

## ***Ski- of snowboard 12 uur lang voor het goede doel tijdens de 12 hour Challenge!***

*Your Life Changing Experience That Empowers Others*

**Op zaterdag 22 maart 2025 om 00:00 uur start de 12 hour Challenge op de pistes van Saas-Grund! Tijdens dit unieke evenement skiën of snowboarden teams van elk 3 personen in estafette 12 uur lang om geld op te halen voor de Mentelity Games: een week in de bergen waarin mensen met een lichamelijke uitdaging nieuwe krachten ontwikkelen, grenzen verleggen en zelfvertrouwen opbouwen om meer uit het leven te halen. De 12 hour Challenge en de Mentelity Games zijn een initiatief van de Bibian Mentel Foundation.**

### **Doe mee aan de 12 hour Challenge**

Voorafgaand aan de Mentelity Games vindt de 12 hour Challenge plaats. Bij deze challenge staan teamwork, je inzetten voor een ander en het verleggen van je eigen grenzen centraal. De deelnemende teams gaan van 00:00 tot 12:00 uur de uitdaging aan om zo veel mogelijk afdalingen te maken. In aanloop naar de 12 hour Challenge haalt elk team geld op middels crowdfunding.

Van het geld dat deelnemers middels crowdfunding ophalen worden de Mentelity Games gefinancierd: het Saas-Grund skigebied wordt dan een week lang toegankelijk gemaakt voor para-wintersport, zodat mensen met een lichamelijke uitdaging hun grenzen kunnen verleggen en kunnen genieten van wintersport.

Om de Mentelity Games weer te kunnen organiseren is de Bibian Mentel Foundation op zoek naar teams die graag zich willen inzetten voor een ander. Ga jij impact maken en ben je klaar voor een avontuur waarbij je ook het goede doel steunt? Meld je dan aan voor de 12 hour Challenge op [bibianmentelfoundation.nl/motivate/12-uurs-challenge/](https://bibianmentelfoundation.nl/motivate/12-uurs-challenge/)

Deelnemende teams kunnen zelf kiezen welke challenge het beste bij hen past, bij elke challenge ski je in een estafette, er is altijd 1 teamlid aan het skiën of snowboarden (m.u.v. de solo tour challenge).

De prestaties van elk team worden gemeten door een GPS-tracker en kunnen daarmee live door het thuisfront en donateurs worden gevolgd.

### Fun challenge:

- als team bepaal je zelf hoeveel afdalingen je maken wil
- je daagt jezelf uit met een ambitieus doel dat past bij jouw niveau
- jouw drijfveer is de combinatie van bijdragen aan het goede doel, je eigen grenzen verleggen en samen met je team het avontuur aangaa
- Aantal teamleden: 3 (4 is ook toegestaan)

### Distance challenge:

- voor de echte 'competitie tijgers'
- elk team probeert in 12 uur zoveel mogelijk kilometers af te leggen
- het team dat de meeste kilometers aflegt, wint deze challenge
- het gaat om snelheid, uithoudingsvermogen en de juiste tactiek voor het wisselen van de teamleden
- Aantal teamleden: 3

### Tour challenge:

- voor de avonturier die liever niet in de lift stapt
- doel is om zoveel mogelijk kilometers af te leggen zonder de lift te gebruiken, je loopt uphill en skiet of snowboardt downhill
- Deelname als team: 3 personen
- Deelname solo: 1 persoon
- Niveau: toegankelijk voor tour skiërs van verschillende niveaus, de route is technisch niet moeilijk, maar 12 uur volhouden is een uitdaging voor je conditie

Één van de teams die afgelopen editie aan de 12 hour Challenge heeft deelgenomen, was TCK Sports Group. Samen met een team van collega's gingen ze het verschil maken en deden inmiddels voor de vierde keer mee aan de challenge. Michel van den Adel, Brand Manager bij TCK Sports Group, blikt terug: "We doen elk jaar met een andere groep collega's mee aan de 12 hour Challenge. De collega's komen uit verschillende afdelingen van ons bedrijf en tijdens zo'n reis leer je elkaar op een hele andere manier kennen dan op het werk. En dan moet je ineens midden in de nacht de berg op gaan om te gaan skiën, dat is best spannend! Maar je staat er niet alleen voor. Je steunt elkaar en gaat er samen voor om de 12 uur vol te houden. "Een unieke ervaring die echt een band schept!"

En de collega's die niet meegaan naar Zwitserland, helpen mee, legt Michel van den Adel uit: "In aanloop naar de 12 hour Challenge betrekken wij alle collega's om zo veel mogelijk geld op te halen. Met leuke acties zoals pannenkoeken bakken met de directie komt er elk jaar een mooi bedrag bij elkaar wat met de Mentelity Games een mooie bestemming vindt. Bij de Games leren mensen na een ziekte of ongeluk weer om in mogelijkheden te denken en ervaren zij het fijne gevoel van samen buiten zijn en samen sporten. Het is een heel concreet doel en de deelnemers halen hier echt veel uit voor hun persoonlijke ontwikkeling. "Mooi dat wij hier ons steentje aan kunnen bijdragen."

Ook deed het bedrijf Vanbreda Risk & Benefits met 12 collega's mee aan de 12-uurs Challenge. **Coen van Ham** (algemeen directeur) vertelt over zijn ervaring: "Met onze deelname hebben wij een jonge dame (Lies Kroeze) geholpen om na haar beenamputatie weer te kunnen snowboarden en hebben wij tegelijkertijd een hele concrete impuls gegeven aan de maatschappelijke betrokkenheid van onze medewerkers en ons bedrijf. "Dat heeft ons enorm geïnspireerd en wij zijn

echt anders gaan kijken naar mensen met een lichamelijke uitdaging." Lees het inspirerende verhaal van VanBreda hier:

<https://www.bibianmentelfoundation.nl/event/12-uurs-challenge-b2b/>

## De Mentelity Games



***“Er werd niet gekeken naar mijn uitdaging zoals in Nederland toch vaak gebeurt, maar mensen keken naar mij om wat ik kon.” “Ik voelde me gewaardeerd.”***

- Sarah, deelnemer Mentelity Games 2024

Sarah ging afgelopen maart voor het eerst mee naar de Mentelity Games. Ze vond het lastig om een sport te vinden die ze met haar longcovid aankon. Via haar psycholoog kwam zij in aanraking met zitskiën en besloot de uitdaging aan te gaan. Samen met haar familie reisde Sarah af naar Zwitserland voor een week in de bergen. Hier ervoer zij zo veel vrijheid, vertelde Sarah na afloop: “Er zijn zoveel lieve vrijwilligers die met alles willen helpen, dat letterlijk niks onmogelijk is. Voor alles werd een oplossing gevonden en dat vond ik echt heel speciaal om te ervaren”. De Games waren een echte opkikker voor haar, waardoor zij nu thuis ook weer vol zelfvertrouwen in nieuwe situaties durft te stappen.

Ben jij klaar om voor meer mensen met een lichamelijke uitdaging positieve impact te maken? Geef je dan op voor de 12 hour Challenge, en ga de uitdaging aan!

Meer informatie over de 12 hour Challenge vind je op [bibianmentelfoundation.nl/motivate/12-uurs-challenge/](https://www.bibianmentelfoundation.nl/motivate/12-uurs-challenge/)

### **Noot voor de redactie:**

Bij vragen, neem contact op met Jozefien (Communicatie Bibian Mentel Foundation) via [jozefien@bibianmentelfoundation.nl](mailto:jozefien@bibianmentelfoundation.nl)