buitensport'.
- Stap 3:** Deze ambitie vertalen in een concreet uitvoeringsplan voor buitensport met aandacht voor inspiratie, beleid en uitvoering.
- Stap 4:** Het plan bespreken met alle betrokken partners en betrokkenen en op basis van reacties en inspiratiesessies het plan bijstellen en vaststellen.
- Stap 5:** De afspraken vastleggen in een convenant met ambities ten aanzien van routes, voorzieningen, investeringen, onderhoud en communicatie. Op basis van het convenant uitvoeringsplannen maken, waarin de ambities geconcretiseerd worden in acties en projecten.
- Stap 6:** Samen met partners zoals overheden, sportorganisaties, natuurorganisaties en andere betrokken partijen werken aan de realisatie van het plan.
- Stap 7:** Als afsluiting van het project een blauwdruk maken, waarin processen, interventies en resultaten worden vastgelegd met do's en dont's en voorbeelduitwerkingen voor andere regio's.

Resultaat:

Het directe resultaat omvat twee breed gedragen convenanten (Leeuwarden en Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal) en een concept-convenant (Drimmelen/Biesbosch) dat door omstandigheden (nog) niet kon worden afgerond. De convenanten zijn op aanvraag beschikbaar.

Met name het convenant van de Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal biedt veel aanknopingspunten voor andere regio's vanwege de integrale visie op zonering en beleid en de brede betrokkenheid van partners, waaronder de samenwerkende natuurpartners. In Leeuwarden is met de participatie van NHL Stenden en Wijkbedrijf Bilgaard een brede basis gelegd op het gebied van software en orgware. Maar bovenal heeft het traject ons veel lessen geleerd voor toekomstige projecten! Zie evaluatie.



Evaluatie

De 10 belangrijkste lessen van het project 'Meer ruimte voor buitensport':

1. Focus op wat wél kan

Alle projectpartners moeten vanaf het begin gericht zijn op de kernvraag "wat kan er wél?" in plaats van "wat kan er niet?" als het gaat om de doelstelling 'Meer ruimte voor buitensport'. Breng mensen en organisaties bij elkaar die oplossingsgericht zijn en liever denken in mogelijkheden dan in problemen. Wel is het aan te bevelen om bij de start gezamenlijk de 'no go area's' te definiëren om latere frustratie te voorkomen.

2. Begin met de gewenste situatie, niet met beleid

Begin niet met een uitgebreide beleidsparagraaf, maar met het formuleren van de gewenste situatie: de droom. Gebruik inspirerende voorbeelden en projecten van elders en kom niet te snel met randvoorwaarden en beperkingen. 'De fijne stad' van Vincent Luyendijk is een goede bron van inspiratie.

De volgorde inspiratie - beleid - uitvoering zorgt voor een breder perspectief en vergroot de kans op onconventionele (out of the box) oplossingen. Ook in de verdere uitwerking is het belangrijk om inspiratie steeds opnieuw een plek te geven in de beleidscyclus.

3. Gebruik het instrument 'Halen-Brengen kaart' slim

Het instrumentarium van de Halen-Brengen kaart van TwynstraGudde helpt om een gezamenlijke focus voor het project te bepalen. Elementen van deze werkwijze zijn gebruikt in de regionale sessies, zonder dat het volledige instrumentarium is toegepast.

Voor meer informatie: www.twynstragudde.nl/expertise/verandermanagement

4. Overheden zijn vaak een remmende factor – kies de juiste mensen

Overheden (gemeenten en provincies) zijn in dit soort trajecten vaak de beperkende factor, omdat zij vanuit meerdere beleidsterreinen betrokken zijn en centrale coördinatie dikwijls ontbreekt. Het is lastig om breed samengestelde projectgroepen te organiseren: agenda's zijn overvol en er is weinig ruimte voor nieuwe initiatieven. Het advies is om binnen overheden te zoeken naar mensen met passie voor het onderwerp. Liever een gemotiveerde beleidsmedewerker van een aanpalend beleidsterrein dan een sportambtenaar die plichtmatig aansluit en vooral in beperkingen denkt.

5. Elke regio is anders – geen 'one size fits all'

Startsituaties verschillen per regio sterk. Dat vraagt om flexibiliteit in organisatie en uitvoering. Per regio wordt het eigenaarschap anders ingevuld en zijn andere partners van belang. Een uniforme aanpak werkt hier niet: 'one size fits all' gaat niet werken. Sluit voor bijeenkomsten en tekenmomenten aan op evenementen die al op de agenda staan; dat is efficiënter, goedkoper en aantrekkelijker.

6. Quick wins zijn cruciaal voor enthousiasme en zichtbaarheid

Om enthousiasme en zichtbaarheid te creëren, zijn quick wins belangrijk. De realisatie van kleinere projecten kan enorm stimulerend werken voor successen op de langere termijn.

De Vitality Trail in Leeuwarden is bijvoorbeeld een inspirerend en zichtbaar project waarop verder kan worden voortgebouwd. Sluit aan op andere projecten, zoals 'Ontzorgen van organisatoren van route evenementen', zodat meerwaarde en belang voor sporters en organisatoren vanaf het begin duidelijk zijn.

7. Betrek de meest kritische partij actief

Het is cruciaal dat de meest kritische factor – in veel gevallen de natuurorganisatie(s), soms een waterschap – actief meedoet en zich committeert aan de doelstellingen van het project. Zoek binnen deze organisaties waar mogelijk naar 'lichtgroene' of 'lichtblauwe' vertegenwoordigers die denken in mogelijkheden in plaats van onmogelijkheden.

In het gebied Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal heeft dit goed gewerkt: de vertegenwoordiger van de terrein beherende organisaties (TBO's) zat in de werkgroep en vertegenwoordigde met gezag de andere groene partijen.

8. Kies per regio een onafhankelijke projecttrekker

Zorg dat het eigenaarschap vanaf het begin goed belegd is. Kies per regio een projecttrekker die de regio goed kent, beschikt over een relevant netwerk én direct verantwoordelijk is voor de voortgang.

Laat overheden niet de formele voortrekkers zijn, want dan liggen bureaucratie, uitstel en afstel op de loer. In veel gevallen biedt een publiek-private organisatie met voldoende draagvlak en professionaliteit de beste garantie op succes.

9. Betrek provinciale sportorganisaties bij opschaling en continuïteit

Sluit provinciale sportorganisaties vanaf het begin aan, zodat zij hun expertise en netwerk kunnen inzetten. Maak hen mede verantwoordelijk voor opschaling naar andere regio's en continuïteit, waaronder het onderhoud en de organisatie na afloop van de projectperiode. Provinciale sportorganisaties zijn ook de logische verbinding met het project 'Ontzorgen van organisatoren van route-evenementen', eveneens onderdeel van Sportakkoord II.

10. Hardware is niet genoeg – denk ook aan orgware en software

Dit project richtte zich in eerste instantie vooral op infrastructuur: routes en voorzieningen in de buitenlucht. Dat is een belangrijke basis, maar om de doelstellingen rond beweeg- en sportnormen te halen, is veel meer nodig. De hardware is meestal het makkelijkst te realiseren. Het traject is vaak simpel: plan, subsidie, uitvoering en feestelijke opening door wethouder. Ook de orgware (organisatie eromheen) laat zich vaak goed regelen, via bestaande organisaties of nieuwe platformconstructies.

De vervolgvraag is echter: hoe motiveren we mensen om de extra ruimte voor buitensport (routes én voorzieningen) daadwerkelijk te gebruiken, zodat er een substantiële bijdrage wordt geleverd aan **de ambitie van NOC*NSF: in 2032 12 miljoen mensen die drie keer per week sporten en sportief bewegen.**



Ervaringen per regio

1. Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal

- Er kan worden voortgebouwd op een bestaand samenwerkingsplatform van 18 partners, met een heldere governance en een projecttrekker. Het eigenaarschap is daarmee vanaf het begin goed belegd.
- Het project 'Meer Ruimte voor Buitensport' maakt deel uit van een nieuw beleidsplan, is opgenomen in het recent vastgestelde uitvoeringsprogramma en heeft daardoor stevige borging.
- Met Routenetwerken Twente is een sterke partner aangehaakt, met kennis, contacten en budget voor nieuwe routes.
- Juridische trajecten rond zandhagedis en korhoen met natuurbelangenorganisaties (zoals Natuuralert) vormen een bedreiging voor de doelstellingen van dit project.
- Het onderscheid tussen een binnenschil (Nationaal Park Sallandse Heuvelrug, gemeenten Hellendoorn en Rijssen-Holten) en een buitenschil (omliggende gemeenten, die niet tot het Nationaal Park behoren, maar wel tot het gebied Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal) zorgt voor verschillen in urgentie en belangen.
- Een sterk punt is de betrokkenheid van lokale sportverenigingen bij het project, zoals SAMO Haarle en Atletiekvereniging Holten.

2. Leeuwarden – Vitality Trail

- De Vitality Trail is een aansprekend concept, met veel inspiratie uit Scandinavië (Nordic Campus). Beleving en de lokale Friese cultuur worden ingezet als unique selling points.
- Opvallend is dat er geen (grote) terrein beherende organisatie, zoals Staatsbosbeheer of Natuurmonumenten, direct betrokken is: de

gemeente is zelf verantwoordelijk voor aanleg en onderhoud van het Leeuwarder Bos.

- Er is een unieke samenwerking ontstaan tussen onderwijs (NHL Stenden), natuur (Rustpunt Leeuwarder Bos/gemeente Leeuwarden) en het sociaal domein (Wijkbedrijf Bilgaard). Hierdoor zijn niet alleen nieuwe routes gerealiseerd (hardware), maar is ook een nieuwe netwerkorganisatie gevormd (orgware) en worden bewoners van Bilgaard actief uitgedaagd om meer buiten te bewegen (software).
- Een belangrijke uitdaging voor de komende jaren is het aanhaken van sportorganisaties en -verenigingen bij de verdere ontwikkeling van de Vitality Trail.
- Belangrijk is dat NHL Stenden de rol van regisseur en coördinator op zich neemt en deze koppelt aan vergroening en duurzaamheid op de campus.

3. Biesbosch – Drimmelen

- Binnen de gemeente Drimmelen is er met het Gat van den Ham een zeer interessant gebied voor nieuwe ontwikkelingen, met name op het gebied van watersport. De regelgeving rond water en waterkwaliteit remt echter de mogelijkheden op korte termijn.
- Omdat de huidige waterkwaliteit niet voldoet aan de geldende normen vanuit de Kader Richtlijn Water (KRW) en de doelstellingen voor bijvoorbeeld Natura2000, staat het waterschap zeer terughoudend tegenover recreatieve ontwikkelingen. Vanuit de KRW mag de waterkwaliteit niet verslechteren en activiteiten op/in het water passen niet bij de doelstellingen voor de waterkwaliteit in dit gebied.

- Ook politiek is er veel discussie over de toekomst van het Gat van den Ham, vooral vanuit de agrarische sector en de bewoners, omdat men bang is voor meer drukte en minder ruimte voor de agrarische sector. Daarmee is het vrijwel onmogelijk om resultaten op korte termijn te boeken.
- De gemeente is niet erg slagvaardig, mede door de betrokkenheid van veel verschillende afdelingen, personeelwisselingen en hoge werkdruk.
- Als het eigenaarschap niet helder belegd is, stopt de voortgang en vermindert het enthousiasme bij partners.



Bijlagen: Inspiratiebijdragen van Vincent Luyendijk

Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal

Column Sallandse Heuvelrug & Twents Reggedal 2035. Landschap eerst.
door Vincent Luyendijk

Vroeg in de ochtend, nazomer 2035. De zon tilt zich langzaam over de Sallandse Heuvelrug. Nevel hangt laag boven de Regge. Het landschap ruist zacht. Een ree steekt over. Aan de rand van het bos verschijnen de eerste silhouetten: wandelaars, een paar ruiters, een groepje gravelbikers die hun route langs de flanken oppakken. Even verderop duiken trailrunners het pad in, op zoek naar hoogteverschillen en stilte. Op het vlakke pad langs de rivier beweegt een man in een rolstoel rustig vooruit.

De Sallandse Heuvelrug en het Twents Reggedal vormen samen een levend systeem van heidevelden, beekdalen en bosranden. De ecologische kern kreeg lucht, het landschap werd weer stevig. Dat fundament bood ruimte voor zorgvuldig gebruik. De recreant kwam niet op de eerste rij, maar vond een plek die past in het ritme van de natuur. Zo groeide een landschap dat de biodiversiteit herstelt, en tegelijk bijdraagt aan een vitalere samenleving.

De routes volgden die logica. Ze groeiden niet als een wild netwerk, maar ontvouwdend zich langs de flanken, waar robuuste zones ruimte laten voor beweging. Daar vond de gravelbiker zijn lijn: over half verharde boerenwegen, oude karrensporen en de randen van bedrijventerreinen. Trailrunners zochten de dynamiek van hoogteverschillen, tussen bosranden en heidevelden. Ruiters kregen een professioneel netwerk, stevig in kwaliteit en afgestemd op de draagkracht van het gebied. Inclusieve routes op vlak terrein brachten mensen tot aan de rivier, midden in de rust, zonder het landschap te verstoren.



Elke route kreeg betekenis doordat het landschap de richting aangaf. Niet de sport dicteerde de ruimte, de ruimte dicteerde de sport. Spreiding werd geen beleidstaal, maar zichtbaar in hoe de dag zich ontvouwt: groepen waaiëren uit, passeren elkaar nauwelijks, dragen niets af van de stilte.

Wat dit mogelijk maakte, was samenwerking. Terreinbeheerders, sportorganisaties en overheden trokken niet aan verschillende touwtjes, maar deelden dezelfde lijn. Vertrouwen werd sterker dan wantrouwen. En de natuur werd de stille scheidsrechter die richting gaf.

De zon klimt hoger boven de rug. De gravelbikers verdwijnen achter een houtwal, trailrunners dalen af langs het pad, ruiters volgen de rivier. De man in de rolstoel pauzeert bij het water. De stilte blijft.

De Sallandse Heuvelrug en het Twents Reggedal tonen wat er gebeurt wanneer je de natuur de eerste stem geeft. En de mens de kunst verstaat om daarin mee te bewegen.



Leeuwarden/Vitality Trail

Column Leeuwarden 2035. Groots in beweging door Vincent Luyendijk

Zomaar een maandagochtend in de nazomer van 2035. De stad wordt wakker. Aan de Eewal liggen geen boten, maar mensen in badkleding, klaar voor een frisse duik. Voor de Waag klauteren kinderen op een kunstwerk dat net zo goed een speeltoestel is. In de Prinsentuin rollen ouderen de boules en hangen jongeren aan rekstokken. Of andersom.

Dit is Leeuwarden anno 2035. Een stad waar de gracht zwembad is, de binnenstad een beweegroute en het Leeuwarder Bos een trail vol uitdagingen. Waar de grens tussen sporten, spelen, wandelen en ontmoeten is vervaagd. Alles loopt hier in elkaar over.

Leeuwarden Oost - ooit vooral een wijk met zorgen - is het voorbeeld van een actieve wijk. Speeltuinen kregen nieuw leven, een skatepark trekt dagelijks jongeren en sportvelden zijn geopend als park voor iedereen. Geen plan van bovenaf, maar een buurt die zelf haar ruimte terugvond.

En dan de Campus van de Toekomst. Waar "collegezaal" ook betekent: een grasveld langs de trail. Hier wordt een generatie gevormd die net zo vertrouwd is met kanoën in de Dokkumer Ee als met het openen van een laptop.

En wie denkt dat dit te groot klinkt, vergeet wat Leeuwarden eerder liet zien. BOSK bijvoorbeeld: duizend bomen die als een stoet door de binnenstad trokken. Eerst fronsten winkeliers en bewoners de wenkbrauwen. Moet dat nou?

Maar toen kinderen eronder speelden en straten groener, rustiger en mooier werden, vroegen zelfs tegenstanders: kunnen de bomen niet gewoon blijven? Het bewees dat groots denken én lef vertaalt in draagvlak. En in internationaal aanzien.

Slimme combinaties zorgden voor een extra versnelling. Leeuwarden toonde visie om elke maatregel tegen klimaatstress te koppelen aan vitaliteit. Waterpleinen en wadi's regelen het water, maar zijn tegelijk een open uitnodiging tot spel. Groene, koele zones zijn de ontmoetingsplekken van de stad.

Aan de Eewal klimmen inmiddels de laatste zwemmers het water uit. Het is 2035, en Leeuwarden laat zien wat groots in beweging betekent: een stad die durft en doet. En nooit meer stil zit.