

Huishoudelijk reglement

Rennersclub Jan van Arckel



Versie	10.3
Datum	01 januari 2017
Ingaand	01 januari 2017

Inhoud

Voorwoord.....	3
Wat is Jan van Arckel.....	4
Recreant of wedstrijdrenner.....	5
En verder	5
Adresgegevens.....	5
Leden / Donateurs Contributie	6
Overzicht contributie leden 2012	6
Overzicht donateurs 2012.....	6
Bijzonderheden	6
Donateur worden.....	6
Lid worden.....	6
Opzegging lidmaatschap.....	6
Licenties.....	7
Licentievormen (zowel voor weg als MTB).....	7
Procedure aanvragen KNWU-licentie	7
Kleding	8
Overzicht.....	8
Reglement	8
Trainen	10
Overzicht.....	10
Medische begeleiding en trainingsbegeleiding	11
Trainingsbegeleiding	11
Medische keuringen / begeleiding	11
Wie is mijn contactpersoon voor... ..	12
Sponsors	12
Onze hoofdsponsors.....	12
Onze overige sponsors	12
Club van 100	12
Verenigingscultuur.....	13
Lid worden?.....	13

Voorwoord

Dit huishoudelijk reglement is bedoeld voor de huidige en nieuwe leden van Rennersclub Jan van Arckel. In één oogopslag is te zien wie wat doet binnen de vereniging en waar je je kunt melden als je vragen of opmerkingen hebt omtrent een bepaald onderwerp. Veel van deze informatie is ook terug te vinden op onze internetsite (www.janvanarckel.nl).

Staan er onjuistheden in? Ontbreekt er belangrijke informatie? Geef dit dan door aan één van de bestuursleden. Contactgegevens: zie elders in deze gids.

Het bestuur van RC Jan van Arckel

Wat is Jan van Arckel

Op 1 oktober 1954 is de Gorinchemse Wielclub Jan van Arckel opgericht. De naam zegt het al: een vereniging die de belangen van fietsliefhebbers behartigt en is aangesloten bij de KNWU. In eerste instantie de belangen van wegrenners en toerfietsers en in de tachtiger jaren ook van mountainbikers. Tot eind 2002 verliep dit middels een Omnivereniging waaronder de Toer- en Renafdeling vielen. Inmiddels is deze Omni opgeheven en gaan de Toer- en Renafdeling als zelfstandige verenigingen door het leven. De Renafdeling, oftewel Rennersclub Jan van Arckel, zet zich dus in voor de disciplines wielrennen en mountainbiken. Voor toertochten op de racefiets kun je terecht bij Toerclub Jan van Arckel.

Het clubhuis van Jan van Arckel wordt zowel gebruikt door de Rennersclub, de Toerclub, als motorclub De Bougie en is gevestigd aan de Vlietskade 1025 te Arkel op sportcomplex De Zes Molens. Op deze locatie zijn een wielercours en MTB-parcours aangelegd.

Zoals gezegd heeft deze infogids alleen betrekking op het wielrennen en mountainbiken. Voor deze takken van de wielersport worden door Jan van Arckel, maar ook door andere verenigingen en organisaties, wedstrijden georganiseerd. Om daaraan deel te kunnen nemen, moet je lid zijn van een Rennersclub en over een KNWU-licentie beschikken. Per leeftijdscategorie is er een bijbehorende licentie. Het wedstrijdseizoen van het wegwielrennen en het mountainbike loopt van medio maart tot en met begin oktober. In de wintermaanden wordt in samenwerking met diverse lokale comités een Off-road competitie georganiseerd waar veel renners plezier aan beleven. Sommige renners houden zich bezig met veldritwedstrijden of veldtoertochten, terwijl anderen kiezen voor baanwielrennen of een andere winterbezigheid zoals schaatsen of sporten in de sportschool. De Jan van Arckel-renners rijden zich regelmatig in de prijzen! Zie de wekelijkse verslaggeving in de plaatselijke kranten en onze website www.janvanarckel.nl.

Vele vrijwilligers binnen onze club spannen zich in om ieder seizoen diverse criteriums, MTB-wedstrijden, clubkampioenschappen, tijddritten en koppeltijddritten (Noordeloos en Groot-Amers) te laten plaatsvinden. Verder wordt met ondersteuning van onze rennersclub de Omloop van de Alblasserwaard (Arno Wallaard Memorial) georganiseerd. Tot slot noemen we nog de Zomer Avond Competitie (ZAC). Dit is een competitie die op dinsdagavond bij voldoende deelname voor jong en oud wordt gehouden. Iedereen vanaf 15 jaar, van recreant tot wedstrijdrenner is welkom.

Recreant of wedstrijdrenner

Binnen Jan van Arckel zijn zowel recreanten als wedstrijdrenners te vinden. Recreant wil zeggen dat iemand lid is van de club en fietst voor de lol. Wedstrijdrenners zijn de wielrenners en mountainbikers die regelmatig trainen om zo goed mogelijk te presteren tijdens de wedstrijden. Vooral voor deze laatste groep zijn vele vrijwilligers in de avonden en weekenden bezig om hen daarbij zo goed mogelijk te ondersteunen. Denk hierbij aan training geven, organisatie van wedstrijden, kleding beheren, ledenadministratie, sponsors werven, clubparcours bijhouden, begeleiding bij wedstrijden in ploegverband, optreden als jurylid, uitgifte van rugnummers bij wedstrijden en ga zo maar door. Geheel vrijblijvend? Nee, de club verwacht van haar leden dat zij bij wijze van tegenprestatie:

- zich gedragen als een heer in het verkeer (je moet er toch niet aan denken dat je de directeur van een zeer belangrijke sponsor voor zijn of haar sokken rijdt?)
- zich zo veel en zo vaak mogelijk in de clubkleding hijsen (goed voor de sponsors!)
- zuinig omgaan met de clubkleding (hier zijn hoge bedragen mee gemoeid)
- tijdens trainingen en wedstrijden altijd een valhelm dragen
- geen onnodige hoge kosten maken (denk aan trainingsweekenden e.d.)
- deelnemen aan belangrijke wedstrijden in de regio Alblasserwaard/Vijfheerenlanden en overige door de club georganiseerde wedstrijden (denk aan de sponsors en onze naamsbekendheid voor nieuwe leden!)
- inzetten om donateurs te werven of potentiële sponsors naar de juiste personen binnen de vereniging doorverwijzen
- en last but not least, zich nadrukkelijk bereid verklaren om bij te dragen aan werkzaamheden binnen de club. Bijvoorbeeld, maar niet beperkt tot:
 - meehelpen met het onderhoud clubparcours en het clubhuis, het sportcomplex
 - snoeiwerkzaamheden aan de bebossing
 - assistentie bij organisatie van clubevenementen (jeugd dag, wedstrijd, evenement)

En verder

Ieder lid van Jan van Arckel ontvangt drie keer per jaar de clubkrant. Ook donateurs met een bijdrage van € 25,00 ontvangen de clubkrant. Daarnaast ontvangen alle licentiehouders een kledingpakket. Alle leden betalen contributie en hebben stemrecht.

Adresgegevens ;

Sportcomplex De Zes Molens

Vlietskade 1025

4241 XL Arkel

Telnr. 0183-563204

Leden / Donateurs Contributie

Ieder lid betaalt contributie. Sommige leden betalen deze bij wijze van 'donatie' en andere leden, omdat ze dit lidmaatschap nodig hebben om bijvoorbeeld wedstrijden te kunnen rijden. Leden van verdienste en ereleden zijn vrijgesteld van het betalen van contributie, maar zij hebben wel stemrecht. Ze worden benoemd door het bestuur.

Overzicht contributie leden 2017, per jaar

Basisleden (alleen lidmaatschap, zonder kleding)	€ 80,00
Leden	€ 80,00
Jeugd	€ 65,00
Nieuwelingen 14 en 15 jaar	€ 108,00
Leden / licentiehouders met kledingpakket 4, 5, 6	€ 105,00
Leden / licentiehouders met kledingpakket 1, 2, 3	€ 120,00

Overzicht donateurs 2017, per jaar

Donateur zonder clubblad	€ 12,50
Donateur met clubblad	€ 25,00

Bijzonderheden

- vrijwilligers (zoals o.a. ouders van kinderen) moeten wel lid worden van de vereniging; zij hoeven hiervoor niet te betalen
- er wordt geen gezinstarief gehanteerd; als meerdere leden van een gezin bij ons lid zijn, betalen zij ieder het volle pond
- nieuwe leden betalen eenmalig 2,50 euro administratiekosten
- als leden in de loop van het jaar lid worden, betalen zij alleen de maanden waarin zij lid zijn en eenmalig de administratiekosten van 2,50 euro
- t/m 15 jaar geldt het jeugdtarief. In het jaar dat iemand 16 wordt, geldt het voltarief

Donateur worden

Je kunt je aanmelden als donateur via Betsy Kroon, 0183-621394, mirandakroon@hotmail.com.

Lid worden

Lid worden van de vereniging kan je doen door het invullen van het aanmeldformulier. Dit is te verkrijgen via de website www.janvanarckel.nl (kies "de club" en dan "lid worden") of door het formulier aan te vragen d.m.v. een mail aan emailadres info@janvanarckel.nl. Ook vind je de aanmeldformulieren in een standaard in het clubhuis.

Opzegging lidmaatschap

Uiteraard betreuen we het als je je lidmaatschap, om welke reden dan ook, wilt opzeggen. Het lidmaatschap kan beëindigd worden d.m.v. schriftelijke of digitale opzegging via Betsy Kroon (zie overzicht contactpersonen). Opzeggingen voor het volgende jaar moeten binnen zijn vóór 1 december. Daarnaast dient uiterlijk 31 december het eventueel ontvangen kledingpakket ingeleverd te zijn. Dit kan ingeleverd worden nadat eerst een afspraak is gemaakt via het emailadres kleding.jva@gmail.com danwel bij Frieda Wallaard (afhankelijk van de categorie, zie kleding).

Licenties

De licentiaaanvragen worden verzorgd door Betsy Kroon. Aanvragen voor het nieuwe seizoen dienen zoveel mogelijk vóór januari ingediend te zijn. Om een licentie aan te vragen moet je mogelijk een medische keuring ondergaan. Afhankelijk van de licentiecategorie moeten deze keuringen periodiek weer ondergaan worden. Voor welke categorie je in aanmerking komt en wat het kost lees je hieronder.

Licentievormen (zowel voor weg als MTB)

De KNWU kent verschillende vormen voor wedstrijdlicenties voor verschillende disciplines. Meer informatie, waaronder prijzen, vind je op de site van de KNWU, www.knwu.nl. Via de knop 'Lid worden' kom je bij de informatie over de diverse licenties.

Hieronder staan de diverse leeftijdscategorieën genoemd.

Jeugd categorie 1 t/m 7

Vanaf 8 jaar tot 1 januari van het jaar waarin de renner 15 wordt.

Nieuwelingen en Nieuweling-meisjes:

Vanaf 1 januari van het jaar waarin zij 15 worden t/m 31 december van het jaar waarin de renner 16 wordt.

Junioren en Junior-vrouwen:

Vanaf 1 januari van het jaar waarin zij 17 worden t/m 31 december van het jaar waarin de renner 18 wordt.

Beloften (mannen):

Vanaf 1 januari van het jaar waarin zij 19 worden t/m 31 december van het jaar waarin de renner 22 wordt.

Elite-vrouwen, beloften en amateurs:

Vanaf 1 januari van het jaar waarin de renner 19 wordt.

Mannen Amateurs en sportklasse:

vanaf 1 januari van het jaar waarin de renner 19 wordt.

Elite met contract en Elite-mannen (Elite zonder contract):

Elite met contract worden onderverdeeld in Professionals-A en -B. Vanaf 1 januari van het jaar waarin de renner 23 wordt.

Procedure aanvragen KNWU-licentie

- Neem contact op met Betsy Kroon (zie overzicht contactpersonen) voor de aanmeldprocedure bij de KNWU.
- Wacht vervolgens op een e-mail van de KNWU met inloginformatie voor de KNWU-website.
- Vraag op de KNWU-website de gewenste licentie aan.
- Je ontvangt daarvan een bevestiging per mail, ook Jan van Arckel ontvangt die bevestiging.
- Je ontvangt kort daarna de contributienota voor je lidmaatschap bij Jan van Arckel.
- Na betaling van de contributie krijg je de aangevraagde licentie thuisgestuurd.

Kleding

Alleen licentiehouders ontvangen een kledingpakket. Als je wedstrijden rijdt, ben je verplicht om in clubkleding te rijden. Voor mountainbikers geldt deze verplichting niet, tenzij je graag MTB-wedstrijden in clubkleding wilt rijden, dan kan dat. Er wordt dan een kledingpakket beschikbaar gesteld, maar dan moet je daar wel verplicht in rijden voortaan. De samenstelling van het kledingpakket hangt af van de licentie.

Overzicht

Kleding overzicht Jan van Arckel						
Produkt	Elite	Junior	Nieuweling	Amateur	Sportklasse	Jeugd
	Belofte					
Pakket	1	2	3	4	5	6
Shirt korte mouwen	2	2	2	2	2	1
Shirt lange mouwen	1	1	1	1	1	1
Korte broek	2	2	2	2	2	1
Beenstukken	1	1	1	1	1	1
Aeropak	1	* naar	* naar			
Thermojack		keuze	keuze			
Technical vest	1					
Bodyvest	*A					
Sporttas	1	1	1	1		
Sokken	*B					
Polo	1	1	1	1	1	1
Fleecejack	1	1				
Rode Jas	1	1				

*A: Niet standaard in pakket, wel te koop

*B: Eenmalige verstrekking bij nw. licentie, daarna te koop

Reglement

- ✓ RC Jan van Arckel vraagt aan nieuwe licentiehouders een borgsom van €50,00 voorafgaand aan de uitgifte van het kledingpakket. Jeugdleden zijn hiervan vrijgesteld. Bij overgang van jeugd naar hogere leeftijdsklasse wordt de extra kleding uitgereikt na voldoening van de borgsom. Bij inlevering van het complete pakket heeft men recht op teruggave van de volledige som.
- ✓ Renners die de sponsorkleding in ontvangst nemen, verplichten zich om tijdens trainingen en wedstrijden gebruik te maken van de verstrekte kleding. Dit is zowel vanuit de KNWU als vanuit onze club een voorwaarde.
- ✓ Voor amateurs, sportklasse en jeugd met een licentie geldt dat, in verband met de geringe omvang van het kledingpakket, dat afgeweken kan worden van bovenstaande regel. We vragen je om in ieder geval tijdens interclub-, regionale of nationale wedstrijden in de clubkleding te rijden. Tijdens trainingsritten en wedstrijden op de club kan je eventueel in eigen kleding rijden.
- ✓ Trainers kunnen beschikken over het kledingpakket van de groep die zij trainen.
- ✓ De sponsorkleding blijft te allen tijde eigendom van RC Jan van Arckel. Bij vertrek naar een andere vereniging of na beëindiging lidmaatschap is men verplicht de verstrekte sponsorkleding in te leveren. Dit dient uiterlijk op 31 december te gebeuren.

- ✓ Kledingstukken die versleten of stukgevallen zijn tijdens wedstrijden of trainingen wordt vervangen, uitsluitend tegen inlevering van de oude kleding.
 - Ruil van kledingstukken wegens slijtage is gratis, mogelijk ontvang je gebruikte kleding
 - Ruil van kledingstukken wegens stukvallen tegen gebruikte kleding is gratis
 - Ruil van kledingstukken wegens stukvallen tegen nieuwe kleding vergt een eigen bijdrage van €20,00 per kledingstuk
- ✓ Vervolgjaren: Indien van toepassing, aanvulling tot niveau van nieuwe licentie. Als men naar een 'kleinere' licentie gaat, moet kleding die daarbij niet hoort geretourneerd worden.
- ✓ Vervanging van kleding, afhankelijk van niveau slijtage of schade. Dit ter beoordeling van de hiertoe gemachtigde kledingbeheerder.
- ✓ *Mountainbikers hebben de keuze:* Zij krijgen een volledig kledingpakket, passend bij hun licentie. Zij dienen dan alle wedstrijden (zowel MTB als op de weg) in de sponsorkleding te rijden.
- ✓ Zij krijgen een pakket, passend bij hun licentie, echter maximaal pakket 5. Zij rijden hierin hun wegwedstrijden en een redelijk deel van de trainingsritten. MTB-wedstrijden mogen in een tenue van een persoonlijke of ploegsponsor verreden worden.
- ✓ Zowel voor niet-licentiehouders als voor licentiehouders is aanschaf van sponsorkleding op eigen kosten mogelijk. Vraag naar de prijsstelling bij de kledingbeheerder!
- ✓ Het beheer van de sponsorkleding is in handen bij:
 - ✓ **Dames (tevens nwl en jnr dames):**
Frieda Wallaard
Laantje 12
4225 PC Noordeloos
Telnr. 0183-58 21 31
Email: friedawallaard@hotmail.com
 - ✓ **Overige Categorieën:**
Anneke Verhoeff en Wilma Korevaar
Opslaglocatie: Martin Romeijn, A66, Ottoland
Kleding kan op maandag avond in de even weken worden afgehaald, **nadat eerst een afspraak is gemaakt** via het e-mailadres kleding.jva@gmail.com

Geef in de mail vast aan voor welke kleding je komt.

Kleding zal worden verstrekt volgens de regels van dit Huishoudelijk Reglement.

Trainen

Iedere categorie leden kan onder (gediplomeerde) begeleiding trainen. Dit geldt zowel voor wedstrijd als niet-wedstrijdrenners. Wanneer en waar?

Overzicht

Locatie

Alle trainingen zijn op het clubparcours aan de Vlietskade te Arkel.

Jeugd (zowel weg als MTB) en nieuwelingen

Donderdagavond van 19.00-20.00 uur (van begin april tot half september)

MTB-jeugd met wedstrijdambities

Kunnen behalve de donderdagavond ook op dinsdagavond van 19.30-20.30 trainen.

Zomer Avond Competitie

Voor de overige categorieën is er de Z.A.C. op dinsdagavond van 19.00-20.15 uur

Kijk voor actuele informatie over de georganiseerde trainingen en de zomeravondcompetitie ook op onze website www.janvanarckel.nl.

Medische begeleiding en trainingsbegeleiding

Voor écht goede prestaties is meer nodig dan hard fietsen! Daarom bieden we je de unieke gelegenheid om je sport serieus op te pakken (vanaf junioren / 16 jaar). Zelfs zijn we als club zodanig overtuigd van de wenselijkheid (noem het maar noodzaak) van goede begeleiding op medisch en trainingsgebied dat we onze licentiehouders in de categorieën junioren en beloften dringend vragen om aan deze programma's deel te nemen. Instroming vanaf de nieuwelingencategorie is wenselijk. Ons doel is om je zelfstandig en verstandig te leren trainen, en om op een gezonde wijze met je lijf en je sport om te leren gaan. Raadpleeg je groepscoördinator c.q. ploegleider voor details of spreek onderstaand genoemde contactpersonen aan.

Trainingsbegeleiding

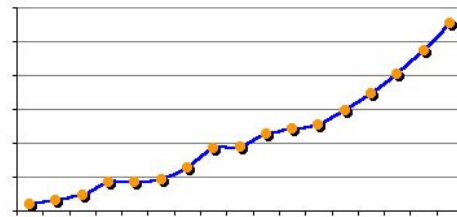
Het trainingsbegeleidingstraject bestaat uit o.a.:

- inspanningstesten.
- aanbieden van trainingsschema's aangepast op jouw situatie (werk/gezin).
- themagerichte trainingen (binnenkort staat het rooster op de website).
- cursussen (waaronder 'leren trainen met een hartslagmeter').
- aandacht voor fietstechniek.

Jan van Arckel werkt hiervoor samen met het gerenommeerde bureau TOPVORM uit Gemert (www.topvorm.com).

Medische keuringen / begeleiding

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| - Medische keuring | - Cardioloog |
| - Sportmassage | - Laboratorium/ECG |
| - Fysiotherapie | - Sportarts |
| - Sportpsycholoog | - Voedingsadvies/diëtist |
| - Huisarts (2nd opinion) | |



Natuurlijk is niet alles geheel gratis en vrijblijvend. Bij veel van bovengenoemde mogelijkheden draagt de club en/of sponsors ook een belangrijk deel bij in de kosten. Natuurlijk verwachten de sponsors en de club wel dat je met inzet deze kansen oppakt en daar serieus mee omgaat.

Dit houdt in:

- trainingsschema's volgen
- clubtrainingen volgen
- cursus - trainen met hartslagmeter volgen
- Wintercursussen volgen
- SAMEN werken , SAMEN leren, SAMEN resultaten boeken

Meer weten? [Trainingsbegeleiding:](#)
Vacature

[Medische begeleiding:](#)
Vacature

Of mail aan info@janvanarckel.nl

Wie is mijn contactpersoon voor...

Sinds 2002 is er gekozen voor een vierkoppig bestuur dat samenwerkt met een zogenaamde stuurgroep. Dit zorgt ervoor dat er meerdere aanspreekpunten voor de leden zijn.

Per onderwerp is aangegeven wie je moet hebben.

Zie voor Bestuur en Contactpersonen www.janvanarckel.nl/adressentelefoonnummers

Sponsors

Onze hoofdsponsors

Kleding	Rabobanken Alblasserwaard en Vijfheerenlanden
	Plieger Sport
Ploegleidersauto's	Toyota Schouten

Onze overige sponsors

Bordsponsors (dit zijn de borden die langs het clubparcours staan)
 Bussponsors (dit zijn de sponsors die op de bus(sen) vermeld staan)
 Clubbladspansors (dit zijn de sponsors die adverteren in de clubkrant)

Daarnaast hebben wij een aantal donateurs.

Club van 100

De Club van 100 is een club van mensen die allemaal Rennersclub Jan van Arckel willen steunen omdat zij van de wielersport houden, de lokale vereniging een warm hart toedragen of het gewoon gunnen aan de renners en begeleiders van Rennersclub Jan van Arckel. Zonder sponsors en hulp van vrijwilligers en omstanders kan de club niet blijven draaien en daarom zoeken we leden die ons financieel een duwtje in de rug willen geven. Een club voor een club dus, ... word jij ook lid?

Leden van de club van 100 dragen gedurende drie jaar tijd eens per jaar een bedrag van €100,00 bij om de continuïteit van Rennersclub Jan van Arckel te waarborgen. Hiervoor krijg je:

- Naamsvermelding op een speciale pagina van onze clubkrant die ieder kwartaal bij u in de bus zal vallen
- Naamsvermelding op www.janvanarckel.nl als lid van de Club van 100 en op een speciaal bord in het clubhuis
- Ieder jaar wordt medio december onze jaarlijkse feestavond gehouden waarbij u van harte welkom bent als u het leuk vindt om te zien wat Jan van Arckel allemaal doet. Houdt u de website in de gaten voor de aankondiging.

Voor verdere info kunt u contact opnemen met:

Marieke den Otter

Telnr. 0183-582655

Email: clubvan100@janvanarckel.nl

Verenigingscultuur

Jan van Arckel streeft ernaar om een gevoel van betrokkenheid te bewerkstelligen onder haar leden, zowel bij recreanten als wedstrijdrenners. Clubbinding is daarbij het sleutelwoord. De belangrijkste doelstelling van onze vereniging is (potentiële) leden in de regio Ablasserwaard/Vijfheerenlanden en daar buiten de kans te bieden zo optimaal mogelijk aan de wielersport deel te kunnen nemen.

Lid worden?

Neem geheel vrijblijvend contact op met één van de coördinatoren van de voor jouw relevante afdeling of neem contact op met Betsy Kroon. Maak bijvoorbeeld eens een afspraak om een keertje bij een training of wedstrijd te komen kijken. We verwelkomen je graag!