



Informatie over de afdeling Jeugdmountainbike van W.V. De Jonge Renner.

Voorwoord.

Van harte welkom! Je krijgt nu informatie over allerlei zaken betreffende onze afdeling. Zo tref je o.a. informatie aan over aanmelden, lid worden, trainingen, wedstrijden, veldtoertochten, en clubkleding.

Maar eerst: fijn, dat je belangstelling hebt voor mountainbiken, een snel groeiende discipline van de wielersport in Nederland.

De afdeling jeugdmountainbike van W.V. De Jonge Renner, hierna te noemen DJR, is opgericht in november 2011, en is inmiddels uitgegroeid tot een afdeling met zo'n 25 jeugdleden, waaronder een groep wedstrijddrijders.

De afdeling wordt aangestuurd door een jeugdcommissie MTB, die bestaat uit enkele ouders en trainers. De afdeling kent een coördinator; deze is tevens bestuurslid van DJR en als zodanig de 'linking pin' tussen afdeling en bestuur. De commissie stuurt zowel organisatorische als trainingsinhoudelijke zaken aan, behartigt kortom alle zaken, die het goed functioneren van de afdeling dienen.

We vinden het als afdeling van belang dat je op de eerste plaats plezier hebt in het mountainbiken, maar het is ook wel zo dat deelname aan trainingen en/of wedstrijden geen vrijblijvende aangelegenheid is. Je leert technisch vaardig maar ook veilig te mountainbiken onder leiding van ervaren en opgeleide trainers.

Daarbij maakt het geen verschil of je nu wél of niet gaat wedstrijden rijden. De doelen/ambities liggen weliswaar anders, maar als basis word je opgeleid tot een vaardige mountainbiker.

We vinden het met z'n allen ook van belang dat we met respect met elkaar omgaan, niet alleen onze jeugdleden maar ook de ouders onderling. Het is daarbij goed hier te vermelden dat iedereen die zich inzet voor de afdeling, of dit nu een trainer is of een ouder, voor een paar uur per week of voor een tiental uren per week, dit doet op basis van vrijwilligheid.

We stellen het op prijs dat je als ouder betrokken bent, en een handje toesteeft als dat gewenst of nodig is.

Namens de leden van de jeugdcommissie wensen wij je een goede tijd toe bij onze afdeling.



Aanmelden/lid worden

Als je wilt gaan mountainbiken, is het goed om het volgende in de gaten te houden:

- Je kunt beginnen als je 7 jaar of ouder bent
- Je begint altijd met maximaal 8 proeftrainingen
- Na deze proeftrainingen kijken we met jou en je ouders samen of je lid kunt worden van DJR
- Je kunt je aanmelden voor proeftrainingen door een mail te sturen naar jeugdcommissiemtb.djr@gmail.com t.a.v. Veronique Spee.
- Het is, zeker in het begin, niet noodzakelijk dat je beschikt over een mountainbike en/of een helm. Als je al een mountainbike hebt, is dat natuurlijk prima, maar we hebben een 5-tal leenbikes, die je voor € 2,50 per training kunt lenen. De kosten gebruiken we voor het onderhoud van deze leenbikes. Het lenen van een leenbike regel je bij de aanwezige ouder, die de aan-en afmeldingen per training verzorgt. Word je eenmaal lid, dan verwachten we dat je een eigen mountainbike aanschaft. Voor advies bij aanschaf kunnen trainers behulpzaam zijn.

Lid worden

Als je lid wilt/mag worden dan doe je dat ons volgt:

- Je geeft op het inschrijfformulier van DJR (zie website DJR) aan dat je trainingslid jeugdmtnb wilt worden.
- Daarnaast meld je je aan via een speciaal inschrijvingsformulier voor onze afdeling, die op te vragen is via jeugdcommissiemtb.djr@gmail.com
- Kosten voor inschrijving en lidmaatschap zijn 65 euro per jaar exclusief basislidmaatschap KNWU (€ 10,= in 2017)

Trainingen

- We trainen, in 3 groepen**, 2x per week, op maandag-en woensdagavond tussen 18.30-20.00u, zowel in de zomer als in de winter. De A+B groepen trainen 1,5 uur, de C-groep traint 1 uur. Graag om 18.20u uiterlijk aanwezig zijn. Alleen in de schoolvakanties wordt niet getraind. Vaak organiseert de Jeugdcommissie mtb dan een veldtoertocht.
- Trainingen gaan altijd door. Als er door bijzondere (weers)omstandigheden niet gereden kan worden, organiseren we b.v. een onderhoudsclinic.
- Vertrek is altijd vanaf het clubgebouw van DJR op het recreatiegebied de Warande aan de Bredaseweg 119 in Oosterhout.
- Als je een keer niet kunt komen trainen, meld je je af vóór 17.00u via jeugdcommissiemtb.djr@gmail.com
- De trainingen kennen een opbouw; herhaaldelijk afwezig zijn op de training betekent vaak achterstand in vaardigheid en verlies van 'binding' met trainingsgenoten.
- Herhaaldelijk wegblijven van de training zonder afmelding/opgaaf van reden, kan gevolgen hebben voor verdere deelname aan de trainingen. Natuurlijk gaan we ervan uit dat het zover niet hoeft te komen!
- Bij elke training hang je eerst je mountainbike aan de daarvoor bestemde



- rekken via de ingang van de fietsenstalling.
 - In het clubgebouw meld je je bij de ouder, die de presentielijst invult, achter de bar. Je blijft óf in het clubgebouw óf op het terras, zodat je snel klaar staat om met de training te kunnen beginnen. Bij vertrek na afloop van de training meld je je ook weer af.
 - Na afloop van de training staat voor elk jeugdlid een kop thee en voor de trainers en ouderbegeleider een kop thee of koffie klaar.
 - Zonder toestemming kom je **nooit** op de wielersbaan of op het off road parcours. (zie: **veiligheid**)
- ** aspiranten trainen altijd in de C-groep, alleen op de woensdagavond, gedurende 1 uur. Wordt je daarna lid en blijf je in de C-groep (o.a.afhankelijk van niveau van rijvaardigheid) dan wordt er ook op maandagavond gedurende 1 uur getraind.**

Trainers/ouderbegeleiders

- De trainingen worden verzorgd door ervaren trainers, die opgeleid zijn of in opleiding zijn om jeugd te trainen in mountainbiken.
- Dit zijn: Hein van der Velden (techniek), Rik Heesters, Henny Melis, Rob van Eijck, Jeroen de Zwart, Kevin van der Hamsvoord en Erik Pols
- Van elke trainer wordt een VOG opgevraagd.
- Naast trainers rijden bij de trainingen ook ouderbegeleiders mee. Zij zorgen, op verzoek van de trainer, o.a. voor deeltrainingen, maar zijn ook een wakend oog als we in de groep trainen.

Veiligheid

- Natuurlijk gaan we ervan uit dat je mountainbike voor elke training helemaal in orde en schoon is.
- We leren je in de loop van de tijd hoe je dat op de goede manier kunt doen, met behulp van de juiste middelen.
- Het is **verplicht** om helm, bril en handschoentjes te dragen.
- Je hebt altijd een binnenband, bandenlichters, en een fietspompje bij je.
- Je mountainbike is in het najaar en in de winter, zodra het verzoek van de trainer komt, altijd voorzien van voor-en achter verlichting.
- Volg altijd de instructies van trainer en/of ouderbegeleider op.
- Natuurlijk ga je vóór, tijdens en na de training met respect om met ouders en je trainingsgenoten. Respect betekent voor ons: geen grof taalgebruik/vloeken, niet expres tegen elkaar rijden, en geen pesterijen. Kortom, we hanteren een gedragscode. Het negeren van deze gedragscode, ook na aanspreken, kan leiden tot schorsing dan wel verwijderen van de vereniging.

Speciaal voor ouders

- In de zomer trainen we in de omgeving in bos, hei, en op diverse mountainbike parcoursen, die Oosterhout rijk is. We hebben, voor een deel nog in aanbouw, een eigen off road parcours op de Warande, waar specifiek op onderdelen getraind kan worden. In al deze situaties bestaat het risico op een tekenbeet.
- We zijn graag vooraf, d.w.z. bij de aanmelding als lid, op de hoogte van problemen van fysieke- of psychische aard bij je kind, zodat we daar op kunnen anticiperen. Met deze gegevens gaan we uiteraard vertrouwelijk



om, maar het mag duidelijk zijn dat trainers hiervan natuurlijk op de hoogte moeten zijn.

- We vinden het prettig dat je even met je kind mee naar het clubgebouw komt en dat je je kind komt ophalen in het clubgebouw.
- Betrokkenheid stellen we erg op prijs, zo kunnen we altijd wel een 'handje extra' gebruiken, b.v. bij de aanleg van een eigen mtb parcours op de Warande. Zo kunnen we ons ook voorstellen dat je de verrichtingen van je kind wilt volgen. Dat is in de zomer een stuk moeilijker dan in de winter. In de winter trainen we nabij het clubgebouw, op de verlichte wielersbaan en op het eigen verlichte mtb oefenparcours. Bemoeien tijdens en met de training van uw kind zien we echter liever niet: de ervaring leert dat daar niemand, en zeker je kind niet, vrolijker en wijzer van wordt! Het is natuurlijk best mogelijk dat je het ergens niet mee eens bent, bespreek dit gerust met een trainer, of aanwezig commissielid. Je kunt ook altijd terecht bij de coördinator Jeugd MTB.

Wedstrijden mountainbike

- Een aantal jeugdleden met de ambitie en de mogelijkheden rijdt regelmatig wedstrijden op landelijk en/of regionaal niveau.

Ze rijden op landelijk niveau, in hun eigen categorie, op jaarbasis 14 wedstrijden door heel Nederland in de Landelijk Jeugdmountainbike Competitie. Deze competitie is een officiële door de KNWU erkende competitie. Indeling vindt plaats op basis van de leeftijd die je hebt op 1 januari en de daarbij behorende categorie. Voor meisjes geldt dat die 1 jaar ouder mogen zijn in de categorie.

Meer info?: www.jeugdmountainbike.nl of

www.knwu.nl/mountainbiken/wedstrijdkalender

of bij een lid van de Jeugdcommissie MTB

- In het najaar/winter wordt door onze wedstrijdrijders deel

genomen aan de wintercompetitie, die bestaat uit 9 wedstrijden. De organisatie ervan ligt in handen van W.V. Jan van Arckel.

Meer info?

www.janvanarckel.nl/wintercompetitie/php/start.php

of bij een lid van de Jeugdcommissie MTB

- In het najaar/winter kan ook deelgenomen worden aan de West Brabantse Veldrit Competitie (WBVC) waar naast veldrijders ook mountainbikers aan de start komen.

Meer info? www.wbvc.nl

of bij een lid van de Jeugdcommissie MTB



Veldtoertochten (VTT)

Vanaf het najaar rijden we regelmatig georganiseerde veldtoertochten in de omgeving. Soms in groep, maar het is natuurlijk ook mogelijk om die individueel te rijden. Als we in groep rijden is het verplicht om in (de juiste) clubkleding te rijden. (zie: clubkleding)

Meer info? www.mountainbike.nl of www.mountainbike.be

Tijdens schoolvakanties organiseert de jeugdcommissie MTB vaak een eigen veldtoertocht, b.v. in de Loonse en Drunense duinen of mtb parcoursen in de wijde omgeving.

Clubkleding

Wanneer je lid bent geworden van DJR kom je in aanmerking voor clubkleding. Voor de basisset is een eigen bijdrage verschuldigd, die per jaar door het bestuur wordt vastgesteld. Voor 2017 is dat € 60,=. Na één jaar wordt de basisset eigendom. Stopt het lid vóór dat het jaar is verstreken, dan dient de kleding in goede staat weer worden ingeleverd, er zal géén geld worden terug betaald. Een flink deel van de werkelijke kosten van de basisset wordt bekostigd uit kledingsponsoring. Voor 2017/ 2018 wordt de kleding van onze afdeling gesponsord door B&V partners in veiligheid, IBS traffic verkeersregelaars en RABOBANK. Voor de overeenkomst tekent één van de ouders / verzorgers de Algemene Voorwaarden clubsponsoring WV De Jonge Renner.