

RUNNER'S HIGH

SCHOOL

5

TURNHOUT

29/10/2026

THOMAS
MORE

THOMAS
MORE
SPORT





GO WATCH



**THE
AFTERMOVIE**

RUNNER'S HIGH IN DE MEDIA

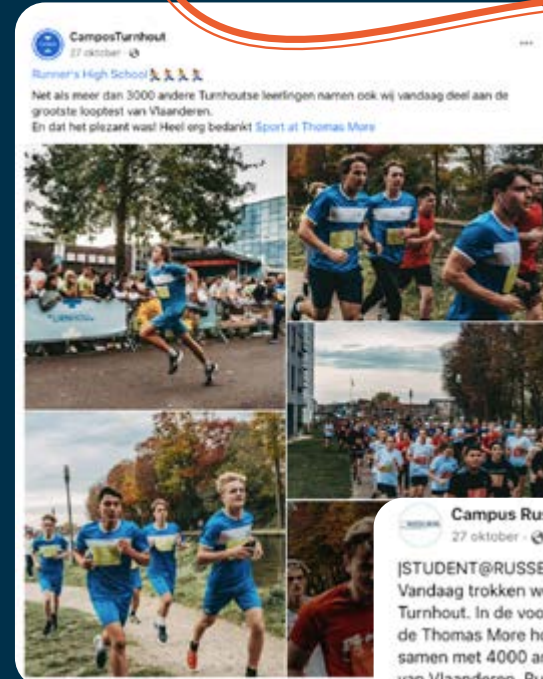


Regio Turnhout

Studenten organiseerden loopfestival in Turnhout voor 4.000 lopers: "Grootste L.O.-test van Vlaanderen"

In Turnhout hebben 4.000 leerlingen zich van hun sportiefste kant getoond op het loopfestival 'Runners High School'. Het festival is georganiseerd door de studenten van de sportopleidingen aan de Thomas More Hogeschool.

Op het Warandeplein in Turnhout startten 4.000 leerlingen aan een sportieve dag. "We noemen het zelf de grootste L.O.-test van Vlaanderen", zegt Inge Lauwers van de Thomas More Hogeschool. De leerlingen konden kiezen tussen een parcours van 3, 5 of 10 kilometer. Om dat leuk te maken werd alles georganiseerd in festivalsfeer. "Er was een groot podium met dj's en heel wat randanimatie. Zo hopen we jongeren weer enthousiast te krijgen om te bewegen, vertelt Lauwers.



VOLG ONS



OP FACEBOOK

VOLG ONS



OP INSTAGRAM



JUBILEUMEDITIE

5 JAAR

Runner's High School

Samen naar de **5.000**:
maak jouw leerlingen
onderdeel van ons
grootste sportfeest ooit.

Wat vijf jaar geleden begon, is uitgegroeid tot een begrip. Dit jaar vieren we ons eerste lustrum en dat laten we niet onopgemerkt voorbijgaan! De Runner's High School steekt zichzelf voor deze jubileumeditie in een extra feestelijk jasje. Verwacht nog meer energie, meer beleving en nog meer sfeer.

We kijken trots terug op de weg die we hebben afgelegd, maar kijken vooral vooruit. Onze studenten van de sportopleidingen in Turnhout trekken alle registers open om ook van deze editie een onvergetelijke ervaring te maken voor elke deelnemer. Samen creëren we die unieke 'Runner's High' die jongeren nog lang zal bijblijven.



Vijf jaar Runner's High betekent vijf jaar jongeren
laten zien hoe geweldig samen sporten is.

- Joeri Verellen: Opleidingscoördinator Sport en Bewegen

Wij zijn klaar voor de 5.000!

Staat jouw school ook op onze gastenlijst?

- Nel, Femke, Yari & Sam: studenten Sport- en Cultuurmanagement

De magische grens van 5.000

Een verjaardag vier je niet alleen. Ons doel voor dit jaar is glashelder: we willen de kaap van 5.000 leerlingen aan de startlijn ronden. Om die massale golf van beweging op gang te brengen, hebben we de goesting en inzet van de scholen harder dan ooit nodig.

Onze studenten Sport- en Cultuurmanagement werken achter de schermen aan een vlekkeloze organisatie waarbij de groepsgeest centraal staat. Samen met jullie school willen we geschiedenis schrijven. Brengen jullie je leerlingen mee naar het parcours? Dan zorgen wij voor een sportief feest dat ze nooit meer zullen vergeten!

What? That!

RUNNER'S HIGH

“Niet zomaar een looptest”

Een professionele
360° aanpak van
een gezonde
levensstijl

Wat

Thomas More zet de toekomstige hogeschoolstudenten op het sportieve pad. Na verschillende succesvolle editie van Runner's High nodigt Thomas More 5000 leerlingen van de 3de graad secundair onderwijs uit om op zoek te gaan naar hun Runner's High.

Turnhout wordt de plek waar de High School studenten hun endorfines zullen opwekken tijdens hun run van 5 of 10 kilometer. De leerlingen die geblesseerd zijn kunnen deelnemen aan een wandelparcours van 3km. Dit is enkel mogelijk met een doktersattest.



*“Ze beleven een L.O.-test als nooit
tevorens op een uniek sportevent.”*

- Inge Lauwers: Departementshoofd Sportopleidingen



“Kwaliteit moet altijd primeren.

Wij willen dan ook letterlijk een klasvoorbeeld zijn.”

- Yves Hellemans: Docent Sport- en Cultuurmanagement

Het eventplein wordt in 2026 anders ingedeeld. Hierdoor zullen we bij uitbreiding 1000 extra leerlingen kunnen toelaten zonder aan kwaliteit te moeten inboeten.

Achter de schermen van Runner's High schuilt een complex raderwerk. Onze studenten van de sportopleidingen bundelen hun krachten om een totaalbeleving neer te zetten. Van de logistieke puzzel van 5.000 deelnemers tot de feestelijke omkadering en de coaching op het parcours: elk detail telt.

SCHRIJF JE SCHOOL NU IN!

En verzeker je van een plaats tijdens onze feesteditie #5jaarRH

"Alle scholen moeten de kans krijgen om deel te nemen aan een kwaliteitsvol event!"



Inschrijvingen?

De smaak al te pakken? Inschrijven kan via onze website www.runnershightschool.be.

- 1.Scan de QR-code of ga naar de website
- 2.Vul het inschrijvingsformulier in
- 3.Deelname 5 EUR/leerling via schoolfactuur



Donderdag 29/10/2026

5000 plaatsen

First come, first served

De inschrijving is enkel en alleen geldig wanneer de Google Forms volledig en correct is ingevuld. Wij aanvaarden geen inschrijven via mail of andere bronnen.



€5

€5

€5

Logistieke zorgen? Wij denken mee!

Het vervoer van een grote groep leerlingen is vaak een hele puzzel. Daarom zoeken we graag samen naar een oplossing. We zijn in nauw overleg met een buspartner voor scherpe tarieven voor deelnemende scholen zodat de focus volledig op de sportieve beleving kan liggen.





TEAM

“Thomas More & Stad Turnhout slaan de handen in elkaar met een event voor & door leerlingen.”

Thomas More-hogeschool

Met Sportcampus Turnhout zet Thomas More alles op alles om het Vlaamse centrum te worden van toekomstige specialisten in sport-, bewegings- en eventmanagement!

Waarom Runner's High?

Een ideale kans om talenten te ontplooiën dankzij de juiste expertise
 Creatie van een project dat écht impact kan hebben
 Nieuwe leerlingen inspireren om de toekomst vorm te geven
 Gezonde levensstijl de nieuwe standaard maken
 Ondersteuning in leerplandoelen van de verschillende
 Vlaamse onderwijsinstellingen

“Een grootschalig sportevenement in al zijn dimensies en vooral... in eigen stad! Leerlingen uit de opleiding Sport- en Cultuurmanagement tonen met dit traject wat ze in hun mars hebben. Hun opdracht: derdegraadsleerlingen onderdompelen in de sport- en eventwereld + hen laten beleven wat een gezonde levensstijl juist omvat.”



Stad Turnhout

Het aantrekkelijke en belevenisvolle centrum in de Kempen laat zijn sportieve stadshart kloppen!



Waarom Runner's High?

- Stimuleren van de gezondheidspromotie bij jongvolwassenen
- Toonaangevend en duurzaam organiseren met sport voor allen als grootste doelstelling
- Verbondenheid, ontmoeting en ontplooiing bevorderen door de stad in beweging te zetten
- Jong ondernemerschap ondersteunen – Investeren in de bruisende toekomst van Turnhout

“Runner's High belichaamt alles waar onze mooie stad voor staat! Het is een inclusief en vooruitstrevend concept waarmee we een sportieve voetafdruk achterlaten op het toekomstige leven van onze jeugd. Door goede samenwerkingen met lokale verenigingen, bedrijven en organisaties trekken we alle registers open om hier een prachtig en gedeeld verhaal van te maken.”



TARGET GROUPS:

1

HIGHSCHOOL Leerlingen

- Campagne voor instap in sport – “start to” - stijl
- Geloofwaardige festival approach
- Coole campagne
- Afterparty / show

Doel:

Create something **'Lit'**

Get the **'crowd hyped'**

Make them get **high from sports**

De leerlingen hoeven zich niet individueel in te schrijven. Deze keuze blijft de verantwoordelijkheid van de school. Echter heeft het evenement pas kans tot slagen als de leerlingen ook overtuigd zijn van het concept!

2

SCHOLEN EN DIRECTIES

- Perfecte implementatie in schooldoelstellingen
- Objectieve testresultaten dankzij tijdsregistratie met transponder
- De passie van de sportleerkracht vertaald in een mooi programma met 360° Sport & More
- Nieuwe zuurstof om het sportvuur in de leerlingen te doen branden

Doel:

Onderwijsinstellingen overtuigen van de kracht van deze grootse aanpak. **Community gevoel** bij leerlingen en tussen scholen aanwakken.

COMMUNICATIE

Rode draad: “Getting high from sports”

Een toonaangevend evenement gaat gepaard met toonaangevende communicatie. Verschillende communicatietrajecten worden door onze opgeleide experts uitgestippeld voor de verschillende partijen met als rode draad: een 360° feelgood beleving, een bijeenkomst om echt naar uit te kijken.

De focus wordt gelegd op de gemeenschappelijke ervaring. Groot of klein, kunstzinnig of sportief, slechtiend of fysiek beperkt? Runner's High is een wij-verhaal waarbij iedereen elkaar naar het volgende niveau tilt!



“Runner's High is volledig inclusief en neemt leerlingen van elk niveau en met elke beperking mee op! Elke deelnemer zal professioneel ondersteund worden zodat elk zijn eigen doelen kan halen en grenzen kan verleggen!”

- Joeri Verellen: Docent | Opleidingscoördinator

COMMUNICATIE

Pré EVENT

Voortraject op maat van school en student

Kwalitatieve begeleiding door professionals
Teasing met focus op fun & beweging
Social Media campagne met integratie klasactiviteiten



Info en coaching door:

Persoonlijke trainingsschema's 3-5-10km

Tips & tricks voor sportevenementen

kledij – voeding – gadgets – hardware



Voortraject op maat van school en student

Om een breed gedragen sport event te organiseren in een school context zijn we als ervaringsdeskundige bewust met het feit dat het moeilijk is om leerlingen te motiveren voor zaken in schoolverband.

Het is dan ook onze ambitie om dit jaar een traject uit te zetten van 1 september tot kort na het event met enkele bekende influencers en BV's die het event extra support geven. Dit zowel voor, tijdens als na het event.

Hiervoor zijn momenteel gesprekken bezig met media-partner MNM voor extra ondersteuning.

"A hype will only continue when it is backed up!"

Wij staan zelf te springen om de 2de editie van Runner's High op te starten.
De onderwijsinstellingen kunnen instappen na een warme pitch en goede interactie met de organisatie.



PROGRAMMA

Runner's High start op 29 oktober 2026!

VOOR EVENT:

Een leuk voortraject neemt ALLE scholen en scholieren mee in de sporty vibe!
De inhoudelijke communicatie en kwalitatieve begeleiding bereidt iedereen voor op hun "moment suprême"

Leerlingen

- Gepersonaliseerde trainingsschema's
- Wat zijn goeie schoenen?
- Tips over gezondheid
- Welke voeding is optimaal?
- Calls to action in klasverband
- Sportevents als gezonde festivals

School

- Ondersteuning in bepaling leerdoelen
- Originele trainingsplannen
- Tips & tricks tijdens voorbereiding
- Sterke campagne om leerlingen te motiveren
- Nieuwste trends en materiaal voor lessen
- Forum voor overleg L.O.-leerkrachten



"We werken zowel voor de L.O.-leerkrachten als de leerlingen
trainings- en lesschema's uit op maat van de verschillende doelgroepen"

-Luk Bosmans: Docent Sportopleidingen | Inspanningsfysioloog

TIJDENS EVENT:

Welcome to your event!

Een volledig ingekleed Turnhout verwelkomt je voor de laatste nieuwe cityrun in België! Een pompende warm-up aan het grote podium brengt de deelnemers tot aan de startlijn. Wanneer het startschot luidt, worden de straten in het centrum gekleurd door 3500 paar flitsende schoenen en blozende wangen. Na 5 of 10 km met passage aan de Nieuwe Kaai en het Begijnhof kan je uitblazen bij de Partner-Festival Village.

PROGRAMMA:

- 12u30: Start event + aankomst scholen Warandeplein
- 13u30: Opwarming + muziek (DJ)
- 14u00: START loopevent 5 en 10 km (3km wandelen voor geblesseerden)
- 15u00: START sportfestival
- 15u30: Finish laatste loper
- 16u00: Einde event

*Partner-Festival village doorlopend tijdens het evenement



NA EVENT:



Ook na het event is het belangrijk dat de leerlingen nog verder opgevolgd worden. Via onze site voorzien we daarom ook sportieve tips & tricks en voedingsadvies waarmee de leerlingen verder aan de slag kunnen"

-Inge De Ridder: Docent Sportopleidingen | Sportdiëtiste

De deuren naar een sportief-sociaal leven werden geopend!

De eerste stap naar een gezonde levensstijl is gezet, nu is het aan jullie om verder te stappen.

- Aftermovie voor de goede vibes
- Natraject met de legacy van Runner's High: de positieve impact op de stad en de helden die hiervoor zorgden
- Sportieve evenementen worden een gespreksonderwerp in het klaslokaal
- Opportuniteit voor natrajecten – instroom in sport na school, sportclubs, fitnesscentra,...

Gezondheidscampagne/-beleid in uw school!

Naast de deelname aan het event Runner's High (voor de 3de graad) omvat het concept ook een gezondheidscampagne die ondersteuning biedt voor de volledige school, en dat gedurende het volledige schooljaar!

Op basis van 5 online campagnes wordt er 2-maandelijks een gezondheidsthema uitgelicht. Op de website van Runner's High kan je informatie terugvinden over deze thema's. Via de social media zullen we hiernaar verwijzen.



Een doordachte gezondheidscampagne voor de hele school!

sep/okt:

Tips rond gezond bewegen

nov/dec:

Gezonde geest in een gezond lichaam
(hoe kom je goed je examens door)

jan/febr:

Beweegtussendoortjes
(na 30 minuten stilzitten is het goed om te bewegen)

maart/
april:

Tournée sportief
Activatie om meer te bewegen

mei/juni

Mentaal welzijn
(tips om je beter in je vel te voelen)

2-maandelijks zal de school een mail ontvangen met een link naar de website. Hier zal alle informatie per campagne verzameld worden, zodat de leerlingen hier meteen mee aan de slag kunnen gaan.





Communicatie en contactpagina

CRAVAT
WE WRAP A TIE AROUND YOUR EVENT



De Runner's High Crew staat klaar voor al je vragen.
Wij zijn bereikbaar doorheen de week 9u00-17u00.

Contactinfo:

info@runnershighschool.be
anke.frencken@thomasmore.be

Timing communicatie

- Januari - mei: Start communicatie naar scholen
 - Einde schooljaar: Eerste communicatie naar leerlingen
 - 1 september - event: campagne op volle snelheid
 - Event - december: aftermovie en opvolging event
-
- 29 oktober 2026: Runner's High editie !

