**- PERSBERICHT -**

**Actie fitnessbranche: ‘Stilzitten is geen optie’**

**Zaterdag 27 februari 2021 gaan de ‘deuren’ open**

*Door de lockdown zijn meer dan 2500 fitnesscentra in Nederland al enige tijd gesloten. Sport en fitness zijn bewezen belangrijk voor zowel de lichamelijke- als de mentale gezondheid. Juist om die reden komt de fitness-sector nu zaterdag letterlijk in beweging met de actie ‘****stilzitten is geen optie’****.**Fitnessclubs door heel Nederland bieden op zaterdag 27 februari een coronaproof training aan om aandacht te vragen voor de urgentie en noodzaak van heropening.*

Met elke workout wordt een mensenleven ‘gered’. En dat kan gerust letterlijk worden genomen. Elk jaar sterven bijna 83.000 Nederlanders aan hart- en vaatziekten of kanker (bron: CBS). Meer dan de helft daarvan is gerelateerd aan een ongezonde leefstijl; dit zijn 112 doden per dag! Dit werd onlangs bevestigd door de World Health Organization (WHO). Fitness is belangrijk als preventief middel en redt daarmee mensenlevens. Door de sluiting van de fitnesscentra omwille van de coronamaatregelen konden ongeveer 3.000.000 Nederlanders het afgelopen jaar niet of beperkt naar de sportclub of fitness.

De gevolgen van inactiviteit op de fysieke en mentale gezondheid zijn legio:

* + - overgewicht
    - toename van buikvet
    - verhoogde bloeddruk
    - verhoogde cholesterol
    - diabetes type 2
    - hart- en vaataandoeningen
    - stress, depressie en burn-out
    - verminderde immuniteit

**Waarom actie?!**  
Met de slogan ‘stilzitten is geen optie’ houden de fitnessclubs in Nederland zaterdag een actiedag om aandacht te vragen voor de positiviteit van fitness, gezondheid en beweging. Stilzitten is voor niemand een optie; bewegen is van levensbelang. Fitnessondernemers begrijpen niet waarom zij omwille van ‘gezondheidsredenen’ nog niet mogen heropenen. De sector heeft bewezen dat ze veilig is.

Uit onafhankelijk onderzoek waarbij 115 miljoen bezoeken in 14 landen (waaronder Nederland) zijn geregistreerd, blijkt een besmettingsgraad in sportscholen van slechts 0,00001. Ook hebben Nederlanders vertrouwen in de sportscholen (bron EHFA).

Met deze actie wil de fitness-sector een noodkreet slaken. Het is hoog tijd dat de drie miljoen Nederlanders die lid zijn van een sportschool weer kunnen gaan werken aan hun lichamelijke en mentale gezondheid.

Kijk op [www.sportscholenopen.nl](http://www.sportscholenopen.nl) voor een overzicht van de deelnemende clubs.

**Noot voor redactie:**

Perscontact:

Yvonne Smits

+31 6 3383 4711 info@ves.nl

Zie ook de contactgegevens van de organiserende clubs op www.sportscholenopen.nl