

Landingspagina

H1: Doe mee aan de fitnesswedstrijd Fitrace in [plaatsnaam]

Ben jij klaar voor een sportieve uitdaging die net dat beetje extra geeft? Wil je jezelf verbeteren, trainen met een doel en misschien zelfs knallen op een nationaal podium?

Doe dan mee aan de allereerste landelijke Fitrace-competitie!

Button(s): [Direct inschrijven] [meer informatie]

/H2 Wat is Fitrace?

Fitrace is een nieuwe competitie in de fitnesswereld waarin je wordt uitgedaagd op kracht, uithoudingsvermogen, snelheid en mentale veerkracht.

Maar anders dan andere fitnesswedstrijden, zoals HYROX of Gymrace, is Fitrace speciaal ontworpen om **toegankelijk te zijn voor iedereen**.

Je strijdt niet tegen willekeurige atleten op landelijk niveau – je strijdt **binnen jouw eigen niveau en leeftijdscategorie**. Zo maak je het haalbaar, eerlijk én motiverend.

/H2 Voor wie is Fitrace?

Fitrace is voor iedereen die graag aan fitness doet, van recreant tot fanatieke sporter. Je kiest je eigen niveau:

- **Beginner** – je traint gemiddeld 2 tot 3 keer per week
- **Intermediate** – je traint 4 tot 5 keer per week
- **Elite** – je traint 6+ keer per week en zoekt de maximale uitdaging

Onze trainers helpen je bij het bepalen van het juiste niveau. De oefeningen worden aangepast per niveau, zodat iedereen op een veilige en uitdagende manier mee kan doen.

/H2 Hoe werkt Fitrace?

Vanaf **juli** starten we in de club met voorbereidende trainingen, afgestemd op de competitie. In de maanden **september en oktober** doe je mee aan **vier officiële challenges**, die je bij ons uitvoert.

Jouw prestaties worden bijgehouden via de officiële NLFB-app en meegenomen in een landelijke ranking. Presteer je goed? Dan maak je kans op deelname aan het **NK Fitrace in december**.

De competitie is dus echt – maar wel op jouw niveau, in jouw tempo en met begeleiding van onze trainers.

/H2 Waarom Fitrace?

- ✓ Je traint met een concreet doel
- ✓ Je maakt progressie zichtbaar en meetbaar
- ✓ Je ontdekt hoe sterk je écht bent

- ✓ Je traint samen met anderen voor hetzelfde doel
- ✓ Je maakt kans op een plek op het NK Fitrace

Of je nu meedoet voor de fun, om jezelf uit te dagen of om vol voor die finale te gaan – Fitrace brengt het beste in je naar boven.

/H2 Inschrijven fitnesswedstrijden [plaatsnaam]:

1. Je schrijft je in via [de website van de Nederlandse Fitnessbond](#)
2. Ga naar fitnessbond.nl/ik-word-lid
3. Selecteer onze club: *[jouw sportschoolnaam]*
4. Kies je niveau (beginner, intermediate, elite)
5. Rond je inschrijving af (€12,50 per jaar voor leden)
6. Download de app en blijf op de hoogte van de challenges, je scores en je positie op het leaderboard

Onze trainers helpen je uiteraard met inschrijving, uitleg en voorbereiding. Spreek ons gewoon aan in de gym!

/H2 Veelgestelde vragen over Fitrace (FAQ)

/h3 1. Wat is het verschil tussen Fitrace, HYROX en Gymrace?

Alle drie zijn het fitnesswedstrijden waarin je fysiek wordt uitgedaagd – maar de opzet is totaal anders. **HYROX** en **Gymrace** zijn grote, externe events die vaak best intens zijn en gericht op fanatieke sporters. Denk: massale locaties, hoge intensiteit, en één moment om te presteren.

Fitrace daarentegen is juist ontworpen om **laagdrempelig en toegankelijk** te zijn. Je traint en doet gewoon mee **in je eigen club**, op je **eigen niveau** én met begeleiding van je eigen trainers. Bovendien heb je meerdere challenges verspreid over weken – dus meer ruimte om te groeien.

/H3 2. Hoe werkt de Fitrace=competitie precies?

Vanaf juli starten we bij ons in de sportschool met voorbereidingstrainingen. In **september en oktober** doe je mee aan **vier officiële Fitrace-challenges**, die je uitvoert in onze club.

De oefeningen zijn een mix van kracht, conditie en bodyweight-oefeningen. Denk aan een full body challenge waarin techniek, tempo en uithouding samenkomen.

Jouw score wordt via de officiële **NLFB-app** doorgestuurd naar de Nederlandse Fitnessbond. Op basis van de vier challenges ontstaat een landelijke ranking.

Presteer je goed? Dan kun je je kwalificeren voor het NK Fitrace in december.

/H3 3. Voor wie is Fitrace bedoeld?

Fitrace is voor iedereen! Of je nu pas net traint of al jaren in de gym staat, Fitrace is er voor sporters van elk niveau en elke leeftijd. Je kiest namelijk zelf je instapniveau:

- Beginner (2–3x per week trainen)
- Intermediate (4–5x per week trainen)
- Elite (6+ keer per week trainen)

Onze trainers helpen je met het kiezen van het juiste niveau. Binnen elk niveau zijn er ook leeftijdscategorieën, zodat het eerlijk en uitdagend blijft.

/H3 4. Waar en wanneer vinden de wedstrijden plaats?

De vier challenges voer je uit bij ons in de sportschool, op het moment dat het jou uitkomt (binnen een vastgestelde week).

Je hoeft dus nergens naartoe: **alle challenges vinden plaats binnen onze club**. De challenges staan gepland in **september en oktober 2025** en het NK Fitrace is in **december**.

/H3 5. Wat zijn de kosten van Fitrace?

Deelname aan de competitie is slechts **€12,50 per jaar**, speciaal tarief voor leden van een erkende club zoals de onze. Je krijgt daarvoor toegang tot:

- De officiële NLFB-app
- Inschrijving voor de competitie
- Toegang tot landelijke ranking
- Kwalificatie voor het NK (indien je je plaatst)

/h3 6. Hoe schrijf ik me in voor Fitrace?

Inschrijven doe je via de website van de Nederlandse Fitnessbond: fitnessbond.nl/ik-word-lid

Daar selecteer je onze club, kies je jouw niveau, rond je betaling af en ontvang je direct toegang tot de app. Heb je hulp nodig? Wij helpen je graag in de club.

/H3 7. Wat gebeurt er in de club rondom Fitrace?

We maken er samen echt iets tofs van. Denk aan:

- **Voorbereidende trainingen** met uitleg over oefeningen en techniek
- Een motiverende sfeer met andere deelnemers
- **Gezamenlijke momenten om challenges te doen**
- Persoonlijke begeleiding van onze trainers
- Inzicht in je scores en progressie

/H3 8. Moet ik superfit zijn om mee te doen?

Nee! Je hoeft geen atleet te zijn. Het enige wat je nodig hebt is motivatie en zin om jezelf uit te dagen. Doordat je meedoet binnen je eigen categorie en niveau, is Fitrace geschikt voor zowel beginnende sporters als ervaren atleten!

/h3 9. Wat is de NLFB-app en wat kan ik ermee?

De app is het centrale platform voor alle deelnemers van de Fitrace-competitie. Je gebruikt het om:

- Je challenges te registreren
- Scores te zien
- Je ranking te volgen
- Updates van ons of de bond te ontvangen
- Reacties en motivatie te delen met andere deelnemers

Na je inschrijving krijg je automatisch een uitnodiging om de app te downloaden.