

JEUGD



2016



WIELERVERENIGING SCHIJNDEL

Welkom bij Wielervereniging Schijndel!

Dit boekje is speciaal voor de jeugd van Wielervereniging Schijndel. Je kunt er allerlei informatie in vinden over het jeugdwielrennen bij onze vereniging en jeugdwielrennen in het algemeen. Bijvoorbeeld wanneer de trainingen zijn, hoe het met de wedstrijden zit, in welke categorie je rijdt, wat de regels zijn voor het rijden op het parcours, links naar informatieve sites, enzovoort.

Ook voor ouders is dit boekje handig. Zij kunnen nalezen hoe zij hun steentje kunnen bijdragen om het de kinderen mogelijk te maken veel plezier aan de prachtige wielersport te laten beleven. Het unieke trainingscomplex van WV Schijndel is verkeers vrij, zodat er veilig en verantwoord getraind kan worden. De parcoursen zijn afgesloten van alle doorgaand verkeer.

Kortom, een boekje waarin je op veel vragen antwoord kunt vinden. Heb je toch nog een vraag of een idee, dan horen wij dat natuurlijk graag van je.

Wij wensen je veel plezier bij Wielervereniging Schijndel!



De informatie in dit boekje is met de uiterste zorg samengesteld. Toch kan het zijn dat informatie niet helemaal klopt of ondertussen is achterhaald. Vind je informatie die niet (meer) klopt, laat het ons weten. De jeugdcommissie zet zich er in ieder geval voor in om goede en actuele informatie te verstrekken.

Doelstelling Jeugdwielrennen WV Schijndel

Plezier!

Het allerbelangrijkste is dat je plezier beleeft aan het wielrennen. Lekker fietsen, trainen met je clubgenoten, meedoen aan wedstrijden en allerlei andere activiteiten die voor én door de jeugd worden georganiseerd.

De competitieve renner

Wielrennen in wedstrijdverband is ook het aangaan van de uitdaging om het meeste uit jezelf te halen. Telkens weer ervoor gaan om de competitie met anderen en jezelf aan te gaan. Iedere keer weer een stukje beter willen worden. Daar dragen wij als club graag aan bij.

Conditie en vaardigheden

De trainingen zijn gericht op het ontwikkelen van de conditie en vaardigheden van de renners. Bij de jongste jeugd ligt, met het oog op de veiligheid, de nadruk op stuurvaardigheid.

Voor het trainen van de conditie wordt een reeks aan oefeningen gedaan. In het begin van het seizoen meer gericht op het duurvermogen, gevolgd door het steeds meer spelenderwijs toevoegen van allerlei wedstrijdelementen. Ook het uit de wind en in (dubbele) waaiers rijden, en het sprinten krijgen de nodige aandacht.

Meer over het trainen bij WV Schijndel is te vinden onder het kopje Trainingen.

Wegwielrennen en veldrijden

Het jeugdwielrennen bij WV Schijndel is gericht op het wielrennen op de weg en het veldrijden. Het wegseizoen duurt van medio februari t/m september. Het veldritseizoen loopt van oktober t/m januari.

Meedoen aan activiteiten

Het deelnemen aan allerlei activiteiten die door de club worden georganiseerd (zowel op de fiets als ernaast) zijn een niet weg te denken onderdeel van het wielrennen bij WV Schijndel. Zo gaan we bijvoorbeeld ieder jaar een weekend samen op (trainings)kamp.



Jeugdcategoryën

Het jeugdwielrennen in Nederland bestaat uit de onderstaande 7 leeftijdscategorieën. Hierbij wordt een onderscheid gemaakt tussen jongens en meisjes, die over het algemeen – met uitzondering van nationale kampioenschappen – gezamenlijk rijden.

Categorieën	Jongens	Meisjes
1	Het jaar waarin je 8 wordt	Het jaar waarin je 8 of 9 wordt
2	Het jaar waarin je 9 wordt	Het jaar waarin je 10 wordt
3	Het jaar waarin je 10 wordt	Het jaar waarin je 11 wordt
4	Het jaar waarin je 11 wordt	Het jaar waarin je 12 wordt
5	Het jaar waarin je 12 wordt	Het jaar waarin je 13 wordt
6	Het jaar waarin je 13 wordt	Het jaar waarin je 14 wordt
7	Het jaar waarin je 14 wordt	Het jaar waarin je 15 wordt, word je Nieuweling

Alle renners gaan per 1 januari over naar de volgende categorie. Echter, wie in de winter deelneemt aan veldrit- of baanwedstrijden, gaat al met ingang daarvan naar de volgende categorie.

Meisjes rijden altijd een categorie lager dan hun leeftijd is. Dit wil zeggen, dat als je bijvoorbeeld 10 jaar bent en dus normaal in categorie 3 zou fietsen, je nu in categorie 2 gaat fietsen. Wil je dit niet, dan kan er dispensatie verleend worden om toch in je eigen categorie te fietsen. Meisjes slaan categorie 7 over en gaan van categorie 6 naar de nieuwelingen-meisjes.



Trainingen

Het wielrennen bij WV Schijndel is gericht op het wielrennen op de weg en het veldrijden. De trainingen hebben tot doel het ontwikkelen van de conditie en de vaardigheden, variërend van technische tot tactische op wedstrijden gerichte elementen.

Trainen met plezier

Het plezier bij het trainen staat voorop! Spelenderwijs worden allerlei trainingsvormen ingezet, die zorgen voor de nodige afwisseling. Soms wat meer gericht op het ontwikkelen van de conditie en soms wat meer op allerlei technische of tactische vaardigheden. Variërend van het in een groep of peloton rijden tot het rijden van tijdritten om je persoonlijke ronderecord te verbeteren.

De competitieve renner

Het stimuleren van de inzet, het nemen van initiatief en de wil om je te verbeteren maken belangrijke onderdelen uit van de trainingen bij WV Schijndel. Voor iedere renner kan dat wat anders zijn. De één moet wat meer werken aan zijn of haar techniek en bij de ander is de aandacht misschien wat meer gericht op tactische wedstrijd-elementen of de conditie.

Een uniek parcours!

WV Schijndel heeft een eigen accommodatie, de Leemputbaan. Daar zijn we trots op! Deze accommodatie wordt gedeeld met Schaats- en Skeeler Vereniging Thialf Schijndel. De baan bestaat in de zomer uit 3 geasfalteerde banen van 400, 600 en 900 meter lengte. Het parcours is bij uitstek geschikt om je conditie en vaardigheden als wielrenner te ontwikkelen. Het kent vele uitdagingen. Lange en korte stukken én snelle en scherpe bochten. Langere duurstukken worden afgewisseld door kortere tussenstukken, waarbij het alert blijven is en telkens weer aanzetten.

Een uniek voordeel van ons parcours is niet alleen de hoge kwaliteit van het asfalt, de breedte van de baan en de verlichting, maar ook dat het, met het oog op het snelheidsverschil en het trainen op verschillende wieleraspecten, opgedeeld kan worden in een binnenbaan voor de jongere (beginnende) jeugd en een buitenbaan voor de oudere jeugd.

Voor de veldrijders hebben wij ook een volwaardig en uitdagend veldritparcours. Dit parcours bestaat uit verschillende, speciaal voor het veldrijden ontworpen heuvels, technische onderdelen in het veld en verlichting.

Trainen voor het weg wielrennen

WV Schijndel traint voor het weg wielrennen in twee groepen; categorie 1 t/m 3 en categorie 4 t/m 7. De trainingen voor het weg wielrennen bestaan uit een periode die gericht is op het voorbereiden op het wegseizoen (half februari t/m half maart) en de periode van het seizoen waarin de wegwedstrijden worden verreden (maart t/m september).

Vorbereiding op het wegseizoen

De trainingen ter voorbereiding op het wegseizoen beginnen half februari. Deze zijn op zaterdag- en/of zondagmorgen van 10.00 tot 11.30 uur (vertrek vanaf de Leemputbaan). Exacte data, voor welke categorieën, etc. worden via e-mail/whatsapp gecommuniceerd!

Ter voorbereiding op het wegseizoen ligt de nadruk op het ontwikkelen van de conditie. Hierbij gaat het om duurvermogen, souplesse, trapfrequenties, kracht en dergelijke. De oefeningen vinden uiteraard plaats naar beste kunnen van de individuele renner.

Naarmate de conditie in aanloop naar het wegseizoen op niveau komt, worden spelenderwijs meer wedstrijdelementen toegevoegd. Bij de jongste jeugd ligt de nadruk, met het oog op de veiligheid, op de stuurvaardigheid. Bijvoorbeeld het nemen van bochten, het uit de wind rijden, het rijden in (dubbele) waaiers en in een peloton.

Tijdens het wegseizoen

Half maart t/m september op dinsdag- en donderdagavond:

Categorie 1 t/m 3 van 18.30 tot 19.15 uur

Categorie 4 t/m 7 van 18.30 tot 20.15 uur

De trainingen gericht op het wegseizoen beginnen half maart. Dat is een aantal weken voordat de wegwedstrijden beginnen. Gaandeweg wordt ook steeds meer op snelheid en op technische en wedstrijd tactische elementen getraind.

Trainen voor het veldrijden/winterseizoen

Oktober t/m januari op dinsdag- en donderdagavond veldrittraining van 18.30 tot 20.00 uur: alle categorieën op de Leemputbaan.

Locatie en exacte data worden via e-mail/whatsapp gecommuniceerd!

Van oktober t/m januari wordt op dinsdagavond voor het veldrijden getraind. De trainingen zijn gericht op het onderhouden van de conditie en het ontwikkelen van specifieke vaardigheden voor het veldrijden. Bij het veldrijden spelen weer hele andere technische en wedstrijd tactische vaardigheden een rol dan bij het wegwielrennen. Zo gaat het bijvoorbeeld om het nemen van korte en langzame bochten, het afwisselend rijden in zand, modder en op asfalt, en het op en af de fiets springen.

Wedstrijden

Het aanmelden voor de wedstrijden kun je, op een paar uitzonderingen na*/**, digitaal doen via Mijn KNWU. De wielerbond KNWU stelt de eis dat wanneer je je voor een wedstrijd hebt aangemeld, je ook aan de start moet verschijnen. Kun je toch niet deelnemen, maar heb je je wel aangemeld, dan kun je je digitaal afmelden via Mijn KNWU of een e-mail sturen naar de wedstrijdorganisatie. Dit mag uiterlijk op de wedstrijddag. Wanneer je dat niet doet, geeft de wedstrijdorganisatie door aan de KNWU dat je niet verschenen bent en kun je een boete krijgen.

* De volgende wedstrijden moet je zelf inschrijven: Tour de Junior Achterveld (www.tourdejunior.nl), WielerStimuleringsDagen (www.wielerstimuleringsdagen.nl) en de European Junior Cycling Tour Assen (www.europeanjuniorcyclingtourassen.nl).

** Voor het NK weg word je uitgenodigd door de KNWU na kwalificatie in je district. Voor het NK veldrijden kun/mag je zelf inschrijven via MijnKNWU.

Wedstrijdkalenders

Voorafgaand aan een weg- of veldritseizoen wordt door de jeugdcommissie naar de renners een overzicht van de op dat moment bekend zijnde wedstrijden gemaild. Dit overzicht kun je gebruiken om uit te zoeken aan welke wedstrijden je wilt deelnemen en je eigen wedstrijdplanning te maken.

WV Schijndel wijst per jaar een 4 tal wedstrijden in de regio aan waarbij verwacht wordt dat alle jeugdleden hieraan deelnemen.

Op je persoonlijke pagina op de website van de KNWU (www.knwu.nl) kun je zien of je voor een wedstrijd ben ingeschreven. Tevens kun je daar je wedstrijdresultaten en uitslagen van andere wedstrijden volgen. Ook op de website www.wielerland.nl vind je uitslagen van wedstrijden en diverse klassementen.

KNWU licenties

Om deel te kunnen nemen aan wedstrijden heb je een KNWU-basislidmaatschap of een KNWU-wedstrijdlicentie nodig. De licenties kunnen jaarlijks (vanaf november) aangevraagd worden. De kosten voor een wedstrijdlicentie in 2016 zijn € 33,00.

Om sneller completere uitslagen te verzorgen is vanaf 1 april 2011 door de KNWU in alle nationale wedstrijden de chipregistratie ingevoerd. Hiervoor worden alle KNWU licentiehouders verplicht om via "Mijn KNWU" een transponder van MyLaps aan te schaffen of te huren. De prijs voor de aanschaf van een transponder is ongeveer € 100,00. Voor het huren van een transponder betaal je ongeveer € 35,00 in het eerste jaar en de jaren daaropvolgend telkens ongeveer € 25,00.

De transponder kun je voor de wedstrijden op de weg aan je voorvork bevestigen. Voor veldrijden is het advies om de transponder met een enkelband te dragen. Plaatsing hier is vrij aan/in kleding respectievelijk aan het lichaam of rijwiel, met een maximale hoogte van ca. 1 meter.

Tijdens elke wedstrijd ben je verplicht je licentie bij je te hebben. Als je voor de wedstrijd je rugnummer gaat ophalen, moet deze ingeleverd worden bij de organisatie.

Soorten jeugdwedstrijden

Het jeugdwielrennen bestaat uit onderstaande soorten wedstrijden. Voor alle wedstrijden geldt dat je voor deelname digitaal moet inschrijven. Zorg dat je op tijd inschrijft.

criteriums en klassiekers

Gedurende het weg- en veldritseizoen worden er in het district en ook daarbuiten criteriums – ook wel omlopen – en klassiekers georganiseerd. Deze vinden plaats op een wielersparcours (zoals bij WV Schijndel) of een afgesloten stratenparcours. Bij deze wedstrijden zijn medailles of bekert te winnen.

Selectie Wedstrijden

Om deel te kunnen nemen aan het Nederlands Kampioenschap Jeugdwielrennen (NK Jeugd) op de weg moet je je plaatsen tijdens een selectie wedstrijden in je district. Welke wedstrijden meetellen wordt bepaald en vooraf bekend gemaakt door het districtsbestuur.

Etappewedstrijden / meerdaagsen

Ieder seizoen worden er een aantal etappewedstrijden / vakantiecampen voor de jeugd georganiseerd. De bekendste etappewedstrijden voor de jeugd zijn de Wielersstimuleringsdagen in Lierop en de European Junior Cycling Tour in Assen. Tijdens deze wedstrijden wordt er meer dagen achter elkaar gekoerst en wordt er gestreden om dagprijzen en een algemeen klassement (vergelijkbaar met de Tour de France).



Toegestane verzetten

Het verzet is de afstand die de fiets aflegt per omwenteling van de trapas. Bij de jeugd is dit aan een maximum gebonden. De jury kan dit zowel voor als na de wedstrijd controleren.

Op de KNWU-website is de informatie over de toegestane verzetten per jeugdcategorie te vinden. Onder voorbehoud van mogelijke wijzigingen van de KNWU, tref je de maximaal toegestane verzetten ook in onderstaande tabel aan:

Categorieën	Weg	Veldrijden	Baan
1	5,46 m	5,22 m	5,46 m
2	5,46 m	5,22 m	5,46 m
3	5,78 m	5,52 m	5,78 m
4	5,78 m	5,52 m	5,78 m
5	6,14 m	5,87 m	6,14 m
6	6,14 m	5,87 m	6,14 m
7	6,55 m	6,26 m	6,55 m

Voor wegwedstrijden is een veel gebruikte vertanding bij jeugdfietsen met 28" wielen:

Categorieën	Grootste voorblad	Kleinste achtertandwiel	
1	46	18	
2	46	18	
3	46	17	
4	46	17	
5	46	16	
6	46	16	
7	46	15	

Let op je verzet!

Op diverse websites zijn rekenmodules voor het berekenen van het verzet bij verschillende tandwielcombinaties te vinden. Echter, houd er rekening mee dat jouw verzettencombinatie in de praktijk niet overeen kan komen met de berekeningen. Jouw wielomtrek, omdat je wellicht wat 'grotere' banden hebt, kan net anders zijn. Dit kan betekenen dat bij de verzettencontrole voorafgaand aan een wedstrijd, jouw verzet wel eens te groot kan zijn. Dan mag je niet deelnemen aan de wedstrijd.

Bij de controle van het verzet wordt uitgegaan van het grootste voortandwiel en het kleinste achtertandwiel dat zich op de fiets bevindt. Met een eventuele borging van de derailleurs wordt geen rekening gehouden. Bij de controle wordt meestal gebruikgemaakt van een meetlat, waarbij de afstand wordt gemeten die de fiets aflegt per omwenteling van de trapas.

Materialen

Kleding

Als je lid bent van WV Schijndel ben je verplicht om tijdens trainingen en wedstrijden clubkleding te dragen. Door het dragen van de clubkleding zijn wij herkenbaar als WV Schijndel en dragen wij de belangen van onze sponsors uit. De clubkleding kun je, zodra je lidmaatschap akkoord is, op eigen kosten met korting aanschaffen bij de kledingbeheerder van WV Schijndel, Henk Mutsaars, e-mail henkmutsaars@hotmail.com

Leenfietsen- en helmen

Voor kinderen die kennis willen maken met het wielrennen, heeft WV Schijndel een aantal wegfietsen en helmen beschikbaar. Wij beschikken helaas niet over veldritfietsen.

Gedurende 3 proeftrainingen mag een fiets en helm gratis worden geleend.

Welke fiets past bij jou?

Als je het wielrennen helemaal ziet zitten, wil je natuurlijk je eigen fiets. De trainers vertellen je graag meer over waar je bij het zoeken en kopen van een fiets en allerlei aanverwante zaken op moet letten.

Als club zijn wij ons er van bewust dat de beginkosten (kleding, fiets, licentie, chip) als aanzienlijk kunnen worden ervaren. Het zijn echter kosten die nu eenmaal samenhangen met wielrennen. Gelukkig is de jaarlijkse contributie veel lager dan bij de meeste andere sporten.

Ouderparticipatie

Net als iedere andere sportclub kunnen wij niet zonder betrokken ouders. **Wij verwachten dan ook dat u een bijdrage zal leveren aan het sporten van uw kind bij onze club.** De bijdrage kan onder meer bestaan uit het surveilleren bij oversteekplaatsen tijdens de trainingen en/of de wedstrijden, het ondersteunen van de trainers tijdens 'buitentrainingen', klokken tijdens tijdritten, het bieden van ondersteuning bij het jaarlijkse (trainings)kamp en het ondersteunen van een andere jeugdactiviteit. Uiteindelijk kunnen de jeugdactiviteiten van WV Schijndel alleen doorgang vinden als ouders ons daar actief bij ondersteunen.



Huisregels

Voor de renners bij WV Schijndel gelden de onderstaande huisregels. Hierbij gaat het vooral om de veiligheid van jezelf en om die van anderen.

- Wees op tijd op de training;
- Draag tijdens trainingen en wedstrijden een helm (verplicht!) en handschoenen;
- Zorg dat je materiaal goed in orde is;
- Luister goed naar de trainers;
- Let tijdens de trainingen goed op waar je rijdt (er rijden ook andere renners);
- Ben je het ergens tijdens de training niet mee eens, bespreek het na de training;
- Wil je tijdens de training even stoppen, meldt het dan aan de trainer;
- Draag tijdens de trainingen en wedstrijden altijd je officiële clubkleding;
- Laat het de trainer weten als je voor wat langere tijd niet bij de trainingen kunt zijn;
- Zorg voor een goede uitdraging van de sponsors;
- **Heb plezier in je sport!**

Werkwijze afgelasten training

Er is één werkwijze afgesproken voor het afgelasten van de training op dinsdag-/donderdagavond. Mocht de training afgelast worden, dan wordt dit uiterlijk om 17.00 uur op dinsdag/donderdag via e-mail/whats-app bekend gemaakt. Voor de duidelijkheid, heb je er om 17.00 uur géén e-mail/whats-app ontvangen, dan zal de training gewoon doorgaan.

Lidmaatschap

Neem voor meer informatie over het lidmaatschap bij WV Schijndel contact op met de trainer of met de jeugdcommissie.

Contributie

Het jeugdlidmaatschap bij WV Schijndel voor het seizoen 2016 bedraagt € 75,00. Deze vergoeding is inclusief het KNWU-basislidmaatschap en een bijdrage aan het jaarlijkse (trainings)kamp, maar exclusief de vergoeding voor een KNWU- wedstrijdlicentie en de eigen bijdrage aan het kledingpakket.

Sponsoring

Kinderen genieten van het sporten

Het doel van het WV Schijndel-jeugdbeleid is de jeugd laten genieten van de wielersport. Dit in zowel sportief opzicht als in algemene zin. Individueel en met elkaar. Wielrennen spreekt een brede groep aan. Van jong tot oud. Soms om de sport zelf te beoefenen, soms om er naar te kijken.

Om kinderen uit de omgeving te stimuleren te gaan sporten, zetten wij ons in om het wielrennen bij WV Schijndel bij de jeugd onder de aandacht te brengen. Dit doen we onder andere door deelname aan het sportstimuleringsproject, Sjors Sportief. Iedereen is welkom om een tijdje met ons mee te trainen. En om het proeven van onze prachtige wielersport zo laagdrempelig mogelijk te maken, hebben wij wegfietsen (géén veldritfietsen) en helmen die men gratis kan lenen.

Sportieve ambities

Wij streven ernaar om alle kinderen in de gelegenheid te stellen het beste uit zichzelf te halen. Voor de één betekent dat meedoen aan (nationale) wedstrijden en voor de ander heerlijk met elkaar fietsen en werken aan je conditie. WV Schijndel investeert zowel in de breedte- als in de topsport, wat leidt tot een toenemend aantal enthousiaste jeugdleden én veel (nationale) overwinningen en titels.

Om onze jeugdambities mogelijk te maken, dragen diverse professionals en vrijwilligers op onze vereniging hun steentje bij. Ook onze jeugdrenners promoten de wielersport in de omgeving. En de zeer gewaardeerde bijdrage van onze sponsors daarbij opgeteld, maakt dat wij met elkaar een extra impuls kunnen geven aan het promoten van het wielrennen en het realiseren van onze jeugdambities.

Een goede uitdraging van onze sponsors

Onze sponsors leveren een zeer belangrijke bijdrage aan het realiseren van onze doelstellingen. De renners van WV Schijndel zorgen dan ook voor een goede uitdraging van onze sponsors, zowel lokaal, regionaal als landelijk.

Sponsormogelijkheden

WV Schijndel biedt een reeks aan mogelijkheden om het jeugdwielrennen te sponsoren, zoals tenuereclame, bordreclame, vermelding op de website en in programmaboekjes. En de jeugd van WV Schijndel is regelmatig met foto en al in het lokale en nationale nieuws (tv, radio, dagbladen, sportmagazines en websites).

Interesse?

Heeft u interesse? De jeugdcommissie brengt u graag in contact met de juiste personen die met u de vele sponsormogelijkheden kunnen bespreken.

Contact

Parcours

Sportcomplex "De Leemput"
Leemputtenweg 3
5482 ZZ Schijndel

Trainers

Albert Ketelaars (hoofdtrainer) 06-40229676
Maarten Peters 06-51050874
Angelo van Melis
Orry de Beer
Mark Louwerensen
Sjef Kisters
André Rijkers

Veldrittrainers

Albert Ketelaars
Roy van Heeswijk
Ronald Mutsaars
Sjef Kisters
André Rijkers

Jeugdcommissie (jeugd@wvschijndel.nl)

Maarten Peters 06-51050874
Sjef Kisters
Marieken Louwerensen
Yvette Uijen
Peggy Hanegraaf

Website/links

WV Schijndel beschikt over een zeer actieve website waar alles over onze club is te vinden. Voor een impressie kunt u kijken op www.wvschijndel.nl.

Overige interessante websites:

www.knwu.nl
www.wielerland.nl