

	Koninklijke Atletiekclub A.S. RIEME vzw		
	De organisatie van de jeugdtraining		
RL: 63	Datum uitgave :	6 maart 2017	Versie: 0

De organisatie van de jeugdtraining.....	1
1 Wanneer ben je een wedstrijd atleetje?	1
1.1 Voorwaarden voor de wintertraining (november - maart)	1
1.2 Voorwaarden voor de zomertraining (april - oktober).....	2
2 Wat is de missie/visie van onze club?	2
2.1 Missie	2
2.2 Visie	2
3 Wat is de actuele situatie?.....	2
4 Hoe pakken we dit aan?.....	3
4.1 Hoe ziet de wintertraining (november - maart) er uit?	3
4.2 Hoe ziet de zomertraining (april - oktober) er uit?	3
5 Overzicht van de jeugdtrainingen	3

Vanaf de zomer 2017 voorzien we **een beter technisch omkaderde begeleiding van onze wedstrijd atleetjes**, zowel tijdens de zomer- als de wintertraining, rekening houdend met de missie en visie van onze club.

1 Wanneer ben je een wedstrijd atleetje?

- **De evaluatie van de atleetjes** om opgenomen te worden in de groep van wedstrijd atleetjes gebeurt meerder malen in de loop van het jaar.
 - Wintertraining: evaluatie in september en einde december.
 - Zomertraining: evaluatie in maart en einde mei.

1.1 Voorwaarden voor de wintertraining (november – maart)

- Een **winter-wedstrijd atleetje** heeft deelgenomen aan:
 - Of 6 winterwedstrijden in vorig seizoen (veldlopen, indoor meetings).
 - Of 6 zomerwedstrijden in vorig seizoen (outdoor meetings).
- Ben je **nieuw of heb je te weinig wedstrijden** meegedaan, dan kan je **vanaf januari** toch nog aansluiten bij de maandagtraining als je **2^{de} jaars benjamin of ouder bent** en voor januari aan 5 officiële wedstrijden hebt meegedaan.

1.2 Voorwaarden voor de zomertraining (april – oktober)

- De voorwaarden om deel uit te maken van de groep zomer-wedstrijd atleetjes zijn iets soepeler dan voor de winterperiode.
- Een **zomer-wedstrijd atleetje** heeft deelgenomen aan:
 - Of 2 winterwedstrijden (veldlopen, indoor meetings).
 - Of 2 zomerwedstrijden (outdoor meetings).
- Ben je **nieuw of heb je te weinig wedstrijden** meegedaan, dan kan je **vanaf juni** toch nog aansluiten bij de maandagtraining als je **1^{ste} jaars benjamin of ouder bent** en voor juni aan 2 officiële wedstrijden hebt meegedaan.

2 Wat is de missie/visie van onze club?

2.1 Missie

- AS Rieme wil de atletieksport in zijn meest brede vorm aanbieden aan alle inwoners van groot Evergem en omstreken. We richten ons daarvoor zonder onderscheid tot iedereen vanaf de leeftijd van 6 jaar.
- AS Rieme waakt over de ethische en medische waarden van de sport.

2.2 Visie

- We willen in de eerste plaats onze leden plezier, ontspanning en voldoening geven bij het beoefenen van atletiek - lopen, springen en werpen - de basis van vele andere sporten. Daarbij staat de gezondheid van de deelnemers centraal.
- Wat **de jeugd** betreft (kan t/m cadet), is het onderdeel **plezier en ontspanning erg belangrijk**. We willen onze jongeren op die manier laten kennismaken met alle onderdelen van de atletieksport ten einde **een optimale ontwikkeling** te verkrijgen **op lichamelijk, mentaal en sociaal vlak**.
- Specificatie in bepaalde onderdelen wordt bewust uitgesteld tot na de jeugdcategoryën.
- **Atletiek is** in de eerste plaats **een competitiesport**. Daarom hoort **deelnemen aan competities** erbij als kinderen zich aansluiten bij een atletiekclub.

3 Wat is de actuele situatie?

- Er is een talrijke opkomst van de jeugdathleten op training.
 - $3 \times \text{ben} + 2 \times \text{pup} + 2 \times \text{min} = 7$ trainingsgroepen.
- Het potentieel aan jeugdtrainers (15) is in principe voldoende, doch het is niet eenvoudig om voor iedere training, zeker in de zomerperiode, de 'nodige' trainers op het terrein beschikbaar te hebben.
 - Door ploegwerk, late werkuren en de nood aan eigen training zijn er te weinig beschikbare jeugdtrainers.
 - Het probleem wordt ook voor een deel gecreëerd doordat de jeugdtraining samen valt met de volwassen training. Meerdere jeugdtrainers wensen, als actieve atle(e)t(e), de volwassenen training te volgen die nu samen valt met de jeugdtraining.
- Door de mindere beschikbaarheid van onze jeugdtrainers zijn de groepen omvangrijk (tot >30 atleetjes), wat aanleiding geeft tot talrijke 'storende elementen' binnen de groep.
 - De aandacht van de trainers gaat overwegend naar het ordelijk verloop, ten koste van de technische inhoud van de training.
 - Zowel de atleetjes als de jeugdtrainers verliezen hierdoor langzamerhand hun motivatie en inzet.

4 Hoe pakken we dit aan?

4.1 Hoe ziet de wintertraining (november – maart) er uit?

- De specifieke outdoor groepstrainingen voor de **wedstrijd atleetjes** blijft op **maandagavond**, van **18u30 tot 20u00**.
- De groepstraining voor **alle jeugd atleetjes** op **woensdagavond** wordt een uur vervroegd, namelijk van **17u30 tot 19u00**.
 - De volwassenen vatten hun training dan aan (met de opwarming) om 18u45.
- Er worden tevens op regelmatige basis **indoor trainingen** gepland (bij voorkeur op donderdagavond), op uitnodiging **vanaf 2^{de} jaars miniem**, voor **specifieke disciplines** (hoog, horden, ...).
- In **het weekend** worden nu en dan outdoor trainingen gepland, op uitnodiging **vanaf 2^{de} jaars miniem**, voor **specifieke disciplines** (startblokken ...).

4.2 Hoe ziet de zomertraining (april – oktober) er uit?

- De specifieke groepstrainingen voor **wedstrijd atleetjes** worden gehandhaafd op de **maandagavond van 18u30 tot 20u00**.
- Op **woensdagavond** blijft de **gezamenlijke jeugdtraining**, dan van **18u30 tot 20u00**.
- Daarnaast worden er op regelmatige basis specifieke **discipline trainingen** gepland, op uitnodiging **vanaf miniem**, op **donderdag- (speer) en vrijdagavond (kogel, discus, hoog, horden)**. Mogelijks worden alle disciplines op donderavond gegeven.

5 Overzicht van de jeugdtrainingen

WINTER: november-maart	Maandag	Woensdag	Donderdag	Weekend
Allen	-	17u30-19u00 outdoor	-	-
Wedstrijd atleetjes,	18u30-20u00	17u30-19u00 outdoor	-	-
Discipline (vanaf miniem)	-	-	18u00-20u00 indoor 2 ^{de} j MIN	10u00-12u00 outdoor 2 ^{de} j MIN

ZOMER: april - oktober	Maandag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Allen	-	18u30-20u00	-	-
Wedstrijd atleetjes	18u30-20u00	18u30-20u00	-	-
Discipline (vanaf miniem)	-	-	18u30-20u00	18u30-20u00