

Zo doen we dat bij Jan van Arckel

U of uw kind heeft besloten om lid te worden, zie lid worden en licentie nemen, van Jan van Arckel (JvA), of om een aantal proef trainingen te volgen. Hoe dan ook, welkom bij onze vereniging.

Voordat u met ons mee traint is het goed te weten dat er een aantal belangrijke punten zijn. Het belangrijkste punt is wel plezier hebben bij de trainingen. Hieronder vind u de andere punten in het kort weergegeven.

Proefperiode

Het is mogelijk om een aantal proeftrainingen mee te maken. Het maximum is 3. De kosten hiervoor zijn €5,--. Hierbij bestaat de mogelijkheid om een fiets en helm te lenen bij JvA, Hiervoor vragen we een bijbetaling van €5,--. Hiervoor ontvang je dan een strippenkaart. De strippenkaart kun je kopen bij de coördinator in de kantine. De kaart heb je nodig voor de fiets uitleen in de groene schuur. (Zonder kaart worden er géén fietsen uitgeleend). Maak je geen gebruik van de leenfiets dan de strippenkaart na de training in de kantine laten tekenen.

Gedurende deze proeftraining dragen de kinderen een geel vestje.

Als het kind na de proefperiode besluit lid te worden ontvangt het een blanco stuurbord.

Hierop kun je de sticker plakken van het behaalde niveau.

Dit brengt ons bij de

Kleuren

Bij JvA werken we met kleurcodes:

- Wit Instroming jonge kinderen (ze kunnen fietsen)
- Wit/Geel Instroming hogere jeugdleeftijden en 1^e vorderingen
- Geel 1e MTB vorderingen, werken aan techniek
- Groen Gevorderden, werken aan conditie
- Rood Wedstrijdrijders
- Zwart Competitie rijders, trainers, hulptrainers

Gedurende het seizoen worden de leden getest. Dit doen we om de voortgang te meten. Vooral voor de kinderen werkt dit stimulerend.

Onze trainingen duren 1 uur. Om hier volledig gebruik van te maken vragen wij u om tijdig aanwezig te zijn voor de

Aanvang van de training

De training is voor de groepen Wit, Geel en Groen op donderdagavond. De Rode en Zwarte groepen trainen dinsdagavond. Beide avonden starten om 19:00. Wij vragen u om 18:45 aanwezig te zijn. Op het terrein vindt u de kleurcodes ook weer terug. Het is de bedoeling dat een ieder bij het bord van zijn eigen groep gaat staan. Dit is niet alleen voor het gemak om de groep compleet te krijgen maar is ook voor de

Veiligheid

Dit staat voorop. Daarom ook een minimum leeftijd van 7 jaar. Met deze minimum leeftijd proberen wij te voorkomen dat er te grote verschillen, met bij behorende gevaren, ontstaan binnen een groep. Tevens voorkomen we zo dat een groep te groot wordt voor een trainer. Een seizoen bestaat uit 2 perioden. Voor de zomervakantie en erna. Bij aanvang van beide periode worden de fietsen gecontroleerd. Ook tijdens de trainingen wordt steekproefsgewijs gecontroleerd. Tijdens deze controle kijken we onder andere of de remmen het goed doen en of alles goed vast zit en zonder speling is. Het kan dus gebeuren dat de betreffende training uit veiligheidsoverweging niet verder gevolgd mag worden. Uiteraard is een helm te allen tijde verplicht. Tijdens de training is er voor de wat ernstigere gevallen altijd een EHBO'er aanwezig. Om blessures te voorkomen hebben wij een bepaalde

Opbouw van een training

De training begint met een warming-up. Dan volgt een 1^e sessie op een bepaalde sectie van ons parcours. Deze duurt tot ongeveer 19:30. Er wordt dan met een geluidssignaal van sectie gewisseld. De 2^e sessie duurt tot 19:55. Afgesloten wordt er met een cooling-down. De trainingen worden gegeven door

Gecertificeerde trainers.

Ieder groep heeft zijn eigen vaste gecertificeerde trainer(s). Binnen onze vereniging kun je pas trainer worden indien men tot de zwarte groep behoort. Dan volgt een interne opleiding tot (hulp)trainer. Inmiddels zijn er 5 trainers gediplomeerd niveau 2 KNWU en zijn 2 trainers met niveau 3 KNWU bezig. Doel van de training kan natuurlijk zijn het rijden van

Wedstrijden

Welk kind vindt het nu niet leuk om zich te meten met andere kinderen. Bij JvA hebben we onze eigen clubwedstrijden. Hiervoor is minimaal een B licentie voor nodig. Met deze B licentie is het ook mogelijk om regionale wedstrijden te rijden. Nog leuker is het om op landelijk niveau de krachten te meten met leeftijdsgenootjes. Hiervoor is een aanvullende daglicentie nodig. Met een A licentie mag men aan het Nederlandse kampioenschap

deelnemen en is de aanvullende daglicentie niet meer nodig. Voordeel van een licentie is een automatische verzekering en een JvA kledingpakket. Zie hiervoor verder het huishoudelijke reglement. JvA adviseert om minimaal een B licentie te nemen. Tevens zouden wij van JvA het op prijs stellen dat er minstens 3 regiowedstrijden gereden worden door de jeugdleden. Dit geldt in ieder geval voor degene met een B-licentie. Voor vervoer naar de wedstrijden kan gebruik gemaakt worden van onze teamclub bus. Zie ook lid worden en licentie nemen.

Gehandicapte kinderen

In principe is het mogelijk dat iedereen bij JvA kan trainen, ook gehandicapte kinderen. Hier zal echter in overleg met de ouders bekeken worden wat de beste aanpak is. Het kan, bijvoorbeeld, zijn de ouders ingezet worden om hun kind tijdens de training te begeleiden.

Ouders

Tijdens de trainingen kunt u een kop koffie drinken in onze kantine. Wij hebben liever niet dat de ouders mee gaan met de trainingen. Niet alleen voor de veiligheid maar ook omdat kinderen zich toch anders gedragen wanneer de ouders aanwezig zijn. Uiteraard is het mogelijk om foto's te nemen of te filmen. Wilt u dit dan met de trainer afspreken.

In het kort

De belangrijkste punten in het kort

- JvA adviseert om minimaal een B licentie te nemen.
- JvA stelt het op prijs dat er minstens 3 regiowedstrijden gereden worden.
- Op tijd aanwezig zijn voor de training (18:45).
- Opstellen bij de kleur van de groep waarin getraind wordt.
- Helm verplicht.
- Goede fiets.
- Goede kleding.
- Veel plezier.

Zie voor meer informatie onze website <http://www.janvanarckel.nl>.
Hier vindt u o.a. meer informatie over de regionale mtb-wedstrijden.

Rest ons als laatste om u en uw kind veel plezier bij de trainingen, en misschien wel wedstrijden, te wensen.

Stappenplan lid worden van JvA en licentie bij KNWU nemen.

- A. De eerste stap: het lidmaatschap formulier van RC Jan van Arckel invullen (verkrijgbaar bij de secretaris van de jeugdafdeling, per heden Evelien Liet)
- B. De secretaris van de jeugdafdeling zorgt dat het formulier bij de centrale ledenadministratie van de club komt
- C. De ledenadministratrice (per heden Betsy Kroon) registreert het lid en stuurt de contributienota
- D. De ledenadministratrice registreert het lid bij de KNWU (overkoepelende bond)
- E. Het lid ontvangt van de KNWU een e-mail met login-informatie voor de website van deze bond
- F. Het lid bezoekt de website van de KNWU en vraagt op het beschermde deel hiervan de gewenste licentie aan
 - a. Hierbij wordt aangegeven of betaling van de licentie via een automatische afschrijving mag verlopen
- G. De licentie komt in 'de wachtkamer' te staan totdat de contributie aan de club voldaan is
- H. Zodra de contributie voldaan is, geeft de ledenadministratrice van de club haar akkoord (op de website van de KNWU)
- I. De licentie wordt door de KNWU rechtstreeks aan het lid toegezonden (het verschuldigde bedrag afgeschreven)
- J. Het lid kan hierna een afspraak maken met de kledingbeheerder van de club (per heden Martin Romeijn 0184-641231)
- K. Het kledingpakketje dat behoort bij de gekozen licentie (zie het huishoudelijk reglement, te vinden op <http://www.janvanarckel.nl>) wordt in bruikleen verstrekt
- L. Bij afmelding van het lidmaatschap (en de licentie) wordt de kleding door het (ex)lid geretourneerd bij de kledingbeheerder.