

SPORT

Een netwerk dat al sportend alles deelt

Een netwerk waarvan de leden elkaar steunen, alles bespreken en zich samen het snot voor de ogen sporten op een landgoed. De Maastrichtse afdeling van de Balance Business Club, een netwerkclub voor ondernemers en hoge managers uit de regio Maastricht, sport iedere vrijdagochtend gezamenlijk op Vaeshartel, een landgoed en evenementenlocatie aan de rand van de Limburgse hoofdstad. 'We delen hier heel veel met elkaar.'

 **PAGINA 16**

pagina 3, 30-03-2026

© Het Financieele Dagblad

Limburgse ondernemers houden met push-ups en koffie elkaar in balans

Een netwerk waarbij de leden elkaar steunen en zich het snot voor de ogen sporten. De Maastrichtse afdeling van de Balance Business Club voelt als een vriendengroep. 'We delen hier heel veel met elkaar.'



ILLUSTRATIE: MONIQUE WILBRANDS VOOR HET FINANCIËLE DAGBLAD

Met twee handen tilt zij een langwerpige zandzak op, legt die in haar nek en rent over het bospad. Mélanie Gozzo (29) houdt niet van praten tijdens het joggen, maar toch vertelt ze enthousiast over haar bedrijf dat met behulp van AI de mentale gezondheid van jongeren kan verbeteren. 'Ik heb iets ontwikkeld waar ik zelf als tiener behoefte aan had gehad.'

Rechtsaf, bruggetje op, bruggetje af. Ze blijft op tempo, ondanks de ballast. 'De jeugdzorg is vaak conservatief, maar jongeren willen dit', zegt ze. 'Nu vragen ze van alles aan ChatGPT, daar kleven echt risico's aan.'

Op de open plek aan het einde van het paadje staan tien anderen te sporten. Zes mannen, vier vrouwen en de personal trainer: Rick Niesten. 'Hoe ging het?' vraagt hij. Gozzo is nieuw in de groep en krijgt daarom wat extra aandacht. Ze gooit de zak op de grond. 'Prima.' 'Mooi. Dan nu door naar de choplift.'

Dit is de Balance Business Club, een netwerkclub voor ondernemers en hoge managers uit de regio Maastricht. Iedere vrijdagochtend sporten zij met elkaar op Vaeshartelt. Dit landgoed aan de rand van de stad is sinds de jaren negentig een hotel en evenementenlocatie. Niesten (37), zelf ook lid, heeft er een eigen sportstudio waar hij mensen helpt fitter te worden. En op vrijdag traint hij zijn mede-entrepreneurs. Buiten, 'het regent eigenlijk nooit'.

Om 7.15 uur staat hij al klaar. Achter het grote raam aan de overkant zitten wat vroege hotelgasten te ontbijten. Zij zien hoe de sporters aan komen lopen en elkaar begroeten met hugs en high fives. De meesten hebben braaf hun Balance Business Club-jasje aangetrokken.

'Morning maestro.'
'Morning kerel.'
'Môge, ça va?'

GEWICHTEN EN ZANDZAKKEN

Na de warming-up op het terras aan de rand van het uitgestrekte gazon, is de groep naar het bos ernaast gelopen. Gewichten, zandzakken en matjes in de hand. Op de open plek heeft Niesten zijn draagbare whiteboard tegen een boomstronk gezet. Hij legt uit: 'Er staan vijf circuitjes op het bord die jullie in tweetallen doorlopen. De eerste is: tien squats en dan bent-over row, tien stuks. De ene werkt, de ander moedigt aan. Jullie doen om beurten de oefening. Als je dat vijf keer hebt gedaan, pak je een zandzak en ren je een rondje tot het bruggetje, rechts en dan weer terug.' Zo loopt hij alle oefeningen langs voordat de duo's aan de slag gaan.

Elf van de achttien leden zijn er vandaag. Coach Roger Hardy (42) en leefstijlconsultant Nino van der Haar (31) doen de deadlifts. Ze buigen door hun rug met twee gewichten in de hand,



'Er staan vijf circuitjes op het bord. De eerste is: tien squats en dan bent over row, tien stuks'

Rick Niesten
personal trainer

die ze meteen daarna hoog in de lucht tillen – shoulder press.

Hardy is oprichter van deze club, die bijna anderhalf jaar actief is. Het is een mooie aanvulling op zijn werk als coach, vertelt hij terwijl hij op zijn beurt wacht. De opzet: iedere week samen sporten-met-koffie-na en eens in de maand een ontbijtsessie waarin openhartig het leven en ondernemerschap besproken wordt; soms onder begeleiding van een expert.

Het idee komt van Gijs Hermans, uit Venlo. Hij maakte carrière als vermogensbeheerder en had behoefte aan een club. Toen hij en Hardy elkaar ontmoetten op een bruiloft klikte het meteen. De twee mannen besloten het plan voor de sportieve netwerkclub samen uit te werken. De leden moesten uit verschillende sectoren komen en de locatie waar ze zouden samenkomen moest inspirerend zijn. Het doel: elkaar scherp houden, motiveren en reflecteren. Want is dat niet waar iedere ondernemer behoefte aan heeft?

Hardy zette met zijn grote lokale netwerk de Maastrichtse tak op poten, Hermans begon in Venlo en rolt het concept inmiddels verder uit. Er komen netwerken bij in onder andere Eindhoven en Nijmegen.

Niستن ontmoette de mannen toen die in hun zoektocht naar een goede locatie naar landgoed Vaeshartelt kwamen. Het is voor hem perfect dat hij de leden hier kan trainen, vertelt hij zonder te stoppen met coachen. Naast de groepssessies, traint hij verschillende leden individueel. Maar het leukste vindt hij de ontbijtsessies. Omdat hij dan als ondernemer onderdeel is van de groep. 'We delen hier heel veel met elkaar.'

Dertigers Joep Welzen en Remco Houten raken afgeleid als zij vertellen over hun gameplan – een stappenplan om doelen te verwezenlijken.

Het netwerk

In 'Het netwerk' reist Elfanie toe Laer langs plekken waar werkend Nederland samenkomt. Deze week: de Balance Business Club in Maastricht.



'Dat inchecken kan heel snel; gewoon: hoe was je week of heb je nog aan je doelen gedacht?'

Joep Welzen
deelnemer Business Balance Club

Vorige week hebben de belastingadviseur en grafisch vormgever het daar tijdens de ontbijtsessie over gehad. Ze hebben afgesproken dat zij, en financieel planner Kevin Bosch, die verderop zijn push-ups doet, iedere week bij elkaar inchecken. 'Dat kan heel snel', zegt Welzen, 'gewoon: hoe was je week of: heb je nog aan je doelen gedacht? Dadelijk als we klaar zijn, doen we dat even.' Nu moet hij weer squatten want daar komt Niesten aan: 'Is de koffie al begonnen heren?' 'Het is wel een pittige training vandaag zeg.'

#BECAUSEYOU CAN

Halfnegen, het sporten is voorbij. 'Klasse gewerkt', concludeert Niesten. De ondernemers pakken de gewichten, matjes, zandzakken en het whiteboard weer op en wandelen terug. In de ontbijtzaal van het hotel vormen zij een kort rijtje bij de koffieautomaat. Het wekelijkse napraten vinden ze net zo belangrijk als het sporten.

Aan een paar hoge tafels checken Welzen, Houten en Bosch bij elkaar in. De rest praat over het weekend. Morgen zien de meesten elkaar alweer. Dan vliegen tien businessclubleden naar Portugal, vertelt congresorganisator Lahdy Lauenberg (32). In de Algarve gaan ze vijf dagen op retraite. Nee, nee, er wordt daar niet gefeest. 'Dat zou Nino nooit toestaan.' Van der Haar organiseert de retraite namelijk. Het doel: 'Even niet denken aan de business, even uit de dagelijkse sleur komen. Zonder telefoon.'

Vanaf morgen is het dus tijd voor de balans. Een van de deelnemers zal achteraf op Instagram een post plaatsen waarop de zon de hemel roze kleurt en vogels tsjirpen. 'Intense dagen, waardevolle inzichten en stappen die ertoe doen', staat erbij. 'Dankbaar dat we dit mogen doen. #becauseyoucan.'

Limburgse ondernemerschap

- Limburg telde op 1 januari ruim 132.000 ondernemingen, ongeveer 5% van het totaal aantal ondernemingen in Nederland. En er stonden bijna 86.000 zzp'ers ingeschreven.
- Ondernemers zijn vaker ontevreden over het ondernemingsklimaat. Regeldruk en hoge lasten zijn de grootste pijnpunten. Wel zijn de Limburgse ondernemers positiever over hun eigen bedrijf dan over de economie in zijn geheel.
- 60% maakt zich zorgen over de gevolgen voor hun bedrijf van de internationale politieke spanningen. Dat gaven zij aan in een enquête van VNO-NCW en MKB-Nederland, die werd afgenomen voordat het kabinet-Jetten aantrad.



Elfanie toe Laer is verslaggever van Het Financieele Dagblad