

INFORMATIEBLAD

JEUGDWIELRENNEN



W.V. DE JONGE RENNER 2019 V19.1

1. Voorwoord.....	1
2. Contact	1
3. Ik vind wielrennen heel leuk, maar hoe nu verder?	2
Jeuglid	2
Wedstrijden	2
Kleding.....	2
4. Trainingen.....	2
De C groep.....	3
De B groep	3
De A groep.....	3
5. Huisregels.....	3
6. Jeugdcategorieën	4
7. Materiaal.....	4
8. Wedstrijden	5
9. Andere jeugdactiviteiten	6

1. VOORWOORD

W.V. De Jonge Renner is een vereniging die in 1936 is opgericht. In al die jaren heeft het zich doen uitgroeien tot een bloeiende vereniging. Wil je komen wielrennen dan kan dit, maar W.V. De Jonge Renner beschikt ook over een mountainbike afdeling. Dit boekje is ontwikkeld voor nieuwe jeugdleden die willen starten met wielrennen. In het begin komen er veel vragen op je af en op deze manier krijg je hopelijk al een hoop antwoorden op al je vragen. Je kunt in dit boekje informatie vinden over regels binnen de vereniging, maar ook de wielersport in het algemeen. Wij wensen je alvast heel veel fietsplezier bij W.V. De Jonge Renner.

2. CONTACT

Bij W.V. De Jonge Renner beschikken we over een eigen clubparcours en clubhuis. Het adres hiervan is: Sportcomplex De Warande, Bredaseweg 119, 4904 SB in Oosterhout. Heb je vragen over een training dan kan je hiervoor terecht bij Aäron Wintermans via email jeugd@dejongerenner.nl. Voor alle andere zaken die spelen bij het jeugdwielrennen kun je contact opnemen met Marion Swart van de jeugdcommissie via email mjswart@xs4all.nl

Nog twee emailadressen die van pas kunnen komen zijn die van de secretaris, secretariaat@dejongerenner.nl én voor al je vragen omtrent een lidmaatschap kun je een email sturen naar ledenadministratie@dejongerenner.nl.

3. IK VIND WIELRENNEN HEEL LEUK, MAAR HOE NU VERDER?

Bij W.V. De Jonge Renner bestaat de mogelijkheid om 4 keer vrijblijvend te komen trainen. Op die manier kun je kijken of je het ook echt leuk vindt. Je begint dan als proeflid. Als proeflid zit je nergens aan vast. Je mag tijdens deze trainingen gebruik maken van de leenfietsen die bij W.V. De Jonge Renner beschikbaar zijn. Heb je een eigen wielrenfiets, dan kan je deze ook meenemen en kijken we even samen of deze goed voldoet.

Als je na deze 4x het wielrennen nog steeds heel leuk vindt, kun je ervoor kiezen om jeugdlid te worden. Neem hiervoor contact op met de trainer, ledenadministratie of vul het inschrijfformulier op de website www.dejongerenner.nl in.

JEUGDLID

Je bent nu officieel aangemeld bij onze wielervereniging, ook hebben wij een basislicentie bij de KNWU voor je aangevraagd. Om verzekeringstechnische redenen is dit voor alle leden verplicht. Je kunt nu iedere dinsdag- en donderdagavond trainen.

WEDSTRIJDEN

Met ingang van 2019 mag je met je basislicentie **NIET** meer deelnemen aan wedstrijden. Hiervoor heb je een wedstrijdlicentie nodig. Deze kun je aanvragen op de website van de KNWU. Mocht je per ongeluk jouw inlogcode kwijt zijn, stuur dan even een email aan de ledenadministratie. Naast je wedstrijdlicentie heb je bij de wedstrijden ook een chip voor de tijdsregistratie nodig. Deze kun je bij de inschrijving van een wedstrijd huren, goedkoper is echter om er één aan te schaffen via www.mylaps.com. Zie ook hoofdstuk 8.

KLEDING

Als je lid van een vereniging bent, heb je rechten en plichten. De belangrijkste punten die wij van onze leden verlangen is dat iedereen in dezelfde, actuele kleding fietst. Dit houdt in dat we **ALTIJD** met de juiste sponsoruitingen fietsen. Dit geldt uiteraard voor de wedstrijden, maar ook voor de clubtrainingen.

Doorgaans wordt in november de kleding besteld, hiervoor worden speciale pasavonden in het clubhuis georganiseerd. Op dit moment wordt de kleding van het Italiaanse merk GSG geleverd door de firma BICI, zie www.bici.world. Je kunt hen gedurende het seizoen altijd bellen om een afspraak te maken om bijvoorbeeld kleding te passen. Vaak is er extra voorraad ingekocht zodat we ook leden gedurende het seizoen kunnen voorzien van de juiste kleding.

Het standaard kledingpakket (2019), bestaande uit 1 korte broek, 1 shirt korte mouw én 1 shirt lange mouw, moet zelf worden aangeschaft voor een bedrag van € 100,-. Overigens zijn er vaak ook nog extra's te bestellen zoals arm- of beenstukken, overschoenen, handschoenen etc. of natuurlijk gewoon een extra broek of shirt als je dit wilt.

4. TRAININGEN

Op dinsdag- en donderdagavond wordt er getraind met de jeugdleden van W.V. De Jonge Renner. De training start om 18.45 uur en eindigt uiterlijk om 20.00 uur. In de wintermaanden en met slecht weer is de training maximaal een uur. Wanneer de klok verzet wordt naar zomertijd worden de trainingen langzaam uitgebreid tot 20.00 uur.

Er wordt getraind in 3 verschillende groepen: A, B en C. De visie die hierachter schuilgaat is het feit dat ieder kind zo op zijn eigen niveau kan trainen. Iedere training bevat voor de renner een uitdaging én een prikkel om beter te worden.

Het belangrijkste is dat kinderen het fietsen leuk blijven vinden en ze gemotiveerd blijven om te fietsen. Dit lukt niet als ze boven hun niveau moeten fietsen.

C-GROEP

In deze groep trainen de kinderen van de jongste categorieën. Ook leden die net beginnen, starten hier. Tijdens deze trainingen wordt er vooral getraind op techniek, zodat kinderen zeker worden op de fiets. Dit gebeurt op een speelse manier.

B-GROEP

In deze groep trainen kinderen die al behendig genoeg zijn op een fiets. Het doel van de training is meer gericht op de snelheid en techniek in een groep.

A-GROEP

In deze groep trainen de kinderen die een uur lang op een hoge snelheid kunnen trainen. Deze groep zal op het clubparcours of op de openbare weg trainen.

Het wegseizoen is van februari t/m september. In deze periode wordt er op de weg getraind. De periode van het veldseizoen is oktober t/m januari. Dan trainen we met alle categorieën op het uitgezette crossparcours rondom het clubhuis.

5. HUISREGELS

Bij W.V. De Jonge Renner zijn er enkele regels die we naleven bij onze jeugdcategorie. Deze regels zijn vooral op de trainingen gericht. Alle overige huisregels vind je op onze website www.dejongerenner.nl (deze zullen in de loop van 2019 worden aangepast).

Regels voor renners:

1. Zorg dat je minimaal 5 minuten voor de training aanwezig bent.
2. Het dragen van een valhelm en handschoenen is verplicht.
3. Zorg ervoor dat je fiets in orde is.
4. Neem altijd een reserve binnenbandje mee naar de training, dan kan er bij een lekke band snel gewisseld worden.
5. Verschijn tijdens clubtrainingen in de meest actuele W.V. De Jonge Renner outfit.
6. Minimaal 1x per week op de club mee trainen. Het liefste zien we je gewoon 2x in de week, dit is natuurlijk ook het leukste!
7. Kun je niet aanwezig zijn op een training meld je dan tijdig af bij Aäron Wintermans, 06-22433829. Niet in de groepsapp afmelden alstublieft!
8. Ben je geblesseerd of kan je door andere omstandigheden niet aanwezig zijn laat dit dan ook weten.
9. Als je tijdens de training even moet stoppen om wat voor reden dan ook, meld je dit aan de trainer.
10. Luister goed naar de aanwijzingen van de trainers, zodat de training vlot kan verlopen.

En natuurlijk de allerbelangrijkste regel: **HEB PLEZIER!!**

Regel voor de ouders: Het is geen probleem om langs het parcours naar je kind te kijken. Dit is leuk en moet ook kunnen, maar graag geen bemoeienis met de training. Is er iets wat je graag kwijt wilt of je bent het ergens niet mee eens, kom dan na de training naar Aäron Wintermans.

6. JEUGDCATEGORIEËN

Bij het jeugd wielrennen zijn er vanuit de KNWU verschillende categorieën vastgesteld. Deze zijn gemaakt aan de hand van je leeftijd. Hierin is wel verschil gemaakt tussen jongens en meisjes.

Zie in de tabel hieronder in welke categorie je wedstrijden mag rijden.

CATEGORIE	In het kalenderjaar dat je ... jaar wordt	
	Meisje	Jongen
1	8 of 9	8
2	10	9
3	11	10
4	12	11
5	13	12
6	14	13
7	-	14
Nieuweling	15	15

7. MATERIAAL

Elke renner is verantwoordelijk voor zijn of haar materiaal. Dit houdt in dat de fiets voorzien is van goede remmen en banden. Maak je fiets ook regelmatig goed schoon. Als je niet weet hoe dit moet, vraag het dan aan de trainer. Een schone fiets rijdt veel prettiger en er treedt veel minder snel slijtage op.

Als je wedstrijden gaat rijden, moet je je aan een maximaal verzet houden. Alles wat daar onder zit is ook goed. Een maximaal verzet houdt in dat als je 1 omwenteling (360 graden) met je pedaal maakt, de afstand niet groter mag zijn dan het maximale verzet in de tabel aangeeft.

Het is belangrijk je hieraan te houden, want voor aanvang van een wedstrijd wordt je verzet gecontroleerd. Heb je een te groot verzet dan mag je niet starten.

CATEGORIE	Maximale afstand van 1 omwenteling in meters	
	Weg- / Baanwielrennen	Veldrijden
1	5,46	5,22
2	5,46	5,22
3	5,78	5,52
4	5,78	5,52
5	6,14	5,87
6	6,14	5,87
7	6,55	6,26

Om inzicht te krijgen in het juiste verzet kun je onderstaande tabel raadplegen. Deze is gebaseerd op een 28 inch fiets met 23mm banden (dit is de meest voorkomende maat). Twijfel je over de afstand voor jouw categorie dan kun je altijd aan de trainer vragen om dit te controleren, hij gebruikt hiervoor een speciale meetlat.

		aantal tanden kleinste tandwiel achter									
		13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
aantal tanden grootste tandwiel voor	38	6,17	5,73	5,35	5,01	4,72	4,46	4,22	4,01	3,82	3,65
	39	6,33	5,88	5,49	5,15	4,84	4,57	4,33	4,12	3,92	3,74
	40	6,50	6,03	5,63	5,28	4,97	4,69	4,44	4,22	4,02	3,84
	41	6,66	6,18	5,77	5,41	5,09	4,81	4,56	4,33	4,12	3,93
	42	6,82	6,33	5,91	5,54	5,22	4,93	4,67	4,43	4,22	4,03
	43	6,98	6,48	6,05	5,67	5,34	5,04	4,78	4,54	4,32	4,13
	44	7,15	6,64	6,19	5,81	5,46	5,16	4,89	4,64	4,42	4,22
	45	7,31	6,79	6,33	5,94	5,59	5,28	5,00	4,75	4,52	4,32
	46	7,47	6,94	6,47	6,07	5,71	5,40	5,11	4,86	4,62	4,41
	47	7,63	7,09	6,61	6,20	5,84	5,51	5,22	4,96	4,72	4,51
	48	7,80	7,24	6,76	6,33	5,96	5,63	5,33	5,07	4,83	4,61
	49	7,96	7,39	6,90	6,47	6,09	5,75	5,44	5,17	4,93	4,70
	50	8,12	7,54	7,04	6,60	6,21	5,86	5,56	5,28	5,03	4,80
	51	8,28	7,69	7,18	6,73	6,33	5,98	5,67	5,38	5,13	4,89
	52	8,44	7,84	7,32	6,86	6,46	6,10	5,78	5,49	5,23	4,99
	53	8,61	7,99	7,46	6,99	6,58	6,22	5,89	5,59	5,33	5,09
	54	8,77	8,14	7,60	7,13	6,71	6,33	6,00	5,70	5,43	5,18
	55	8,93	8,29	7,74	7,26	6,83	6,45	6,11	5,81	5,53	5,28

8. WEDSTRIJDEN

Wil je mee gaan doen aan wedstrijden, dan is het belangrijk om de volgende punten te regelen. Vraag een inlogcode aan voor "Mijn KNWU" door een mail te sturen naar ledenadministratie@dejongerenner.nl. Door in te loggen op "Mijn KNWU" via www.knwu.nl kun je een licentie en chip voor tijdregistratie aanvragen. Vergeet niet na ontvangst van je chip deze te activeren.

Als lid van W.V. De Jonge Renner val je onder het KNWU district Zuid-West. Elk district mag een bepaald aantal renners afvaardigen naar het Nederlands Kampioenschap. Het precieze aantal wordt jaarlijks per categorie vastgesteld.

Elk district wijst een aantal plaatsingswedstrijden aan, in deze wedstrijden kun je punten behalen. De beste resultaten in deze wedstrijden tellen mee voor plaatsing. De exacte plaatsingsprocedure wordt jaarlijks aan de leden meegedeeld.

Overigens mag je ook starten in wedstrijden die niet in jouw district vallen, alleen kun je hier geen punten behalen.

W.V. De Jonge Renner organiseert zelf ook een aantal wedstrijden, zoals de Warande Jeugdronde, Warande Jeugdcross en Biesbosch Jeugdklassieker. Voor wedstrijden die wij als vereniging organiseren geldt een verplichte deelname.

9. ANDERE JEUGDACTIVITEITEN

Ieder jaar worden er ook diverse leuke jeugdactiviteiten georganiseerd. Zo worden na de zomervakantie de clubkampioenschappen georganiseerd met aansluitend een kamp voor de jeugd. Ook wordt er in de maand juni of juli een trainingsdag georganiseerd in Limburg speciaal voor de jeugd vanaf categorie 4.

#KOERS IS KOERS