



# JAARVERSLAG 2025

[parklimson.nl](http://parklimson.nl)

Stichting parKLIMson  
Barbara van Ravenschootstraat 6  
5706PZ Helmond  
[info@parklimson.nl](mailto:info@parklimson.nl)  
+31 630695322

# 1 Inhoud

2	Voorwoord van de voorzitter .....	3
3	Verslag van het bestuur .....	5
3.1	Pilot Eindhoven.....	5
3.2	Oprichting Stichting parKLIMson.....	6
3.3	parKLIMson groep in Eindhoven .....	7
3.4	Winnaar 'Beste Parkinson Idee .....	8
3.5	Heerlen Clinic.....	9
3.6	Event in Tilburg.....	10
3.6.1	De lezing. ....	11
3.6.2	Klimmen.....	11
3.7	Pilot Nijmegen .....	12
3.8	Fundraising Nijmegen.....	13
3.9	Vorbereidingen voor Utrecht en Amsterdam .....	14
3.10	Marketing en Media .....	14
3.11	Vrijwilligers .....	15
4	Toekomst .....	15
4.1	Activiteiten .....	15
4.1.1	Uitrol.....	15
4.1.2	Deelnemers.....	17
4.2	Uitwisseling in Europa .....	18
5	Organisatie.....	19
5.1	Gegevens: .....	19
5.2	Bestuur .....	19
5.3	Klimhallen .....	19
5.4	Vrijwilligers .....	19
6	Jaarrekening 2025 en Begroting 2026.....	20
7	Begroting .....	<b>Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.</b>
8	Bijlage .....	22
8.1	Referenties naar onderzoek .....	22

## 2 Voorwoord van de voorzitter

2025 is het jaar waar de Stichting parkKLIMson is gestart.

Het doel is om meer mensen met Parkinson te laten klimmen, zodat die daardoor minder last van symptomen en dus een beter leven hebben.

Begin 2025 kwam ik bij sportarts Niemeijer in het Elkerliek die mij vertelde dat er onderzoek is gedaan naar ‘Klimmen en Parkinson’. En dat klimmen een positief effect heeft op de symptomen van Parkinson (zie bijlage).



Met Heidi Zach, die dat onderzoek heeft gedaan, kwam ik niet meteen in contact. Maar Molly Cupka, reageerde al snel op mijn mail. Molly heeft met haar non-profit upendingparkinson.org eind 2025 al 70 klimgroepen opgezet in de Verenigde Staten. Enkele weken later in maart hadden we een leuk telefoongesprek wat me nog enthousiaster maakte.

Ik heb Parkinson, ik klim al bijna 40 jaar en klimmen is een grote passie van mij. Leo Broekmans is een goede vriend die ik tegen kwam toen ik begon met klimmen bij een studenten klimvereniging in Eindhoven: de ESAC. Hij beheert een aantal klimhallen in Zuid-Nederland. Ik had tijd, en kan het één en ander organiseren. Dit heb ik al bewezen doordat ik ruim 20 jaar grotere en kleinere projecten en teams heb geleid voor mijn werk. Ik kon er niet omheen: ik was de aangewezen persoon dit in Nederland te organiseren. En Leo zij geen nee!

Leo werkt voor Neoliet, een keten van klim- en boulderhallen in Nederland en het Duitse Ruhrgebied. Neoliet heeft in de beginfase fantastisch geholpen. Er was nog geen stichting en er was geen budget. Met het idee dat we een gemeentelijke opstartsubsidie van € 1.000,- zouden kunnen krijgen van de gemeente, zijn we begonnen (en uiteindelijk hebben we die subsidie gekregen).

We zijn gestart met een pilot. Om dit voor de vakantie te kunnen afronden, was 30 mei de start datum. Vrijwilligers vonden we al snel in de 55+ groep bij Neoliet. Leo is ook instructeur en beiden hebben we veel ervaring in het geven van klimtraining. Dus hadden we enkel nog deelnemers nodig!

Er is veel tijd gaan zitten in het zoeken van deelnemers. Klimmen is een onbekende sport voor velen. Er zijn veel vooroordelen over klimmen: gevaarlijk, moeilijk, eng, en je hebt veel kracht nodig. Loop je een klimhal binnen en kijk je omhoog, kan dat best intimiderend zijn. Zeker voor iemand met Parkinson.

Voor het werven van deelnemers zijn er flyers gemaakt en verspreid -op plaatsen waar mensen met Parkinson komen. Op de poli Neurologie in het ziekenhuis, bij gespecialiseerde fysio's en bij revalidatiecentra. We hebben ook op het Radboud UMC symposium gestaan met een stand. Daar kwam ik Bas Bloem tegen, dé expert op gebied van Parkinson.

Een belangrijk thema voor de zorg rondom mensen met Parkinson is meer bewegen. Er zijn veel fysio- en revalidatiepraktijken die voor mensen met Parkinson specifieke beweegprogramma's hebben. Dus was het doel om de professionele zorg te overtuigen dat klimmen met Parkinson ook een goed idee is. We hebben op deze manier dus ook veel contacten in de zorg opgedaan.

Uiteindelijk waren er negen aanmeldingen en konden we van start met de pilot in Eindhoven. En het was een succes, waardoor we in augustus een reguliere groep hebben kunnen starten! Ook in de klimhal in Tilburg en Nijmegen zijn we een groep gestart dit jaar. Ter promotie organiseerden we in november in Tilburg een event met meer dan 50 bezoekers. Meer over deze activiteiten in het vervolg van dit verslag.

Was 2025 het jaar van het opstarten, dan wordt 2026 het jaar om op te schalen!

### 3 Verslag van het bestuur

#### 3.1 Pilot Eindhoven



Datum	Mei, juni, juli 2025
Doel	Starten en leren over Klimmen met Parkinson
Doelgroep	Mensen met Parkinson
Beschrijving	Een serie van zes lessen van twee uur (vrijdag 10-12u.), waarvan de eerste gratis en het vervolg €55,- voor 5 lessen. We leggen nadruk op plezier in het klimmen en zorgen ook voor voldoende sociale aspecten door halverwege samen koffie te drinken. Deelnemers leren ook de basis klimtechnieken.
Resultaat	Enthousiasme bij de deelnemers resulteerde in het opstarten van een parkKLIMson groep vanaf 1 augustus!
Opmerkingen	Om meer mensen met Parkinson van de voordelen van de klimsport te laten genieten, zullen we ook de zorg van de voordelen moeten overtuigen!

### 3.2 Oprichting Stichting parKLIMson



Datum	Augustus 2025
Doel	Het oprichten van een stichting om parKLIMson activiteiten te ondersteunen
Doelgroep	Deelnemers, vrijwilligers en partners
Beschrijving	Ondertekening bij de notaris, inschrijving bij KvK, inschrijving UBO register, een bankrekening en verkrijgen ANBI status.
Resultaat	Done!
Opmerkingen	Prioriteit lag bij de pilot. Nadat de pilot een succes was, is de stichting opgericht

### 3.3 parKLIMson groep in Eindhoven



Datum	vanaf Augustus
Doel	Reguliere parKLIMson training: verbeteren fysiek door klimmen en dus verminderen Parkinson symptomen
Doelgroep	Deelnemers
Beschrijving	Training van twee uur voor mensen met Parkinson. Veiligheidsinstructie. Leren van basis klimtechnieken. Warming-up, klimmen, koffie en klimmen.
Resultaat	Vanaf augustus een vaste groep van ongeveer 8 deelnemers die veel plezier beleven aan het klimmen
Opmerkingen	Met dank aan de vrijwilligers die meehelpen!

### 3.4 Winnaar 'Beste Parkinson Idee



3 oktober 2025



**Begin 2025 lanceerde ParkinsonNL voor het eerst Het Beste Parkinson**

**Idee: een oproep aan iedereen om mee te denken over praktische**

**oplossingen die het dagelijks leven van mensen met parkinson verbeteren.**


**Niet alleen onderzoekers, maar ook mensen met parkinson, naasten,**

**zorgverleners, studenten en betrokken denkers konden hun idee insturen.**

Uit de vele inzendingen zijn negen ideeën beoordeeld door een onafhankelijke commissie van ervaringsdeskundigen en experts. Er zijn drie ideeën geselecteerd die een subsidie ontvangen om hun project te realiseren. In totaal is €45.000 beschikbaar gesteld, met een maximale toekenning van €15.000 per idee.

#### **ParKLiMson – Klimmen voor mensen met parkinson**

ParKLiMson is een initiatief dat mensen met parkinson laat kennismaken met sportklimmen. Bewegen is goed voor iedereen en klimmen is daarbij een mooi sport waarbij een fullbody workout gecombineerd wordt met mentale training. Na een succesvolle pilot willen de initiatiefnemers uitbreiden naar andere locaties in Nederland. De lessen worden geëvalueerd en aangepast op basis van ervaringen van deelnemers. Er is samenwerking met verschillende klimhallen en ook met andere doelgroepen, zoals mensen met MS. Dankzij de subsidie kan dit initiatief zich verder ontwikkelen tot een landelijke stichting en nieuwe pilots organiseren. Op 26 november organiseert parKLiMson in Tilburg een kennismakingsevent waar mensen met parkinson, maar ook parkinsonzorgverleners, kennis kunnen maken met deze mooie sport. Spaans kampioen paraklimmen, Jordi Cruz, die parkinson heeft, zal er vertellen over zijn dromen en obstakels. Naast het delen van informatie, en een demonstratie, is er de mogelijkheid zelf te klimmen.

Datum	Plan ingediend: Mei; Subsidie ontvangen Oktober	
Doel	Verkrijgen budget om meer mensen met Parkinson te laten klimmen zodat ze minder last van symptomen hebben en dus een beter leven	
Doelgroep	Mensen met Parkinson	
Beschrijving	Ton van den Berg heeft een overtuigend businessplan ingestuurd dat zowel realistisch als een goede onderbouwing heeft. Het plan voorziet in samenwerking met klimhallen, zoals die van Neoliet, om meer mensen met Parkinson te laten klimmen. Elementen in het plan zijn oa: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Budget om opstartkosten te dragen</li> <li>- Promotiemateriaal in de vorm van flyers en folders</li> <li>- Een jaarlijks event om professionele zorg aan boord te krijgen</li> </ul>	
Resultaat	Winnaar en toekenning subsidie	
Opmerkingen	Met dank aan Parkinson nederland	

### 3.5 Heerlen Clinic



Datum	September
Doel	Deelnemers van lokale fysio laten kennismaken met sportklimmen
Doelgroep	Deelnemers met Parkinson
Beschrijving	Training van twee uur voor mensen met Parkinson. Veiligheidsinstructie. Leren van basis klimtechnieken. Warming-up, klimmen, koffie en klimmen.
Resultaat	Sommige deelnemers waren enthousiast. Enkelen zouden het wel vaker willen doen als onderdeel van de bestaande fysiogroep. Anderen vonden het minder geslaagd.
Opmerkingen	Met dank aan de vrijwilligers die meehelpen!

### 3.6 Event in Tilburg



Datum	26 November 25
Doel	De doelgroep laten kennismaken met sportklimmen
Doelgroep	Deelnemers met Parkinson, zorg professionals, vrijwilligers en klimmers
Beschrijving	<p>Ontvangst met koffie</p> <p>Lezing over</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- klimmen met Parkinson,</li> <li>- stress en Parkinson en</li> <li>- (para)klimmen met Parkinson</li> </ul> <p>Lunch en klimmen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstratie Footing Vertical</li> </ul> <p>Omdat dit een belangrijke mijlpaal was, hieronder een uitgebreider verslag.</p>
Resultaat	Meer bezoekers dan verwacht: er waren meer dan 50 bezoekers aan het event. Een groot enthousiasme over klimmen met Parkinson (en potentieel ook andere doelgroepen met een aandoening (bijvoorbeeld MS of NAH))
Opmerkingen	Met dank aan gastheer Neoliet, de sponsors & vrijwilligers die meehielpen!



### 3.6.1 De lezing.



Na een korte introductie, presenteerde Ton van den Berg, voorzitter van parKLIMson, waarom ‘Klimmen met Parkinson’ een goed idee is. Er zijn twee dingen die je kunt doen om de symptomen van Parkinson te bestrijden.

1. Medicatie.  
Deze wordt voorgeschreven door de Neuroloog.
2. Een gezonde leefwijze, waarbij bewegen een belangrijk element is, naast het voorkomen van stress.

Bewegen bestaat uit onder andere uit conditietraining, krachttraining, balansoefeningen en liefst gecombineerd met uitdagende cognitieve taken. Klimmen is een sport die al deze facetten in zich heeft. Alhoewel er geen onderzoek naar is geweest, is er een vermoeden dat klimmen ook weerbaarder kan maken tegen stress. Onderzoek naar weerbaarheid en klimmen zou nuttig zijn.

Reinout Slee vertelde waar je rekening mee moet houden tijdens de overgang van werk naar uitkering om chronische stress te voorkomen.

Nadat Leo Broekmans over de parKLIMson training presenteerde, was het de beurt aan Jordi. Jordi is een paraklimmer die internationale wedstrijden klimt, Jordi heeft ook Parkinson. Hij was werkzaam als fysiotherapeut en onderzoekt klimgerelateerde methoden om mensen met Parkinson te helpen. Hij hield een inspirerend verhaal.

### 3.6.2 Klimmen.

Na de lezing werd er geklommen. Na het verhaal van Jordi kan niemand achter blijven, en dat gebeurt dan ook niet! Bijna iedereen gaat klimmen: klimmers, zorgmedewerkers en mensen met Parkinson. Een extra dimensie geeft de aanwezigheid van MBS die een product hebben ontwikkelt dat Footing Vertical heet. Het product maakt ‘assisted climbing’ mogelijk, de wereldkampioen boulderen van 2023 komt dit apparaat installeren en demonstreren! Er is veel interesse voor deze mogelijkheid; maar het is helaas wel een kostbaar product.

### 3.7 Pilot Nijmegen



Datum	Vanaf november
Doel	Pilot parKLIMson in Nijmegen
Doelgroep	Deelnemers met Parkinson
Beschrijving	Training van twee uur voor mensen met Parkinson. Veiligheidsinstructie. Leren van basis klimtechnieken. Warming-up, klimmen, koffie en klimmen.
Resultaat	Enthousiaste deelnemers, aangemoedigd door Jordi Cruz
Opmerkingen	Met dank aan de vrijwilligers die meehelpen!

### 3.8 Fundraising Nijmegen



Datum	November
Doel	Geld ophalen voor parKLIMson
Doelgroep	Vriendengroep die klimt in Nijmegen
Beschrijving	Klimmen van een hoogte als El Cap in Yosemite, maar dan in de klimhal aan een autobelay
Resultaat	€ 1232,- voor Stichting parKLIMson
Opmerkingen	Dank aan Josi en de andere klimmers!

### 3.9 Voorbereidingen voor Utrecht en Amsterdam

Datum	November en december
Doel	Opstarten parkliparKLIMson pilot in Utrecht en Amsterdam
Doelgroep	Deelnemers rond Utrecht en Amsterdam
Beschrijving	Verschillende afspraken, fysiek en via de telefoon, als voorbereiding
Resultaat	De opstart van deze groepen zal in januari en februari plaatsvinden
Opmerkingen	Dank aan Veronica en Rick voor het initiatief

### 3.10 Marketing en Media

Datum	Vanaf Mei
Doel	Bekendheid parKLIMson bij mensen met Parkinson, de zorg, partners en vrijwilligers.
Doelgroep	Zie hierboven
Beschrijving	De volgende media hebben verslag gedaan van een parKLIMson activiteit <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eindhovens dagblad</li> <li>- Brabants dagblad</li> <li>- De Gelderlander</li> <li>- Studio 040</li> <li>- GlowFM</li> <li>- NPO radio 2 (journaal)</li> <li>- ParkinsonTV</li> <li>- RTL4 Editie NL</li> <li>- SBS6 Hart van Nederland</li> </ul> Verder vele posts op social media!
Resultaat	Aanvragen uit het hele land om mee te doen
Opmerkingen	Met dank aan iedereen die dit mogelijk maakte!

### 3.11 Vrijwilligers

Datum	Vanaf Mei
Doel	Werven van vrijwilligers voor de activiteiten
Doelgroep	Veelal zijn dit ervaren senior klimmers
Beschrijving	Vele vrijwilligers hebben zich ingezet om de 2025 activiteiten mogelijk te maken.
Resultaat	Aanvragen uit het hele land om mee te doen
Opmerkingen	<p>Met dank aan iedereen die dit mogelijk maakte!            Jordi dankjewel voor de inspirerende gesprekken, en natuurlijk Rebeca en Joachim.</p> <p>Naast hulp bij het organiseren, zijn dit vooral klimmers die mensen met Parkinson komen zekeren.</p> <p>Naast het bestuur van parKLIMson (Ton, Leo en Kirsten), wil ik vooral ook degene bedanken die het voortouw hebben genomen om dit in goede banen te leiden in Nijmegen (Bart, Rob, Marielle en Nikie). Ook Veronica uit Amsterdam wil ik hier bedanken. Neoliet heeft en zal ook in 2026 een belangrijke rol spelen, en ook iedereen vanuit Neoliet die heeft geholpen: een welgemeend dankjewel!</p> <p>Ook wie niet genoemd is en betrokken is geweest: dank!</p>

## 4 Toekomst

### 4.1 Activiteiten

#### 4.1.1 Uitrol naar nieuwe locaties

	Datum	Vanaf Januari
	Doel	Opstarten op nieuwe locaties
	Doelgroep	Mensen met Parkinson die ver van de klimhallen wonen waar nu een parKLIMson groep is. Denk aan: Utrecht, Amsterdam, Zwolle, Groningen en Den Haag
	Beschrijving	<p>Amsterdam en Utrecht zijn gepland.</p> <p>Zwolle: parKLIMson gaat contact leggen met klimhaleigenaar</p> <p>Den Haag: parKLIMson gaat contact leggen met klimhaleigenaar</p> <p>Groningen: parKLIMson gaat contact leggen met klimhaleigenaar</p> <p>Andere hallen: TBD</p>
	Target resultaat	Meer mensen met Parkinson krijgen de mogelijkheid te gaan klimmen
	Opmerkingen	<p>Hieronder een voorlopige prognose van het aantal deelnemers voor de eerste helft van 2026.</p> <p>Het plan voor Parkinson Nederland voorziet in de uitrol naar 10 klimhallen in twee jaar. De subsidie is toegekend en overgemaakt per oktober 2025.</p> <p>parKLIMson heeft al drie klimhallen gerealiseerd. Het huidige plan is om er daar 4 aan toe te voegen. Dat zijn bijvoorbeeld Utrecht, Amsterdam, Heerlen, en Groningen. En in 2027 zijn er dan nog 3 te gaan. Dus we zitten op plan!</p>

## 4.1.2 Innovatie: assisted climbing

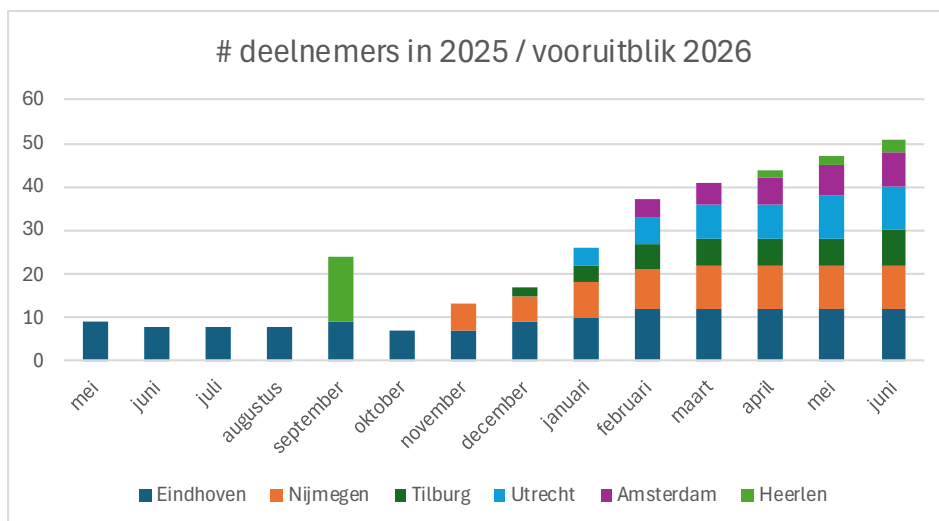


In Frankrijk is een product ontwikkeld, de Footing Vertical om klimondersteuning te bieden aan degene die dat nodig hebben. Dit verhoogt inclusiviteit in de klimsport. Het is ideaal voor mensen met Parkinson die minder kracht hebben om ook andere routes te proberen, die normaliter niet mogelijk zijn. Hierin kunnen dan bewegingen geoefend worden, die niet in andere eenvoudigere routes te vinden zijn. Daardoor worden de technische vaardigheden verhoogd zodat het klimnivo en het klimplezier wordt vergroot. Dit draagt bij aan meer en langer bewegen.

Mogelijkheden tot klimondersteuning zullen verder worden ontwikkeld door bedrijven en ook goedkoper worden zodat ze binnen de financiële mogelijkheden van Nederlandse klimhallen gaan vallen.

### 4.1.3 Deelnemers

Alhoewel het aantal deelnemers nog niet erg groot is, is er veel voorwerk gedaan zodat de aantallen hard kunnen groeien in 2026. Met Utrecht, Amsterdam en Eindhoven worden drie van de top vijf Nederlandse steden bediend. We zouden daarom in de komende zes maanden moeten kunnen groeien van bijna 20 naar boven de 50 deelnemers.



## 4.2 Uitwisseling in Europa



Datum	Vanaf Januari 2026
Doel	Het opbouwen van een 'EU klimmen met Parkinson' community
Doelgroep	Mensen met Parkinson in de EU
Beschrijving	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uitwisseling met Footing Vertical en Jordi's Dreaming awake</li> <li>2. Small scale project om EU community op te zetten en EU innovation Footing Vertical te installeren</li> </ol> Budget via Erasmus+ sports program
Target resultaat	Meer mensen met Parkinson krijgen de mogelijkheid te gaan klimmen
Opmerkingen	Insturen aanvraag feb/mrt, verdediging mei/jun, en toekenning jul/aug

## 5 Organisatie

### 5.1 Gegevens:

- Officiële naam: Stichting parKLIMson
- RSIN: 868339052
- KvK: 98051334
- ANBI: ja
- Adres: Barbara van Ravenschootstraat 6, 5706 PZ Helmond
- E-mail: [info@parklimson.nl](mailto:info@parklimson.nl)
- Web: <https://parklimson.nl>

### 5.2 Bestuur

Het bestuur is onafhankelijk en heeft een onafhankelijke voorzitter. Er zijn het afgelopen jaar geen wisselingen geweest en er zijn ook geen wisselingen geplanned

Voorzitter: dhr. Ton van den Berg  
Penningmeester: mevr. Kirsten van der Meer  
Secretaris: dhr. Leo Broekmans

Het bestuur krijgt geen vergoeding voor bestuursactiviteiten, enkel wanneer zij kosten maken voor de stichting, zoals het kopen van materiaal of vervoerskosten, krijgen zij deze vergoed.

### 5.3 Klimhallen

De stichting werkt nauw samen met klimhallen. Veiligheid staat voorop en dit is de verantwoordelijkheid voor de klimhal. Dat betekent dat de parKLIMson klimgroep wordt begeleid door een kliminstructeur van de hal, dat de vrijwilligers die zekeren een in de klimhal een erkent toprope certificaat moeten hebben en dat de klimhal beslist welke deelnemer eventueel kan leren zekeren. Dus ook wie van de deelnemers niet capabel is om veilig te zekeren.

De stichting parKLIMson ondersteunt met subsidie(aanvragen), contacten uit het Parkinson zorg netwerk en marketing materiaal. parKLIMson onderhoudt de website parklimson.nl waar deelnemers en vrijwilligers informatie vinden over 'Klimmen met Parkinson'. Ervaringen over trainingen en tips en tricks worden gedeeld. parKLIMson wil dit onderbrengen in een professionele training voor trainers en vrijwilligers.

### 5.4 Vrijwilligers

De stichting heeft geen werknemers. De stichting werkt met vrijwilligers.

## 6 Jaarrekening 2025 en Begroting 2026

Item	Inkomsten		Uitgaven	
	2025 budget	actual	2025 budget	actual
Subsidie Gemeente	€ 1.000,00	€ 1.000,00		
Subsidie - Parkinson.nl	€ 3.000,00	€ 14.800,00		
Subsidie brochure & event	€ 250,00	€ 1.976,80		
Sponsoring brochure & event	€ 800,00	€ 1.057,75		
Sponsor Neoliet	€ 300,00			
Sponsor derden	€ 150,00			
Subsidie event	€ 2.700,00			
Sponsoring brochure	€ 250,00			
Lidmaatschap / entree	€ 350,00			
Klimhal Pilot Neoliet Noord			€ 1.000,00	€ 1.000,00
Klimhal Pilot Neoliet 'Twee' en 'drie'			€ 2.000,00	
Klimhal vier tot tien				
Opzetten stichting			€ 900,00	€ 967,02
ANBI stichting aanvragen belastingdienst			€ 100,00	
Jaarlijkse kosten stichting				
Marketing & Admin kosten			€ 400,00	€ 643,10
Brochure deelnemers en zorg			€ 550,00	
Event deelnemers zorg			€ 3.450,00	€ 1.864,45
Software licenties planning vrijwilligers				€ 624,49
Reiskosten promotie			€ 200,00	€ 525,65
Onvoorzien			€ 200,00	€ 176,66
Totaal	€ 8.800,00	€ 18.834,55	€ 8.800,00	€ 5.801,37
<b>Saldo 1-1-2026</b>		<b>€ 13.033,18</b>		

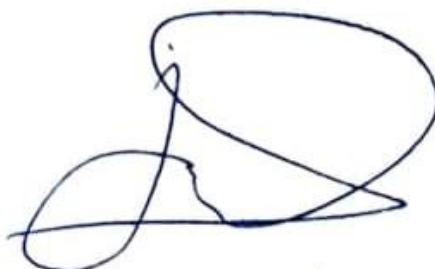
  

Item	Inkomsten		Uitgaven	
	2026		2026	
	budget	actual	budget	actual
Saldo 1-1-2026	€ 13.033,18			
Sponsoring derden	€ 600,00			
Sponsoring Neoliet	€ 300,00			
Sponsoring derden	€ 600,00			
Subsidie brochure - parkinson.nl	€ 100,00			
Subsidie event - parkinson.nl	€ 2.850,00			
Sponsoring brochure	€ 100,00			
Sponsoring event	€ 750,00			
Klimhal vier tot tien			€ 6.000,00	
Stichting admin kosten			€ 200,00	
Marketing kosten			€ 1.000,00	
Website			€ 1.000,00	
Brochure deelnemers en zorg (update)			€ 900,00	
Event deelnemers zorg			€ 3.800,00	
Software licenties planning vrijwilligers			€ 1.000,00	
Reiskosten promotie			€ 900,00	
Onvoorzien			€ 500,00	
Totaal	€ 18.333,18		€ 15.300,00	
<b>2027 Saldo 1-1</b>			<b>€ 3.033,18</b>	<b>Totaal</b>

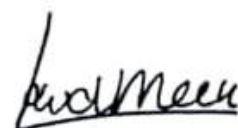
De jaarrekening dient door alle bestuursleden ondertekent te worden en moet binnen zes maanden na het boekjaar gepubliceerd worden.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Ton van den Berg'.

-----  
*Ton van den Berg*  
Stichting parKLIMson  
Voorzitter

A large, stylized handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Leo Broekmans'.

-----  
*Leo Broekmans*  
Stichting parKLIMson  
Secretaris

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Kirsten van der Meer'.

-----  
*Kirsten van der Meer*  
Stichting parKLIMson  
Penningmeester

## 7 Bijlage

### 7.1 Referenties naar onderzoek

# Onderzoek naar ‘Klimmen met Parkinson’

<p>#1:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 48 deelnemers met Parkinson, zonder klimervaring</li> <li>• 12-weekse sportklimcursus</li> <li>• Deelnemers geven aan dat klimmen helpt</li> <li>• Objectief zijn verbeteringen vastgesteld van:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• traagheid van beweging</li> <li>• stijve spieren en bevingen</li> </ul> </li> </ul>	<p>#2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duidelijke verbeteringen in fysieke, psychologische en sociale aspecten</li> <li>• deelnemers melden verbeteringen in kracht, balans, bewegingsbereik en lichaamsbewustzijn.</li> <li>• Hoge motivatie:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• 70% ging door</li> <li>• 96% raad klimmen aan</li> </ul> </li> </ul>
---	---

#1:  
 a. Vertical locomotion improves horizontal locomotion: effects of climbing on gait and other mobility aspects in Parkinson's disease. A secondary analysis from a randomized controlled trial Agnes Langer e.o.  
 b. A randomised controlled trial on effectiveness and feasibility of sport climbing in Parkinson's disease Agnes Langer e.o.

#2:  
 Therapeutic climbing in Parkinson's disease: Differences in self-reported health and well-being, feasibility and clinical changes  
 Lucia Gassner e.o.