



Atletiekclub Vlierzele Sportief v.z.w.

Lede, 8 oktober 2008

Zetel: Grote Steenweg 304 B, 9340 Oordegem-Lede
VAL-stamnummer: 457
e-mail: info@vlierzelesportief.be
website: http://www.vlierzelesportief.be

Nieuwsbrief

Wintercriterium 2008-2009

Beste jeugdathleet
Beste ouder

Het nieuwe atletiekseizoen is opgestart en na de eerste trainingen staan ook de eerste winterwedstrijden al voor de deur. Haal alvast die lange pinnen uit de kast en verwissel ze maar met die botte stompjes van wat ooit eens scherpe pistepinnetjes waren...

Met de start van het nieuwe seizoen wordt natuurlijk ook een nieuw wedstrijd criterium opgestart. Voor velen onder jullie is een woordje uitleg noodzakelijk...

Secretaris

Geert Vannieuwenhuysse
Merelstraat 4
9340 Lede

Tel. & Fax: 053/80.70.13
Gsm: 0476/68.19.44
geert@vlierzelesportief.be

Voorzitter

Paul Van Malderen
paul@vlierzelesportief.be

Hoofdsponsors



OST Office

Kantoor machines
en benodigdheden

Felix Beernaertsplein 53
9230 Wetteren
Tel.: 09/369.93.94

Info@ostoffice.be
www.ostoffice.be



Vo² Sport

Dendermondsestweg 523
9070 Destelbergen
Tel.: 09/238.17.38

Vo2_sport@hotmail.com
www.vo2sport.be

Wat is het wedstrijd criterium ?

Het wedstrijd criterium is een regelmatigheidscriterium voor benjamins, pupillen en miniemen. Wie deelneemt aan voldoende wedstrijden op jaarbasis, ontvangt op de avond van 'Sterclub-Steratleten' (voorjaar 2010) een mooie naturaprijs.

Wat moet je doen om laureaat te worden ?

Eerst en vooral moet je zowel in de winter als in de zomer aan minimum 5 activiteiten deelnemen (beginnende benjamins hebben genoeg met 3 winteractiviteiten). In het totaal moet je echter minimum 18 punten halen (benjamins hebben aan 15 punten genoeg)

Ter verduidelijking enkele theoretische voorbeelden :

WINTER	ZOMER	TOTAAL	RESULTAAT
5	13	18	= LAUREAAT (b/p/m)
10	8	18	= LAUREAAT (b/p/m)
9	9	18	= LAUREAAT (b/p/m)
4	13	18	geen laureaat want onvoldoende activiteiten in de winter (p/m)
14	4	18	geen laureaat want onvoldoende activiteiten in de zomer (p/m)
3	12	15	= LAUREAAT (enkel voor benj. die in de winter begonnen zijn)
2	13	15	geen laureaat want onvold. activiteiten in de winter (begin. ben)

Ik hoop dat het voor iedereen een beetje duidelijk is... Voor meer uitleg kan je natuurlijk terecht bij de jeugdtrainers.

Enkele tips voor de nieuwkomers

Wees niet overmoedig ! Weet dat er altijd kinderen zijn die meer ervaring én training hebben dan jij. Leg de lat dus niet te hoog : **DEELNEMEN IS BELANGRIJKER DAN WINNEN !** Beschouw deze winter in de eerste plaats als leerschool want het is niet evident om je weg te vinden in het atletiekwereldje. Probeer in ieder geval plezier te beleven aan je deelname. Presteren komt later... Bespreek altijd je eventuele deelname met je trainer of met de trainerscoördinator. Soms is het beter nog even te wachten om deel te nemen dan een ontgoocheling op te lopen in je eerste wedstrijd wegens een te korte voorbereiding...

Namens alle jeugdtrainers wensen we je veel succes toe !

Katinka Pottie - Sportcoördinator VS - 0475/53.45.16
Dieter Dullaers - Jeugdcoördinator VS - 0494/38.72.81

WEDSTRIJDEN WINTERCRITERIUM JEUGD 2008 - 2009

VASTE WEDSTRIJDEN Elke deelname geeft recht op 1 punt (maximaal aantal te behalen punten = 7)
Er wordt altijd begeleiding voorzien door de trainers

Nr	Datum	Plaats	Organisatie	Wedstrijd
1	zondag 12 oktober 2008	Welle	VS - kern SNA Welle	Oefencross
2	zaterdag 20 december 2008	Oordegem	VS	Kerstfeest met clubkampioenschap cross
3	zondag 4 januari 2009	Oordegem	VS - kern ACES Wichelen	Cross
4	zondag 18 januari 2009	Uitbergen	VS - kern Uitbergen	Cross
5	zaterdag 7 februari 2009	Ninove	PC + VITA	Provinciale kampioenschappen cross
6	zondag 1 maart 2009	Oostende	KBAB + HCO	Belgische kampioenschappen cross
7	zaterdag 14 maart 2009	Gent	VAL	Jeugddag

LOSSE WEDSTRIJDEN * Maximaal aantal te behalen punten via deze 'losse' wedstrijden = 3 (1 punt per wedstrijd)
Enkel de trainers van de kern(en) of moederclub die gevraagd hebben om een bepaalde wedstrijd in het wintercriterium op te nemen zijn op die wedstrijd aanwezig om hun jeugdathleten te begeleiden ! Kern(en) en of moederclub worden vermeld.

* In principe komt elke officiële cross in aanmerking (overzicht kan je vinden via de VS-website www.vlierzelesportief.be - wedstrijdkalender - winterkalender - cross) maar als club stellen wij volgende organisaties voor :

Nr	Datum	Plaats	Organisatie	Wedstrijd + begeleiding
1	zondag 19 oktober 2008	Overmere	VITA	Oefencross (enkel begeleiding door Wetteren en Wichelen)
2	zondag 2 november 2008	Semmerzake	KAAG	Cross (enkel begeleiding door Wetteren)
3	zondag 9 november 2008	Aalter	HALE	Cross (enkel begeleiding door Oordegem en Wetteren)
4	dinsdag 11 november 2008	Ronse	ASSA	Corrida (enkel begeleiding door Wichelen)
5	zondag 16 november 2008	Deinze	DEIN	Cross (enkel begeleiding door Oordegem en Wetteren)
6	zondag 23 november 2008	Zele	ZELE	Cross (enkel begeleiding door Oordegem en Wetteren)
7	zondag 30 november 2008	Roeselare	AVR	Lotto Cross-cup (enkel begeleiding door Wichelen)
8	zondag 7 december 2008	Oudenaarde	ASVO	Cross (begeleiding door Oordegem, Wetteren en Wichelen)
9	zondag 11 januari 2009	Hamme	HAMM	Cross (enkel begeleiding door Wichelen)
10	zondag 1 februari 2009	Lokeren	AVLO	Cross (enkel begeleiding door Oordegem)
11	zondag 15 februari 2009	Borsbeek	BRAB	Cross (enkel begeleiding door Wichelen)

INDOORWEDSTRIJDEN * Maximum aantal te behalen punten via indoorwedstrijden = 1 (1 punt per wedstrijd)
Begeleiding door de trainers is enkel voorzien op de voorgestelde wedstrijden

* In principe komt elke officiële indoorwedstrijd in aanmerking (overzicht kan je vinden via de VS-website www.vlierzelesportief.be - wedstrijdkalender - winterkalender - indoor) maar als club stellen wij volgende organisaties voor :

Nr	Datum	Plaats	Organisatie	Wedstrijd
1	vrijdag 26 december 2008	Gent	RCG	Indoor
2	zaterdag 10 januari 2009	Gent	STAX	Indoor
3	zaterdag 31 januari 2009	Gent	EA	Indoor
4	zaterdag 21 februari 2009	Gent	KAAG	Indoor

Losse wedstrijden of indoorwedstrijden die samenvallen met een vaste wedstrijd komen **niet** in aanmerking.
Graag een uitslag bezorgen wanneer je deelneemt aan een wedstrijd niet vermeld in dit overzicht.

Bespreek je deelname aan een wedstrijd altijd vooraf met één van je trainers.

Na drie (miniemen) of twee (benjamins en pupillen) opeenvolgende weken cross moet er zeker één weekend rust worden ingebouwd.

Richtnorm voor de jeugd : maximum 10 crossen per seizoen.

VEEL SUCCES EN ATLETIEKPLEZIER !