

Rotterdam Atletiek

*Informatiemoment voor seizoen
2017-2018*



Uitgangspunten jeugdopleiding

- Vanaf pupillen brede (beweeg)opleiding;
- t/m C junioren traint iedereen allround;
- Vanaf B junior keuzemogelijkheden;
- Rotterdam Atletiek biedt een plek aan zowel prestatieatleten als recreatief ingestelde atleten;
- Atletiek is een wedstrijd sport;



Opbouw trainingsomvang en intensiteit

- Pupillen (geb. 2007 en later) : van 1x naar 2x per week (optioneel zelfs 3 x). Trainingen van een uur.
- D en C junioren (geb. 2003-2006) 2x per week langere training (1,5 uur)
- D en C Junior: Specialisatie mogelijk op vrijdag (3 x)
- Vanaf B junior (geb. 1999-2002): Organische ontwikkeling tot keuze voor meer prestatiegerichte of recreatieve atletiek. Basisaanbod is drie trainingen.

Speerpunten komend seizoen

- Rotterdam Atletiek zorgt voor voldoende trainers, zodat we onze atleten kwaliteit, tijd en aandacht kunnen geven.
- Op atletiek doen we aan wedstrijden.
- Wij zorgen voor een goede interne afstemming en communicatie met atleten en ouders.
- We geven ouders van atleten een actieve rol geven binnen onze vereniging.



Team van trainers (Vanaf 1 oktober 2017)

Pupillen (Nenijto)	Trainers
B/C/D/A, maandag (17.30 – 18.30)	A: Paolo & René B: Elaine & Kars C en D: Nils en Rafael
B/C/D, woensdag (16.00 – 17.00)	D: Nils en Rafael C: Eric, Liesbeth B: Benita
A, woensdag (17:30 – 18:30)	Gevorderd: Benita, Kahlan en Elaine Reguliere groep: Nils, Eric en Rafael
Zaterdag (09.00-10.00)	D en C: Marieke, Jacinta, Eva en Laura B: Mischa A: Jerry en Kars

Pupillen (Varkenoord)	Trainers
Alle (dinsdag, 16.00 – 17.00)	Annet en Stan
Alle (zaterdag, 09.00-10.00)	Lahoucine, Aranka, Kailin, Annet, Elmira en Stan

Bijzonderheden

- Wedstrijddeelname aan centraal uitgezette wedstrijden betaalt de vereniging. Afmelden vindt tijdig plaats, met geldige reden. Bij wedstrijden is altijd coaching beschikbaar.
- Communicatie via E-mail, per brief, via de website en Facebook;
- We investeren duurzaam in de scholing van trainers > trainers zijn en blijven vrijwilligers.



Wedstrijdplanning

- Planning crosscompetitie:
- Zaterdag 4 november: Barendrecht;
- Zaterdag 9 december: Brielle
- Zaterdag 13 januari: Skiheuvel

- Planning indoor wedstrijden
- Zaterdag 19 november: Naaldwijk
- Zondag 18 februari: Naaldwijk
- Zondag in maart > eigen wedstrijd in Schiedam.

- Inschrijving worden jullie nog apart over geïnformeerd en in ondersteund.



Actieve inbreng ouders

- Overzichtelijke tijdsbesteding / voor korte duur / in samenwerking met andere ouders.
- Strandtraining;
- Pannenkoeken eten na training
- Training Kralingse bos;
- Ondersteuning bij inschrijvingen i.s.m. Hans van Vlaanderen



Vragen?

